2024年12月　詳細献立表□

0:通常献立

町田市立中学校　2024-09-27 印刷

2024年12月 2日(月)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん（ゆかり）☆】			
精白米		110.00	
水		132.00	
ゆかり(ｸﾞﾙﾀ無添加)		1.00	
【肉じゃが:A】			
サラダ油		0.50	
おろししょうが		0.50	
豚こま		20.00	
玉葱		20.00	
じゃがいも		75.00	
にんじん		15.00	
つきこんにゃく		10.00	
砂糖		4.00	
酒		1.00	
本みりん		1.00	
水		30.00	
無添加天然だしの素	1.00 g	1.00	
しょうゆ		5.00	
グリンピース(国産冷凍)		5.00	
【いかのさらさ焼き：B】			
いか	1.00 切	40.00	
カレー粉		0.20	
しょうゆ		2.00	
酒		1.00	
ブロッコリー		15.00	
塩		0.10	
【キャベツとひじきのごま和え：C】			
キャベツ		30.00	
干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)		0.30	
白ゴマペースト		1.00	
砂糖		0.60	
穀物酢		0.80	
マヨネーズ(全卵型)		2.50	
米みそ(甘みそ)		1.00	
白いりごま		1.00	
【うずら卵の塩ゆでD】			
うずら卵(水煮缶詰)	2.00 個	20.00	
水		5.00	
塩		0.10	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月 3日(火)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
【鮭の塩焼き＋浅漬け：A】			
鮭		70.00	
塩		0.50	
キャベツ		25.00	
きゅうり		5.00	
塩		0.10	
穀物酢		0.15	
【京がんもの煮つけB(個付)●】			
がんもどき	2.00 個	20.00	
板こんにゃく		15.00	
にんじん		30.00	
無添加天然だしの素		1.20	
水		20.00	
しょうゆ		2.00	
砂糖		2.50	
さやいんげん		2.00	
【じゃがいもののりごま和え:C】			
じゃがいも		45.00	
しょうゆ		3.50	
白いりごま		3.50	
あおのり		0.30	
【じゃこひじきふりかけ：D】			
干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、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	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月 4日(水)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
【豆腐のチリソース:A】			
サラダ油	0.30 g	0.30	
にんにく	0.40 g	0.40	
しょうが	0.40 g	0.40	
豚ひき肉		14.25	
大豆ミート（ひき肉タイプ）		4.75	
玉葱		9.50	
干し椎茸（スライス）	0.50 g	0.50	
水		19.00	
中華ｽｰﾌﾟの素ﾘｹﾝGS無添加		0.95	
砂糖		0.95	
しょうゆ		3.80	
塩		0.10	
チリソース		0.05	
酒		0.48	
トマトケチャップ		10.45	
チリパウダー		0.05	
かたくり粉		0.95	
ねぎ	10.00 g	10.00	
国産ｶﾙｼｳﾑ強化とうふ		85.50	
青ピーマン	3.00 g	3.00	
紙カップ（小判 中230cc）	1.00 枚	1.00	
【鶏肉のみそ焼き＋にらもやし：B】			
鶏成鶏肉モモ(皮なし)		40.00	
酒		1.50	
砂糖		2.00	
本みりん		1.50	
しょうゆ		1.00	
米みそ(淡色辛みそ)		0.70	
ごま油		0.30	
もやし		20.00	
にら		5.00	
塩		0.15	
ごま油		0.30	
【切干大根の煮物：C】			
切干しだいこん		7.00	
焼き竹輪		10.00	
にんじん		5.00	
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	
【枝豆の塩昆布浅漬け:D】			
えだまめ（むき冷凍）		20.00	
穀物酢		1.00	
三温糖		0.30	
塩		0.10	
塩昆布		0.30	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月　詳細献立表口

