

No	日	曜	献立名	エネルギー kcal	炭水 化物 g	炭水化 物比 %	蛋白質 g	蛋白質 比 %	脂質 g	脂質 比 %	予定価格 円
1	5	月	デニッシュベストリー70g 牛乳 マカロニグラタン(鶏むね肉) 温野菜(ブロ・人) 玉ねぎドレッシング キャベツとえのきたけのスープ	777	67.4	39.3	31.3	16.1	38.5	44.6	392.74
2	6	火	白飯(110g) 牛乳 魚の台湾風唐揚げ 豚肉と舞たけの炒め物 みそ汁(チ・玉)	783	109.8	59.7	33.1	16.9	20.4	23.4	346.17
3	7	水	ゆでうどん袋入り 100g 牛乳 きつねうどん 大学芋(ごま無し) もやしと鶏肉の炒め物	828	128.2	63.3	27.3	13.2	21.6	23.5	331.19
4	8	木	白飯(110g) 牛乳 カレー(ももスライス) 小松菜とわかめのごま酢 福神漬	852	116.2	62.8	31.4	14.7	21.3	22.5	424.39
5	9	金	黒パン80g 牛乳 チキンイタリアン 2コ 春雨サラダ(炒め・ごま油抜き) もやしのスープ	872	110.9	51.1	31.5	14.4	33.4	34.5	351.86
6	13	火	白飯(110g) 牛乳 鯖のみそ焼き 高菜の油炒め かき玉汁(葱・人・小)	835	106.5	53.9	28.5	13.7	30.1	32.4	356.66
7	14	水	ロールパン80g 牛乳 豚肉のレモン風味 温野菜(ごぼうサラダ) クラスドレッシング(和風クリーム チンゲン菜のスープ	881	99.5	46.8	31.8	14.4	38.0	38.8	389.64
8	15	木	栗おこわ 牛乳 ほっけの一夜干し 青菜と鶏肉の炒め物 みそ汁(油・玉・豆腐)	764	110.6	60.6	33.0	17.3	18.8	22.1	494.47
9	16	金	食パン80g 牛乳 鶏肉の唐揚げ(40g) 2コ 温野菜(キャ・人) 辛しドレッシング 2 フォー③ 黒豆きなこクリーム	909	98.1	49.6	33.4	14.7	36.1	35.7	341.01
10	19	月	白飯(110g) 牛乳 いかのごまだれかけ チンゲン菜のオイスター炒め みそ汁(大根・葱)	781	104.5	61.3	27.9	14.3	21.2	24.4	387.08
11	20	火	コッペパン80g 牛乳 大豆ミート入りチリコンカン じゃがいものソテー レタスとベーコンのスープ	767	98.6	52.1	35.8	18.7	24.9	29.2	366.27
12	21	水	白飯(110g) 牛乳 魚の和風マヨネーズ焼き 筑前煮(サ) みそ汁(ホ・麩)	822	109.4	56.8	31.1	15.1	25.7	28.1	388.31
13	22	木	子どもパン80g 牛乳 ハンバーグデミグラソースかけ コーンソテー 白菜のクリームスープ	850	107.4	51.5	31.1	14.6	32.0	33.9	323.91
14	23	金	白飯(110g) 牛乳 から揚げと野菜の炒め物 青菜のそぼろスープ	892	114.4	54.8	31.0	13.9	31.0	31.3	426.18
15	26	月	ツイストパン80g 牛乳 鶏肉のバジルソース(むね肉) 海藻サラダ 和風ドレッシング ミネストローネスープ(芋なし)②	800	101.9	52.6	34.8	17.4	26.7	30.0	366.42
16	27	火	白飯(110g) 牛乳 ポテトコロッケ(卵なし) 切り干し大根の中巻炒め みそ汁(江・高野豆腐) クラスソース	895	131.0	62.0	28.7	12.8	25.1	25.2	328.88
17	28	水	ロールコッペ80g 牛乳 ヤンニョムフィッシュ もやしの炒め物 キャベツのスープ	827	101.7	51.4	30.7	14.8	31.1	33.8	330.40
18	29	木	ドライカレー(ホワイトソース) 牛乳 ホワイトソース(ドライカレー) ブロッコリーとウィンナーのソテー りんご(1/8)	807	107.4	56.6	27.5	13.6	26.7	29.8	359.14
19	30	金	白飯(110g) 牛乳 鶏肉のねぎみそ焼き 2コ ひじきとツナの炒り煮 すまし汁(春雨)	821	111.9	56.7	32.2	15.7	25.2	27.6	383.59
合 計				15763	2035.4	54.9	592.1	15.0	527.8	30.1	7088.31
1 食 平 均				830	107.1	54.9	31.2	15.0	27.8	30.1	373.07
中学校基準量				830			34.5		23.0		
充足率 %				100.0			90.4		120.9		

※エネルギー比は八訂の算出方法に基づいて計算されています。

	東 側	(東)	共同調理場								(西)	西 側
日 () 日曜												
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
日 () 日曜												
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
日 () 日曜												
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
1 日 (木) 日曜												
2 日 (金) 日曜												

