

献立明細表

高山市学校給食清見センター

07月01日(火)	1人分使用量(g)		注引量	07月03日(木) 小1、2なし	1人分使用量(g)		注引量	07月04日(金)	1人分使用量(g)		注引量	07月07日(月)	1人分使用量(g)		注引量	07月08日(火) 小5なし	1人分使用量(g)		注引量
	小学	中学			小学	中学			小学	中学			小学	中学			小学	中学	
【麦ごはん】 精米 切断無圧ペん精麦	70 7	100 10	3.4×4 袋 0.3×4 kg	【発芽玄米ごはん】 精米 発芽玄米	70 7	100 10	3.1×4 袋 0.3×4 kg	【麦ごはん】 精米 切断無圧ペん精麦	70 7	100 10	3.4×4 袋 0.3×4 kg	【ソフト麺】 ソフトスパゲッティ式麺 70g ソフトスパゲッティ式麺 80g ソフトスパゲッティ式麺 90g ソフトスパゲッティ式麺 115g	70 80 90	27 食 23 食 47 食 74 食	【麦ごはん】 精米 切断無圧ペん精麦	70 7	100 10	3.1×4 袋 0.3×4 kg	
【さばのみそ煮】 さば切り身 40g 小 さば切り身 50g 中 葱 三温糖 あわせみそ おろししょうが みりん 料理酒	40 8 2.5 4 1.5 1.5 1	 50 10.4 3.25 5.2 1.95 1.95 1.3	99 切 74 切 1.7 kg 0.5 kg 0.8 kg 0.3 kg 0.3 kg 0.2 kg	【高野豆腐と鶏肉のみそレモンあえ】 凍り豆腐 豆乳 もも肉皮つき・若鶏 おろししょうが 料理酒 米粉 米油 あわせみそ ポッカレモン無糖 料理酒 三温糖 水	8 8 20 0.5 0.6 4 2 3 1 0.78 3 0.6	10.4 10.4 26 0.65 0.78 5.2 2.6 3.9 1.3 1.01 3.9 0.78	1.37 kg 1.4 kg 3.4 kg 0.09 kg 0.1 kg 0.7 kg 0.34 kg 0.51 kg 0.17 kg 0.13 kg 0.51 kg 0.1 kg	【星形おろしハンバーグ】 星のハンバーグ 40g 中2個 星のハンバーグ 60g 小 大根 おろししょうが 三温糖 こいくちしょうゆ みりん	 60 20 0.3 1.5 2 0.8	80 100 26 0.39 1.95 2.6 1.04	150 個 100 個 4.5 kg 0.06 kg 0.3 kg 0.4 kg 0.16 kg	【ツナトマトソース】 まぐろ・油漬け 在 人参 玉葱 トマト むぎ枝豆・冷凍 おろしにんにく ケチャップ 冷凍トマト マーガリン 450g コンソメスープの素 食塩 こしょう 三温糖 ロリエ ハヤシライスソース 米粉	 20 10 50 10 5 0.3 10 25 2.5 1 0.2 1 0.02 3 3	26 13 65 13 6.5 0.39 13 32.5 3.25 1.3 0.26 0.03 1.3 0.03 3.9 3.9	3.6 kg 2.1 kg 10.6 kg 2 kg 1 kg 0.06 kg 2 kg 5 kg 0.5 kg 0.2 kg 40 g 4 g 0.2 kg 4 g 0.6 kg 0.6 kg	【春巻き】 安心素材春巻き 35g 中2個 安心素材春巻き 50g 小 米油	 50 2	70 2.6	148 個 79 個 0.3 kg
