3月分詳細献立表（通常食）

鶴川エリア中学校給食センター

3/3 （月）

		アレルギー
1	ひなまつり寿司	
2	牛乳	
3	ちくわの磯辺揚げ	
4	すまし汁	
5	清見オレンジ	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー	
1	精白米		88.00		
2	水		104.00		
3	穀物酢		7.70		
4	三温糖 30kg【通常食】		3.80		
5	天塩５kg【通常食】		0.50		
6	にんじん		4.40		
7	カットかんぴょう（乾）		2.20		
8	干ししいたけ（細切り）		0.30		
9	油揚げ		5.00		
10	れんこん		6.60		
11	水		4.40		
12	かつお中厚削り（だし用）		0.04		
13	こいくちしょうゆ		2.60		
14	三温糖 30kg【通常食】		2.60		
15	天塩５kg【通常食】		0.10		
16	飲用牛乳	1.00	206.00		
17	焼き竹輪（縦横1/4カット）	2.00	50.00		
18	地粉		12.00		
19	でん粉 25kg【通常食】		4.80		
20	ベーキングパウダー		0.23		
21	あおのり		0.20		
22	水		7.00		
23	米ぬか油（揚げ油）【通常食】		8.00		
24	水		183.00		
25	かつお中厚削り（だし用）		2.60		
26	カットえのきたけ		7.00		
27	カットぶなしめじ		14.00		
28	酒		1.40		
29	天塩５kg【通常食】		0.80		
30	うすくちしょうゆ		2.00		
31	冷凍カット豆腐		41.00		
32	冷凍生わかめ（カット）		6.00		
33	ちらしかまぼこ（梅）		3.50		
34	根深ねぎ		7.00		
35	清見オレンジＬ	1/8	37.50		

3/4 （火）

		アレルギー
1	麦ご飯	
2	牛乳	
3	プルコギ	
4	ししゃもの南部焼き	
5	白菜のナムル	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー	
1	精白米		97.50		
2	大麦（米粒麦）		3.00		
3	水		117.00		
4	飲用牛乳	1.00	206.00		
5	米ぬか油		1.00		
6	豚もも（小間）		30.00		
7	にんにく		0.30		
8	しょうが		0.20		
9	オイスターソース 1.2kg【通常食】		0.50		
10	酒		1.80		
11	本みりん		3.00		
12	こいくちしょうゆ		1.80		
13	たまねぎ		44.00		
14	にんじん		18.00		
15	カットえのきたけ		9.00		
16	緑豆もやし		49.00		
17	たけのこ水煮		9.00		
18	にら		5.00		
19	緑豆はるさめ（乾）		9.00		
20	コチュジャン		3.60		
21	三温糖 30kg【通常食】		1.20		
22	こいくちしょうゆ		3.00		
23	天塩５kg【通常食】		0.30		
24	ごま油		1.80		
25	ししゃも	2.00	40.00		
26	米ぬか油		2.00		
27	本みりん		1.20		
28	白すりごま		3.00		
29	白いりごま		1.00		
30	黒いりごま		1.00		
31	にんじん		15.00		
32	はくさい		40.00		
33	こまつな		5.00		
34	冷凍生わかめ（カット）		5.00		
35	天塩５kg【通常食】		0.30		
36	ホワイトペッパー 370g【通常食】		0.01		
37	こいくちしょうゆ		2.20		
38	コチュジャン		0.30		
39	ごま油		0.60		

3/5 （水）

		アレルギー
1	わかめごはん	
2	発酵乳	
3	さばの照り焼き	
4	厚揚げのそぼろ煮	
5	かきたま汁	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー	
1	精白米		97.50		
2	水		117.00		
3	炊き込みわかめ		2.50		
4	ジョア（プレーン）	1.00	125.00		
5	さば（切り身）70ｇ	1.00	70.00		
6	こいくちしょうゆ		1.30		
7	酒		1.30		
8	しょうが		0.30		
9	こいくちしょうゆ		2.20		
10	本みりん		0.80		
11	三温糖 30kg【通常食】		0.80		
12	でん粉 25kg【通常食】		0.13		
13	水		0.30		
14	米ぬか油		0.30		
15	鶏ひき肉		6.00		
16	にんじん		6.00		
17	かつお中厚削り（だし用）		0.70		
18	水		8.00		
19	こいくちしょうゆ		3.00		
20	三温糖 30kg【通常食】		0.90		
21	本みりん		0.60		
22	冷凍カット生揚げ（四角10g）		48.00		
23	でん粉 25kg【通常食】		0.50		
24	水		1.00		
25	冷凍カットさやいんげん		3.00		
26	水		147.00		
27	かつお中厚削り（だし用）		3.00		
28	鶏むね皮つき（小間）		13.00		
29	たまねぎ		47.00		
30	干ししいたけ（細切り）		0.30		
31	冷凍カット豆腐		27.00		
32	天塩５kg【通常食】		1.00		
33	酒		1.30		
34	こいくちしょうゆ		0.60		
35	でん粉 25kg【通常食】		2.50		
36	水		2.50		
37	冷凍殺菌液卵		20.00		
38	根深ねぎ		6.00		
39	こまつな		13.00		

