


高山市学校給食清見センター

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

01月21日(水) 小2、3、5年なし	1人分使用量(g)		注重量	01月22日(木)	1人分使用量(g)		注重量	01月23日(金)	1人分使用量(g)		注重量	01月26日(月)	1人分使用量(g)		注重量	01月27日(火)	1人分使用量(g)		注重量		
	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		
【コッペパン】 コッペパン 45g コッペパン 55g コッペパン 65g コッペパン 75g ア お米パン、乳なしパン	45 55 65		15 食 13 食 22 食 74 食	【麦ごはん】 精米 切断無圧ベン精麦	70 7	100 10	3.4×4 袋 0.3×4 kg	【麦ごはん】 精米 切断無圧ベン精麦	70 7	100 10	3.5×2 袋 0.3×2 kg	【一食うどん】 うどん 60g うどん 70g うどん 80g うどん 100g	60 70 80		27 食 24 食 46 食 76 食	【麦ごはん】 精米 切断無圧ベン精麦	70 7	100 10	3.4×4 袋 0.3×4 kg		
【鶏肉のはちみつソースがけ】 もも肉皮つき・若鶏 60g もも肉皮つき・若鶏 70g おろしにんにく 白ワイン 玉葱 マッシュルーム 水煮 はちみつ りんご こいくちしょうゆ ポッカレモン無糖	60  0.03 0.5 4 5 1.5 5 1.5 0.3	70  0.04 0.65 5.2 6.5 1.95 6.5 1.95	52 個 76 個 5 g 80 g 0.7 kg 1 kg 0.23 kg 0.9 kg 0.23 kg 45 g	【親子丼】 もも肉皮つき・若鶏 殺菌液卵 玉葱 干しいたけ GK白巻かまぼこ スライス 葱 煮干しだし うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 料理酒 三温糖 みりん でん粉	30 40 50 1.5 5 10 2 3 3.5 2 2 1 1.5	39 52 65 1.95 6.5 13 2.6 3.9 4.55 2.6 2.6 1.3 1.95	5.9 kg 8 kg 10.4 kg 0.3 kg 1 kg 2.1 kg 0.4 kg 0.59 kg 0.69 kg 0.39 kg 0.39 kg 0.2 kg 0.3 kg	【あつあげのお好み焼き】 冷凍厚揚げ マヨネーズ エッグケア 青のり 桜生姜 残すべて おこのみやきソース ～小2・4 小3～5 中7	40 7 0.25 2.5 3	56 9.1 0.33 3.25 3.9	5 袋 1 kg 26 g 0.3 kg 0.3 kg	【山菜うどん】 山菜水煮 なめこ 皮つき鶏手羽肉 油揚げ GKちらしかまぼこ 雪だるま 削り節 うすくちしょうゆ めんつゆ 料理酒 カットわかめ	28 10 10 5 10 3 4 3 1.3 0.5	36.4 13 13 6.5 13 3.9 5.2 3.9 1.69 0.65	6 kg 2 kg 2 kg 40 枚 2 kg 0.6 kg 0.81 kg 0.61 kg 0.26 kg 0.1 kg	【さけのごまだれ焼き】 さけ・切り身 50g 小 さけ・切り身 60g 中 料理酒 おろししょうが 三温糖 こいくちしょうゆ みりん 白いりごま	50  1.2 0.6 0.5 2 0.64 1.2	60 1.5 0.75 0.62 2.3 0.8 1.5	100 切 77 切 0.23 kg 0.12 kg 0.1 kg 0.37 kg 0.13 kg 0.23 kg		
