

予定献立表(指示用)		小学校	中学校				
令和6年01月10日(水)		実人数計	3,315	1,917	カット		
材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>ご飯 (0.95)</b> 0100201							
精白米 (低学年)	60	60			0		
精白米 (中学年)	73	73			0		
精白米 (高学年)	76	76			0		
精白米 (中学生)			93	93	0		
水	84	84	120	120	0		
<b>料理計</b>	293	293	213	213			
<b>牛乳</b> 0200100							
牛乳	206	206	206	206	0		
<b>料理計</b>	206	206	206	206			
<b>〇紅白しらたま汁</b> 1600310							
鶏もも皮なし 小間肉	10	10	12	12	0		
干し椎茸スライス 500g	0.4	0.4	0.48	0.48	0	水戻し	
にんじん	5	5.15	6	6.19	3	銀杏0.3cm	
大根	20	22.22	24	26.67	10	銀杏0.3cm	
カットごぼう (さ)	5	5	6	6	0	水洗い	
カット油揚げ (冷)	5	5	6	6	0	油抜き	
こまつな	8	8.89	10	11.11	10	2cm	
長ねぎ	5	5.26	6	6.32	5	小口切り0.3cm	
しらたま(白)	12	12	14.4	14.4	0	袋あけ	
しらたま(赤)	12	12	14.4	14.4	0	袋あけ	
清酒 (1本1.8%)	1.4	1.4	1.68	1.68	0	下味	
本みりん (1本1.8%)	1	1	1.2	1.2	0		
かつおだしパック	2.5	2.5	3	3	0		
醤油 (10%)	3	3	3.6	3.6	0	1/3残し	
食塩 自然塩	0.25	0.25	0.3	0.3	0	1/3残し	
水	100	100	110	110	0		
<b>料理計</b>	190.55	194.07	219.06	223.35			
<b>鰯の西京漬け</b> 0507210							
さわらの西京漬 40g	40	40			0		
さわらの西京漬 50g			50	50	0		
<b>料理計</b>	40	40	50	50			
<b>〇れんこんとこんにゃくのきんぴら</b> 1506310							
サラダ油 1.5L	0.2	0.2	0.24	0.24	0		
豚肩肉 小間切り	10	10	12	12	0		
スライスれんこん	10	10	12	12	0	水洗い	
つきこんにゃく	15	15	18	18	0		
冷凍むぎ枝豆	6	6	7.2	7.2	0		
きび砂糖	0.7	0.7	0.84	0.84	0		
かつおだしパック	0.4	0.4	0.48	0.48	0		
本みりん (1本1.8%)	1	1	1.2	1.2	0		
清酒 (1本1.8%)	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
醤油 (10%)	1.4	1.4	1.68	1.68	0	1/3残し	
白炒り胡麻	0.4	0.4	0.48	0.48	0		
七味唐辛子	0.01	0.01	0.01	0.01	0		
純ごま油	0.2	0.2	0.24	0.24	0		
水	8	8	9.6	9.6	0		
<b>料理計</b>	53.81	53.81	64.57	64.57			
<b>合計</b>	783.36	786.88	752.63	756.92			

予定献立表(指示用)		小学校	中学校			カット	
令和6年01月11日(木)		実人数計	3,315	1,917			
材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>コッペパン バンズ型・横割リ</b>	0303101						
コッペパン30g バンズ型・横スライス 包装有					0		
コッペパン40g バンズ型・横スライス 包装有	40	40			0		
コッペパン60g バンズ型・横スライス 包装有			60	60	0		
<b>料理計</b>	40	40	60	60			
<b>牛乳</b>	0200100						
牛乳	206	206	206	206	0		
<b>料理計</b>	206	206	206	206			
<b>〇かぶのポトフ(芋なし)</b>	1703711						
サラダ油 1.5L	0.4	0.4	0.48	0.48	0		
鶏もも皮なし 小間肉	12	12	14.4	14.4	0		
白ワイン(1本1.8ℓ)	0.5	0.5	0.6	0.6	0	下味	
カットウィンナー 1cmカット	8	8	9.6	9.6	0		
たまねぎ	30	30	36	36	0	賽の目切り	
にんじん	20	20.62	24	24.74	3	短冊 3×6mm	
キャベツ	20	23.53	24	28.24	15	1cm	
かぶ 根	30	32.97	36	39.56	9	賽の目切り	
パセリ 乾	0.01	0.01	0.01	0.01	0		
水	50	50	60	60	0		
冷凍チキンブイヨン	12	12	14.4	14.4	0	解凍	
コンソメ(学期・小麦不使用)	0.8	0.8	0.96	0.96	0		
醤油(10ℓ)	0.67	0.67	0.8	0.8	0	1/3残し	
食塩 自然塩	0.23	0.23	0.28	0.28	0	1/3残し	
こしょう缶 400g	0.03	0.03	0.04	0.04	0		
<b>料理計</b>	184.64	191.76	221.57	230.11			
<b>〇エビカツ</b>	0702						
エビカツ 40g	40	40			0		
エビカツ 60g			60	60	0		
サラダ油 1斗缶	4	4	6	6	0		
<b>料理計</b>	44	44	66	66			
<b>〇ブロッコリーのアーモンド和え</b>	1800930						
冷凍ブロッコリー	35	35	42	42	0	袋開け→確認	
こまつな	10	11.11	12	13.33	10	2cm	
冷凍スイートコーン	5	5	6	6	0	袋開け→確認	
ダイスアーモンド	1	1	1.2	1.2	0		
サラダ油 1.5L	1.5	1.5	1.8	1.8	0		
きび砂糖	1.3	1.3	1.56	1.56	0		
酢	1.2	1.2	1.44	1.44	0		
醤油 1.8ℓ	1.5	1.5	1.8	1.8	0		
<b>料理計</b>	56.5	57.61	67.8	69.13			
<b>タルタルソース</b>	2401400						
小袋タルタルソース	10	10	10	10	0		
<b>料理計</b>	10	10	10	10			
<b>合計</b>	541.14	549.37	631.37	641.24			