3/6 （木）

		アレルギー
1	ターメリックライスのクリームソースかけ	
2	牛乳	
3	和風ドレッシングサラダ	
4	清見オレンジ	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー	
1	精白米		97.50		
2	大麦（米粒麦）		3.00		
3	ターメリック		0.10		
4	水		117.00		
5	米ぬか油		0.60		
6	ベーコン（短冊）		3.00		
7	鶏むね皮つき（小間）		30.00		
8	白ワイン		2.00		
9	たまねぎ		30.00		
10	にんじん		8.00		
11	カットぶなしめじ		6.00		
12	冷凍鶏ガラパック		3.00		
13	水		55.00		
14	調理用牛乳		60.00		
15	天塩５kg【通常食】		0.80		
16	ホワイトペッパー 370g【通常食】		0.02		
17	白いんげん豆ペースト		12.00		
18	地粉		8.00		
19	有塩バター		4.00		
20	米ぬか油		4.00		
21	生クリーム		1.00		
22	乾燥パセリ（みじん）		0.10		
23	飲用牛乳	1.00	206.00		
24	キャベツ		30.00		
25	にんじん		14.00		
26	冷凍生わかめ（カット）		6.00		
27	たまねぎ		1.00		
28	オリーブ油		0.80		
29	穀物酢		0.80		
30	天塩５kg【通常食】		0.20		
31	こいくちしょうゆ		0.60		
32	ちりめんじゃこ		1.30		
33	清見オレンジＬ	1/8	37.50		

3/7 （金）

		アレルギー
1	ご飯	
2	牛乳	
3	麻婆豆腐	
4	切り干しのごま酢あえ	
5	大豆の青のりとごまがらめ	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー	
1	精白米		97.50		
2	水		117.00		
3	飲用牛乳	1.00	206.00		
4	米ぬか油		1.50		
5	にんにく		0.40		
6	しょうが		0.40		
7	豚ひき肉		22.00		
8	トウバンジャン		0.20		
9	たまねぎ		46.00		
10	にんじん		22.00		
11	たけのこ水煮		7.00		
12	干ししいたけ（細切り）		0.50		
13	水		15.00		
14	赤みそ		5.80		
15	テンメンジャン 1kg【通常食】		4.40		
16	オイスターソース 1.2kg【通常食】		0.70		
17	こいくちしょうゆ		3.80		
18	でん粉 25kg【通常食】		3.80		
19	冷凍カット豆腐		140.00		
20	根深ねぎ		7.00		
21	にら		6.00		
22	ごま油		0.30		
23	切干しだいこん（乾）		8.00		
24	こまつな		6.00		
25	にんじん		10.00		
26	ごま油		1.00		
27	三温糖 30kg【通常食】		0.80		
28	こいくちしょうゆ		3.20		
29	本みりん		1.60		
30	穀物酢		1.00		
31	白すりごま		3.00		
32	いり大豆（黄）		8.00		
33	ちりめんじゃこ		2.00		
34	三温糖 30kg【通常食】		1.30		
35	本みりん		1.30		
36	こいくちしょうゆ		0.10		
37	あおのり		0.07		
38	白いりごま		1.00		

3月分詳細献立表（通常食）

鶴川エリア中学校給食センター

3/10 （月）

		アレルギー
1	ソース焼きそば	
2	牛乳	
3	スイートポテトドック	
4	清見オレンジ	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー
1	蒸し中華めん		100.00	
2	米ぬか油		6.00	
3	米ぬか油		0.70	
4	豚もも（小間）		25.00	
5	酒		1.30	
6	にんじん		26.00	
7	緑豆もやし		85.00	
8	キャベツ		10.00	
9	ウスターソース		4.50	
10	中濃ソース		15.00	
11	天塩５kg【通常食】		0.20	
12	ホワイトペッパー 370g【通常食】		0.03	
13	こまつな		7.00	
14	飲用牛乳	1.00	206.00	
15	カットさつまいも（乱切り）		80.00	
16	地粉		12.00	
17	ベーキングパウダー		0.60	
18	三温糖 30kg【通常食】		1.30	
19	調理用牛乳		8.00	
20	米ぬか油（揚げ油）【通常食】		13.00	
21	清見オレンジ Ｌ	1/8	37.50	

