

献立明細表

高山市学校給食—之宮センター

07月01日(月)	1人分使用量(g)		注定量	07月02日(火)	1人分使用量(g)		注定量	07月03日(水)	1人分使用量(g)		注定量	07月04日(木)	1人分使用量(g)		注定量	07月05日(金)	1人分使用量(g)		注定量								
	小学	中学			小学	中学			小学	中学			小学	中学			小学	中学		小学	中学	小学	中学				
【麦ご飯】 学校給食用精白米 給食用精麦	70 7	100 10	20.2 kg 2 kg	【黒パン】 黒パン 45g 黒パン 55g 黒パン 65g 黒パン 75g	45 55 65	39 個 38 個 63 個 103 個		【麦ご飯】 学校給食用精白米 給食用精麦	70 7	100 10	20.3 kg 2 kg	【わかめうどん】 うどん 60g うどん 70g うどん 80g うどん 100g カットわかめ 若鶏手羽肉 小間切 油揚げ まいたけ 冷凍 干しいちぢみ スライス 笹がきごぼう ねぎ 根深ねぎ ほうれんそう 冷凍 I Q F めんつゆ うすろしょうゆ 清酒2級 みりん だしパック 富士印	60 70 80	39 個 38 個 63 個 103 個 1 1.3 13 20 4 5.2 8 10.4 0.5 0.65 8 10.4 5 6.5 5 6.5 2.2 2.86 3.3 4.29 1 1.3 1.6 2.08 3.5 4.55	279 g 3.9 kg 1.1 kg 2 kg 0.1 kg 2 kg 0.6 kg 1 kg 0.6 kg 0.3 kg 0.4 kg 1 袋	【麦ご飯】 学校給食用精白米 給食用精麦	70 7	100 10	20.1 kg 2 kg	【星のコロッケ】 星のコロッケ 30g 星のコロッケ 50g 米ぬかサラダ油	30 50 2	60 60 2.6	241 個 101 個 0.5 kg				
【おろしハンバーグ】 あらびきハンバーグ 60g あらびきハンバーグ 80g だいこん おろししょうが 三温糖 うすろしょうゆ みりん 清酒2級 でん粉	60 80 6 0.2 0.5 0.8 0.4 0.3 0.03	140 個 102 個 1.9 kg 55 g 0.1 kg 0.2 kg 0.1 kg 0.1 kg 0 kg		【ポテトのピザ焼き】 ダイスじゃがいも(冷凍) たまねぎ パプリカ(冷) ペーコン短冊 食塩 こしょう 白 米ぬかサラダ油 トマトケチャップ トマトピューレ ミックステーズ	40 20 8 4 0.05 0.01 0.4 5 5 8	52 26 10.4 5.2 0.07 0.01 0.52 6.5 6.5 10.4	11.05 kg 5.9 kg 2.2 kg 1.1 kg 14 g 2 g 0.1 kg 1 kg 1 kg 2 kg	【鶏肉のてりやき】 鶏もも肉 個 40g 鶏もも肉 個 50g 鶏もも肉 個 60g おろししょうが おろしにんにく こいロしょうゆ 三温糖 みりん 白いりごま はちみつ(とち)	40 50 60 0.8 0.4 2.8 0.8 0.6 0.4 2.5	39 個 101 個 103 個 1 215 g 0.5 108 g 0.7 kg 0.2 kg 0.1 kg 0.66 kg		【野菜のゴマドレ】 キャベツ ほうれんそう もやし 三温糖 穀物酢 うすろしょうゆ 米ぬかサラダ油 食塩 こしょう 白 白すりごま	20 10 15 0.7 1.2 1.7 1 0.04 0.01 1.5	26 13 19.5 0.91 1.56 2.21 1.3 0.05 0.01 1.95	6.6 kg 3.1 kg 4.3 kg 0.2 kg 0.3 kg 0.5 kg 0.3 kg 11 g 2 g 0.4 kg	【野菜のゴマドレ】 キャベツ ほうれんそう もやし 三温糖 穀物酢 うすろしょうゆ 米ぬかサラダ油 食塩 こしょう 白 白すりごま	20 10 15 0.7 1.2 1.7 