【のり酢あえ】 こまつな葉・生 キャベツ きゅうり まぐろ・油漬け きざみのり 食酢 穀物酢 こいくちしょうゆ	25 15 7 7 0.5 1 2	32.5 19.5 9.1 9.1 0.65 1.3 2.6	5.9 kg 3.5 kg 1.4 kg 1 kg 100 g 0.2 kg 0.4 kg	【コリコリあえ】 千切だいこん漬け 人参 きゅうり せんぎりごぼう うすくちしょうゆ アーモンド・いり キャベツ 三温糖	5 10 10 15 1 2 10 0.5	6.5 13 13 19.5 1.3 2.6 13 0.65	1 袋 1.8 kg 1.8 kg 2.5 kg 0.2 kg 0.34 kg 2 kg 0.09 kg	【昆布の五目煮】 すき昆布 長ひじき 在あるだけ 油揚げ 人参 さつま揚げ さやいんげん・冷凍 三温糖 みりん うすくちしょうゆ 米油ペット	1 1 5 10 5 5 1 1 1.6 1	1.3 1.3 6.5 13 6.5 6.5 1.3 1.3 2.08 1.3	0.2 kg 0.2 kg 43 枚 2.4 kg 23 枚 1 kg 0.2 kg 0.2 kg 0.32 kg 0.2 kg	【えびの唐揚げ】 えびのから揚げ(冷凍) 米油	 40 1	50 1.3	8 kg 0.2 kg	【麻婆茄子】 なす ぶた ひき肉 米油ペット ピーマン 人参 葱 おろししょうが おろしにんにく 中華だしの素 こいくちしょうゆ 三温糖 でん粉 赤みそ トウバンジャン	 60 20 1 10 15 10 0.5 0.5 1 2 2 4 4 0.15	78 26 1.3 13 19.5 13 0.65 0.65 1.3 2.6 2.6 5.2 3.9 0.2	11.8 kg 3.5 kg 0.18 kg 2.1 kg 2.7 kg 1.9 kg 0.09 kg 0.09 kg 0.18 kg 0.35 kg 0.35 kg 0.7 kg 0.7 kg 27 g
【かきたま汁】 殺菌液卵 干しいたけ 冷凍カットほうれんそう 豆腐・木綿 人参 うすくちしょうゆ でん粉 削り節	20 1 18 18 7 4 1.5 2	26 1.3 23.4 23.4 9.1 5.2 1.95 2.6	4 kg 0.2 kg 4 kg 9 丁 1.4 kg 0.8 kg 0.3 kg 0.4 kg	【まいたけのすまし汁】 葱 まいたけ 冷 じゃがいも カットわかめ 削り節 うすくちしょうゆ 食塩 角切昆布	7 15 25 0.7 2 3.2 0.05 0.5	9.1 19.5 32.5 0.91 2.6 4.16 0.07 0.65	1.3 kg 2 kg 4.7 kg 0.12 kg 0.34 kg 0.55 kg 9 g 0.09 kg	【そうめん汁】 そうめん、ひやむぎ一乾 GKちらしかまぼこ 星 油揚げ しめじ 人参 葱 料理酒 削り節 うすくちしょうゆ	6 5 5 7 5 1 2 4	7.8 6.5 6.5 9.1 6.5 1.3 2.6 5.2	1.25 kg 1 kg 40 枚 1.2 kg 1.5 kg 1.1 kg 0.2 kg 0.4 kg 0.81 kg	【切干大根のサラダ】 切干し大根 ほうれんそう ホールコーン(冷凍) 人参 三温糖 こいくちしょうゆ 白いりごま 米油ペット 食酢 穀物酢	 3.5 20 5 7 1 1 2 1 1.5	4.55 26 6.5 9.1 1.3 1.3 2.6 1.3 1.95	0.7 kg 4.4 kg 1 kg 1.4 kg 0.2 kg 0.2 kg 0.4 kg 0.2 kg 0.3 kg	【牛乳】 普通牛乳	206	206	171 本
【牛乳】 普通牛乳	206	206	171 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	139 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	173 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	171 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	151 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

