資料26　現学校給食センター献立指示書

献立指示書

平成30年9月3日（月）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中	上水中	ジーエスエフ	事務室
2097人		(594)	(536)	(601) 短	(343) 短	(15)	(4)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2097本			
うず巻パン		包装うず巻コッペパン(給食会)	1こ(60g)		2097こ			学配
豆腐入りメンチカツ	③	豚挽肉(そとモモ)		40	84	○		
		なたね油(ねり油)		1.5	3			
		押し豆腐50%(水なし・つぶし)		20	42	○		
		たまねぎ	みじん切り	20	45			
		なたね油		0.5	1			
		パン粉　生		7	15		4袋	
		鶏卵		3	7			
		食塩		0.5	1.0			
		黒こしょう		0.05	0.10			
		薄力粉		9	19			
		鶏卵		5	12			
		パン粉　乾燥		16	34			
		揚げ油		7	15		揚①	
		卓上中濃ソース		8	17		96本	
コーンサラダ	④	キャベツ	短冊(細)	35	86	○	7:50	６０ｇ
		きゅうり	輪切り	30	64			
		にんじん	せん切り	10	22			
		冷凍スイートコーン		10	21			
		卓上コーンクリーミードレッシング		8	17		62本	
ミネストローネ	②	ショルダーベーコン(短冊)		10	21	○		２２０ｇ
		にんにく	すりおろす	0.3	0.8			マカロニ崩れ注意！
		じゃがいも	角小	30	70			
		たまねぎ	角小	20	45			
		にんじん	角小	20	43			
		かぶ・皮つき	角小	15	35			
		セロリー	粗みじん	5	16			
		米粉マカロニ(星形)		5	10			
		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		トマト缶詰		35	73		24缶	
		トマトケチャップ		4	8		3袋	
		鶏ガラブイヨン		20	42			
		食塩		0.6	1.3			
		白こしょう		0.03	0.06			
		ウスターソース		0.5	1			

卓上ソース
35人未満…1本
35人以上…2本

使用食器
- ●箸
- ●スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③+④
- ●小鉢１ヶ ②
- ○小鉢２ヶ
- ○小皿

使用容器
- ①飯缶　しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶　おたま・レードル・手型おたま
- ③天缶　レードル・スプ・トング・手袋
- ④天缶　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑤半天　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

	卓上ソース	コーンドレッシング
第二中	(27)	(17)
第四中	(21)	(16)
第五中	(30)	(17)
上水中	(17)	(11)
ジーエスエフ	(1)	(1)

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月3日（月）　　Ｂコース

予定人数	学校名	第一中	第三中	第六中	花南中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ
2246人		(487)	(586)	(599)	(555)	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2246本			
	①	水稲穀粒　精白米		100	230		23袋	２０４ｇ
	③	なたね油		1	2			１２０ｇ
		若鶏もも皮無し角切肉		70	157	○		
焼き鳥丼		長ねぎ	1.5㎝	40	112			
		にんじん	せん切り	15	35			
		しょうが	すりおろす	1	2.8			
		こいくちしょうゆ		8	18			
		三温糖		1.5	3			
		清酒　本醸造酒		2	4			
		本みりん		2	4			
		じゃがいもでん粉		2	4.5			
	④	ごま油		0.4	1			６５ｇ
切り干し大根の中華炒め		切干しだいこん		9	20			
		豚細切肉(そとモモ)		12	27	○		
		菌床干しいたけ		0.8	2			
		にんじん	せん切り	8	19			
		青ピーマン	せん切り	5	13			
		にら	2㎝	5	12			
		こいくちしょうゆ		1.2	3			
		清酒　本醸造酒		0.8	2			
		オイスターソース		4	9.0			
		豆板醤		0.1	0.2			
		白すりごま		0.3	1			
みそ汁	②	木綿豆腐	さいの目	30	67	○		２２０ｇ
		油揚げ	短冊	6	13	○		
		長ねぎ	小口	10	28			
		淡色辛みそ		8	18			
		赤色辛みそ		6	13			
		鰹厚削り節		2	4			

使用食器
●箸
●スプーン
○フォーク
●おかず皿 ①+③
○小鉢１ヶ
●小鉢２ヶ ②,④
○小皿

使用容器
①飯缶
(しゃもじ)・トング・パスタ・手袋
②食缶
(おたま)・レードル・手型おたま
③天缶
(レードル)・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・(トング)・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
第一中
第三中
第六中
花南中
ジーエスエフ