予定献立表(指示用)		小学校	中学校		
令和6年01月12日(金)	実人数計	3,315	1,917	カット	

材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>ご飯 (0.95)</b>	0100201						
精白米 (低学年)	60	60			0		
精白米 (中学年)	73	73			0		
精白米 (高学年)	76	76			0		
精白米 (中学生)			93	93	0		
水	84	84	120	120	0		
<b>料理計</b>	293	293	213	213			
<b>牛乳</b>	0200100						
牛乳	206	206	206	206	0		
<b>料理計</b>	206	206	206	206			
<b>〇ポークカレー</b>	1203801						
豚肩肉 小間切り	25	25	30	30	0		
サラダ油 1.5L	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
おろし生姜	0.6	0.6	0.72	0.72	0		
おろしにんにく	0.6	0.6	0.72	0.72	0		
たまねぎ	50	50	60	60	0	囊の目切り	
にんじん	20	20.62	24	24.74	3	銀杏0.3cm	
じゃがいも	35	38.89	42	46.67	10	囊の目切り	
水	50	50	60	60	0		
冷凍チキンブイヨン	10	10	12	12	0	解凍	
赤ワイン (1本1.8ℓ)	1	1	1.2	1.2	0	下味	
ソテーオニオン	5	5	6	6	0	解凍	
チャツネ	2.5	2.5	3	3	0		
レトロカレー甘口	8	8	9.6	9.6	0	ミキサー攪拌	
コータスカレルウ甘口	4	4	4.8	4.8	0	ミキサー攪拌	
米粉	3	3	3.6	3.6	0	ミキサー攪拌	
中濃ソース	3.5	3.5	4.2	4.2	0		
醤油 (10ℓ)	0.8	0.8	0.96	0.96	0		
ガラムマサラ (缶)	0.02	0.02	0.02	0.02	0		
マサラマイルド缶	0.02	0.02	0.02	0.02	0		
カレー粉缶	0.05	0.05	0.06	0.06	0		
グリーンピース	4	4	4.8	4.8	0		
<b>料理計</b>	223.59	228.1	268.3	273.71			
<b>〇切干大根とツナの胡麻サラダ</b>	1802551						
まぐろツナフレーク水煮	4	4	4.8	4.8	0		
切干し大根	4	4	4.8	4.8	0	1cm	
きゅうり	12	12.24	14.4	14.69	2	千切り 3×3mm	
にんじん	12	12.37	14.4	14.85	3	千切り 3×3mm	
醤油 1.8ℓ	3.2	3.2	3.84	3.84	0		
きび砂糖	1.5	1.5	1.8	1.8	0		
サラダ油 1.5L	0.6	0.6	0.72	0.72	0		
酢	1.5	1.5	1.8	1.8	0		
白炒り胡麻	0.6	0.6	0.72	0.72	0		
白すり胡麻	0.6	0.6	0.72	0.72	0		
<b>料理計</b>	40	40.61	48	48.74			
<b>〇みかん1/2 (学配)</b>	2300503						
みかん1/2 (学配)	35	35	35	35	0		
<b>料理計</b>	35	35	35	35			
<b>合計</b>	797.59	802.71	770.3	776.45			

予定献立表(指示用)		小学校	中学校			カット	
令和6年01月15日(月)		実人数計	3,315	1,917			
材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>ご飯 (0.95)</b> 0100201							
精白米 (低学年)	60	60			0		
精白米 (中学年)	73	73			0		
精白米 (高学年)	76	76			0		
精白米 (中学生)			93	93	0		
水	84	84	120	120	0		
料理計	293	293	213	213			
<b>牛乳</b> 0200100							
牛乳	206	206	206	206	0		
料理計	206	206	206	206			
<b>〇白菜の中華はるさめスープ</b> 1701704							
鶏もも皮なし 小間肉	12	12	14.4	14.4	0		
にんじん	10	10.31	12	12.37	3	短冊 3×6mm	
チンゲン菜	15	17.65	18	21.18	15	1cm	
白菜	15	15.96	18	19.15	6	1cm	
たけのご短冊切り	5	5	6	6	0	袋あげ	
カット済みきくらげ	0.3	0.3	0.36	0.36	0	水戻し	
はるさめ 緑豆	3	3	3.6	3.6	0	袋あげ	
中華スープの素	0.8	0.8	0.96	0.96	0		
冷凍チキンブイヨン	12	12	14.4	14.4	0		
食塩 自然塩	0.3	0.3	0.36	0.36	0	1/3残し	
醤油 (100)	1.5	1.5	1.8	1.8	0	1/3残し	
こしょう缶 400g	0.02	0.02	0.02	0.02	0		
水	90	90	108	108	0		
清酒 (1本1.8ℓ)	1	1	1.2	1.2	0	下味	
純ごま油	0.4	0.4	0.48	0.48	0		
料理計	166.32	170.24	199.58	204.28			
<b>〇いかチリソースフライ</b> 0704001							
いかチリソースフ	50	50			0		
いかチリソースフ			60	60	0		
サラダ油 1斗缶	5	5	6	6	0		
料理計	55	55	66	66			
<b>〇ほうれん草のナムル</b> 1805400							
もやし	20	20	24	24	0	水洗い	
にんじん	16	16.49	19	19.59	3	千切り 3×3mm	
ほうれんそう	15	16.67	18	20	10	2cm	
おろしにんにく	0.25	0.25	0.3	0.3	0		
醤油 1.8ℓ	2.7	2.7	3.36	3.36	0		
きび砂糖	0.8	0.8	0.96	0.96	0		
純ごま油	0.35	0.35	0.42	0.42	0		
白炒り胡麻	1	1	1.2	1.2	0		
料理計	56.1	58.26	67.24	69.83			
<b>セノビーゼリー</b> 2204502							
セノビーゼリー	40	40	40	40	0		
料理計	40	40	40	40			
合計	816.42	822.5	791.82	799.11			