【ジャキジャキサラダ】 じゃがいも まぐろ・油漬け ホールコーン(冷凍) キャベツ 食酢 穀物酢 三温糖 うすくちしょうゆ 米油ベツ	23 8 5 18 1.5 0.5 0.8 1	29.9 10.4 6.5 23.4 1.95 0.65 1.04 1.3	3.8 kg 1 kg 1 kg 3.2 kg 0.23 kg 0.08 kg 0.12 kg 0.15 kg	【金時豆の甘煮】 金時豆 在0.3有 三温糖 うすくちしょうゆ	15 4.5 0.9	19.5 5.85 1.17	3 kg 1.1 kg 0.18 kg	【みぞれ汁】 ぶた ごまぎれ 人参 ささがきごぼう 板こんにゃく 干しいたけ 葱 おろししょうが 大根 削り節 うすくちしょうゆ 食塩 でん粉 米油ベツ 角切昆布	15 5 10 20 1 8 0.5 0.5 2.8 0.1 1.5 1 1	19.5 6.5 13 26 1.3 10.4 0.65 0.65 3.64 0.13 1.95 1.3 1.3	1.7 kg 0.6 kg 1.1 kg 9 枚 0.11 kg 1 kg 0.06 kg 5.1 kg 0.34 kg 0.32 kg 12 g 0.17 kg 0.11 kg 0.11 kg	【こも豆腐の煮付け】 こも豆腐 うすくちしょうゆ 料理酒 三温糖 削り節 小1/6×2 中1/4×2	40 2 1 0.6 1.5	60 2.6 1.3 0.78 1.95	73 本 0.4 kg 0.2 kg 0.12 kg 0.3 kg	【白玉味噌汁】 しらたまもち 豆腐・木綿 人参 葱 カットわかめ あわせみそ 赤みそ 削り節	20 30 10 8 0.5 2.8 2.8 2	26 39 13 10.4 0.65 3.64 3.64 2.6	4 kg 15 丁 2.1 kg 1.7 kg 0.1 kg 0.57 kg 0.57 kg 0.4 kg		
【アルファベツスープ】 ぶた ごまぎれ ｱﾙﾌｧﾍﾞｯﾄﾞﾏｶﾛﾆ 玉葱 人参 冷凍カットほうれんそう コンソメスーヅの素 食塩 こしょう 鶏がらスーヅ うすくちしょうゆ	8 5 30 8 10 1 0.08 0.01 5 1.2	10.4 6.5 39 10.4 13 1.3 0.1 0.01 6.5 1.56	1.2 kg 0.75 kg 4.7 kg 1.2 kg 1 kg 0.15 kg 12 g 2 g 1 kg 0.18 kg	【もやしのおかかあえ】 もやし こまつな 葉・生 人参 きゅうり 花かつお 500g うすくちしょうゆ 胡麻油	20 20 8 8 0.5 1.3 0.4	26 26 10.4 10.4 0.65 1.69 0.52	4 kg 4.6 kg 1.6 kg 1.6 kg 0.1 kg 0.26 kg 0.08 kg	【牛乳】 普通牛乳	206	206	170 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	105 本	【お米のムース】 お米のムース	40 40	40 173 個	【みかん】 みかん S	60 60	175 個
【りんご】 りんご 1/6	32.98	50	22 個	【牛乳】 普通牛乳	206	206	124 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	173 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	173 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	173 本		