3/11 （火）

		アレルギー
1	カリカリ梅ごはん	
2	牛乳	
3	ツナ入り卵焼き	
4	野菜のごま酢みそ和え	
5	せんべい汁	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー
1	精白米		95.00	
2	水		114.00	
3	乾燥カリカリ梅		2.00	
4	飲用牛乳	1.00	206.00	
5	ツナ油漬フレークライト		12.00	
6	冷凍殺菌液卵		60.00	
7	三温糖 30kg【通常食】		0.60	
8	天塩５kg【通常食】		0.18	
9	かつお・昆布だし		2.70	
10	こまつな		8.00	
11	きゅうり		5.00	
12	緑豆もやし		45.00	
13	にんじん		7.00	
14	米ぬか油		1.00	
15	穀物酢		0.50	
16	天塩５kg【通常食】		0.10	
17	こいくちしょうゆ		1.30	
18	白みそ		0.30	
19	三温糖 30kg【通常食】		0.60	
20	粉からし 400g【通常食】		0.03	
21	白すりごま		3.50	
22	水		162.00	
23	かつお中厚削り（だし用）		2.30	
24	米ぬか油		1.10	
25	鶏むね皮なし（小間）		20.00	
26	干ししいたけ（細切り）		0.30	
27	にんじん		19.00	
28	はくさい		24.00	
29	天塩５kg【通常食】		1.00	
30	こいくちしょうゆ		1.20	
31	酒		1.10	
32	油揚げ		5.00	
33	かやきせんべい		9.00	
34	根深ねぎ		7.00	

3/12 （水）

		アレルギー
1	ご飯	
2	牛乳	
3	すき焼き風煮	
4	元気サラダ	
5	いよかん	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー
1	精白米		97.50	
2	水		117.00	
3	飲用牛乳	1.00	206.00	
4	米ぬか油		0.60	
5	豚もも（小間）		30.00	
6	たまねぎ		60.00	
7	しらたき		36.00	
8	カットえのきたけ		14.00	
9	にんじん		18.00	
10	はくさい		12.00	
11	カット車ふ（一口大）		6.00	
12	冷凍カット焼き豆腐		45.00	
13	こいくちしょうゆ		8.00	
14	酒		3.00	
15	三温糖 30kg【通常食】		4.50	
16	本みりん		2.40	
17	根深ねぎ		6.00	
18	こまつな		13.00	
19	キャベツ		5.00	
20	緑豆もやし		35.00	
21	きゅうり		5.00	
22	にんじん		5.00	
23	冷凍ホールコーン		10.00	
24	かつお節（糸削り）		1.00	
25	刻み昆布		0.50	
26	米ぬか油		1.60	
27	穀物酢		2.40	
28	三温糖 30kg【通常食】		0.60	
29	ホワイトペッパー 370g【通常食】		0.01	
30	こいくちしょうゆ		2.40	
31	いよかん Ｌ	1/8	37.50	

3/13 （木）

		アレルギー
1	麦ご飯	
2	牛乳	
3	あじの南蛮漬け	
4	水菜と白菜のゆかり和え	
5	じゃがいもと油揚げのみそ汁	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー
1	精白米		95.00	
2	大麦（米粒麦）		3.00	
3	水		130.00	
4	飲用牛乳	1.00	206.00	
5	あじ（切り身）70g	1.00	70.00	
6	天塩５kg【通常食】		0.15	
7	酒		1.50	
8	でん粉 25kg【通常食】		2.30	
9	地粉		1.90	
10	米ぬか油（揚げ油）【通常食】		5.40	
11	穀物酢		3.00	
12	三温糖 30kg【通常食】		1.70	
13	こいくちしょうゆ		1.50	
14	天塩５kg【通常食】		0.04	
15	たまねぎ		4.00	
16	にんじん		1.50	
17	一味唐辛子		0.01	
18	緑豆もやし		38.00	
19	はくさい		15.00	
20	みずな		4.00	
21	ゆかり		1.00	
22	天塩５kg【通常食】		0.10	
23	水		164.00	
24	さば厚削り（だし用）		2.50	
25	にんじん		11.00	
26	たまねぎ		19.00	
27	カットえのきたけ		5.00	
28	じゃがいも		34.00	
29	油揚げ		3.00	
30	赤みそ		5.40	
31	白みそ		7.10	
32	根深ねぎ		4.00	