新人体育大会

	東 側	(東)	共同調理場								(西)	西 側
5 日 (月)	牛 乳	焼					揚					牛 乳
	デニッシュペストリ70g					ごはん				豚肉と舞たけの炒め物		
	温野菜(ブ・人)	マカロニグラタン				魚の台湾風唐揚げ				みそ汁(チ・玉)		
	玉ねぎドレッシング	大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
6 日 火曜	キャベツとえのきたけのスープ	大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		グラタン	温野菜		スープ	炒め物						
		魚				魚		ごはん	汁			
6 日 (火)	牛 乳	揚					焼					牛 乳
	豚肉と舞たけの炒め物	ごはん				マカロニグラタン				デニッシュペストリ70g		
	みそ汁(チ・玉)	魚の台湾風唐揚げ								温野菜(ブ・人)		
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗	玉ねぎドレッシング		
5 日 月曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗	キャベツとえのきたけのスープ		
		炒め物										
		魚		ごはん	汁	グラタン	温野菜		スープ			
7 日 (水)	牛 乳	揚					焼					牛 乳
	ゆでうどん100g					ごはん				筑前煮		
	きつねうどん	大学芋				魚の和風マヨネーズ焼き				みそ汁(ホ・麴)		
	もやしと鶏肉の炒め物	大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
21 日 水曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		炒め物				筑前煮						
		大学芋		汁		魚		ごはん	汁			
8 日 (木)	牛 乳	釜					揚					牛 乳
	小松菜とわかめのごま酢	ごはん				チキンイタリアン				黒パン80g		
	福神漬	カレー								春雨サラダ		
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗	もやしのスープ		
9 日 金曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		福神漬				サラダ						
		ごはん	ごま酢	カレー		チキン			スープ			
9 日 (金)	牛 乳	揚					釜					牛 乳
	黒パン80g					ごはん				小松菜とわかめのごま酢		
	春雨サラダ	チキンイタリアン				カレー				福神漬		
	もやしのスープ	大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
8 日 木曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		サラダ				福神漬						
		チキン			スープ	ごはん	ごま酢	カレー				

		東 側		(東)		共同調理場		(西)		西 側		
12 日 (月)		スポーツの日										
		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
日曜												
13 日 (火)	牛 乳	焼					揚					牛 乳
	高菜の油炒め	ごはん				豚肉のレモン風味				ロールパン80g		
	かき玉汁	鯖のみそ焼き								温野菜(ご・人)		
14日 水曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗	チンゲン菜のスープ		
	炒め				温野菜							
	魚		ごはん	汁	豚肉			スープ				
14 日 (水)	牛 乳	揚					焼					牛 乳
	ロールパン80g	豚肉のレモン風味				ごはん				高菜の油炒め		
	温野菜(ご・人)	鯖のみそ焼き				チンゲン菜のスープ				かき玉汁		
13日 火曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
	温野菜				炒め							
	豚肉			スープ	魚		ごはん	汁				
15 日 (木)	牛 乳	焼					揚					牛 乳
	青菜と鶏肉の炒め物	栗おこわ				鶏肉の唐揚げ				食パン80g		
	みそ汁(油・玉・豆苗)	ほっけの一夜干し				辛子ドレッシング				温野菜(キャ・人)		
16日 金曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗	フォー		
	炒め物				温野菜					黒豆きなこクリーム		
	魚		おこわ	汁	鶏肉			スープ				
16 日 (金)	牛 乳	揚					焼					牛 乳
	食パン80g	鶏肉の唐揚げ				栗おこわ				青菜と鶏肉の炒め物		
	温野菜(キャ・人)	ほっけの一夜干し				みそ汁(油・玉・豆苗)						
15日 木曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
	辛子ドレッシング				炒め物							
	フォー				魚		おこわ	汁				

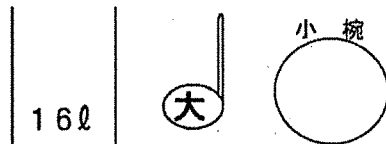
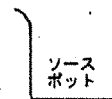
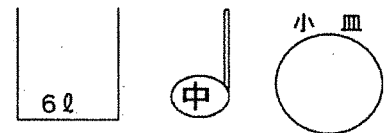
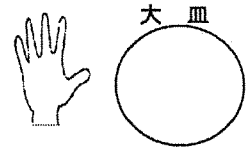
	東 側	(東)	共同調理場								(西)	西 側
19 日 (月)	牛 乳 チンゲン菜のオイスター炒め みそ汁(大・葱)	揚	ごはん いかのごまだれかけ				釜	大豆ミート入りチリコンカン				牛 乳 コッペパン80g じゃがいものソテー レタスとベーコンのスープ
20日 火曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		炒め				チリコ						
		いか		ごはん	汁	ンカン	ソテー			スープ		
20 日 (火)	牛 乳 コッペパン80g じゃがいものソテー レタスとベーコンのスープ	釜	ごはん 大豆ミート入りチリコンカン				揚	ごはん いかのごまだれかけ				牛 乳 チンゲン菜のオイスター炒め みそ汁(大・葱)
19日 月曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		チリコ				炒め						
		ンカン	ソテー		スープ	いか		ごはん	汁			
21 日 (水)	牛 乳 筑前煮 みそ汁(ホ・麩)	焼	ごはん 魚の和風マヨネーズ焼き				揚	大学芋				牛 乳 ゆでうどん100g きつねうどん もやしと鶏肉の炒め物
7日 水曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		筑前煮				炒め物						
		魚		ごはん	汁	大学芋		汁				
22 日 (木)	牛 乳 子どもパン80g コーンソテー 白菜のクリームスープ	焼	ハンバーグデミグラソースかけ				揚・釜	ごはん から揚げと野菜の炒め物				牛 乳 青菜のそぼろ汁
23日 金曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		ソテー										
		ハンバーグ		スープ		炒め物		ごはん	汁			
23 日 (金)	牛 乳 青菜のそぼろ汁	揚・釜	ごはん から揚げと野菜の炒め物				焼	ハンバーグデミグラソースかけ				牛 乳 子どもパン80g コーンソテー 白菜のクリームスープ
22日 木曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		炒め物				ソテー						
				ごはん	汁	ハンバーグ		スープ				