予定献立表(指示用)		小学校	中学校				
令和6年01月16日(火)		実人数計	3,315	1,917	カット		
材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>〇玄米入りご飯</b> 0101740							
精白米(低学年)	60	60			0		
精白米(中学年)	70	70			0		
精白米(高学年)	80	80			0		
精白米(中学生)			100	100	0		
玄米	9.8	9.8	12	12	0		
水	84	84	120	120	0		
料理計	303.8	303.8	232	232			
<b>牛乳</b> 0200100							
牛乳	206	206	206	206	0		
料理計	206	206	206	206			
<b>〇沢煮焼</b> 1701500							
鶏もも皮なし 小間肉	15	15	18	18	0		
干し椎茸スライス 500g	0.5	0.5	0.6	0.6	0	水戻し	
にんじん	10	10.31	12	12.37	3	短冊 3×6mm	
カットごぼう(さ)	10	10	12	12	0	水洗い	
たけのこ千切り	10	10	12	12	0	水洗い	
かつおだしパック	2.5	2.5	3	3	0		
しょうゆ うすくち	2.5	2.5	3	3	0		
食塩 自然塩	0.4	0.4	0.48	0.48	0		
液体昆布だし	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
水	120	120	144	144	0		
料理計	171.4	171.71	205.68	206.05			
<b>〇豆腐ハンバーグ(おろしだれ)</b> 0510702							
豆腐ハンバーグ	50	50			0		
豆腐ハンバーグ			60	60	0		
大根	10	11.11	12	13.33	10	解凍	
おろしにんにく	0.1	0.1	0.12	0.12	0		
おろし生姜	0.2	0.2	0.24	0.24	0		
きび砂糖	1	1	1.2	1.2	0		
本みりん(1本1.8%)	1	1	1.2	1.2	0		
醤油(10%)	2.2	2.2	2.64	2.64	0		
清酒(1本1.8%)	1	1	1.2	1.2	0		
でん粉	0.3	0.3	0.36	0.36	0		
水	5	5	6	6	0		
料理計	70.8	71.91	84.96	86.29			
<b>〇おなかサラダ</b> 1800920							
キャベツ	10	11.76	12	14.12	15	1cm	
ほうれんそう	12	13.33	14.4	16	10	2cm	
もやし	20	20	24	24	0	水洗い	
にんじん	8	8.25	9.6	9.9	3	千切り 3×3mm	
ボンレスハム 6mm千切りスライス	5	5	6	6	0		
鯉節 刻み	1.3	1.3	1.56	1.56	0		
サラダ油 1.5L	2	2	2.4	2.4	0		
きび砂糖	1.6	1.6	1.92	1.92	0		
酢	1	1	1.2	1.2	0		
醤油 1.8%	2	2	2.4	2.4	0		
料理計	62.9	66.24	75.48	79.5			
<b>チーズ</b> 2600501							
チーズ	11.5	11.5	11.5	11.5	0		
料理計	11.5	11.5	11.5	11.5			
合計	826.4	831.16	815.62	821.34			

予定献立表(指示用)		小学校	中学校			カット	
令和6年01月17日(水)		実人数計	3,315	1,917			
材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>○キャロットピラフ</b> 0101305							
精白米(低学年)	60	60			0		
精白米(中学年)	70	70			0		
精白米(高学年)	80	80			0		
精白米(中学生)			100	100	0		
キャロットピラフの素 1.1k	22	22	31.5	31.5	0		
水	84	84	120	120	0		
<b>料理計</b>	<b>316</b>	<b>316</b>	<b>251.5</b>	<b>251.5</b>			
<b>牛乳</b> 0200100							
牛乳	206	206	206	206	0		
<b>料理計</b>	<b>206</b>	<b>206</b>	<b>206</b>	<b>206</b>			
<b>○コンソメスープ</b> 1703500							
にんじん	10	10.31	12	12.37	3	短冊 3×6mm	
たまねぎ	10	10	12	12	0	スライス5mm	
大根	30	33.33	35	38.89	10	賽の目切り	
白菜	15	15.96	18	19.15	6	1cm	
セロリー	3	4.62	4	6.15	35	スライス3mm	
パセリ 乾	0.01	0.01	0.01	0.01	0		
豚肩肉 小間切り	15	15	20	20	0		
ベーコンショルダー6mm千切り	2	2	2.4	2.4	0		
サラダ油 1.5L	0.8	0.8	1	1	0		
水	100	100	120	120	0		
白ワイン(1本1.8ℓ)	1	1	1.2	1.2	0	下味	
コンソメ(学期・小麦不使用)	1.2	1.2	1.44	1.44	0		
食塩 自然塩	0.35	0.35	0.4	0.4	0		
こしょう缶 400g	0.02	0.02	0.03	0.03	0		
<b>料理計</b>	<b>188.38</b>	<b>194.6</b>	<b>227.48</b>	<b>235.04</b>			
<b>あじのマスタードパン粉焼き</b> 0500910							
あじマスタードパン粉焼き	40	40			0		
あじマスタードパン粉焼き			50	50	0		
<b>料理計</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>50</b>	<b>50</b>			
<b>○青菜のソテー</b> 1501710							
オリーブオイル 1L	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
カットウィンナー6mmカット	10	10	12	12	0		
にんじん	5	5.15	6	6.19	3	短冊 3×6mm	
冷凍スイートコーン	12	12	14.4	14.4	0	袋開け→確認	
こまつな	25	27.78	30	33.33	10	2cm	
コンソメ(学期・小麦不使用)	0.25	0.25	0.3	0.3	0		
食塩 自然塩	0.18	0.18	0.22	0.22	0	1/3残し	
こしょう缶 400g	0.02	0.02	0.02	0.02	0	1/3残し	
<b>料理計</b>	<b>52.95</b>	<b>55.88</b>	<b>63.54</b>	<b>67.06</b>			
<b>合計</b>	<b>803.33</b>	<b>812.48</b>	<b>798.52</b>	<b>809.6</b>			