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月4日（火）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中	上水中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ	事務室
2097人		(594)	(536)	(601) 短	(343)	(15)	(4)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2097本			
	①	水稲穀粒　精白米		100	210		21袋	２０４ｇ
	③	なたね油		1	2			１２０ｇ
		若鶏もも皮無し角切肉		70	147	○		
焼き鳥丼		長ねぎ	1.5㎝	40	105			
		にんじん	せん切り	15	32			
		しょうが	すりおろす	1	2.6			
		こいくちしょうゆ		8	17			
		三温糖		1.5	3			
		清酒　本醸造酒		2	4			
		本みりん		2	4			
		じゃがいもでん粉		2	4.2			
	④	ごま油		0.4	1			６５ｇ
切り干し大根の中華炒め		切干しだいこん		9	19			
		豚細切肉(そとモモ)		12	25	○		
		菌床干しいたけ		0.8	2			
		にんじん	せん切り	8	17			
		青ピーマン	せん切り	5	12			
		にら	2㎝	5	11			
		こいくちしょうゆ		1.2	3			
		清酒　本醸造酒		0.8	2			
		オイスターソース		4	8.4			
		豆板醤		0.1	0.2			
		白すりごま		0.3	1			
	②	木綿豆腐	さいの目	30	63	○		２２０ｇ
		油揚げ	短冊	6	13	○		
みそ汁		長ねぎ	小口	10	26			
		淡色辛みそ		8	17			
		赤色辛みそ		6	13			
		鰹厚削り節		2	4			

使用食器

- ●箸
- ●スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ①+③
- ○小鉢１ヶ
- ●小鉢２ヶ ②,④
- ○小皿

使用容器

- ①飯缶
- しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶
- おたま・レードル・手型おたま
- ③天缶
- レードル・スプ・トング・手袋
- ④天缶
- レードル・スプ・トング・手袋
- ⑤半天
- レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天
- レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

第二中

第四中

第五中

上水中

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月4日（火）　　Ｂコース

予定人数	学校名	第一中	第三中	第六中	花南中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ
2242人		(487)	(586)	(599)	(551)	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2242本			
うず巻パン		包装うず巻コッペパン(給食会)	1こ(60g)		2242こ			学配
豆腐入りメンチカツ	③	豚挽肉(そとモモ)		40	90	○		
		なたね油(ねり油)		1.5	3			
		押し豆腐50%(水なし・つぶし)		20	45	○		
		たまねぎ	みじん切り	20	48			
		なたね油		0.5	1			
		パン粉　生		7	16		4袋	
		鶏卵		3	8			
		食塩		0.5	1.1			
		黒こしょう		0.05	0.11			
		薄力粉		9	20			
		鶏卵		5	13			
		パン粉　乾燥		16	36			
		揚げ油		7	16		揚②	
		卓上中濃ソース		8	18		98本	
コーンサラダ	④	キャベツ	短冊(細)	35	92			６０ｇ
		きゅうり	輪切り	30	69			
		にんじん	せん切り	10	23			
		冷凍スイートコーン		10	22			
		卓上コーンクリーミードレッシング		8	18		67本	
ミネストローネ	②	ショルダーベーコン(短冊)		10	22	○		２２０ｇ
		にんにく	すりおろす	0.3	0.8			マカロニ崩れ注意！
		じゃがいも	角小	30	75			
		たまねぎ	角小	20	48			
		にんじん	角小	20	46			
		かぶ・皮つき	角小	15	37			
		セロリー	粗みじん	5	17			
		米粉マカロニ(星形)		5	11			
		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		トマト缶詰		35	78		26缶	
		トマトケチャップ		4	9		3袋	
		鶏ガラブイヨン		20	45			
		食塩		0.6	1.3			
		白こしょう		0.03	0.07			
		ウスターソース		0.5	1			

使用食器

- ●箸
- ●スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③+④
- ●小鉢１ヶ ②
- ○小鉢２ヶ
- ○小皿

使用容器

- ①飯缶　しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶　おたま・レードル・手型おたま
- ③天缶　レードル・スプ・トング・手袋
- ④天缶　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑤半天　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

	卓上ソース	コーンドﾚｯｼﾝｸﾞ
第一中	(23)	(15)
第三中	(27)	(18)
第六中	(28)	(17)
花南中	(20)	(17)