	東 側	(東)	共同調理場								(西)	西 側
26 日 (月)	牛 乳 ツイストパン80g 海藻サラダ 和風ドレッシング ミネストローネスープ	焼	鶏肉のバジルソース				ごはん ポテトコロッケ				揚	牛 乳 切り干し大根の中華炒め みそ汁(江・高) クラスソース
27 日 火曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		サラダ				炒め						
		鶏肉		スープ		コロッケ		ごはん	汁			
27 日 (火)	牛 乳 切り干し大根の中華炒め みそ汁(江・高) クラスソース	揚	ごはん ポテトコロッケ				鶏肉のバジルソース				焼	牛 乳 ツイストパン80g 海藻サラダ 和風ドレッシング ミネストローネスープ
26 日 月曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		炒め				サラダ						
		コロッケ		ごはん	汁	鶏肉		スープ				
28 日 (水)	牛 乳 ロールコッペ80g もやしの炒め物 キャベツのスープ	揚	ヤンニョムフィッシュ				ドライカレー ホワイトソース				釜	牛 乳 ブロッコリーとウインナーのソテー りんご1/8
30 日 金曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		炒め物				ドライ						
		魚		スープ		カレー	ソテー		ソース			
29 日 (木)	牛 乳 ブロッコリーとウインナーのソテー りんご1/8	釜	ドライカレー ホワイトソース				鶏肉のねぎみそ焼き				焼	牛 乳 委託ごはん ひじきとツナの炒り煮 すまし汁
28 日 水曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		ドライ				炒り煮						
		カレー	ソテー		ソース	鶏肉		ごはん	汁			
30 日 (金)	牛 乳 ひじきとツナの炒り煮 すまし汁	焼	ごはん 鶏肉のねぎみそ焼き				ヤンニョムフィッシュ				揚	牛 乳 ロールコッペ80g もやしの炒め物 キャベツのスープ
29 日 木曜		大皿	小皿	大碗	小碗	大皿	小皿	大碗	小碗			
		炒り煮				炒め物						
		鶏肉		ごはん	汁	魚		スープ				

調理業務指示書

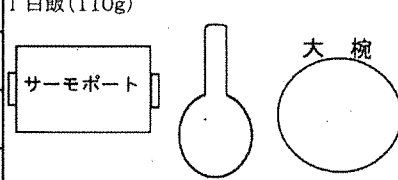
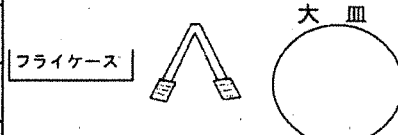
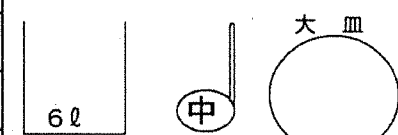
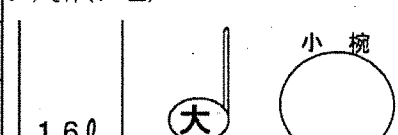
2026 年 10 月 5 日 月 曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
デニッシュペストリー70g	学	デニッシュペストリー 70g		70	1 デニッシュペストリー70g
牛乳	学	牛乳		206	
マカロニグラタン	セ	サラダ油(センター)		1	
		バター		1	
		たまねぎ	94	74	2 牛乳
		しめじ(バラ)		9	
		鶏胸皮なし小間		37	
		ベシヤメルソース		11	
		調理用牛乳		51	3 マカロニグラタン
		生クリーム乳脂肪35		14	
		水		37	
		マカロニ		23	
		白ワイン		25	4 温野菜(プロ・人)
		食塩		5	
		白こしょう		03	
		ナチュラルチーズ(細)		15	
		グラタン皿紙		1	5 玉ねぎドレッシング
温野菜(プロ・人)	学	(冷)ブロッコリー		40	
		にんじん	97	15	
玉ねぎドレッシング	学	砂糖		8	
		食塩		1	6 キャベツとえのきたけのスープ
		米酢		2	
		しょうゆ		3	
		たまねぎ	94	3	
		サラダ油		2	6 キャベツとえのきたけのスープ
キャベツとえのきたけのスープ	学	豚もも赤身 1cmスライス		7	
		キャベツ	85	30	
		えのきたけ	85	15	
		チキンブイヨン		15	
		食塩		11	
		白こしょう		01	
		ごま油		5	
		水		145	



調理業務指示書

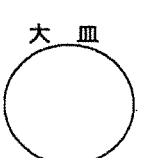
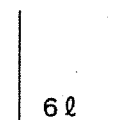
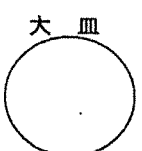
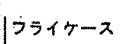
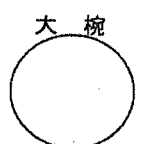
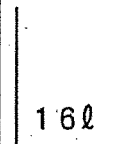
2026 年 10 月 6 日 火曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
白飯(110g)	セ	米(精白米)		110	1 白飯(110g) 
		強化米		32	
		サラダ油(センター)		76	
牛乳	学	牛乳		206	2 牛乳
魚の台湾風唐揚げ	セ	モウカザメ澱粉付き70g		70	
		サラダ油(センター)		8	
		にんにく	92	5	3 魚の台湾風唐揚げ 
		根しょうが	80	5	
		米酢		35	
		長ねぎ	60	7	4 豚肉と舞たけの炒め物 
		しょうゆ		5	
		砂糖		25	
		水		5	5 みそ汁(チ・玉) 
豚肉と舞たけの炒め物	学	豚モモ赤身 3cmスライス		25	
		しょうゆ		1	
		砂糖		3	5 みそ汁(チ・玉)
		生まいたけ(バラ)		20	
		にんじん	97	10	
		糸こんにゃく5cmカット・黒		10	5 みそ汁(チ・玉)
		むきえだまめ(冷凍)		5	
		サラダ油		1	
		しょうゆ		25	5 みそ汁(チ・玉)
		酒		1	
		砂糖		1	
		オイスターソース		5	5 みそ汁(チ・玉)
みそ汁(チ・玉)	学	水		155	
		煮干し粉		7	
		チンゲン菜	85	25	5 みそ汁(チ・玉)
		たまねぎ	94	30	
		白みそ		11	