献立明細表

高山市学校給食清見センター

01月28日(水) 小1、4、6年なし	1人分使用量(g)		注分量	01月29日(木)	1人分使用量(g)		注分量	01月30日(金)	1人分使用量(g)		注分量		1人分使用量(g)		注分量		1人分使用量(g)		注分量
	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
【コッパンパン】 普通パン 45g 普通パン 55g 普通パン 65g 普通パン 75g ア お米パン、乳なしパン	45 55 65		12 個 11 個 27 個 74 個	【発芽玄米ごはん】 精米 発芽玄米	70 7	100 10	3.4×4 袋 0.3×4 kg	【麦ごはん】 精米 切断無圧べん精麦	70 7	100 10	3.4×4 袋 0.3×4 kg								
【ホキのケチャップがらめ】 ホキ角切り でん粉 米粉 米油 ケチャップ 三温糖 みりん うすくちしょうゆ	60 2 4 2 5 2.5 0.5 0.3	78 2.6 5.2 2.6 6.5 3.25 0.65 0.39	9 kg 0.3 kg 0.6 kg 0.3 kg 1 kg 0.32 kg 0.06 kg 0.04 kg	【飛騨牛の味噌焼き】 牛肉ももｽｽﾞｲ 干しいたけ 葱 おろししょうが あわせみそ 三温糖 料理酒 みりん	50 0.45 18 0.8 3.5 2 0.8 0.54	65 0.58 23.4 1.04 4.5 2.6 1.04 0.7	9.8 kg 0.09 kg 3.7 kg 0.16 kg 0.68 kg 0.39 kg 0.16 kg 0.11 kg	【大豆バーグの肉みそかけ】 大豆とうふバーグ50g 大豆とうふバーグ60g 米油ベット ぶた ひき肉 料理酒 あわせみそ 赤みそ 三温糖 みりん 水 でん粉	50 60 0.2 10 0.5 2 2 3 2 5 0.2	101 個 77 個 0.04 kg 1.9 kg 0.1 kg 0.39 kg 0.39 kg 0.58 kg 0.39 kg 1 kg 0.04 kg									
【ごぼうのサラダ】 せんぎりごぼう 人参 きゅうり ホールコーン(冷凍) まぐろ・油漬け 白ごま・すり マヨネーズ エッグケア	25 10 7 5 5 1 5	32.5 13 9.1 6.5 6.5 1.3 6.5	3.8 kg 1.6 kg 1.1 kg 1 kg 1 kg 0.15 kg 0.75 kg	【ほうれん草の白あえ】 ほうれんそう 白菜 きくらげ むき枝豆・冷凍 大豆ペースト うすくちしょうゆ 上白糖 削り節 白ごま・すり	20 10 2 5 10 1.8 1.5 0.5 1.5	26 13 2.6 6.5 13 2.34 1.95 0.65 1.95	4.4 kg 2.1 kg 0.4 kg 1 kg 2 kg 0.36 kg 0.3 kg 0.1 kg 0.3 kg	【切干大根のあえもの】 切干し大根 こまつな 葉・生 ホールコーン(冷凍) まぐろ・油漬け 三温糖 こいくちしょうゆ 白いりごま	3 20 5 5 0.9 1.2 1	3.9 26 6.5 6.5 1.17 1.56 1.3	0.61 kg 4.8 kg 1 kg 1 kg 0.18 kg 0.24 kg 0.2 kg								
【クリームシチュー】 FMうす味肉団子 (8) じゃがいも 人参 玉葱 グリーンピース・冷凍 脱脂粉乳 料理牛乳 コンソメスープの素 米粉 マーガリン 450g 食塩 こしょう レンズ豆	15 30 10 30 5 2 35 0.8 8 3.2 0.2 0.01 5	19.5 39 13 39 6.5 2.6 45.5 1.04 10.4 4.16 0.26 0.01 6.5	2 kg 5 kg 1.6 kg 4.8 kg 1 kg 0.3 kg 5.4 kg 0.12 kg 1.2 kg 0.48 kg 30 g 2 g 1 kg	【こもどうふのすまし汁】 こも豆腐 しめじ 人参 こまつな 葉・生 ささがきごぼう GKちらしかまぼこ 梅 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 料理酒 削り節	20 10 5 10 5 5 1.8 1.8 1 3	26 13 6.5 13 6.5 6.5 2.34 2.34 1.3 3.9	4 kg 2.5 kg 1 kg 2.3 kg 1 kg 1 kg 0.36 kg 0.36 kg 0.2 kg 0.6 kg	【のっぺい汁】 冷凍カット里芋 在0.5 焼き豆腐 人参 しめじ 大根 角切昆布 葱 ささがきごぼう 削り節 うすくちしょうゆ でん粉	10 10 10 10 10 0.5 10 10 2.5 3.6 1	13 13 13 13 13 0.65 13 13 3.25 4.68 1.3	2 kg 10 枚 2.1 kg 2.5 kg 2.3 kg 0.1 kg 2.2 kg 2 kg 0.5 kg 0.74 kg 0.2 kg								
【牛乳】 普通牛乳	206	206	124 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	170 本	【牛乳】 普通牛乳	206	206	174 本								