卓上ソース
35人未満…1本
35人以上…2本

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月5日（水）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中	上水中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ	事務室
2097人		(594)	(536)	(601)	(343)	(15)	(4)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
ミルクコーヒー		ミルクコーヒー	1本(206g)		2097本			
スパゲティトマトソース	①	スパゲティ		80	168			１７０ｇ≪配缶表≫
		並塩(ゆで塩)		0.8	2			
		なたね油		10	21			ゆで用、まぜ用
	②	オリーブ油		3	6			２３０ｇ
		にんにく	すりおろす	1	2.6			
		豚小間肉(そとモモ)		40	84	○		
		ぶどう酒　赤		2	4			
		たまねぎ	スライス	50	112			
		にんじん	せん切り	10	22			
		トマト	角小	20	44			
		マッシュルーム水煮		15	31			
		青ピーマン	せん切り	5	12			
		薄力粉		6.5	14			
		有塩バター(調理用)		4	8.4		19こ	
		なたね油		2	4			
		食塩		1.8	3.8			
		黒こしょう		0.04	0.08			
		トマトケチャップ		6	13		4袋	
		トマトピューレー		20	42		14袋	
		ウスターソース		2	4			
		バジル		0.06	0.13			
		鶏ガラブイヨン		10	21			
		三温糖		0.5	1			
		パルメザンチーズ(卓上)		2	5		62缶	
ツナサラダ	③	キャベツ	短冊	45	111			野菜５５ｇ
		にんじん	せん切り	10	22			
		きゅうり	輪切り	20	43			
		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		まぐろ油漬・ライト	別配缶	15	31			別配ツナ１５ｇ
		卓上中華ドレッシング		8	17		62本	
小平梨	④	日本なし	1/8カット		263こ		270こ	消毒なし
								３回こすり洗い

使用食器
●箸
○スプーン
●フォーク
●おかず皿 ①+②
●小鉢１ヶ ③
○小鉢２ヶ
●小皿 ④

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋 2こ
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
粉チーズ 中華ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
第二中 (17)
第四中 (16)
第五中 (17)
上水中 (11)
ジーエスエフ (1)

出来上がり重量		
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		
		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月5日（水）　　Bコース

予定人数	学校名	第一中	第三中	第六中	花南中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ
2242人		(487)	(586)	(599)	(551)	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2242本			
ごはん	①	水稲穀粒　精白米		100	230		23袋	２０４ｇ
鮭の塩麹焼き	③	鮭切り身	1切(70g)		2242切	○	2280切	
		塩麹		7	15.7			
		なたね油		1	2			
煮浸し	④	油揚げ	短冊	10	22	○		６０ｇ
		はくさい	短冊	55	131			
		こまつな	ざく切り	20	53			
		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		三温糖		0.5	1			
		本みりん		1	2			
		うすくちしょうゆ		4	9			
		水		1	2.2			水の量は様子を見ながら
		鰹厚削り節		0.5	1			
豚汁	②	しょうが	すりおろす	0.5	1.4			２４０ｇ
		豚小間肉(そとモモ)		20	45	○		
		じゃがいも	いちょう	30	75			
		にんじん	いちょう	10	23			
		だいこん	いちょう	30	75			
		ごぼう	輪切り	15	37			
		酢(ゆで酢)		0.9	2			
		長ねぎ	小口	10	28			
		押し豆腐30%	さいの目	25	56	○		
		こんにゃく(色紙)		15	34			
		淡色辛みそ		8	18			
		赤色辛みそ		7	16			
		鰹厚削り節		3	7			

使用食器

- ●箸
- ○スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③+④
- ○小鉢１ヶ
- ●小鉢２ヶ ①,②
- ○小皿

使用容器

- ①飯缶　しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶　おたま・レードル・手型おたま
- ③天缶　レードル・スプ・トング・手袋
- ④天缶　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑤半天　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