調理業務指示書

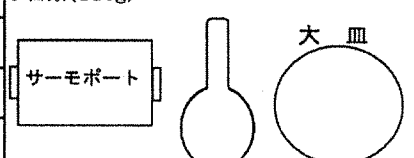
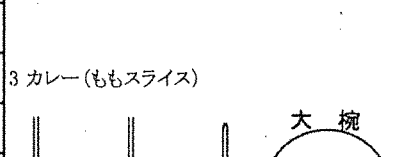
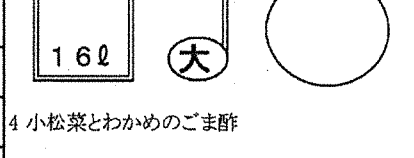
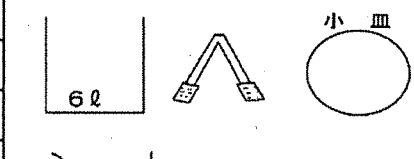
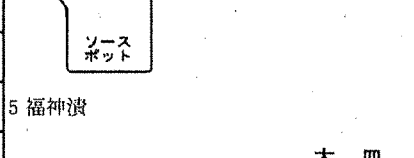
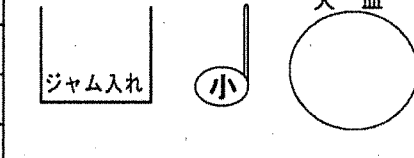
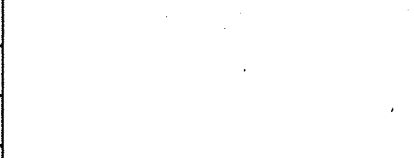
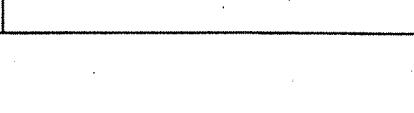
2026年10月7日 水曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
ゆでうどん袋入り	学	ゆでうどん袋入り 100g		100	1 ゆでうどん袋入り
牛乳	学	牛乳		206	
きつねうどん	学	厚削り節		3	
		水		200	2 牛乳
		豚モモ赤身 3cmスライス		10	
		にんじん	97	10	
		干しいたけ 細切り		5	3 きつねうどん
		長ねぎ	60	15	
		ほうれんそう	90	20	
		(冷)油揚げカット		20	4 大学芋
		本みりん		3	
		食塩		7	
		しょうゆ		13	5 もやしと鶏肉の炒め物
大学芋	セ	さつまいもカット(皮付き角		90	
		サラダ油(センター)		5	
		砂糖		12	6 もやしと鶏肉の炒め物
		しょうゆ		13	
		水		115	
もやしと鶏肉の炒め物	学	緑豆もやし	97	60	7 もやしと鶏肉の炒め物
		にんじん	97	5	
		にら	95	5	
		鶏胸皮なし小間		15	8 もやしと鶏肉の炒め物
		食塩		45	
		白こしょう		01	
		サラダ油		1	9 もやしと鶏肉の炒め物
		しょうゆ		7	
					10 もやしと鶏肉の炒め物
					11 もやしと鶏肉の炒め物
					12 もやしと鶏肉の炒め物
					13 もやしと鶏肉の炒め物
					14 もやしと鶏肉の炒め物
					15 もやしと鶏肉の炒め物
					16 もやしと鶏肉の炒め物
					17 もやしと鶏肉の炒め物
					18 もやしと鶏肉の炒め物
					19 もやしと鶏肉の炒め物
					20 もやしと鶏肉の炒め物



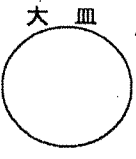
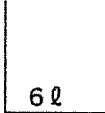
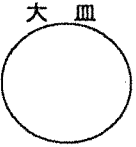
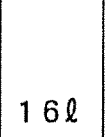
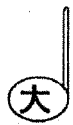
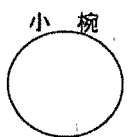
調理業務指示書

2026年10月8日 木曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
白飯(110g)	セ	米(精白米)		110	1 白飯(110g) 
		強化米		32	
		サラダ油(センター)		76	2 牛乳 
牛乳	学	牛乳		206	
カレー(ももスライス)	セ	サラダ油(センター)		15	3 カレー(ももスライス) 
		にんにく	92	1	
		根しょうが	80	5	4 小松菜とわかめのごま酢 
		豚モモ赤身(5cmスライス)		45	
		カレー粉		8	5 福神漬 
		白こしょう		02	
		たまねぎ	94	50	6 福神漬 
		にんじん	97	25	
		じゃがいも	90	60	7 福神漬 
		チキンブイヨン		215	
		ポークブイヨン		215	8 福神漬 
		炒め玉ねぎ		7	
		すりおろしりんご		4	9 福神漬 
		赤ワイン		7	
		ケチャップ		57	10 福神漬 
		ウスターソース		27	
		中濃ソース		1	11 福神漬 
		チャツネ		14	
		ベーリーフ 粉		02	12 福神漬 
		ナチュラルチーズ(細)		43	
		食塩		9	13 福神漬 
		しょうゆ		143	
		水		67	14 福神漬
		サラダ油(センター)		465	
		バター		2	15 福神漬
		カレー粉		62	
		小麦粉		95	16 福神漬
小松菜とわかめのごま酢	学	こまつな	85	40	
		にんじん	97	10	17 福神漬
		(冷) 茎わかめ・細切り		8	
		炒りごま(白)		2	18 福神漬
		しょうゆ		4	
		米酢		4	19 福神漬
		砂糖		1	
福神漬	学	福神漬(無添加)国産		15	20 福神漬

