

## 2025年4月詳細献立表

町田市立中学校 2025-02-17 印刷

2025年 4月16日(水)

献立名/食品名	単位	g	備考
<b>【ターメリックライス◎】</b>			
精白米		110.00	
水		132.00	
塩		0.20	
ターメリック		0.15	
有塩バター		3.00	
<b>【大豆入りドライカレー：A】</b>			
サラダ油		0.30	
にんにく		0.50	
しょうが		0.50	
豚ひき肉		35.00	
大豆ミート(ひき肉タイプ)		8.75	
にんじん		10.00	
玉葱		20.00	
だいず(国産、水煮)		15.00	
有塩バター		1.00	
無添加コンソメチキン顆粒		0.70	
カレー粉		1.50	
トマトケチャップ		4.20	
ウスターソース		4.20	
塩		0.60	
青ピーマン		5.00	
こしょう混合		0.05	
紙カップ(小判 中230cc)		1.00	
<b>【小松菜とひじきのナムル：B】</b>			
こまつな		35.00	
干ひじき(スルメ釜、乾)		0.70	
えのきたけ		10.00	
にんじん		5.00	
しょうゆ		3.00	
ごま油		1.20	
白こしょう		0.02	
無添加純だし粉末		0.30	
白すりごま		0.50	
<b>【アボカドとベーコンのソテー：C】</b>			
オリーブ油		0.20	
にんにく		0.30	
ベーコン		2.70	
ブロッコリー		35.00	
塩		0.16	
こしょう混合		0.00	
<b>【チーズ：D】</b>			
ピピビチーズ' Fe, Ca		5.00	
<b>【牛乳】</b>			
牛乳	1.00 本	200.00	

2025年 4月17日(木)

献立名/食品名	単位	g	備考
<b>【ごはん◎】</b>			
精白米		110.00	
水		132.00	
<b>【麻婆豆腐：A】</b>			
サラダ油		0.86	
おろししょうが		0.42	
おろしにんにく		0.42	
豚ひき肉		8.55	
酒		0.43	
大豆ミート(ひき肉タイプ)		2.14	
玉葱		4.50	
干し椎茸(スライス)		0.86	
にんじん		12.83	
水		21.38	
にら		5.99	
ねぎ		16.83	
三温糖		1.03	
しょうゆ		2.57	
米みそ(赤色辛みそ)		2.57	
トウバンジャン		0.08	
テンメンジャン		2.13	
かき油		1.03	
かたくり粉		1.37	
ごま油		0.42	
国産鉄分強化とうふ		38.50	
国産加ゆみ強化とうふ		38.50	
紙カップ(小判 中230cc)	1.00 枚	1.00	
<b>【ピーマンと野菜のソテー：B】</b>			
サラダ油		1.00	
豚モモ(脂肪なし)		5.00	
にんじん		5.00	
玉葱		5.00	
もやし		20.00	
塩		0.30	
こしょう混合		0.03	
ピーマン		10.00	
しょうゆ		1.50	
かき油		0.50	
中華スープの素(ケチンGS無添加)		0.10	
青ピーマン		3.00	
<b>【ツナ入りきつま芋サラダ：C】</b>			
さつまいも		25.00	
きゅうり		5.00	
ミックスピーンズ(ゆで)		10.00	
マヨネーズ(卵黄型)		6.00	
塩		0.20	
洋からし(マスタード)		0.30	
まぐろ缶詰(水煮フレーク付)=ツナ		5.00	
<b>【白菜のレモン和え◎D】</b>			
はくさい		23.00	
にんじん		3.00	
しょうゆ		2.00	
レモン(果汁、生)		1.00	
ごま油		0.10	
かつおだし		0.10	
白いりごま		0.50	
<b>【牛乳】</b>			

2025年 4月18日(金)