第一中

第三中

第六中

花南中

ジーエスエフ

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月6日（木）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中	上水中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ	事務室
2098人		(594)	(537)	(601)	(343)	(15)	(4)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2098本			
ごはん	①	水稲穀粒　精白米		100	210		21袋	２０４ｇ
鮭の塩麹焼き	③	鮭切り身	1切(70g)		2098切	○	2140切	
		塩麹		7	14.7			
		なたね油		1	2			
煮浸し	④	油揚げ	短冊	10	21	○		６０ｇ
		はくさい	短冊	55	123			
		こまつな	ざく切り	20	49			
		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		三温糖		0.5	1			
		本みりん		1	2			
		うすくちしょうゆ		4	9			
		水		1	2.1			水の量は様子を見ながら
		鰹厚削り節		0.5	1			
豚汁	②	しょうが	すりおろす	0.5	1.3			２４０ｇ
		豚小間肉(そとモモ)		20	42	○		
		じゃがいも	いちょう	30	70			
		にんじん	いちょう	10	22			
		だいこん	いちょう	30	70			
		ごぼう	輪切り	15	35			
		酢(ゆで酢)		0.9	2			
		長ねぎ	小口	10	26			
		押し豆腐30%	さいの目	25	52	○		
		こんにゃく(色紙)		15	31			
		淡色辛みそ		8	17			
		赤色辛みそ		7	15			
		鰹厚削り節		3	6			

使用食器
●箸
○スプーン
○フォーク
●おかず皿 ③+④
○小鉢１ヶ
●小鉢２ヶ ①,②
○小皿

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
第二中
第四中
第五中
上水中

出来上がり重量		
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		
		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月6日（木）　　Ｂコース

予定人数	学校名	第一中	第三中	第六中	花南中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ
2244人		(488)	(587)	(599)	(551)	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
ミルクコーヒー		ミルクコーヒー	1本(206g)		2244本			
スパゲティトマトソース	①	スパゲティ		80	180			１７０ｇ≪配缶表≫
		並塩(ゆで塩)		0.8	2			
		なたね油		10	22			ゆで用、まぜ用
	②	オリーブ油		3	7			２３０ｇ
		にんにく	すりおろす	1	2.8			
		豚小間肉(そとモモ)		40	90	○		
		ぶどう酒　赤		2	4			
		たまねぎ	スライス	50	119			
		にんじん	せん切り	10	23			
		トマト	角小	20	47			
		マッシュルーム水煮		15	34			
		青ピーマン	せん切り	5	13			
		薄力粉		6.5	15			
		有塩バター(調理用)		4	9.0		20こ	
		なたね油		2	4			
		食塩		1.8	4.0			
		黒こしょう		0.04	0.09			
		トマトケチャップ		6	13		4袋	
		トマトピューレー		20	45		15袋	
		ウスターソース		2	4			
		バジル		0.06	0.14			
		鶏ガラブイヨン		10	22			
		三温糖		0.5	1			
		パルメザンチーズ(卓上)		2	5		67缶	
ツナサラダ	③	キャベツ	短冊	45	119			野菜５５ｇ
		にんじん	せん切り	10	23			
		きゅうり	輪切り	20	46			
		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		まぐろ油漬・ライト	別配缶	15	34			別配ツナ１５ｇ
		卓上中華ドレッシング		8	18		67本	
小平梨	④	日本なし	1/8カット		281こ		290こ	消毒なし
								３回こすり洗い

使用食器
●箸
○スプーン
●フォーク
●おかず皿 ①+②
●小鉢１ヶ ③
○小鉢２ヶ
●小皿 ④

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶　2こ
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
粉チーズ 中華ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
第一中 (15)
第三中 (18)
第六中 (17)
花南中 (17)

出来上がり重量		
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		
		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月7日（金）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中	上水中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ	事務室
2097人		(594)	(536)	(601)	(343)	(15)	(4)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2097本			
ごはん	①	水稲穀粒　精白米		100	210		21袋	２０４ｇ
生揚げのそぼろあんかけ	③	生揚げ　カット揚げ	2こ(60g)		4194こ	○	4270こ	
		豚挽肉(そとモモ)		10	21	○		あん３０ｇ
		長ねぎ	みじん切り	6	16			
		にんじん	みじん切り	3	6			
		菌床干しいたけ	みじん切り	0.4	1			
		鰹厚削り節		1	2			
		水		10	21.0			
		こいくちしょうゆ		4.5	9			
		三温糖		1.5	3			
		じゃがいもでん粉		0.7	1.5			
黄菊のサラダ	④	きゅうり	輪切り	15	32			６０ｇ
		キャベツ	短冊(細)	30	74			
		ほんしめじ		10	21	○		
		わかめと冷凍わかめ		5	16		32袋	
		干し菊		0.4	0.8		52袋	
		卓上和風ドレッシング		8	17		63本	
沢煮椀	②	豚細切肉(そとモモ)		10	21	○		２２０ｇ
		しょうが	すりおろす	0.5	1.3			
		にんじん	せん切り	15	32			
		ごぼう	ささがき	10	23			
		酢(ゆで酢)		1	2			
		糸こんにゃく		15	31			
		菌床干しいたけ		0.5	1			
		たけのこ水煮	せん切り	10	21		2缶	
		だいこん	せん切り	30	70			
		みつば	2.5cm	5	11			
		鰹厚削り節		2	4			
		だし昆布		2	4			
		こいくちしょうゆ		2	4			
		食塩		0.7	1.5			