予定献立表(指示用)		小学校	中学校		
令和6年01月18日(木)	実人数計	3,315	1,917	カット	

材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>食パン</b>	0302100						
食パン	30	30			0		
食パン	40	40			0		
食パン			60	60	0		
<b>料理計</b>	70	70	60	60			
<b>牛乳</b>	0200100						
牛乳	206	206	206	206	0		
<b>料理計</b>	206	206	206	206			
<b>〇チリコンカン</b>	1201520						
サラダ油 1.5L	0.4	0.4	0.48	0.48	0		
おろしにんにく	0.3	0.3	0.36	0.36	0		
おろし生姜	0.3	0.3	0.36	0.36	0		
豚挽肉	30	30	36	36	0		
赤ワイン (1本1.8ℓ)	1.7	1.7	2.04	2.04	0	下味	
ナツメグ	0.01	0.01	0.01	0.01	0		
たまねぎ	45	45	54	54	0	みじん切り	
じゃがいも	20	22.22	24	26.67	10	賽の目切り	
にんじん	15	15.46	18	18.56	3	銀杏0.3cm	
水	15	15	18	18	0		
冷凍白いんげん豆	10	10	12	12	0	袋開け→確認	
ひよこまめ ゆで	10	10	12	12	0	水洗い	
トマトピューレ缶	8	8	9.6	9.6	0	缶あけ	
トマト缶詰 ダイス	8	8	9.6	9.6	0	缶あけ	
サルサポモドーロ	3.6	3.6	4.32	4.32	0	缶あけ	
コンソメ (学期・小麦不使用)	0.1	0.1	0.12	0.12	0		
きび砂糖	0.4	0.4	0.48	0.48	0		
中濃ソース	1.5	1.5	1.8	1.8	0		
チリパウダー	0.4	0.4	0.48	0.48	0		
食塩 自然塩	0.65	0.65	0.78	0.78	0	1/3残し	
こしょう缶 400g	0.02	0.02	0.02	0.02	0		
冷凍むき枝豆	3	3	3.6	3.6	0	確認→投入	
<b>料理計</b>	173.38	176.06	208.05	211.28			
<b>コーングラタン</b>	0504300						
コーングラタン65	65	65			0		
コーングラタン80g			85	85	0		
<b>料理計</b>	65	65	85	85			
<b>〇ツナボパイサラダ</b>	1806105						
まぐろツナフレーク水煮	6	6	7.2	7.2	0	袋あけ	
レモン果汁 1L	0.2	0.2	0.24	0.24	0		
にんじん	6	6.19	7.2	7.42	3	短冊 3×6mm	
キャベツ	15	17.65	18	21.18	15	1cm	
ほうれんそう	20	22.22	24	26.67	10	2cm	
サラダ油 1.5L	1.6	1.6	1.92	1.92	0	たれ	
醤油 1.8ℓ	0.6	0.6	0.72	0.72	0		
酢	0.9	0.9	1.08	1.08	0		
きび砂糖	0.3	0.3	0.36	0.36	0		
こしょう缶 400g	0.03	0.03	0.04	0.04	0		
洋辛子粉	0.05	0.05	0.06	0.06	0		
<b>料理計</b>	50.68	55.74	60.82	66.89			
<b>キャラメル4(Ca, Mg)</b>	2500400						
パテキャラメル Ca・Mg	15	15	15	15	0		
<b>料理計</b>	15	15	15	15			
<b>合計</b>	580.06	587.8	634.87	644.17			

予定献立表(指示用)		小学校	中学校				
令和6年01月19日(金)		実人数計	3,315	1,917	カット		
材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>ご飯 (0.95)</b> 0100201							
精白米 (低学年)	60	60			0		
精白米 (中学年)	73	73			0		
精白米 (高学年)	76	76			0		
精白米 (中学生)			93	93	0		
水	84	84	120	120	0		
料理計		293	293	213	213		
<b>牛乳</b> 0200100							
牛乳	206	206	206	206	0		
料理計		206	206	206	206		
<b>〇平麺スープ</b> 1703100							
鶏もも皮なし 小間肉	10	10	12	12	0		
にんじん	8	8.25	9.6	9.9	3	短冊 3×6mm	
なると スライス	5	5	6	6	0	解凍	
白菜	15	15.96	18	19.15	6	1cm	
こまつな	10	11.11	12	13.33	10	2cm	
干し椎茸スライス 500g	0.3	0.3	0.36	0.36	0	水戻し	
クイッキオ	5.5	5.5	6.6	6.6	0	水戻し	
冷凍チキンブイヨン	12	12	14.4	14.4	0	解凍	
中華スープの素	0.8	0.8	0.96	0.96	0		
醤油 (10ℓ)	1	1	1.2	1.2	0		
食塩 自然塩	0.3	0.3	0.36	0.36	0		
こしょう缶 400g	0.02	0.02	0.02	0.02	0		
水	100	100	120	120	0		
純ごま油	0.3	0.3	0.36	0.36	0		
料理計		168.22	170.54	201.86	204.64		
<b>ルーローハンの具</b> 1506402							
豚肩肉 角切り	40	40	48	48	0		
豚バラ肉 角切り1cm	10	10	12	12	0		
醤油 (10ℓ)	1.6	1.6	1.92	1.92	0	下味	
清酒 (1本1.8ℓ)	2.4	2.4	2.88	2.88	0	下味	
おろし生姜	0.8	0.8	0.96	0.96	0		
長ねぎ	8	8.42	9.6	10.11	5	小口切り0.3cm	
チンゲン菜	8	9.41	9.6	11.29	15	1cm	
うずらの卵水煮	15	15	18	18	0	袋開け→確認	
きび砂糖	2.6	2.6	3.12	3.12	0		
清酒 (1本1.8ℓ)	1.8	1.8	2.16	2.16	0		
醤油 (10ℓ)	2.6	2.6	3.12	3.12	0		
酢	1.8	1.8	2.16	2.16	0		
純ごま油	0.7	0.7	0.84	0.84	0		
でん粉	0.6	0.6	0.72	0.72	0		
水	8	8	9.6	9.6	0		
料理計		103.9	105.73	124.68	126.88		
<b>切干大根のナムル</b> 1802555							
切干し大根	4	4	4.8	4.8	0	水戻し後カット	
もやし	12	12	14.4	14.4	0	水洗い	
きゅうり	10	10.2	12	12.24	2	千切り 3×3mm	
にんじん	5	5.15	6	6.19	3	千切り 3×3mm	
醤油 1.8ℓ	2.4	2.4	2.88	2.88	0		
きび砂糖	1.2	1.2	1.44	1.44	0		
純ごま油	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
酢	1	1	1.2	1.2	0		
白炒り胡麻	0.6	0.6	0.72	0.72	0		
白すり胡麻	0.6	0.6	0.72	0.72	0		
料理計		37.3	37.65	44.76	45.19		
合計		808.42	812.92	790.3	795.71		