3/14 （金）

		アレルギー
1	ご飯	
2	牛乳	
3	ハンバーグ和風ソース	
4	春キャベツのレモン和え	
5	卵入りコーンスープ	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー
1	精白米		97.50	
2	水		117.00	
3	飲用牛乳	1.00	206.00	
4	豚ひき肉		33.00	
5	鶏ひき肉		33.00	
6	酒		2.50	
7	冷凍炒め玉ねぎ		30.00	
8	パン粉（乾）		7.70	
9	調理用牛乳		6.00	
10	天塩５kg【通常食】		0.13	
11	ホワイトペッパー 370g【通常食】		0.01	
12	ナツメグ（粉）		0.04	
13	赤みそ		1.30	
14	こいくちしょうゆ		1.00	
15	三温糖 30kg【通常食】		1.30	
16	本みりん		1.30	
17	酒		1.30	
18	水		2.60	
19	でん粉 25kg【通常食】		0.40	
20	水		0.80	
21	にんじん		11.50	
22	キャベツ		40.00	
23	こまつな		9.00	
24	こいくちしょうゆ		2.50	
25	三温糖 30kg【通常食】		0.25	
26	レモン果汁		0.40	
27	白いりごま		0.70	
28	冷凍鶏ガラパック		7.00	
29	水		141.00	
30	米ぬか油		0.60	
31	鶏ひき肉		4.00	
32	酒		1.30	
33	たまねぎ		46.00	
34	にんじん		5.00	
35	冷凍ホールコーン		19.00	
36	クリームコーン缶 1号缶【通常食】		19.00	
37	天塩５kg【通常食】		1.10	
38	ホワイトペッパー 370g【通常食】		0.02	
39	こいくちしょうゆ		1.30	
40	でん粉 25kg【通常食】		1.90	
41	水		3.80	
42	冷凍殺菌液卵		13.00	

3月分詳細献立表（通常食）

鶴川エリア中学校給食センター

3/17 （月）

		アレルギー
1	チキンカレーライス	
2	牛乳	
3	シャキシャキ梅サラダ	
4	いよかん	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー
1	精白米		105.00	
2	大麦（押麦）		3.00	
3	水		135.00	
4	米ぬか油		0.80	
5	にんにく		0.30	
6	しょうが		0.50	
7	セロリー		0.50	
8	鶏むね皮つき（小間）		25.00	
9	白ワイン		0.90	
10	たまねぎ		25.00	
11	冷凍炒め玉ねぎ		25.00	
12	にんじん		15.00	
13	じゃがいも		50.00	
14	水		90.00	
15	冷凍鶏ガラパック		5.00	
16	しょうが		0.25	
17	ローリエ葉（乾）		0.02	
18	トマトケチャップ		3.00	
19	中濃ソース		3.00	
20	天塩５kg【通常食】		1.00	
21	ホワイトペッパー 370g【通常食】		0.02	
22	米ぬか油		3.50	
23	有塩バター		3.50	
24	地粉		7.00	
25	カレー粉 1kg【通常食】		0.60	
26	コリアンダー（粉）		0.10	
27	ガラムマサラ		0.20	
28	ターメリック		0.10	
29	シナモンパウダー 100g【通常食】		0.10	
30	こいくちしょうゆ		1.00	
31	飲用牛乳	1.00	206.00	
32	にんじん		9.00	
33	だいこん		50.00	
34	きゅうり		6.00	
35	ねり梅		2.50	
36	三温糖 30kg【通常食】		1.80	
37	穀物酢		1.00	
38	こいくちしょうゆ		3.00	
39	本みりん		1.50	
40	ごま油		0.60	
41	いよかん Ｌ	1/8	37.50	

3/18 （火）

		アレルギー
1	高野豆腐のそぼろごはん	
2	牛乳	
3	さばの塩焼き	
4	ひじきと青大豆のサラダ	
5	味噌汁	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー
1	精白米		85.00	
2	水		110.00	
3	米ぬか油		1.20	
4	しょうが		0.60	
5	鶏ひき肉		12.00	
6	にんじん		10.00	
7	干ししいたけ（細切り）		0.30	
8	かつおだし		7.00	
9	酒		2.50	
10	本みりん		1.20	
11	三温糖 30kg【通常食】		1.80	
12	こいくちしょうゆ		4.70	
13	天塩５kg【通常食】		0.30	
14	凍り豆腐（細切り）		5.00	
15	飲用牛乳	1.00	206.00	
16	さば（切り身）70ｇ	1.00	70.00	
17	酒		2.00	
18	天塩５kg【通常食】		0.35	
19	ゆで青大豆		8.00	
20	芽ひじき（乾）		0.50	
21	キャベツ		25.00	
22	にんじん		15.00	
23	天塩５kg【通常食】		0.16	
24	こいくちしょうゆ		0.87	
25	三温糖 30kg【通常食】		0.80	
26	穀物酢		1.00	
27	米ぬか油		0.50	
28	白いりごま		0.50	
29	水		165.00	
30	かつお中厚削り（だし用）		2.50	
31	にんじん		6.00	
32	たまねぎ		26.00	
33	カットえのきたけ		8.00	
34	じゃがいも		20.00	
35	赤みそ		6.00	
36	白みそ		6.00	
37	冷凍カット豆腐		15.00	
38	冷凍生わかめ（カット）		5.00	
39	根深ねぎ		5.00	