0:通常献立

町田市立中学校　2024-09-27 印刷

2024年12月 5日(木)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
【鶏肉のレモン煮(ﾑﾈ肉2個)＋ｷｬﾍﾞﾋﾞｰ:A】			
鶏成鶏肉胸(皮なし)	2.00 枚	60.00	
かたくり粉		10.00	
揚げ油 (米白絞)		6.00	
レモン(果汁､生)		5.00	
砂糖		5.00	
しょうゆ		5.00	
水		5.00	
キャベツ		25.00	
青ピーマン		3.00	
サラダ油		0.50	
塩		0.20	
こしょう混合		0.00	
【小松菜とひじきのﾅﾑﾙ：B】			
こまつな		35.00	
干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、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	
【じゃがバタコーン：C】			
じゃがいも		35.00	
国産ﾎｰﾙｺｰﾝ (冷凍)		5.00	
有塩バター		2.00	
塩	0.20 g	0.20	
パセリ(乾)		0.01	
【いんげんのごま和え：D】			
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	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月 6日(金)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
【魚のカレーパン粉焼き＋ﾌﾞﾛ:A】			
シルバー		60.00	
おろしにんにく		0.30	
酒		4.50	
塩		0.30	
こしょう混合		0.01	
サラダ油		0.50	
パン粉(乾燥)		2.00	
パセリ(乾)		0.04	
カレー粉		0.04	
ブロッコリー		20.00	
【肉野菜炒め:B】			
豚こま		5.00	
酒		1.00	
もやし		45.00	
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		0.50	
ガーリックパウダー		0.10	
塩		0.35	
白こしょう		0.00	
【おかかポテト(45g)：C】			
じゃがいも		45.00	
揚げ油 (米白絞)		5.00	
中濃ソース		5.50	
あおのり		0.10	
かつお加工品(削り節)		0.50	
【チーズ:D】			
ﾋﾞﾋﾞﾋﾞﾁｰｽﾞFe,Ca		5.00	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月 9日(月)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
【麻婆豆腐：A】			
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	
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	
国産ｶﾙｼｳﾑ強化とうふ		38.50	
紙カップ (小判 中230cc)	1.00 枚	1.00	
【竹輪の磯辺揚げ&ｷｬﾍﾞﾅﾑﾙ：B】			
焼き竹輪	2.00 本	24.00	
あおのり		0.20	
天ぷら粉		5.00	
水		4.00	
揚げ油 (米白絞)		5.00	
キャベツ		30.00	
塩		0.10	
ごま油		0.30	
【春雨のサラダ(ﾊﾑ) ：C】			
緑豆はるさめ (乾)		4.00	
ロースハム		4.00	
きゅうり		8.00	
もやし		8.00	
国産ﾎｰﾙｺｰﾝ (冷凍)		2.67	
中華ドレッシング		6.00	
【チーズ:D】			
ﾋﾞﾋﾞﾋﾞﾁｰｽﾞFe,Ca		5.00	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月　詳細献立表口

0:通常献立

町田市立中学校　2024-09-27 印刷

2024年12月10日(火)