使用食器

- ●箸
- ○スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③+④
- ○小鉢１ヶ
- ●小鉢２ヶ ①,②
- ○小皿

使用容器

- ①飯缶
  しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶
  おたま・レードル・手型おたま
- ③天缶
  レードル・スプ・トング・手袋
- ④天缶
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑤半天
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ

第二中 (17)
第四中 (16)
第五中 (17)
上水中 (11)
ジーエスエフ (1)
事務室（1）

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月7日（金）　　Ｂコース

予定人数	学校名	第一中	第三中	第六中	花南中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ
2243人		(488)	(586)	(599)	(551)	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2243本			
ごはん	①	水稲穀粒　精白米		100	230		23袋	２０４ｇ
ししゃもの天ぷら	③	子持ちししゃも	2本(20g)		4486本	○	4570本	
		薄力粉		11	25			
		食塩		0.4	0.9			
		鶏卵		4	11			
		揚げ油		8	18		揚③	
	④	ごま油		1	2			６０ｇ
		糸こんにゃく		10	22			
		にんじん	せん切り	10	23			
		ごぼう	千切り機	22	55			
かわりきんぴら		酢(ゆで酢)		0.9	2			
		さつま揚げ	スライス	10	22	○		
		冷凍さやいんげん	2.5㎝	10	22			
		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		こいくちしょうゆ		3	7			
		三温糖		1.1	2			
		本みりん		1	2			
		一味とうがらし		0.01	0.02			
		白いりごま		0.5	1			
呉汁	②	豚小間肉(そとモモ)		15	34	○		２２０ｇ
		にんじん	いちょう	15	35			
		さといも	スライサー２回	20	53			
		木綿豆腐	さいの目	20	45	○		
		長ねぎ	小口	10	28			
		淡色辛みそ		7	16			
		赤色辛みそ		5	11			
		国産だいず・水煮・ペースト		15	34			大豆ペーストは出汁で溶いてから釜に入れる
		鰹厚削り節		2	4			

使用食器

- ●箸
- ○スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③+④
- ○小鉢１ヶ
- ●小鉢２ヶ ①,②
- ○小皿

使用容器

- ①飯缶
  しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶
  おたま・レードル・手型おたま
- ③天缶
  レードル・スプ・トング・手袋
- ④天缶
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑤半天
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

第一中

第三中

第六中

花南中

ジーエスエフ

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月10日（月）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中	上水中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ	事務室
2097人		(594)	(536)	(601)	(343)	(15)	(4)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2097本			
ごはん	①	水稲穀粒　精白米		100	210		21袋	２０４ｇ
ししゃもの天ぷら	③	子持ちししゃも	2本(20g)		4194本	○	4270本	
		薄力粉		11	23			
		食塩		0.4	0.8			
		鶏卵		4	10			
		揚げ油		8	17		揚④	**廃油**
	④	ごま油		1	2			６０ｇ
		糸こんにゃく		10	21			
		にんじん	せん切り	10	22			
		ごぼう	千切り機	22	51			
かわりきんぴら		酢(ゆで酢)		0.9	2			
		さつま揚げ	スライス	10	21	○		
		冷凍さやいんげん	2.5㎝	10	21			
		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		こいくちしょうゆ		3	6			
		三温糖		1.1	2			
		本みりん		1	2			
		一味とうがらし		0.01	0.02			
		白いりごま		0.5	1			
呉汁	②	豚小間肉(そとモモ)		15	31	○		２２０ｇ
		にんじん	いちょう	15	32			
		さといも	スライサー2回	20	49			
		木綿豆腐	さいの目	20	42	○		
		長ねぎ	小口	10	26			
		淡色辛みそ		7	15			
		赤色辛みそ		5	10			
		国産だいず・水煮・ペースト		15	31			大豆ペーストは出汁で溶いてから釜に入れる
		鰹厚削り節		2	4			

使用食器
- ●箸
- ○スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③+④
- ○小鉢１ヶ
- ●小鉢２ヶ ①,②
- ○小皿