1 0.04 0.01 1.5	26 13 19.5 0.91 1.56 2.21 1.3 0.05 0.01 1.95	6.6 kg 3.1 kg 4.3 kg 0.2 kg 0.3 kg 0.5 kg 0.3 kg 11 g 2 g 0.4 kg	【かぼちゃマフィン】 ホットケーキミックス 料理牛乳 カボチャ・ペースト(冷凍) マーガリン450g(乳なし) さいのめチーズ エッセンス アルミカップ13号	18 15 8 0.7 5 0.01 1	23.4 19.5 10.4 0.91 6.5 0.01 1	5 kg 4.2 kg 2 kg 0.2 kg 1 kg 2.4 本 243 個	【そうめん汁】 そうめん一乾 ちらしかまぼこ 季節の形 カットわかめ えのきだけ ねぎ 根深ねぎ オクラ 果実・生 うすろしょうゆ こいロしょうゆ だしパック 富士印 清酒2級	5 6 0.6 5 5 10 1.8 1 3 1	6.5 7.8 0.78 6.5 6.5 13 2.34 1.3 3.9 1.3	1.4 kg 2 kg 166 g 1.6 kg 1.4 kg 3.2 kg 0.5 kg 0.3 kg 0.8 袋 0.3 kg
【のり酢あえ】 ほうれんそう キャベツ にんじん きざみのり角30g 穀物酢 こいロしょうゆ 白いりごま	35 10 5 0.7 0.7 1.5 1.5	45.5 13 6.5 0.91 0.91 1.95 1.95	10.8 kg 3.3 kg 1.5 kg 6 袋 0.2 kg 0.4 kg 0.4 kg	【フレンチサラダ】 きゅうり にんじん ブロッコリー 冷凍 米ぬかサラダ油 穀物酢 うすろしょうゆ こしょう 白 食塩	15 14 18 1.5 1.2 0.5 0.03 0.1	19.5 18.2 23.4 1.95 1.56 0.65 0.04 0.13	4.2 kg 4 kg 5 kg 0.4 kg 0.3 kg 0.1 kg 9 g 28 g	【トマトスープ】 トマト キャベツ たまねぎ ズッキーニ アスパラ加工 ウインナー輪切り(冷凍) 米ぬかサラダ油 コンソメ 食塩 こしょう 白	30 25 20 10 5 5 0.5 0.6 0.12 0.02	39 32.5 26 13 6.5 6.5 0.65 0.78 0.16 0.03	8.6 kg 8.1 kg 5.9 kg 2.9 kg 1 kg 1 kg 0.1 kg 0.2 kg 34 g 6 g	【豆腐のカレー汁】 豚もも スライス+カット 豆腐・木綿 たまねぎ 油揚げ ねぎ 根深ねぎ こくと旨みのまろやかカレー こいロしょうゆ 清酒2級 だしパック 富士印	8 42 45 3 5 6 1 1 3	10.4 54.6 58.5 3.9 6.5 7.8 1.3 1.3 3.9	2.2 kg 26 丁 13.3 kg 0.8 kg 1.4 kg 2 kg 0.3 kg 0.3 kg 0.8 袋	【プロックリーのおかかあえ】 ブロッコリー 冷凍 きゅうり にんじん 花かつお うすろしょうゆ	40 5 5 0.8 1.8	52 6.5 6.5 1.04 2.34	11.1 kg 1.4 kg 1.5 kg 0.2 kg 0.5 kg	【牛乳】 普通牛乳	206	206	243 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	243 本
【牛乳】 普通牛乳	206	206	242 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	243 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	243 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	243 本	【七塔ゼリー】 七塔三色ゼリー 40g	40	40	241 個	【牛乳】 普通牛乳	206	206	241 本				