献立名／食品名	単位	g	備考
【わかめごはん☆】			
精白米		110.00	
水		132.00	
炊き込みわかめ		1.00	
【魚の照り焼き+小松菜えのきソテー：A】			
さば		60.00	
酒	2.00 g	2.00	
しょうゆ	2.00 g	2.00	
本みりん	2.50 g	2.50	
こまつな		25.00	
えのきたけ		10.00	
赤ピーマン		5.00	
オリーブ油		0.50	
塩		0.20	
こしょう混合		0.01	
【生揚げとｻｻのｶﾚｰ煮：B】			
フェイタス絹厚揚げ10Ｎ		40.00	
カレー粉		0.25	
砂糖		0.13	
しょうゆ		0.25	
無添加コンソメチキン顆粒		0.30	
水		7.50	
まぐろ缶詰(油漬ﾌﾚｰｸﾗｲﾄ)=ツナ		8.00	
えだまめ（むき冷凍）		10.00	
カレー粉		0.30	
砂糖		0.17	
しょうゆ		0.40	
無添加コンソメチキン顆粒		0.50	
水		10.00	
かたくり粉		0.40	
【ごぼうのごまマヨサラダ:C】			
ごぼう		16.20	
きゅうり		16.20	
国産ﾎｰﾙｺｰﾝ（冷凍）		4.86	
だいず（国産､水煮）		4.86	
ダイスチーズ	3.00 g	3.00	
胡麻マヨドレッシング		4.86	
【ﾌﾗｲﾄﾞﾎﾟﾃﾄ:D】			
じゃがいも		30.00	
揚げ油（米白絞）		3.00	
塩		0.20	
パセリ(乾)		0.05	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月11日(水)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
【豚すき丼の具：A】			
サラダ油		1.50	
豚こま		45.00	
しらたき		35.00	
玉葱		45.00	
えのきたけ		9.00	
ねぎ		6.00	
酒		2.30	
三温糖		2.25	
しょうゆ		5.00	
本みりん		1.00	
塩		0.40	
紙カップ（小判 中230cc）	1.00 枚	1.00	
【ごまだれ和え(ｻﾗﾐ切干):B】			
切干しだいこん		3.00	
干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)		0.30	
水		2.55	
うすくちしょうゆ		0.68	
砂糖		0.68	
鶏胸肉のほぐし身		10.00	
キャベツ		20.00	
きゅうり		12.00	
国産ﾎｰﾙｺｰﾝ（冷凍）		6.80	
にんじん		2.55	
白すりごま		3.30	
しょうゆ		3.00	
砂糖		1.50	
マヨネーズ(全卵型)		2.00	
穀物酢		0.83	
米みそ(淡色辛みそ)		1.00	
ごま油		0.40	
一味とうがらし(粉)		0.01	
【ﾌﾞﾛｯｺﾘｰとﾍﾞｰｺﾝのｿﾃｰ：C】			
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	
【安倍川さつま：D】			
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	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月12日(木)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
【ﾔﾝﾆｮﾑﾁｷﾝ＋いんげんﾅﾑﾙ:A】			
鶏成鶏肉胸(皮なし)	2.00 枚	60.00	
塩		0.10	
かたくり粉		8.00	
揚げ油（米白絞）		7.00	
おろししょうが		0.20	
おろしにんにく		0.20	
コチュジャン		0.50	
しょうゆ		5.00	
本みりん		5.00	
砂糖		2.00	
さやいんげん		20.00	
塩		0.15	
こしょう混合		0.02	
ごま油		0.20	
【チャプチェ風炒め：B】			
緑豆はるさめ（乾）		4.50	
ごま油		0.45	
おろしにんにく		0.20	
豚こま		10.00	
にんじん		4.00	
もやし		13.00	
キャベツ		20.00	
にら		3.00	
塩		0.40	
こしょう混合		0.01	
中華ｽｰﾌﾟの素ﾘｹﾝGS無添加		0.20	
しょうゆ		0.40	
【かぼちゃとさつまいものｻﾗﾀﾞ：C】			
かぼちゃ	30.00 g	30.00	
さつまいも	10.00 g	10.00	
マヨネーズ(全卵型)	3.00 g	3.00	
加糖練乳		0.30	
塩		0.10	
白こしょう		0.01	
ダイスチーズ		5.00	
【すりおろしりんごﾐﾆｾﾞﾘｰ☆】			
Ｆｅすりおろしりんごﾐﾆｾﾞﾘｰ	1.00 個	23.00	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月　詳細献立表□