高山市学校給食清見センター

07月09日(水) 小5なし	1人分使用量(g)		注引量	07月10日(木)	1人分使用量(g)		注引量	07月11日(金)	1人分使用量(g)		注引量	07月14日(月)	1人分使用量(g)		注引量	07月15日(火)	1人分使用量(g)		注引量
	小学	中学	合計		小学	中学	合計		小学	中学	合計		小学	中学	合計		小学	中学	合計
【黒パン】 黒ざとうパン 45g 黒ざとうパン 55g 黒ざとうパン 65g 黒ざとうパン 75g ア おこめパン、乳なし黒パン	45		27 個	【麦ごはん】 精米 切断無圧べん精麦	70	100	3.4×4 袋	【麦ごはん】 精米 切断無圧べん精麦	70	100	3.4×4 袋	【麦ごはん】 精米 切断無圧べん精麦	70	100	3.4×4 袋	【飛騨牛ちらし】 うし もも・脂身なし和牛 こいくちしょうゆ みりん 三温糖 料理酒 おろししょうが 白いりごま 葱 きゅうり トマト 精米 食酢 穀物酢 三温糖 食塩	20	26	4 kg
【鶏肉のパーベキューソース】 皮つきもも切り身 60g 小 皮つきもも切り身 70g 中 ケチャップ ポッカレモン無糖 ウスターソース 食酢 穀物酢 三温糖 パプリカ 辛子 粉 おろしにんにく こいくちしょうゆ こしょう	60		78 個	【あゆの揚げ煮】 あゆ 50g 小 あゆ 60g 中 米粉 米油 こいくちしょうゆ みりん 料理酒 三温糖 白いりごま	50		97 尾	【夏野菜カレー】 ぶた もも 玉葱 じゃがいも トマト なす パプリカ 人参 大豆ペースト 純カレー粉 ウスターソース フルーツチャツネ こくと旨みのまろやかカレー アレルゲンフリーカレーフレーク 高野豆腐 粉 レンズ豆 ロリエ おろしにんにく	15	19.5	3 kg	【豚肉のかりん揚げ】 ぶたもも中棒状 おろししょうが こいくちしょうゆ 米粉 米油 三温糖 こいくちしょうゆ 水	50	65	10 kg	【糸かまぼこのごま酢あえ】 スクール糸かまぼこ きゅうり キャベツ 人参 ホールコーン(冷凍) 三温糖 食塩 食酢 穀物酢 胡麻油 白いりごま うすくちしょうゆ きざみのり	10	13	2 kg
【コールスローサラダ】 キャベツ 人参 きゅうり 米油ペット 食酢 穀物酢 三温糖 食塩 こしょう	30	39	6.2 kg	【納豆あえ】 ほうれんそう さいのめチーズ ホールコーン(冷凍) 糸引納豆 花かつお 500g うすくちしょうゆ	30	39	6.6 kg	【大豆と小魚のあげ煮】 岐阜県産乾燥大豆 パリッシュ 米油 三温糖 うすくちしょうゆ 白いりごま	10	13	2 kg	【切干大根のみそ汁】 豆腐・木綿 油揚げ 葱 切干し大根 カットわかめ 赤みそ あわせみそ 煮干しだし	20	26	10 丁	【かぼちゃフライ】 かぼちゃひき肉フライ 40g 小 かぼちゃひき肉フライ 60g 中 米油	40		99 個
【パンpinkスープ】 すくなかぼちゃペースト 玉葱 じゃがいも ホールコーン(冷凍) パセリ マーガリン 450g 米粉 コンソメスープの素 料理牛乳 食塩 こしょう 生クリーム 大豆ペースト	35	45.5	6 kg	【とうがんのみそ汁】 とうがん ぶた こまぎれ 豆腐・木綿 葱 人参 料理酒 こじみそ 煮干しだし	40	52	11.4 kg	【飛騨もものヨーグルトあえ】 アレンジダイゼリーシャインマスカット アレンジダイゼリーあまおう 飛騨もも 冷凍 バインアップル 缶詰 ヨーグルト	10	13	2 kg	【牛乳】 普通牛乳	206	206	171 本	【キャベツのおかかあえ】 キャベツ こまつな 葉・生 もやし スクールちくわ 岐阜県産大豆水煮 花かつお 500g うすくちしょうゆ 米油ペット 食酢 穀物酢 食塩 こしょう 三温糖	20	26	4.7 kg
【牛乳】 普通牛乳	206	206	150 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	169 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	173 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	171 本	【すまし汁】 豆腐・木綿 干しいだけ ほんしめじ カットわかめ 人参 角切昆布 うすくちしょうゆ 削り節	20	26	10 丁
【牛乳】 普通牛乳	206	206	150 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	169 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	173 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	171 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	172 本