予定献立表(指示用)		小学校	中学校			カット	
令和6年01月22日(月)		実人数計	3,315	1,917			
材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>ご飯 (0.95)</b> 0100201							
精白米 (低学年)	60	60			0		
精白米 (中学年)	73	73			0		
精白米 (高学年)	76	76			0		
精白米 (中学生)			93	93	0		
水	84	84	120	120	0		
料理計		293	293	213	213		
<b>牛乳</b> 0200100							
牛乳	206	206	206	206	0		
料理計		206	206	206	206		
<b>〇中華風コンスープ</b> 1701100							
鶏もも皮なし 小間肉	15	15	18	18	0		
にんじん	10	10.31	12	12.37	3	短冊 3×6mm	
カットえのき	5	5	6	6	0	水洗い	
たまねぎ	12	12	14.4	14.4	0	スライス5mm	
チンゲン菜	10	11.76	12	14.12	15	1cm	
冷凍豆腐 CaFe強化	15	15	18	18	0	袋あけ	
クリームコーン缶	15	15	18	18	0		
中華スープの素	0.8	0.8	0.96	0.96	0		
冷凍チキンブイヨン	10	10	12	12	0	解凍	
食塩 自然塩	0.4	0.4	0.48	0.48	0		
こしょう缶 400g	0.01	0.01	0.01	0.01	0		
水	100	100	110	110	0		
でん粉	0.6	0.6	0.72	0.72	0		
純ごま油	0.2	0.2	0.24	0.24	0		
料理計		194.01	196.08	222.81	225.3		
<b>〇卵の甘酢あんかけ</b> 0503910							
フヨーハイ (かに玉風) 50g	50	50			0		
フヨーハイ (かに玉風) 60g			60	60	0		
醤油 (10ℓ)	2	2	2.4	2.4	0		
きび砂糖	1.54	1.54	1.85	1.85	0		
酢	1.2	1.2	1.44	1.44	0		
純ごま油	0.4	0.4	0.48	0.48	0		
でん粉	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
水	8	8	9.6	9.6	0		
料理計		63.64	63.64	76.37	76.37		
<b>キャベツの味噌炒め</b> 1503850							
豚もも肉 小間切・	24	24	30	30	0		
キャベツ	12	14.12	15	17.65	15	2cm	
長ねぎ	5	5.26	6	6.32	5	小口切り0.3cm	
カットピーマン角	10	10	12	12	0	水洗い	
にんじん	5	5.15	6	6.19	3	短冊 3×6mm	
おろしにんにく	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
醤油 (10ℓ)	1	1	1.2	1.2	0	1/3残し	
清酒 (1本1.8ℓ)	1	1	1.2	1.2	0	下味	
きび砂糖	1.5	1.5	1.8	1.8	0		
オイスターソース	2.5	2.5	3	3	0		
甜麺醤	3	3	3.6	3.6	0		
トウバンジャン	0.2	0.2	0.3	0.3	0		
でん粉	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
水	5	5	6	6	0		
サラダ油 1.5ℓ	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
純ごま油	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
料理計		72.2	74.73	88.5	91.66		
<b>杏仁豆腐</b> 2200300							
杏仁豆腐	50	50	50	50	0		
料理計		50	50	50	50		
合計		878.85	883.45	856.68	862.33		