0:通常献立　　町田市立中学校　2024-09-27 印刷

2024年12月13日(金)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごまごはん◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
黒ごま(いり)		1.50	
【棒餃子&もやしﾅﾑﾙ:A】			
町田特注棒餃子	1.00 個	60.00	
揚げ油（米白絞）		3.00	
にんじん		5.00	
きゅうり		5.00	
もやし		35.00	
中華ｽｰﾌﾟの素ﾘｹﾝGS無添加		0.30	
ごま油		0.80	
塩		0.20	
【生揚げの四川煮:B】			
ごま油		0.36	
にんにく		0.17	
しょうが		0.34	
豚ひき肉		4.80	
大豆ミート（ひき肉タイプ）		2.40	
玉葱		6.00	
トウバンジャン		0.02	
砂糖		1.00	
しょうゆ		1.20	
トマトケチャップ		4.00	
水		6.00	
米みそ(赤色辛みそ)		2.00	
テンメンジャン		1.00	
青ピーマン		4.00	
かたくり粉		0.80	
水		0.80	
生揚げ		40.00	
【大豆とひじきの炒め煮☆C】			
サラダ油		1.50	
干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)		1.50	
だいず（国産､水煮）		4.50	
にんじん		2.00	
凍り豆腐		3.00	
酒		1.60	
砂糖		1.30	
水		1.00	
無添加純だし粉末		0.13	
しょうゆ		1.40	
【青菜とｺｰﾝのｿﾃｰ：D】			
こまつな		10.00	
キャベツ		10.00	
国産ﾎｰﾙｺｰﾝ（冷凍）		5.00	
有塩バター		0.50	
塩		0.08	
こしょう混合		0.00	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月16日(月)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
【生揚げ入りホイコウロウ：A】			
生揚げ		40.00	
サラダ油		0.50	
おろししょうが		0.40	
豚こま		20.00	
もやし		5.00	
にんじん		10.00	
キャベツ		50.00	
青ピーマン		4.00	
水		1.80	
砂糖		0.45	
テンメンジャン		2.70	
米みそ(赤色辛みそ)		2.70	
トウバンジャン		0.10	
しょうゆ		1.80	
ごま油		0.30	
白こしょう		0.02	
【ししゃものフライ＋ｲﾝｹﾞﾝごまあえB】			
ししゃもフライ	1.00 本	20.00	
サラダ油		4.00	
さやいんげん	18.00 g	18.00	
にんじん	5.00 g	5.00	
しょうゆ	1.80 g	1.80	
白すりごま	1.00 g	1.00	
砂糖	0.50 g	0.50	
【マカロニサラダ:C】			
マカロニ		7.20	
にんじん		7.20	
玉葱		7.20	
きゅうり		5.40	
国産ﾎｰﾙｺｰﾝ（冷凍）		4.50	
塩		0.27	
こしょう混合		0.01	
マヨネーズ(全卵型)		6.30	
【すりおろし洋梨ﾐﾆｾﾞﾘｰ：D】			
Ｆｅすりおろし洋梨ﾐﾆｾﾞﾘｰ	1.00 個	23.00	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月17日(火)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん◎町田産米】			
精白米		110.00	
水		132.00	
【豚肉のスタミナ炒め＋ｷｬﾍﾞﾂA】			
豚こま		70.00	
玉葱		30.00	
しょうが		0.50	
にんにく		0.30	
サラダ油		0.70	
本みりん		0.80	
砂糖		0.80	
酒		0.80	
しょうゆ		3.90	
トウバンジャン		0.04	
ごま油		0.15	
かたくり粉		0.30	
水		0.00	
白いりごま		0.30	
キャベツ		29.00	
にんじん		4.00	
塩		0.20	
白こしょう		0.00	
【ツナとひじきの大根サラダ:B】			
だいこん	25.00 g	25.00	
干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)	2.00 g	2.00	
みずな	10.00 g	10.00	
大豆(水煮缶詰)	8.00	8.00	
まぐろ缶詰(水煮ﾌﾚｰｸﾗｲﾄ)=ツナ	5.00 g	5.00	
しょうゆ	2.00 g	2.00	
砂糖	2.00 g	2.00	
穀物酢		1.50	
レモン(果汁､生)	0.50 g	0.50	
ごま油	0.50 g	0.50	
白すりごま	1.00 g	1.00	
マヨネーズ(全卵型)	3.00 g	3.00	
【かぼちゃの甘煮:C】			
かぼちゃ		30.00	
砂糖	2.25 g	2.25	
しょうゆ	1.12 g	1.12	
酒	0.75 g	0.75	
無添加純だし粉末		0.37	
水		15.00	
かたくり粉		0.37	
【おかかふりかけ　：D】			
かつお加工品(削り節)	1.00 g	1.00	
塩昆布		3.00	
白いりごま	1.00 g	1.00	
砂糖	0.80 g	0.80	
しょうゆ	0.80 g	0.80	
レモン(果汁､生)	0.80 g	0.80	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月　詳細献立表□