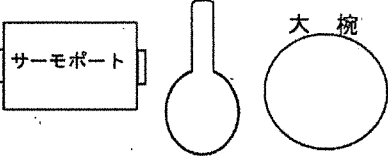
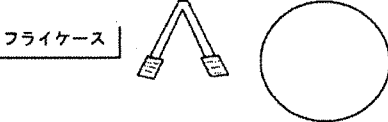
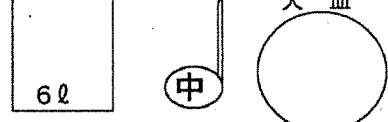
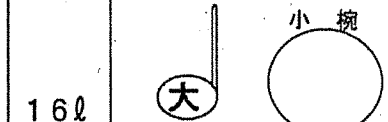
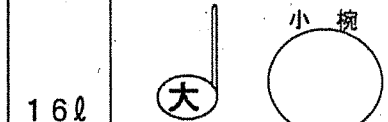
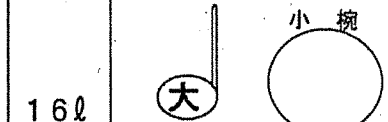
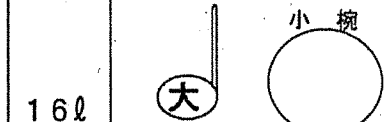
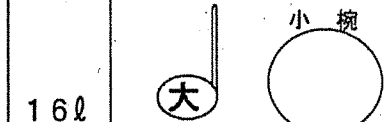
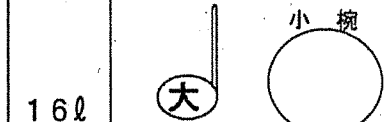
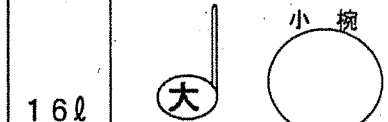
調理業務指示書

2026年10月9日 金曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
黒パン80g	学	黒パン 80g		80	1 黒パン80g 2 牛乳 3 チキンイタリアン 2コ フライケース  
牛乳	学	牛乳		206	
チキンイタリアン 2コ	セ	鶏もも皮つき40g		80	
		フライ用でん粉	50	3 5	
		フライ用小麦粉	50	1 2	
		サラダ油(センター)		9	
		ケチャップ		14 5	
		砂糖		6	
		中濃ソース		3 6	
		パセリ(乾)(みじん切り)		07	
		食塩		08	4 春雨サラダ(炒め・ごま油抜き)   
		水		3	
春雨サラダ(炒め・ごま油抜き)	学	サラダ油		1 4	
		緑豆春雨 5cmカット		8	
		にんじん	97	5	
		キャベツ	85	20	
		ロースハム(無添加)		5	
		きゅうり	98	7	
		米酢		3 8	
		しょうゆ		2 8	
		砂糖		2	5 もやしのスープ   
		食塩		1	
もやしのスープ	学	緑豆もやし	97	30	
		たまねぎ	94	10	
		水菜	85	5	
		豚もも赤身 1cmスライス		5	
		丸鶏だしパック		12	
		根しょうが	80	6	
		水		155	
		食塩		1 05	
		白こしょう		01	
		しょうゆ		6	

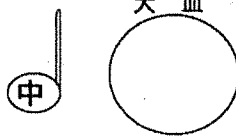
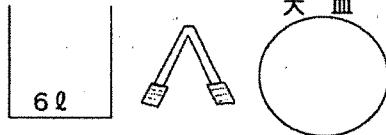
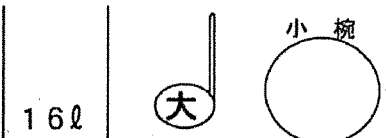
調理業務指示書

2026年10月13日火曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
白飯(110g)	セ	米(精白米)		110	1 白飯(110g) 
		強化米		32	
		サラダ油(センター)		76	
牛乳	学	牛乳		206	2 牛乳
鯖のみそ焼き	セ	生サバ		70	
		焼き油(鉄板用)		15	
		酒		2	3 鯖のみそ焼き 
		しょうゆ		35	
		砂糖		25	
		赤みそ		7	4 高菜の油炒め 
		本みりん		4	
		水		7	
		でん粉		3	5 かき玉汁(葱・人・小) 
		水		5	
高菜の油炒め	学	サラダ油		1	
		豚もも赤身 1cmスライス		15	5 かき玉汁(葱・人・小) 
		にんじん	97	8	
		干しいたけ 細切り		1	
		糸こんにゃく5cmカット・黒		10	5 かき玉汁(葱・人・小) 
		高菜漬刻み(冷)		25	
		しょうゆ		6	
		本みりん		5	5 かき玉汁(葱・人・小) 
かき玉汁(葱・人・小)	学	長ねぎ	60	7	
		にんじん	97	5	
		こまつな	85	15	5 かき玉汁(葱・人・小) 
		でん粉(自校)		1	
		水		2	
		冷凍液卵		12	5 かき玉汁(葱・人・小) 
		水		165	
		厚削り節		3	
		食塩		11	5 かき玉汁(葱・人・小) 
		しょうゆ		1	

調理業務指示書

2026 年 10 月 14 日 水曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
ロールパン80g	学	ロールパン 80g		80	1 ロールパン80g
牛乳	学	牛乳		206	
豚肉のレモン風味	セ	豚もも赤身 2×2×2cm		80	
		フライ用でん粉	50	5	2 牛乳
		サラダ油(センター)		9	
		砂糖		5 5	
		しょうゆ		8	
		レモン果汁 国産500ml		3 5	
		水		5	3 豚肉のレモン風味
温野菜(ごぼうサラダ)	学	サラダ油		3	フライケース
		切りごぼう ささがき		35	
		にんじん	97	15	
		しょうゆ		1	4 温野菜(ごぼうサラダ)
クラスドレッシング(和風クリーム)	学	クラスドレッシング(和風クリーム)		8	
チンゲン菜のスープ	学	チンゲン菜	85	35	
		鶏胸皮なし小間		5	5 クラスドレッシング(和風クリーム)
		たまねぎ	94	15	
		丸鶏だしパック		12	
		根しょうが	80	6	
		水		155	
		食塩		1 05	6 チンゲン菜のスープ
		白こしょう		01	

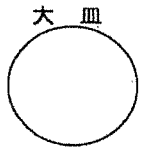
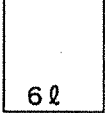
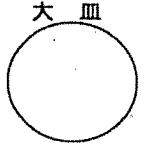
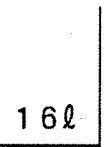
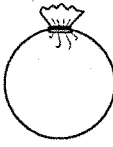
調理業務指示書

2026 年 10 月 15 日 木曜日

[illegible]