使用容器
- ①飯缶 しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶 おたま・レードル・手型おたま
- ③天缶 レードル・スプ・トング・手袋
- ④天缶 レードル・スプ・トング・手袋
- ⑤半天 レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天 レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

第二中

第四中

第五中

上水中

出来上がり重量		
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		
		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月10日（月）　　Bコース

予定人数	学校名	第一中	第三中	第六中	花南中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ
2247人		(487)	(586)	(599)	(556)	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2247本			
ごはん	①	水稲穀粒　精白米		100	230		23袋	２０４ｇ
生揚げのそぼろあんかけ	③	生揚げ　カット揚げ	2こ(60g)		4494こ	○	4570こ	
		豚挽肉(そとモモ)		10	22	○		あん３０ｇ
		長ねぎ	みじん切り	6	17			
		にんじん	みじん切り	3	7			
		菌床干しいたけ	みじん切り	0.4	1			
		鰹厚削り節		1	2			
		水		10	22.5			
		こいくちしょうゆ		4.5	10			
		三温糖		1.5	3			
		じゃがいもでん粉		0.7	1.6			
黄菊のサラダ	④	きゅうり	輪切り	15	34			６０ｇ
		キャベツ	短冊(細)	30	79	○	7:50	
		ほんしめじ		10	22	○		
		冷凍わかめ		5	17		35袋	
		干し菊		0.4	0.9		56袋	
		卓上和風ドレッシング		8	18		67本	
沢煮椀	②	豚細切肉(そとモモ)		10	22	○		２２０ｇ
		しょうが	すりおろす	0.5	1.4			
		にんじん	せん切り	15	35			
		ごぼう	ささがき	10	25			
		酢(ゆで酢)		1	2			
		糸こんにゃく		15	34			
		菌床干しいたけ		0.5	1			
		たけのこ水煮	せん切り	10	22		2缶	
		だいこん	せん切り	30	75			
		みつば	2.5cm	5	12	○		
		鰹厚削り節		2	4			
		だし昆布		2	4			
		こいくちしょうゆ		2	4			
		食塩		0.7	1.6			

使用食器

- ●箸
- ○スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③+④
- ○小鉢１ヶ
- ●小鉢２ヶ ①,②
- ○小皿

使用容器

- ①飯缶
  しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶
  おたま・レードル・手型おたま
- ③天缶
  レードル・スプ・トング・手袋
- ④天缶
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑤半天
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ

第一中 (15)
第三中 (18)
第六中 (17)
花南中 (17)

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月11日（火）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中	上水中	ジーエスエフ	事務室
1795人		(594)	(536)	(404)	(236)	(15)	(6)
			1・3年 特 2担		1・3年 特		

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		1795本			
	①	水稲穀粒　精白米		100	180		18袋	２０４ｇ
	②	豚小間肉(そとモモ)		70	126	○		２４０ｇ
		清酒　本醸造酒		2	4			
		本みりん		2	4			
きのこ豚丼		糸こんにゃく		40	72			
		たまねぎ	スライス	50	95			
		わけぎ	小口	15	28			
		生しいたけ		10	18	○		
		ほんしめじ		15	27	○		
		三温糖		4	7			
		こいくちしょうゆ		15	27			
		清酒　本醸造酒		2	4			
		本みりん		2	4			
	③	なたね油		1	2			５５ｇ
野菜のせん切り炒め		だいこん	せん切り	50	100			
		にんじん	せん切り	15	28			
		油揚げ	短冊(細)	5	9	○		
		長ねぎ	小口	8	18			
		鰹厚削り節		1	2			
		こいくちしょうゆ		2.5	4			
		清酒　本醸造酒		0.3	1			
		食塩		0.1	0.2			
		三温糖		0.15	1			
冷凍みかん	④	冷凍みかん	1こ(80g)		1795こ	○	1850こ	1850こ納品のうち50こ(1袋)は予備

使用食器
●箸
●スプーン
○フォーク
●おかず皿 ①+②
●小鉢１ヶ ③
○小鉢２ヶ
○小皿
使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋
クラス付け学校別数
第二中
第四中
第五中
上水中
ジーエスエフ

出来上がり重量		
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		
		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月11日（火）　　Bコース