0:通常献立

町田市立中学校　2024-09-27 印刷

2024年12月18日(水)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
【ﾁｷﾝｶﾂ（加）＋ｷｬﾍﾞ：A】			
チキンカツ　ムネ肉		50.00	
揚げ油（米白絞）		6.00	
中濃ソース		5.00	
キャベツ		35.00	
塩		0.10	
【きのことﾍﾟﾝﾈのｿﾃｰ：B】			
ペンネ		10.00	
オリーブ油	0.50 g	0.50	
オリーブ油	0.80 g	0.80	
おろしにんにく	0.50 g	0.50	
ベーコン	3.00 g	3.00	
エリンギ	10.00 g	10.00	
ぶなしめじ	10.00 g	10.00	
玉葱	15.00 g	15.00	
青ピーマン		5.00	
塩	0.30 g	0.30	
しょうゆ		1.00	
こしょう混合	0.02 g	0.02	
【小松菜のごま和え：C】			
こまつな		35.00	
にんじん		10.00	
砂糖		1.00	
しょうゆ		2.00	
白すりごま		0.80	
【さつまいものパイン和え：D】			
さつまいも		17.00	
パイン缶詰(果肉のみ)		6.00	
砂糖		0.25	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月19日(木)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
【キムチ豆腐：A】			
サラダ油		1.00	
おろしにんにく		0.20	
おろししょうが		0.50	
豚ひき肉		7.00	
大豆ミート（ひき肉タイプ）		2.00	
にんじん		5.00	
えのきたけ		5.00	
キャベツ		12.00	
ねぎ		6.00	
はくさい(キムチ漬け)		15.00	
国産鉄分強化とうふ		50.00	
国産ｶﾙｼｳﾑ強化とうふ		30.00	
塩		0.40	
こしょう混合		0.02	
しょうゆ		2.00	
本みりん		1.00	
コチュジャン		0.05	
ごま油		0.30	
中華ｽｰﾌﾟの素ﾘｹﾝGS無添加		0.10	
水		20.00	
ごま油		0.30	
酒		2.00	
にら		5.00	
水		3.00	
かたくり粉		3.00	
紙カップ（小判 中230cc）	1.00 枚	1.00	
【ｳｨﾝﾅｰｿｰｾｰｼﾞ＆ﾏｯｼｭﾎﾟﾃﾄ:B】			
ウィンナー	2.00 本	40.00	
トマトケチャップ		3.00	
じゃがいも		30.00	
牛乳		2.00	
塩		0.15	
【切干大根の中華風味ｻﾗﾀﾞ:C】			
切干しだいこん		3.00	
干ひじき(ｽﾃﾝﾚｽ釜、乾)		0.30	
にんじん		10.00	
きゅうり		10.00	
国産ﾎｰﾙｺｰﾝ（冷凍）		10.00	
中華ドレッシング		7.00	
【チーズ:D】			
ピピピﾁｰｽﾞFe,Ca		5.00	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月20日(金)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ごはん（鉄っ子ひじきふりかけ）◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
鉄っ子ひじきふりかけ		5.00	
【ぶりの幽庵焼き＋ﾌﾞﾛ:A】			
ぶり　６０ｇ		60.00	
酒		0.75	
本みりん		1.00	
しょうゆ		2.25	
水		6.00	
ゆず(果汁､生)		0.75	
サラダ油		0.10	
ブロッコリー		10.00	
【豚肉のみそ炒め：B】			
豚こま		25.00	
青ピーマン		5.00	
にんじん		10.00	
ねぎ		10.00	
キャベツ		20.00	
しょうが		0.30	
サラダ油		0.50	
豆みそ		3.00	
砂糖		0.60	
酒		1.00	
しょうゆ		0.60	
【水菜と白菜のおかか和え:C】			
みずな	12.00 g	12.00	
はくさい	35.00 g	35.00	
しょうゆ	2.00 g	2.00	
かつお加工品(削り節)	0.20 g	0.20	
【かぼちゃのきんとん：D】			
かぼちゃ		28.00	
砂糖		1.60	
牛乳		8.00	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月　詳細献立表口