3/21 （金）

		アレルギー
1	黒砂糖食パン	
2	牛乳	
3	照り焼きチキン	
4	ジャーマンポテト	
5	ミネストローネ	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ	アレルギー
1	黒砂糖食パン 60g（学給）	1.00	60.00	
2	飲用牛乳	1.00	206.00	
3	鶏もも皮つき（切り身）70g	1.00	70.00	
4	しょうが		0.40	
5	こいくちしょうゆ		2.20	
6	三温糖 30kg【通常食】		0.60	
7	本みりん		0.60	
8	酒		0.50	
9	米ぬか油		1.00	
10	にんにく		0.30	
11	たまねぎ		17.00	
12	ベーコン（短冊）		3.00	
13	有塩バター		1.10	
14	うすくちしょうゆ		1.00	
15	天塩５kg【通常食】		0.11	
16	ホワイトペッパー 370g【通常食】		0.02	
17	じゃがいも		77.00	
18	乾燥パセリ（みじん）		0.10	
19	米ぬか油		1.50	
20	にんにく		0.30	
21	ベーコン（短冊）		2.00	
22	豚もも（小間）		4.00	
23	赤ワイン		0.80	
24	たまねぎ		40.00	
25	にんじん		17.00	
26	水		165.00	
27	冷凍鶏ガラパック		8.00	
28	カットトマト缶（ダイス）		16.00	
29	トマトピューレ		5.00	
30	トマトケチャップ		3.60	
31	天塩５kg【通常食】		1.30	
32	ホワイトペッパー 370g【通常食】		0.02	
33	キャベツ		29.00	
34	シェルマカロニ		8.00	
35	レンズ豆皮なし（乾）		4.00	
36	こいくちしょうゆ		0.90	

3月分詳細献立表（通常食）

鶴川エリア中学校給食センター

3/24 （月）

		アレルギー
1	麦ご飯	
2	牛乳	
3	ホキのパン粉焼き	
4	大根ののりごま和え	
5	かきたまガーリックスープ	

No	食　品　名	個数	純使用ｇ		
1	精白米		95.00		
2	大麦（米粒麦）		3.00		
3	水		114.00		
4	飲用牛乳	1.00	206.00		
5	ホキ（切り身）60g	1.00	60.00		
6	天塩５kg【通常食】		0.10		
7	ホワイトペッパー 370g【通常食】		0.02		
8	白ワイン		0.50		
9	ノンエッグマヨネーズ 1kg【通常食】		7.50		
10	粉チーズ		0.80		
11	米ぬか油		2.00		
12	パン粉（乾）		6.70		
13	乾燥パセリ（みじん）		0.02		
14	乾燥バジル（みじん）		0.02		
15	だいこん		50.00		
16	きゅうり		5.00		
17	にんじん		10.00		
18	三温糖 30kg【通常食】		0.65		
19	こいくちしょうゆ		2.40		
20	天塩５kg【通常食】		0.13		
21	刻みのり		0.90		
22	白すりごま		1.00		
23	米ぬか油		1.50		
24	にんにく		0.60		
25	豚もも（小間）		12.00		
26	たまねぎ		21.00		
27	にんじん		11.00		
28	じゃがいも		46.00		
29	冷凍鶏ガラパック		7.00		
30	水		150.00		
31	天塩５kg【通常食】		1.18		
32	ホワイトペッパー 370g【通常食】		0.01		
33	でん粉 25kg【通常食】		1.70		
34	水		2.00		
35	冷凍殺菌液卵		20.00		
36	こまつな		7.00		

		アレルギー

No	食　品　名	個数	純使用ｇ		

		アレルギー

No	食　品　名	個数	純使用ｇ		

		アレルギー

No	食　品　名	個数	純使用ｇ		

		アレルギー

No	食　品　名	個数	純使用ｇ		