予定人数	学校名					
2242人		第一中(487)短	第三中(586)	第六中(599)	花南中(551)	ジーエスエフ(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2242本			
シュガー揚げパン	①	無包装ねじりパン(給食会)	1こ(50g)		2242こ	○	2280こ	
		揚げ油		5	11		揚①	
		グラニュー糖		8	18			
		食塩		0.06	0.1			
		紙ナプキン		1枚(1g)	69P			
		パン敷紙		1	69枚	○	130枚	
ペンネのトマト煮	③	ペンネマカロニ		17	38			１００ｇ
		並塩(ゆで塩)		0.2	1			
		なたね油		0.5	1			
		なたね油		0.5	1			
		豚挽肉(そとモモ)		20	45	○		
		にんにく	すりおろす	0.2	0.6			
		セロリー	みじん切り	3	10			
		たまねぎ	みじん切り	20	48			
		トマト缶詰		24	54		18缶	
		トマトケチャップ		15	34		11袋	
		トマトピューレー		3	7		2袋	
		食塩		0.25	0.6			
		黒こしょう		0.02	0.04			
		ぶどう酒　赤		1.3	3			
		オレガノ		0.03	0.07			
		スープストック・チキン		0.17	0.4		1袋	
		三温糖		0.34	1			
パンプキンポタージュ	②	なたね油		0.5	1			２２０ｇ
		たまねぎ	みじん切り	40	95			
		生・カットかぼちゃダイス		35	79	○		
		かぼちゃミクロペースト		20	45			
		食塩		0.9	2.0			
		白こしょう		0.05	0.11			
		薄力粉		6	13			
		有塩バター(調理用)		4	9.0		20こ	
		なたね油		3	7			
		調理用牛乳		60	135		130Ｌ	
		鶏ガラブイヨン		15	34			
		生クリーム		10	22		25本	
		パセリ	みじん切り	1	2.5			

使用食器
●箸
●スプーン
○フォーク
●おかず皿 ①
○小鉢１ヶ
●小鉢２ヶ ②,③
○小皿

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
第一中
第三中
第六中
花南中
ジーエスエフ

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月12日（水）　　Aコース

予定人数	学校名	1・3年 特 2担					
1900人		第二中(短) (594)	第四中 (536)	第五中(短) (404)	上水中(短) (343)	ｼﾞｰｴｽｴﾌ (15)	事務室 (4)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		1900本			
シュガー揚げパン	①	無包装ねじりパン(給食会)	1こ(50g)		1900こ	○	1940こ	
		揚げ油		5	10		揚②	
		グラニュー糖		8	15			
		食塩		0.06	0.1			
		紙ナプキン		1枚(1g)	58P			
		パン敷紙		1	58枚			
ペンネのトマト煮	③	ペンネマカロニ		17	32			１００ｇ
		並塩(ゆで塩)		0.2	1			
		なたね油		0.5	1			
		なたね油		0.5	1			
		豚挽肉(そとモモ)		20	38	○		
		にんにく	すりおろす	0.2	0.5			
		セロリー	みじん切り	3	9			
		たまねぎ	みじん切り	20	40			
		トマト缶詰		24	46		15缶	
		トマトケチャップ		15	29		9袋	
		トマトピューレー		3	6		2袋	
		食塩		0.25	0.5			
		黒こしょう		0.02	0.04			
		ぶどう酒　赤		1.3	2			
		オレガノ		0.03	0.06			
		スープストック・チキン		0.17	0.4		1袋	
		三温糖		0.34	1			
パンプキンポタージュ	②	なたね油		0.5	1			２２０ｇ
		たまねぎ	みじん切り	40	81			
		生・カットかぼちゃダイス		35	67	○		
		かぼちゃミクロペースト		20	38			
		食塩		0.9	1.7			
		白こしょう		0.05	0.10			
		薄力粉		6	11			
		有塩バター(調理用)		4	7.6		17こ	
		なたね油		3	6			
		調理用牛乳		60	114		110Ｌ	
		鶏ガラブイヨン		15	29			
		生クリーム		10	19		21本	
		パセリ	みじん切り	1	2.1			

使用食器		
●箸		
●スプーン		
○フォーク		
●おかず皿 ①		
○小鉢１ヶ		
●小鉢２ヶ ②,③		
○小皿		
使用容器		
①飯缶		
しゃもじ・トング・パスタ・手袋		
②食缶		
おたま・レードル・手型おたま		
③天缶		
レードル・スプ・トング・手袋		
④天缶		
レードル・スプ・トング・手袋		
⑤半天		
レードル・スプ・トング・手袋		
⑥半天		
レードル・スプ・トング・手袋		
⑦ビニール・手袋		
クラス付け学校別数		
第二中		
第四中		
第五中		
上水中		
出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月12日（水）　　Bコース