調理業務指示書

2026年10月16日 金曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
食パン80g	学	食パン 80g		80	1 食パン80g 2 牛乳
牛乳	学	牛乳		206	
鶏肉の唐揚げ(40g)2コ	セ	鶏もも皮つき40g		80	
		しょうゆ		43	
		酒(下味)		13	
		にんにく	92	5	
		根しょうが	80	1	
		フライ用でん粉	50	7	
		フライ用小麦粉	50	2	
		サラダ油(センター)		8	
温野菜(キャ・人)	学	キャベツ	85	55	3 鶏肉の唐揚げ(40g)2コ フライケース  
		にんじん	97	10	
辛しドレッシング	学	砂糖		15	4 温野菜(キャ・人)   
		食塩		2	
		米酢		2	
		しょうゆ		3	
		辛子粉		1	
		サラダ油		4	5 辛しドレッシング 
フォー③	学	水		150	
		チキンブイヨン		15	6 フォー③   
		豚もも赤身 1cmスライス		9	
		にんじん	97	8	
		たまねぎ	94	20	
		水菜	85	7	
		ビーフン平麺		10	7 黒豆きなこクリーム 
		食塩		11	
		白こしょう		01	
黒豆きなこクリーム	学	黒豆きなこクリーム		10	

調理業務指示書

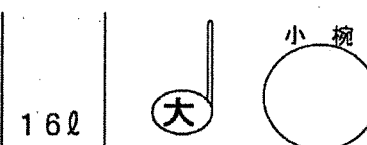
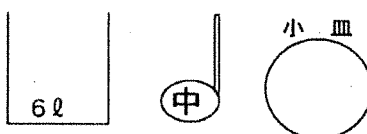
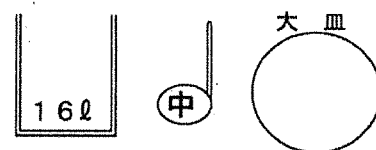
2026年10月19日月曜日

[illegible]

調理業務指示書

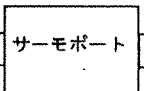
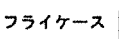
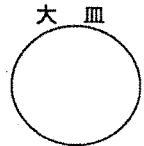
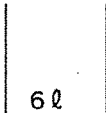
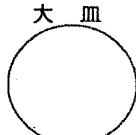
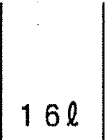
2026年10月20日 火曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
コッペパン80g	学	コッペパン80g		80	1 コッペパン80g
牛乳	学	牛乳		206	
大豆ミート入りチリコンカン	セ	大豆		75	
		豚もも赤身挽肉		22	2 牛乳
		大豆ミート		76	
		たまねぎ	94	70	
		にんじん	97	35	
		トマトピューレ		13	
		ケチャップ		12	3 大豆ミート入りチリコンカン
		ウスターソース		2	
		チリパウダー(カエンペッパー)		06	
		サラダ油(センター)		2	
		チキンブイヨン		9	4 ジャガイモのソテー
		水		21	
		食塩		7	
		白こしょう		02	
		ガラムマサラ		3	
ジャガイモのソテー	学	ジャガイモ	90	40	5 レタスとベーコンのスープ
		にんじん	97	5	
		(冷)さやいんげん 3cm		10	
		サラダ油		1	
		バター		1	
		食塩		5	
		白こしょう		02	
レタスとベーコンのスープ	学	レタス	98	30	
		ベーコン(1cmスライス)		3	
		えのきたけ	85	10	
		たまねぎ	94	15	
		丸鶏だしパック		12	
		水		155	
		根しょうが	80	6	
		食塩		1	
		白こしょう		01	



調理業務指示書

2026年10月21日水曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
白飯(110g)	セ	米(精白米)		110	1 白飯(110g)   
		強化米		32	
		サラダ油(センター)		76	
牛乳	学	牛乳		206	2 牛乳
魚の和風マヨネーズ焼き	セ	シルバー 60g		60	
		たまねぎ	94	6	
		ベーカリーマヨネーズ		14	3 魚の和風マヨネーズ焼き   
		酒		1	
		しょうゆ		35	
		食塩		1	4 筑前煮(サ)   
		砂糖		17	
		紙カップ		1	
筑前煮(サ)	学	鶏胸皮なし小間		30	5 みそ汁(ホ・麩)   
		◆色紙切りこんにゃく(黒) 5mm厚		23	
		(洗い)ごぼう	90	10	
		にんじん	97	20	6 焼ふ(板ふ)
		干しいたけ 細切り		7	
		れんこん	80	20	
		サラダ油		15	7 白みそ
		厚削り節		5	
		水		25	
		しいたけのもどし汁			8 焼ふ(板ふ)
		砂糖		2	
		酒		15	
		本みりん		15	9 白みそ
		しょうゆ		65	
みそ汁(ホ・麩)	学	水		160	
		煮干し粉		7	10 焼ふ(板ふ)
		ほうれんそう	90	35	
		焼ふ(板ふ)		2	
		白みそ		11	11 焼ふ(板ふ)
					12 焼ふ(板ふ)

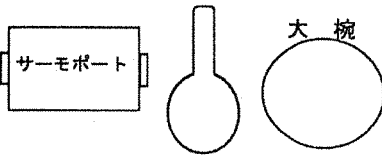
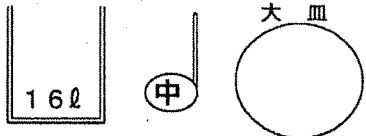
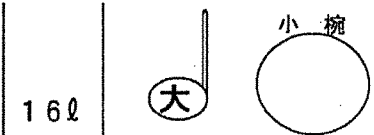
調理業務指示書