献立明細表

高山市学校給食清見センター

07月16日(水)	1人分使用量(g)		注引量	07月17日(木)	1人分使用量(g)		注引量	07月18日(金) 小なし	1人分使用量(g)		注引量		1人分使用量(g)		注引量		1人分使用量(g)		注引量								
	小学	中学	合計		小学	中学	合計		小学	中学	合計		小学	中学	合計		小学	中学	合計								
【コッパン】 普通パン 45g 普通パン 55g 普通パン 65g 普通パン 75g ア おこめパン、乳なしパン	45		27 個	【麦ごはん】 精米 切断無圧ペん精麦	70 100 7 10		3.4×4 袋 0.3×4 kg	【麦ごはん】 精米 切断無圧ペん精麦	70 100 7 10		3.5×2 袋 0.3×2 kg																
【あじのマリネ】 あじ 50g 小 あじ 60g 中 米粉 米油 玉葱 三温糖 うすくちしょうゆ 食酢 穀物酢 白ワイン 食塩 パセリ 米油ベツト	50		98 切	【厚揚げのみそチーズ焼き】 厚揚げ しめじ 玉葱 米油ベツト あわせみそ 三温糖 みりん 料理酒 うすくちしょうゆ でん粉 シュレッドチーズ	40 8 15 0.3 4 2 2 2 0.6 0.5 5	56 10.4 19.5 0.39 5.2 2.6 2.6 0.4 0.78 0.65 6.5	8 kg 1.8 kg 3.1 kg 0.06 kg 0.79 kg 0.4 kg 0.4 kg 0.4 kg 0.12 kg 0.1 kg 1 kg	【じゃがいものごまだれ焼き】 じゃがいも こいくちしょうゆ 三温糖 練りごま 白ごますり みりん 水	60 3 3 1 1 1 2	78 3.9 3.9 1.3 1.3 2.6	6.4 kg 0.29 kg 0.29 kg 0.1 kg 0.1 kg 0.1 kg 0.2 kg	【磯香和え】 ほうれんそう キャベツ もやし 花かつお 500g こいくちしょうゆ きざみのり	25 20 15 0.5 1.2 0.3	32.5 26 19.5 0.65 1.56 0.39	2.7 kg 2.3 kg 1.5 kg 48 g 0.12 kg 30 g	【豚汁】 ぶた もも 葱 豆腐・木綿 冷凍カット里芋 大根 人参 ささがきごぼう 板こんにゃく あわせみそ 煮干しだし おろしにんにく	10 8 20 20 13 5 10 5 6 3 0.5	13 10.4 26 26 16.9 6.5 13 6.5 7.8 3.9 0.65	1 kg 0.8 kg 5 丁 2 kg 1.4 kg 0.5 kg 1 kg 3 枚 0.58 kg 0.29 kg 0.05 kg	【小魚】 バリッシュ		5	80 袋	【牛乳】 普通牛乳		206	74 本
【ごぼうのソテー】 ささがきごぼう 冷凍カットほうれんそう ぶた こまぎれ マーガリン 450g 食塩 こしょう コンソメスープの素	22 12 10 0.8 0.1 0.01 0.1	28.6 15.6 13 1.04 0.13 0.01 0.13	4.5 kg 2 kg 2 kg 0.16 kg 20 g 2 g 20 g	【おひたし】 こまつな 葉・生 キャベツ カットわかめ ホールコーン(冷凍) 花かつお 500g こいくちしょうゆ	20 25 1.2 5 0.5 1	26 32.5 1.56 6.5 0.65 1.3	4.6 kg 5.8 kg 0.24 kg 1 kg 0.1 kg 0.2 kg	【根菜汁】 皮引き手羽・若鶏 冷凍カット里芋 ささがきごぼう 人参 大根 板こんにゃく 葱 うすくちしょうゆ みりん 削り節 角切昆布	10 15 15 5 10 10 7 3.2 1 3 0.8	13 19.5 19.5 6.5 13 13 9.1 4.16 1.3 3.9 1.04	2 kg 3 kg 3 kg 1 kg 2.2 kg 8 枚 1.5 kg 0.64 kg 0.2 kg 0.6 kg 0.16 kg	【牛乳】 普通牛乳	206	206	169 本												
【ミネストローネ】 人参 じゃがいも セロリー 葉柄 玉葱 鶏手羽肉 トマト コンソメスープの素 ロリエ ｱﾙﾌﾞ ｯﾄﾞﾏｶﾛﾆ さやいんげん・冷凍 食塩 こしょう	10 20 10 20 10 20 1 0.05 4 5 0.09 0.01	13 26 13 26 13 26 1.3 0.07 5.2 6.5 0.12 0.01	2 kg 4.4 kg 3.1 kg 4.2 kg 2 kg 4 kg 0.2 kg 10 g 0.8 kg 1 kg 18 g 2 g	【すいか】 すいか 1/48	70	70	4 個	【牛乳】 普通牛乳	206	206	170 本																