献立名/食品名	単位	g	備考
<b>【ごはん◎】</b>			
精白米		110.00	
水		132.00	
<b>【豚キムチいため：A】</b>			
サラダ油		0.50	
キャベツ		25.50	
にんじん		8.50	
はくさい(キムチ漬け)		25.00	
はくさい		17.00	
青ピーマン		5.10	
ねぎ		17.00	
にら		5.10	
豚こま		40.00	
しょうゆ		3.00	
コチュジャン		1.00	
砂糖		0.85	
塩		0.09	
白こしょう		0.02	
酒		1.70	
ごま油		0.85	
<b>【コーンポテト：B】</b>			
有塩バター		1.50	
にんにく		0.30	
玉葱		10.00	
とうもろこし(国産冷凍)		4.50	
じゃがいも		60.00	
塩		0.20	
白こしょう		0.01	
無添加コンソメチキン顆粒		0.30	
<b>【枝豆とひじきの炒め煮：C】</b>			
サラダ油		1.50	
干ひじき(スルメ釜、乾)		2.00	
えだまめ(むき冷凍)		10.00	
にんじん		5.00	
油揚げ		5.00	
酒		1.80	
砂糖		1.50	
水		1.00	
無添加純だし粉末		0.20	
しょうゆ		1.80	
<b>【果物(りんご缶)：D】</b>			
りんご(缶詰)		15.00	
<b>【牛乳】</b>			
牛乳	1.00 本	200.00	

				牛乳	1.00 本	200.00				
--	--	--	--	----	--------	--------	--	--	--	--

## 2025年4月詳細献立表

町田市立中学校 2025-02-17 印刷

2025年 4月21日(月)

献立名/食品名	単位	g	備考
<b>【ごはん(塩こんぶ)◎】</b>			
精白米		110.00	
水		132.00	
塩昆布		2.00	
<b>【豆腐のミートソース和え:A】</b>			
国産鉄分強化とうふ		40.00	
国産カルシウム強化とうふ		20.00	
薄力粉		1.80	
有塩バター		0.80	
サラダ油		0.90	
サラダ油		0.50	
豚ひき肉		10.00	
大豆ミート(ひき肉タイプ)		2.50	
玉葱		35.00	
にんじん		15.00	
水		6.00	
トマト缶詰(ホール)		20.00	
とんかつソース		2.00	
しょうゆ		1.00	
トマトケチャップ		8.00	
塩		0.50	
こしょう混合		0.01	
砂糖		0.50	
赤ワイン		1.00	
粉チーズ		1.50	
パン粉(乾燥)		2.50	
パセリ(乾)		0.01	
紙カップ(小判 中230cc)		1.00	
<b>【鶏肉の照り焼き+ビーもやしナムルB】</b>			
鶏若鶏肉モモ(皮なし)		40.00	
サラダ油	0.70 g	0.70	
しょうゆ	3.00 g	3.00	
本みりん	3.00 g	3.00	
砂糖	1.00 g	1.00	
酒	0.50 g	0.50	
水	1.00 g	1.00	
かたくり粉	1.00 g	1.00	
もやし		20.00	
青ピーマン		5.00	
塩		0.15	
ごま油		0.30	
<b>【ごぼうのごまヨサラダ:C】</b>			
ごぼう		15.00	
きゅうり		15.00	
国産ホルモン(冷凍)		5.40	
だいず(国産、水煮)		5.40	
ダイスターズ	3.00 g	3.00	
胡麻マヨドレッシング		6.00	
塩		0.10	
白こしょう		0.00	
<b>【果物(パイナップル缶)☆】</b>			
パイナップル缶詰(果肉のみ)		15.00	
<b>【牛乳】</b>			
牛乳	1.00 本	200.00	

2025年 4月22日(火)