2026年10月22日 木曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
子どもパン80g	学	子どもパン 80g		80	1 子どもパン80g
牛乳	学	牛乳		206	
ハンバーグデミグラソースかけ	セ	ハンバーグ(冷)80g		80	
		焼き油(鉄板用)		15	2 牛乳
		サラダ油(センター)		5	
		にんにく	92	2	
		たまねぎ	94	20	
		デミグラソース		10	
		赤ワイン		5	3 ハンバーグデミグラソースかけ
		ケチャップ		2	
		食塩		2	
		白こしょう		02	
		砂糖		2	
		しょうゆ		2	4 コーンソテー
		水		2	
コーンソテー	学	(冷)ホールコーン		40	
		バター		8	5 白菜のクリームスープ
		食塩		2	
		白こしょう		01	
白菜のクリームスープ	学	サラダ油		6	
		ベーコン(1cmスライス)		5	
		たまねぎ	94	30	フライケース 大 皿 6l 中 大 皿 大 碗 16l 大
		にんじん	97	10	
		しめじ(バラ)		6	
		白菜	94	40	
		水		65	
		チキンブイヨン		15	
		調理用牛乳(サテ)		60	
		ナチュラルチーズ(細)		45	
		食塩		95	
		白こしょう		02	
		米粉		6	
		水		30	

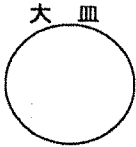
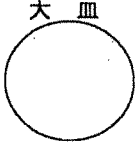
調理業務指示書

2026年10月23日 金曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
白飯(110g)	セ	米(精白米)		110	1 白飯(110g) 
		強化米		32	
		サラダ油(センター)		76	
牛乳	学	牛乳		206	2 牛乳
から揚げと野菜の炒め物	セ	鶏もも皮つき20g		80	
		食塩		3	
		酒		2	3 から揚げと野菜の炒め物 
		フライ用でん粉	50	8	
		フライ用小麦粉	50	15	
		サラダ油(センター)		9	
		根しょうが	80	3	
		にんじん	97	25	4 青菜のそぼろ汁 
		ピーマン	85	20	
		たけのこ水煮		20	
		たまねぎ	94	35	
		干しいたけ 細切り		15	
		サラダ油(センター)		15	
		チキンブイヨン		5	
		水		18	
		砂糖		5	
		食塩		7	
		米酢		6	
		でん粉		1	
		水		2	
		しょうゆ		3	
青菜のそぼろ汁	学	豚もも赤身挽肉		18	
		にんじん	97	8	
		こまつな	85	30	
		食塩		4	
		しょうゆ		5	
		酒		7	
		サラダ油		3	
		水		155	
		丸鶏だしパック		12	
		根しょうが	80	6	

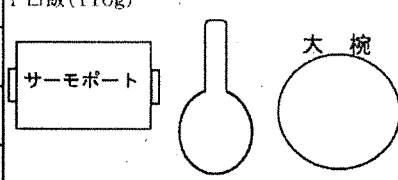
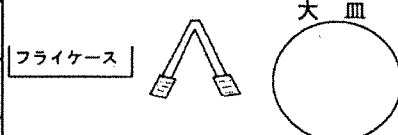
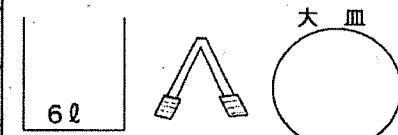
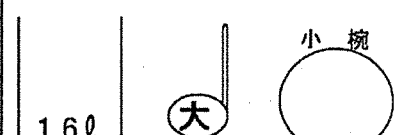
調理業務指示書

2026 年 10 月 26 日 月 曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
ツイストパン80g	学	▼ツイストパン 80g		80	1 ツイストパン80g
牛乳	学	牛乳		206	
鶏肉のバジルソース(むね肉)	セ	▼鶏胸皮なし30g		60	
		▼バジルペースト		4	
		白ワイン		2	
		オリーブ油		3	
		▼たまねぎ	94	10	
		食塩		15	
		白こしょう		01	
		▼ナチュラルチーズ(細)		13	
		紙カップ		1	3 鶏肉のバジルソース(むね肉) フライケース  
海藻サラダ	学	▼にんじん	97	5	
		海藻ミックス		15	4 海藻サラダ  
		▼野菜入りこんにゃく(人参)		15	
和風ドレッシング	学	サラダ油		2	5 和風ドレッシング  
		白みそ		2	
		しょうゆ		3	
		砂糖		17	
		米酢		2	
ミネストローネスープ(芋なし)②	学	▼サラダ油		1	6 ミネストローネスープ(芋なし)②  
		▼豚もも赤身 1cmスライス		10	
		▼セロリ	65	3	
		▼たまねぎ	94	35	
		▼にんじん	97	20	
		チキンブイヨン		15	
		水		160	
		カットトマト缶詰		18	
		トマトピューレ		12	
		食塩		11	
		白こしょう		02	大 碗 
		マカロニ(ホイール)		12	

調理業務指示書

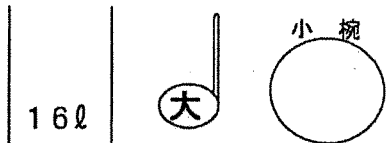
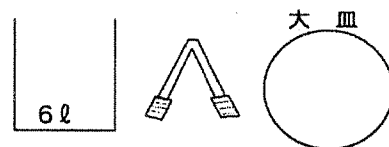
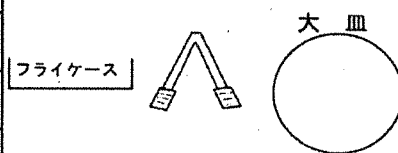
2026年10月27日火曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
白飯(110g)	セ	米(精白米)		110	1 白飯(110g) 
		強化米		32	
		サラダ油(センター)		76	
牛乳	学	牛乳		206	2 牛乳
ポテトコロッケ	セ	ポテトサラダベース		45	
		豚もも赤身挽肉		25	
		ポテトパウダー		5	3 ポテトコロッケ 
		たまねぎ	94	30	
		サラダ油(センター)		1	
		食塩		4	4 切り干し大根の中華炒め 
		白こしょう		02	
		脱脂粉乳		3	
		フライ用小麦粉	50	6	5 みそ汁(江・高野豆腐) 
		水			
		フライ用ドライパン粉	50	13 5	
		サラダ油(センター)		10	6 クラスソース
切り干し大根の中華炒め	学	サラダ油		5	
		根しょうが	80	3	
		鶏胸皮なし小間		15	7 クラスソース
		にんじん	97	8	
		切り干し大根		7	
		水		4	8 クラスソース
		本みりん		3	
		しょうゆ		1 3	
		オイスターソース		1	9 クラスソース
		にら	95	5	
		ごま油		5	
みそ汁(江・高野豆腐)	学	江戸菜	85	30	10 クラスソース
		高野豆腐 1×1×1cm		5	
		煮干し粉		7	
		水		160	11 クラスソース
		白みそ		11	
クラスソース	学	中濃ソース(ボトル) 300ml		8	