0:通常献立

町田市立中学校　2024-09-27 印刷

2024年12月23日(月)

献立名／食品名	単位	g	備考
【パセリライス◎】			
精白米		110.00	
水		132.00	
パセリ(乾)		0.01	
【大豆入りドライカレー：A】			
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	
かたくり粉		0.00	
【いかのｶﾞｰﾘｯｸ揚げ&青菜ｺｰﾝおかか：B】			
いか		30.00	
塩		0.15	
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 g	6.00	
揚げ油（米白絞）		4.00	
こまつな		20.00	
もやし		10.00	
国産ﾎｰﾙｺｰﾝ（冷凍）		5.00	
しょうゆ		1.50	
かつお加工品(かつお節)		0.35	
【キャベツとツナのピリ辛和え：C】			
キャベツ		25.00	
きゅうり		9.00	
塩		0.56	
ラー油		0.44	
ごま油		0.44	
穀物酢		0.67	
まぐろ缶詰(水煮ﾌﾚｰｸﾗｲﾄ)=ツナ		10.00	
【チーズ:D】			
ピピピﾁｰｽﾞFe,Ca		5.00	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

2024年12月24日(火)

献立名／食品名	単位	g	備考
【ﾍﾞｱｰ食ﾊﾟﾝ(黒糖&ｾｻﾐ) ☆】			
黒糖パン(食パン)		62.00	
セサミパン(食パン)		63.00	
袋詰め代金		1.00	
【白身魚のフライ(加工品)&ｷｬﾍﾞ：A】			
ほきフライ	1.00 切	60.00	
揚げ油（米白絞）		6.00	
中濃ソース		4.00	
タルタルソース		10.00	
キャベツ		35.00	
塩		0.10	
【チキンビーンズ:B】			
サラダ油		0.40	
鶏成鶏肉胸(皮なし)		15.00	
ベーコン		4.00	
にんじん		12.00	
玉葱		24.00	
ぶなしめじ		4.00	
トマトケチャップ		4.80	
とんかつソース		1.12	
ウスターソース		0.56	
赤ワイン		0.48	
こしょう混合		0.01	
砂糖		0.08	
塩		0.16	
だいず（国産、水煮）		16.00	
グリンピース(国産冷凍)		2.40	
【ガーリックポテト：C】			
じゃがいも		45.00	
有塩バター		0.60	
にんにく		0.24	
塩		0.28	
白こしょう		0.01	
パセリ(乾)		0.04	
【ピリ辛きゅうり：D】			
きゅうり		25.00	
ごま油		0.42	
穀物酢		0.30	
しょうゆ		1.26	
塩		0.08	
砂糖		0.14	
一味とうがらし(粉)		0.00	
【牛乳】			
牛乳	1.00 本	200.00	

献立名／食品名	単位	g	備考