予定献立表(指示用)		小学校	中学校				
令和6年01月23日(火)		実人数計	3,315	1,917	カット		
材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>ご飯 (0.95)</b> 0100201							
精白米 (低学年)	60	60			0		
精白米 (中学年)	73	73			0		
精白米 (高学年)	76	76			0		
精白米 (中学生)			93	93	0		
水	84	84	120	120	0		
<b>料理計</b>	<b>293</b>	<b>293</b>	<b>213</b>	<b>213</b>			
<b>牛乳</b> 0200100							
牛乳	206	206	206	206	0		
<b>料理計</b>	<b>206</b>	<b>206</b>	<b>206</b>	<b>206</b>			
<b>白井市産野菜ののっぺい汁</b> 1605600							
豚もも肉 小間切・	15	15	18	18	0		
清酒 (1本1.8ℓ)	1	1	1.2	1.2	0	下味	
カット里芋 いちょう切り	20	20	24	24	0	水洗い	
にんじん	10	10.31	12	12.37	3	銀杏0.3cm	
カットこんにやく 色紙切	15	15	18	18	0	ポイル	
長ねぎ	8	8.42	9.6	10.11	5	小口切り0.3cm	
こまつな	10	11.11	12	13.33	10	1cm	
でん粉	1.2	1.2	1.44	1.44	0		
食塩 自然塩	0.5	0.5	0.6	0.6	0	1/3残し	
醤油 (10ℓ)	2.2	2.2	2.64	2.64	0	1/3残し	
本みりん (1本1.8ℓ)	0.8	0.8	0.96	0.96	0		
かつおだしパック	3	3	3.6	3.6	0		
液体昆布だし	1	1	1.2	1.2	0		
水	90	90	108	108	0		
<b>料理計</b>	<b>177.7</b>	<b>179.54</b>	<b>213.24</b>	<b>215.45</b>			
<b>さばの味噌煮</b> 1101700							
サバのみそ煮 40g	40	40			0		
サバのみそ煮 50g			50	50	0		
<b>料理計</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>50</b>	<b>50</b>			
<b>〇じゃが芋のそぼろ煮</b> 1301210							
鶏挽肉	15	15	18	18	0		
じゃがいも	25	27.78	30	33.33	10	賽の目切り	
たまねぎ	13	13	15.6	15.6	0	みじん切り	
おろし生姜	0.1	0.1	0.12	0.12	0		
サラダ油 1.5ℓ	0.3	0.3	0.36	0.36	0		
きび砂糖	1.8	1.8	2.16	2.16	0	1/3残し	
醤油 (10ℓ)	3.2	3.2	3.84	3.84	0	1/3残し	
清酒 (1本1.8ℓ)	0.8	0.8	0.96	0.96	0	下味	
本みりん (1本1.8ℓ)	0.8	0.8	0.96	0.96	0	1/3残し	
でん粉	0.6	0.6	0.72	0.72	0		
かつおだしパック	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
水	10	10	12	12	0		
<b>料理計</b>	<b>71.1</b>	<b>73.88</b>	<b>85.32</b>	<b>88.65</b>			
<b>合計</b>	<b>787.8</b>	<b>792.42</b>	<b>767.56</b>	<b>773.1</b>			

予定献立表(指示用)		小学校	中学校
令和6年01月24日(水)	実人数計	3,315	1,917

カット	
-----	--

材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>〇カレーうどん</b>	0400300						
冷凍うどん	75	75	81	81	0	ポイル	
豚肩肉 小間切り	30	30	36	36	0		
たまねぎ	25	25	30	30	0	スライス3mm	
長ねぎ	15	15.79	18	18.95	5	小口切り0.3cm	
こまつな	15	16.67	18	20	10	2cm	
カット油揚げ(冷)	3	3	3.6	3.6	0	油抜き	
半月スライスなると	4	4	4.8	4.8	0	解凍	
醤油(10ℓ)	2.8	2.8	3.36	3.36	0	1/3残し	
こしょう缶 400g	0.03	0.03	0.04	0.04	0		
カレー粉缶	0.4	0.4	0.48	0.48	0		
キングカレーフレーク甘口	6.2	6.2	7.4	7.4	0	ミキサー攪拌	
清酒(1本1.8ℓ)	1	1	1.2	1.2	0	下味	
本みりん(1本1.8ℓ)	1.2	1.2	1.44	1.44	0		
かつおだしパック	2.5	2.5	3	3	0		
水	95	95	115	115	0		
<b>料理計</b>	<b>276.13</b>	<b>278.59</b>	<b>323.32</b>	<b>326.27</b>			
<b>牛乳</b>	0200100						
牛乳	206	206	206	206	0		
<b>料理計</b>	<b>206</b>	<b>206</b>	<b>206</b>	<b>206</b>			
<b>〇ちくわの磯辺天</b>	0507715						
ちくわの磯辺天	30	30			0		
ちくわの磯辺天			50	50	0		
サラダ油 1斗缶	3	3	5	5	0		
<b>料理計</b>	<b>33</b>	<b>33</b>	<b>55</b>	<b>55</b>			
<b>白井市産にんじんサラダ(手作りドレ)</b>	1800110						
まぐろツナフレーク水煮	10	10	12	12	0	袋あけ	
レモン果汁 1ℓ	0.2	0.2	0.24	0.24	0	たれ	
冷凍スイートコーン	8	8	9.6	9.6	0	ポイル→冷却	
にんじん	16	16.49	19.2	19.79	3	短冊 3×6mm	
きゅうり	10	10.2	12	12.24	2	短冊 3×6mm	
酢	0.8	0.8	0.96	0.96	0	たれ	
こしょう缶 400g	0.03	0.03	0.04	0.04	0	たれ	
醤油 1.8ℓ	2	2	2.4	2.4	0	たれ	
きび砂糖	0.4	0.4	0.48	0.48	0	たれ	
白すり胡麻	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
白炒り胡麻	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
<b>料理計</b>	<b>48.43</b>	<b>49.12</b>	<b>58.12</b>	<b>58.95</b>			
<b>蒸しケーキ</b>	1901500						
蒸しケーキCa・Mg 40g	40	40			0		
蒸しケーキCa・Mg 60g			60	60	0		
<b>料理計</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>60</b>	<b>60</b>			
<b>合計</b>	<b>603.56</b>	<b>606.71</b>	<b>702.44</b>	<b>706.22</b>			