調理業務指示書

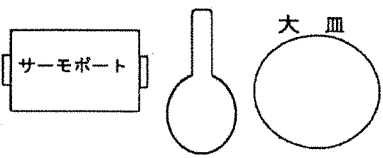
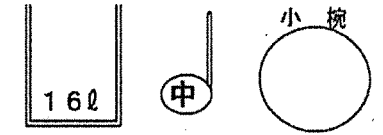
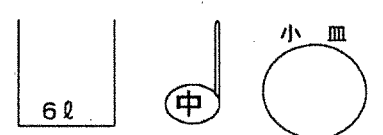
2026年10月28日水曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
ロールコッペ80g	学	▼ ロールパン(コッペ型)80g		80	1 ロールコッペ80g
牛乳	学	牛乳		206	
ヤンニョムフィッシュ	セ	▼ メルルーサでん粉付き70g		80	
		フライ用でん粉	50	5	2 牛乳
		サラダ油(センター)		8	
		コチジャン		23	
		ケチャップ		5	
		砂糖		3	
		酒		1	3 ヤンニョムフィッシュ
		本みりん		4	
		米酢		1	
		しょうゆ		35	
		▼ にんにく	92	1	
		サラダ油(センター)		3	4 もやしの炒め物
		水		4	
もやしの炒め物	学	▼ 緑豆もやし	97	50	
		▼ にんじん	97	8	5 キャベツのスープ
		▼ 水菜	85	8	
		▼ ベーコン(1cmスライス)		4	
		食塩		45	
		白こしょう		01	
		サラダ油		1	
		しょうゆ		7	
キャベツのスープ	学	▼ キャベツ	85	30	
		▼ 鶏胸皮なし小間		7	
		▼ にんじん	97	10	
		▼ たまねぎ	94	15	
		▼ 丸鶏だしパック		12	
		▼ 根しょうが	80	6	
		水		155	
		食塩		11	
		白こしょう		01	



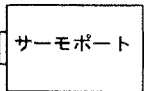
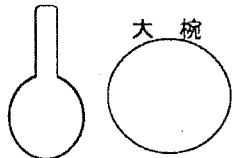
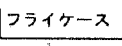
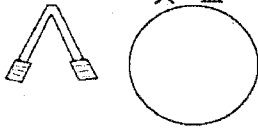
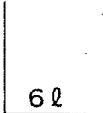
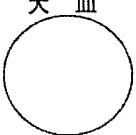
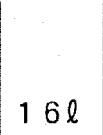
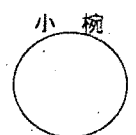
調理業務指示書

2026 年 10 月 29 日 木曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
ドライカレー(ホワイトソース)	セ	米(精白米)		100	1 ドライカレー(ホワイトソース)  2 牛乳 3 ホワイトソース(ドライカレー)  4 ブロッコリーとウインナーのソテー  5 りんご(1/8) 
		強化米		27	
		サラダ油(センター)		7	
		チキンブイヨン		5	
		食塩		7	
		カレー粉		6	
		酒		1	
		バター		5	
		ターメリック		03	
		豚もも赤身挽肉		20	
		にんにく	92	5	
		根しょうが	80	3	
		サラダ油(センター)		1	
		たまねぎ	94	35	
		にんじん	97	15	
		カレー粉		8	
		食塩		5	
牛乳	学	牛乳		206	フライケース
ホワイトソース(ドライカレー)	セ	チキンブイヨン		10	
		鶏胸皮なし小間		25	
		しめじ(バラ)		10	
		たまねぎ	94	50	
		サラダ油(センター)		1	
		バター		3	
		サラダ油(センター)		25	
		小麦粉		55	
		調理用牛乳		110	
		生クリーム乳脂肪35		2	
		食塩		85	
		白こしょう		02	
ブロッコリーとウインナーのソテー	学	ブロッコリー	50	30	
		ウインナー 6mm輪切り		10	
		サラダ油		15	
		食塩		2	
		白こしょう		01	
りんご(1/8)	学	りんご	92	29	

調理業務指示書

2026 年 10 月 30 日 金曜日

献立	調理別	材料名	可食率	可食量(g)	調理方法及び食缶・食器
白飯(110g)	セ	米(精白米)		110	1 白飯(110g)  
		強化米		32	
		サラダ油(センター)		76	
牛乳	学	牛乳		206	2 牛乳
鶏肉のねぎみそ焼き 2コ	セ	鶏もも皮付き観音開き40g		80	
		サラダ油(センター)		5	
		砂糖		35	3 鶏肉のねぎみそ焼き 2コ  
		赤みそ		5	
		本みりん		12	
		長ねぎ	60	3	4 ひじきとツナの炒り煮   
		水		32	
ひじきとツナの炒り煮	学	芽ひじき		5	
		にんじん	97	10	5 すまし汁(春雨)   
		サラダ油		1	
		まぐろ油漬レトルト(フレーク, ライト)		10	
		むきえだまめ(冷凍)		5	
		水		10	
		砂糖		2	
		酒		2	
		しょうゆ		35	
		(冷)ホールコーン		10	
すまし汁(春雨)	学	厚削り節		3	
		水		155	
		豚もも赤身 1cmスライス		10	
		にんじん	97	10	
		(冷)豆腐 国産		20	
		緑豆春雨 5cmカット		5	
		チンゲン菜	85	8	
		しょうゆ		2	
		食塩		5	
		酒		1	