高山市ホームページにPDFデータを掲載しています。
 左のQRコードを読み取るか
 高山市HPで
 「学校給食 献立表」と
 検索して下さい。



献立明細表

高山市学校給食一之宮センター

07月08日(月)	1人分使用量(g)		注定量	07月09日(火)	1人分使用量(g)		注定量	07月10日(水)	1人分使用量(g)		注定量	07月11日(木)	1人分使用量(g)		注定量	07月12日(金)	1人分使用量(g)		注定量																								
	小学	中学			小学	中学			小学	中学			小学	中学			小学	中学		小学	中学	小学	中学																				
【麦ご飯】 学校給食用精白米 給食用精麦	70 7	100 10	20.3 kg 2 kg	【バターパン】 バターパン 4.5g 45g バターパン 4.5g 55g バターパン 4.5g 65g バターパン 4.5g 75g	45 55 65		39 個 38 個 63 個 103 個	【大根菜ごはん】 学校給食用精白米 給食用精麦 大根菜 乾燥 白いりごま	70 7 2 1.5	91 9.1 2.6 1.95	19.5 kg 2 kg 3 袋 0.4 kg	【ソフトめんの夏野菜ソース】 ソフトス/バグッティ 70g ソフトス/バグッティ 80g ソフトス/バグッティ 90g ソフトス/バグッティ 115g ぶた ひき肉 うし ひき肉 レバーそぼろ まめプラスM たまねぎ にんじん なす ズッキーニ 米ぬかサラダ油 カットトマト5kg入り 米粉 トマト トマトケチャップ 三温糖 食塩 こしょう 白 ソース ウスター 赤ワイン コンソメ	70 80 90		39 個 23 個 62 個 102 個 5 7.5 5 7.5 5 6.5 5 6.5 42 54.6 10 13 10 13 8 10.4 0.5 0.65 34 44.2 2.8 3.64 11 14.3 18 23.4 1.3 1.69 0.12 0.16 0.02 0.03 1.5 1.95 3 3.9 0.6 0.78	【麦ご飯】 学校給食用精白米 給食用精麦	70 7	100 10	20.3 kg 2 kg	【いわしの梅煮】 いわし梅煮 40g いわし梅煮 50g	40 50	80	245 個 101 個	【こぼろの胡麻酢あえ】 笹がきこぼろ にんじん きゅうり ホールコーン(冷凍) むき枝豆(冷凍) 白すりごま 三温糖 こいロしょうゆ いわし酢	15 6 8 8 5 1.5 1.2 1.4	19.5 7.8 10.4 10.4 6.5 1.95 1.56 1.82	4 kg 1.8 kg 2.3 kg 2 kg 1 kg 0.4 kg 0.3 kg 0.4 kg 0.4 kg	【なすのみそ汁】 なす えのきたけ 油揚げ 豆腐・木綿 カットわかめ 煮干しだし あいだみそ	20 8 5 18 0.5 3 5.4	26 10.4 6.5 23.4 0.65 3.9 7.02	6 kg 2.6 kg 1.4 kg 11 丁 139 g 0.8 kg 1.5 kg	【牛乳】 普通牛乳	206	206	243 本								
【あゆのお茶あげ】 あゆ 開き 40g あゆ 開き 50g 薄力粉・1等 米粉 緑茶粉末 米ぬかサラダ油 缶 食塩	40	50	141 匹 102 匹 1.1 kg 1.1 kg 136.8 g 2.6 0.5 kg 6 g	【豚肉のアリソナステーキ】 豚かたロース 40g 豚かたロース 50g 豚かたロース 60g おろしにんにく こいロしょうゆ 米ぬかサラダ油 トマトケチャップ 唐辛子	40 50 60 0.2 2 1 8 0.02		39 枚 101 枚 103 枚 54 g 0.5 kg 0.3 kg 2 kg 6 g	【厚揚げのカレー煮】 生揚げ(厚揚げ) うし ひき肉 レバーそぼろ まめプラスM ねぎ 根深ねぎ にんじん むき枝豆(冷凍) カレー 粉 米ぬかサラダ油 こいロしょうゆ うすロしょうゆ 清酒2級 オイスターソース 三温糖	40 6 4 4 5 10 3 0.28 0.5 0.8 0.8 3.5 1 1.9	52 7.8 5.2 5.2 6.5 13 3.9 0.36 0.65 1.04 1.04 4.55 1.3 2.47	11.1 kg 1.7 kg 1 kg 1 kg 1.4 kg 2.9 kg 1 kg 78 g 0.1 kg 0.2 kg 0.2 kg 1 kg 0.3 kg 0.5 kg	【大根サラダ】 だいこん きゅうり ホールコーン(冷凍) うすロしょうゆ ごま油 米ぬかサラダ油 穀物酢 白いりごま	30 15 8 2 0.6 0.4 0.7 1	39 19.5 10.4 2.6 0.78 0.52 0.91 1.3	9.3 kg 4.3 kg 2 kg 0.6 kg 0.2 kg 0.1 kg 0.2 kg 0.3 kg	【大豆と小魚の揚げに】 だいたす 乾燥 でん粉 パリッシュ 1kg入り うすロしょうゆ 三温糖 白いりごま 米ぬかサラダ油 缶	10 1.2 4 0.85 0.72 1.2 2	13 1.56 5.2 1.11 0.94 1.56 2.6	3 kg 0.3 kg 1 kg 0.2 kg 0.2 kg 0.3 kg 0.5 kg	【コーンスープ2】 たまねぎ 食塩 マーガリン450g(乳なし) こしょう 白 とうもろこしペースト ホールコーン(冷凍) レンズ豆 ドライバック 料理牛乳 脱脂粉乳・国産 コンソメ 米粉 粉バセリ	40 0.15 2 0.02 40 10 5 55 3 0.8 2 0.03	52 0.19 2.6 0.03 52 13 6.5 73 3.9 1.04 2.6 0.04	11.9 kg 41 g 0.6 kg 6 g 11 kg 3 kg 1 kg 15.5 kg 0.8 kg 0.2 kg 0.6 kg 9 g	【ゆばのすまし汁】 湯葉 冷凍500g まいたけ 冷凍 カットわかめ こまつな 焼ひ(玉ひ) 角切こんぶ うすロしょうゆ こいロしょうゆ だしバック 富士印 清酒2級 みりん	4 8 0.4 10 10 0.5 1.7 1 3 1 0.5	5.2 10.4 0.52 13 13 0.65 2.21 1.3 3.9 1.3 0.65	2 袋 2 kg 111 g 3.3 kg 2.8 kg 139 g 0.5 kg 0.3 kg 0.8 袋 0.3 kg 0.1 kg	【ブルーベリーゼリー】 ブルーベリーゼリー	50	50	243 個	【牛乳】 普通牛乳	206	206	243 本	【ヨーグルト】 ヨーグルト 個別	80	80	226 個	【牛乳】 普通牛乳	206	206	226 本