予定献立表(指示用)		小学校	中学校			カット	
令和6年01月25日(木)		実人数計	3,315	1,917			
材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>ご飯 (0.95)</b> 0100201							
精白米 (低学年)	60	60			0		
精白米 (中学年)	73	73			0		
精白米 (高学年)	76	76			0		
精白米 (中学生)			93	93	0		
水	84	84	120	120	0		
料理計		293	293	213	213		
<b>牛乳</b> 0200100							
牛乳	206	206	206	206	0		
料理計		206	206	206	206		
<b>サムゲタン風スープ</b> 1701707							
鶏もも肉 角切り	30	30	36	36	0		
清酒 (1本1.8ℓ)	3	3	3.6	3.6	0	下味	
大根	15	16.67	18	20	10	銀杏0.3cm	
にんじん	10	10.31	12	12.37	3	銀杏0.3cm	
カットごぼう (さ)	5	5	6	6	0	水洗い	
干し椎茸スライス 500g	1	1	1.2	1.2	0	水洗い	
たまねぎ	5	5	6	6	0	スライス3mm	
玄米	3	3	3.6	3.6	0	袋開け→確認	
長ねぎ	5	5.26	6	6.32	5	小口切り0.3cm	
純ごま油	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
おろしにんにく	0.1	0.1	0.12	0.12	0	みじん切り	
おろし生姜	0.2	0.2	0.24	0.24	0		
中華スープの素	1.2	1.2	1.44	1.44	0		
冷凍チキンブイヨン	13	13	15.6	15.6	0		
水	100	100	120	120	0		
こしょう缶 400g	0.01	0.01	0.01	0.01	0		
食塩 自然塩	0.4	0.4	0.48	0.48	0	1/3残し	
料理計		192.41	194.65	230.89	233.58		
<b>ヤンニョムチキン</b> 0801403							
鶏もも肉 切り身 50g	50	50			0		
鶏もも肉 切り身 60g			60	60	0		
清酒 (1本1.8ℓ)	5	5	6	6	0	下味	
こしょう缶 400g	0.01	0.01	0.01	0.01	0	下味	
でん粉	12	12	14.4	14.4	0		
サラダ油 1斗缶	5	5	6	6	0		
サラダ油 1.5L	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
おろし生姜	0.3	0.3	0.36	0.36	0		
おろしにんにく	0.3	0.3	0.36	0.36	0		
トマトケチャップ	8	8	9.6	9.6	0		
醤油 (10ℓ)	0.96	0.96	1.15	1.15	0		
きび砂糖	0.8	0.8	0.96	0.96	0		
コチュジャン	0.32	0.32	0.38	0.38	0		
水	12	12	14.4	14.4	0		
料理計		95.19	95.19	114.22	114.22		
<b>〇チンゲン菜のナムル</b> 1805401							
もやし	15	15	18	18	0	水洗い	
にんじん	16	16.49	19.2	19.79	3	千切り 3×3mm	
チンゲン菜	20	23.53	24	28.24	15	1cm	
おろしにんにく	0.25	0.25	0.3	0.3	0		
醤油 1.8ℓ	2.7	2.7	3.24	3.24	0		
きび砂糖	0.8	0.8	0.96	0.96	0		
純ごま油	0.35	0.35	0.42	0.42	0		
白炒り胡麻	1	1	1.2	1.2	0		
料理計		56.1	60.12	67.32	72.15		
合計		842.7	848.96	831.43	838.95		

予定献立表(指示用)		小学校	中学校				
令和6年01月26日(金)		実人数計	3,315	1,917	カット		
材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>ご飯 (0.95)</b> 0100201							
精白米 (低学年)	60	60			0		
精白米 (中学年)	73	73			0		
精白米 (高学年)	76	76			0		
精白米 (中学生)			93	93	0		
水	84	84	120	120	0		
<b>料理計</b>	<b>293</b>	<b>293</b>	<b>213</b>	<b>213</b>			
<b>牛乳</b> 0200100							
牛乳	206	206	206	206	0		
<b>料理計</b>	<b>206</b>	<b>206</b>	<b>206</b>	<b>206</b>			
<b>〇すいとん</b> 1602730							
鶏もも皮なし 小間肉	10	10	12	12	0		
清酒 (1本1.8ℓ)	2	2	2.4	2.4	0	下味	
カットえのき	10	10	12	12	0	水洗い	
大根	15	16.67	18	20	10	短冊 3×6mm	
にんじん	8	8.25	9.6	9.9	3	短冊 3×6mm	
すいとん	30	30	36	36	0	袋あけ	
水	110	110	132	132	0		
かつおだしパック	3.5	3.5	4.2	4.2	0		
液体昆布だし	2	2	2.4	2.4	0		
醤油 (10ℓ)	1.5	1.5	1.8	1.8	0		
本みりん (1本1.8ℓ)	1	1	1.2	1.2	0		
食塩 自然塩	0.33	0.33	0.4	0.4	0		
こまつな	5	5.56	6	6.67	10	1cm	
長ねぎ	5	5.26	6	6.32	5	小口切り0.3cm	
<b>料理計</b>	<b>203.33</b>	<b>206.07</b>	<b>244</b>	<b>247.29</b>			
<b>〇銀鮭の塩焼き</b> 0504713							
塩銀鮭 切り身 50g	50	50			0		
塩銀鮭 切り身 60g			60	60	0		
<b>料理計</b>	<b>50</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>60</b>			
<b>〇千草和え</b> 1800910							
キャベツ	15	17.65	18	21.18	15	1cm	
ほうれんそう	12	13.33	14.4	16	10	2cm	
もやし	10	10	12	12	0	水洗い	
カット油揚げ (冷)	5	5	6	6	0	袋あけ	
きび砂糖	1.1	1.1	1.32	1.32	0		
醤油 1.8ℓ	2.8	2.8	3.36	3.36	0		
酢	1.5	1.5	1.8	1.8	0		
純ごま油	0.4	0.4	0.48	0.48	0		
白炒り胡麻	1	1	1.2	1.2	0		
<b>料理計</b>	<b>48.8</b>	<b>52.78</b>	<b>58.56</b>	<b>63.34</b>			
<b>合計</b>	<b>801.13</b>	<b>807.85</b>	<b>781.56</b>	<b>789.63</b>			