献立名/食品名	単位	g	備考
<b>【バターライス◎】</b>			
精白米		110.00	
有塩バター		3.00	
無添加コンソメチキン顆粒		1.00	
塩	0.20 g	0.20	
こしょう混合		0.02	
水		132.00	
パセリ(乾)	0.01 g	0.01	
<b>【いかのかき揚げ+おかか和えA】</b>			
いか 鹿の子目		60.00	
塩		0.20	
こしょう混合		0.02	
ガーリックパウダー		0.20	
かたくり粉		6.00	
揚げ油(米白絞)		6.00	
ごまつな		7.00	
にんじん		3.50	
もやし		20.00	
しょうゆ		2.00	
かつお加工品(かつお節)		0.30	
<b>【カレーミート:B】</b>			
サラダ油		1.50	
豚ひき肉		12.00	
大豆ミート(ひき肉タイプ)		3.20	
にんじん		5.00	
じゃがいも		20.00	
玉葱		20.00	
有塩バター		1.00	
にんにく		0.50	
しょうが		0.20	
カレー粉		0.50	
トマトケチャップ		3.00	
ウスターソース		2.00	
塩		0.30	
こしょう混合		0.20	
赤ピーマン		4.00	
グリーンピース(国産冷凍)		2.00	
かたくり粉		0.00	
<b>【ひじきと豆のマリネ:C】</b>			
干ひじき(アソシテ、乾)		1.00	
だいず(国産、水煮)		8.00	
だいこん		6.00	
きゅうり		6.00	
国産ホルモン(冷凍)		7.00	
塩	0.10 g	0.10	
穀物酢	2.50 g	2.50	
砂糖	1.20 g	1.20	
しょうゆ	0.50 g	0.50	
オリーブ油	0.50 g	0.50	
<b>【いんげんの胡麻和え:D】</b>			
さやいんげん		15.00	
にんじん		10.00	
砂糖		0.70	
しょうゆ		2.00	
白すりごま		0.50	
<b>【牛乳】</b>			
牛乳	1.00 本	200.00	

2025年 4月23日(水)

献立名/食品名	単位	g	備考
<b>【ごはん◎】</b>			
精白米		110.00	
水		132.00	
<b>【鶏の唐揚げ(2c)+浅揚げ:A】</b>			
鶏成鶏肉モモ(皮なし)		60.00	
おろししょうが		0.50	
酒		1.50	
しょうゆ		3.00	
かたくり粉		4.00	
薄力粉		4.00	
揚げ油(米白絞)		4.00	
キャベツ	25.00 g	25.00	
きゅうり	5.00 g	5.00	
塩	0.10 g	0.10	
穀物酢		0.15	
<b>【にらもやし炒め:B】</b>			
豚こま		5.00	
酒		1.00	
もやし		30.00	
にんじん		10.00	
にら		5.00	
とうもろこし缶詰(ホール)		10.00	
サラダ油		0.40	
ガーリックパウダー		0.07	
塩		0.25	
白こしょう		0.00	
<b>【切干大根の煮物:C】</b>			
切干しだいこん		5.00	
油揚げ		1.80	
にんじん		3.00	
凍り豆腐		2.00	
砂糖		2.00	
しょうゆ		2.00	
酒		1.20	
サラダ油		0.30	
無添加純だし粉末		0.10	
水		0.00	
<b>【ずりおろしりんごゼリー】</b>			
Fゼリー(ずりおろしりんごゼリー)	1.00 個	23.00	
<b>【牛乳】</b>			
牛乳	1.00 本	200.00	

## 2025年4月詳細献立表

町田市立中学校 2025-02-17 印刷

2025年 4月24日(木)