予定献立表(指示用)		小学校	中学校			カット	
令和6年01月29日(月)		実人数計	3,315	1,917			
材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>ご飯 (0.95)</b> 0100201							
精白米 (低学年)	60	60			0		
精白米 (中学年)	73	73			0		
精白米 (高学年)	76	76			0		
精白米 (中学生)			93	93	0		
水	84	84	120	120	0		
料理計		293	293	213	213		
<b>牛乳</b> 0200100							
牛乳	206	206	206	206	0		
料理計		206	206	206	206		
<b>〇白井の大根と自然薯のすまし汁</b> 1601311							
豚もも肉 小間切・	14	14	16.8	16.8	0		
にんじん	15	15.46	18	18.56	3	短冊 3×6mm	
大根	15	16.67	18	20	10	短冊 3×6mm	
カットこんにやく 色紙切	9	9	10.8	10.8	0	水洗い	
冷凍豆腐 CaFe強化	15	15	18	18	0	袋あけ	
じねんじょ	12	12	14.4	14.4	0	スライス5mm	
こまつな	10	11.11	12	13.33	10	2cm	
水	90	90	108	108	0		
清酒 (1本1.8%)	2.5	2.5	3	3	0		
かつおだしパック	2.5	2.5	3	3	0		
液体昆布だし	1	1	1.2	1.2	0		
食塩 自然塩	0.3	0.3	0.36	0.36	0		
醤油 (10ℓ)	3.2	3.2	3.84	3.84	0		
本みりん (1本1.8%)	1.2	1.2	1.44	1.44	0		
料理計		190.7	193.94	228.84	232.73		
<b>鯛のさんが焼き</b> 0502100							
鯛のさんが焼き	40	40			0		
鯛のさんが焼き			50	50	0		
本みりん (1本1.8%)	1.6	1.6	2	2	0	たれ	
醤油 (10ℓ)	1.6	1.6	2	2	0	たれ	
おろし生姜	0.4	0.4	0.5	0.5	0	たれ	
水	4	4	5	5	0	たれ	
でん粉	0.1	0.1	0.12	0.12	0	たれ	
料理計		47.7	47.7	59.62	59.62		
<b>白井市産ほうれん草の和風サラダ</b> 1806103							
ほうれんそう	23	25.56	27.6	30.67	10	スライス2cm	
冷凍カットほうれん草	17	17	20.4	20.4	0	水洗い	
カットえのき	12	12	14.5	14.5	0	水洗い	
きざみのり	0.5	0.5	0.6	0.6	0		
醤油 1.8ℓ	2.5	2.5	3	3	0		
きび砂糖	2	2	2.4	2.4	0		
サラダ油 1.5L	2.5	2.5	3	3	0		
酢	2.8	2.8	3.36	3.36	0		
こしょう缶 400g	0.02	0.02	0.02	0.02	0		
料理計		62.32	64.88	74.88	77.95		
<b>はちみつゆずゼリー</b> 2200110							
はちみつゆずゼリー40g	40	40	40	40	0		
料理計		40	40	40	40		
合計		839.72	845.52	822.34	829.3		



予定献立表(指示用)		小学校	中学校			カット	
令和6年01月31日(水)		実人数計	3,315	1,917			
材 料 名	小学校(g)		中学校(g)		廃棄率 (%)	切り方	作り方説明
	可食量	使用量	可食量	使用量			
<b>ご飯 (0.95)</b> 0100201							
精白米 (低学年)	60	60			0		
精白米 (中学年)	73	73			0		
精白米 (高学年)	76	76			0		
精白米 (中学生)			93	93	0		
水	84	84	120	120	0		
<b>料理計</b>	293	293	213	213			
<b>牛乳</b> 0200100							
牛乳	206	206	206	206	0		
<b>料理計</b>	206	206	206	206			
<b>〇八宝菜</b> 1400700							
豚もも肉 小間切・	30	30	36	36	0		
清酒 (1本1.8ℓ)	3	3	3.6	3.6	0	下味	
にんじん	17	17.53	20.4	21.03	3	短冊 3×6mm	
たけのこ短冊切り	12	12	14.4	14.4	0	袋あけ	
干し椎茸スライス 500g	0.5	0.5	0.6	0.6	0	水戻し	
白菜	35	37.23	42	44.68	6	1cm	
たまねぎ	20	20	24	24	0	スライス3mm	
なると スライス	5	5	6	6	0	解凍	
うずらの卵水煮	18	18	21.6	21.6	0	ボイル	
冷凍むきえび	12	12	14.4	14.4	0	ボイル	
冷凍さやいんげん	6	6	7.2	7.2	0	袋あけ	
おろし生姜	0.8	0.8	0.96	0.96	0		
サラダ油 1.5ℓ	0.3	0.3	0.36	0.36	0		
中華スープの素	0.6	0.6	0.72	0.72	0		
醤油 (10ℓ)	1.7	1.7	2.04	2.04	0	1/3残し	
食塩 自然塩	0.25	0.25	0.3	0.3	0	1/3残し	
こしょう缶 400g	0.02	0.02	0.02	0.02	0		
でん粉	1.5	1.5	1.8	1.8	0		
純ごま油	0.3	0.3	0.36	0.36	0		
<b>料理計</b>	163.97	166.73	196.76	200.07			
<b>〇しゅうまい</b> 0600600							
しゅうまい30g	30	30	30	30	0		
しゅうまい30g			30	30	0		
<b>料理計</b>	30	30	60	60			
<b>〇春雨サラダ</b> 1805701							
ボンレスハム 6mm千切りスライス	3	3	3.6	3.6	0		
もやし	10	10	12	12	0	水洗い	
にんじん	8	8.25	9.6	9.9	3	短冊 3×6mm	
きゅうり	15	15.31	18	18.37	2	短冊 3×6mm	
はるさめ 緑豆	3.2	3.2	3.84	3.84	0	袋あけ	
食塩 自然塩	0.02	0.02	0.02	0.02	0		
純ごま油	1.2	1.2	1.44	1.44	0		
きび砂糖	1.08	1.08	1.3	1.3	0		
醤油 1.8ℓ	2.5	2.5	3	3	0		
酢	0.9	0.9	1.08	1.08	0		
洋辛子粉	0.06	0.06	0.07	0.07	0		
白炒り胡麻	0.4	0.4	0.48	0.48	0	袋あけ	
<b>料理計</b>	45.36	45.92	54.43	55.1			
<b>合計</b>	738.33	741.65	730.19	734.17			