献立名/食品名	単位	g	備考
<b>【ごはん◎】</b>			
精白米		110.00	
水		132.00	
<b>【鯖のトマトソースがけ:A】</b>			
さば	1.00 枚	60.00	
酒		1.50	
しょうゆ		1.50	
玉葱		5.00	
サラダ油		1.00	
おろしにんにく		0.50	
玉葱		10.00	
トマト缶詰(ホール)		20.00	
しょうゆ		1.50	
トマトケチャップ		7.50	
砂糖		1.30	
かたくり粉		0.00	
フロコリー		15.00	
<b>【豆入りポテトサラダ:B】</b>			
じゃがいも		40.00	
ミックスビーンズ(ゆで)		12.00	
えだまめ(むき冷凍)		5.00	
にんじん		5.00	
ダイスチーズ		5.00	
パセリ(乾)		0.05	
マヨネーズ(全卵型)		8.00	
塩		0.30	
砂糖		0.12	
こしょう混合		0.01	
<b>【青菜のごまみそ和え:C】</b>			
キャベツ		30.00	
こまつな		10.00	
白すりごま		1.00	
米みそ(淡色辛みそ)		1.00	
しょうゆ		1.00	
砂糖		0.50	
<b>【じゃこひじきふりかけ:D】</b>			
干ひじき(スライス、乾)	1.50 g	1.50	
サラダ油		0.30	
砂糖		1.00	
しょうゆ		1.00	
本みりん		0.20	
かつお加工品(かつお節)		0.50	
ちりめんじゃこ		1.00	
白いりごま		0.50	
<b>【牛乳】</b>			
牛乳	1.00 本	200.00	

2025年 4月25日(金)

献立名/食品名	単位	g	備考
<b>【ごはん◎】</b>			
精白米		110.00	
水		132.00	
<b>【豚肉と生揚げの味噌炒め:A】</b>			
生揚げ		60.00	
サラダ油		0.55	
豚モモ(脂身付き)		27.50	
しょうゆ		1.43	
酒		0.88	
おろししょうが		0.77	
にんじん		11.00	
玉葱		16.50	
青ピーマン		8.80	
三温糖		1.10	
コチュジャン		0.28	
米みそ(赤色辛みそ)		1.80	
しょうゆ		1.80	
酒		0.55	
三温糖		0.88	
かき油		0.28	
<b>【野菜コロッケ30g+キャベツ:B】</b>			
野菜コロッケ30g		30.00	
揚げ油(米白絞)		4.00	
サラダ油		0.20	
キャベツ		30.00	
塩		0.25	
こしょう混合		0.00	
<b>【大豆炒しのり辛みそ和え:C】</b>			
だいずもやし		34.50	
きゅうり		5.75	
にんじん		3.45	
ポン酢		5.75	
砂糖		2.30	
トウバンジャン		0.02	
白いりごま		2.30	
ごま油		1.15	
にんにく		0.58	
<b>【チーズ:D】</b>			
ビビビチーズ Fe, Ca		5.00	
<b>【牛乳】</b>			
牛乳	1.00 本	200.00	

2025年 4月28日(月)

献立名/食品名	単位	g	備考
<b>【ごはん◎】</b>			
精白米		110.00	
水		132.00	
<b>【鮭の塩焼き+浅漬け:A】</b>			
鮭		60.00	
塩		0.50	
キャベツ		25.00	
きゅうり		5.00	
塩		0.10	
穀物酢		0.15	
<b>【生揚げのきのこソースかけ☆B】</b>			
生揚げ		40.00	
鶏若鶏胸ひき肉		5.00	
干し椎茸(スライス)		0.50	
えのきたけ		10.00	
ぶなしめじ		8.00	
水		15.00	
無添加純だし粉末		0.40	
砂糖		1.00	
しょうゆ		3.00	
本みりん		2.00	
酒		0.50	
かたくり粉		0.50	
<b>【野菜のごま和え】</b>			
こまつな		20.00	
にんじん		3.00	
もやし		20.00	
しょうゆ		1.80	
砂糖		1.80	
塩		0.10	
酒		0.63	
本みりん		0.63	
白すりごま		0.50	
白いりごま		0.50	
<b>【安倍川さつま:D】</b>			
さつまいも		30.00	
揚げ油(米白絞)		2.00	
グラニュー糖		0.66	
きな粉(大豆)		0.66	
塩		0.00	
<b>【牛乳】</b>			
牛乳	1.00 本	200.00	