予定人数	学校名				
2242人	第一中(487)短	第三中(586)	第六中(599)短	花南中(551)短	ｼﾞｰｴｽｴﾌ(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2242本			
	①	水稲穀粒　精白米		100	230		23袋	２０４ｇ
	②	豚小間肉(そとモモ)		70	157	○		２４０ｇ
		清酒　本醸造酒		2	4			
		本みりん		2	4			
きのこ豚丼		糸こんにゃく		40	90			
		たまねぎ	スライス	50	119			
		わけぎ	小口	15	35			
		生しいたけ		10	22	○		
		ほんしめじ		15	34	○		
		三温糖		4	9			
		こいくちしょうゆ		15	34			
		清酒　本醸造酒		2	4			
		本みりん		2	4			
	③	なたね油		1	2			５５ｇ
野菜のせん切り炒め		だいこん	せん切り	50	125			
		にんじん	せん切り	15	35			
		油揚げ	短冊(細)	5	11	○		
		長ねぎ	小口	8	22			
		鰹厚削り節		1	2			
		こいくちしょうゆ		2.5	6			
		清酒　本醸造酒		0.3	1			
		食塩		0.1	0.2			
		三温糖		0.15	1			
みかん冷凍	④	冷凍みかん	1こ(80g)		2242こ	○	2250こ	

使用食器
●箸
●スプーン
○フォーク
●おかず皿 ①+②
●小鉢１ヶ ③
○小鉢２ヶ
○小皿

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
第一中
第三中
第六中
花南中

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月13日（木）　　Aコース

予定人数	学校名	1・3年 特 2担					センターで	
1933人		第二中	第四中	第五中	上水中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ	事務室	試食会
		(594)	(537)	(404)	(343)	(15)	(4)	(32)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		1933本			
	①	水稲穀粒　精白米		110	220		22袋	２２０ｇ
	②	豚角切肉(そとモモ)		30	58	○		２５０ｇ
		たまねぎ	角大	60	123			
		にんじん	角大	30	60			
		じゃがいも	角大	60	129			
		にんにく	すりおろす	0.3	0.7			
		しょうが	すりおろす	0.5	1.2			
カレーライス		なたね油		1	2			
		アップルソース		3	6		2缶	
		チャツネ		1	2			
		食塩		1.6	3.1			
		黒こしょう		0.02	0.04			
		なたね油		7	14			
		有塩バター(調理用)		4	7.7		17こ	
		薄力粉		8	15			
		カレー粉		1.7	3.3			
		ガラムマサラ		0.04	0.08			
		中濃ソース		2	4			
		ウスターソース		2	4			
		トマトケチャップ		6.5	13		5袋	
		こいくちしょうゆ		3	6			
		豚ガラブイヨン		5	10			
もやしとチンゲン菜のサラダ	③	もやし・生		40	77	○		６０ｇ
		チンゲンサイ	ざく切り	30	68			
		にんじん	せん切り	15	30			
		卓上ナムルドレッシング		8	16		58本	
小平産ぶどう	④	ぶどう	3こ(10g)		5799こ	○	5950こ	(予備約150こ)
								消毒なし
								３回こすり洗い

使用食器
●箸
●スプーン
○フォーク
●おかず皿 ①+②
●小鉢１ヶ ③
○小鉢２ヶ
●小皿 ④

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
ナムルﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
第二中 (17)
第四中 (16)
第五中 (12)
上水中 (11)
ジーエスエフ (1)
試食会 (1)

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月13日（木）　　Bコース

予定人数	学校名	第一中	第三中	第六中	花南中	ジーエスエフ
2245人		(487)	(587)	(599)	(553)	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2245本			
食パン		包装食パン(給食会)	1枚(60g)		2245枚			学配
	③	なたね油		0.5	1			
バジルレモン焼き 鶏肉の		若鶏肉もも・皮付切身	1切(60g)		2245切	○	2290切	
		オリーブ油		1	2			
		ぶどう酒　白		3	7			
		バジル		0.06	0.14			
		レモン・果汁(150ml瓶)		3.5	7.9		52本	
		食塩		0.6	1.3			
		黒こしょう		0.02	0.04			
		にんにく	すりおろす	0.4	1.1			
	④	キャベツ	短冊	40	106			６０ｇ
		冷凍さやいんげん	2.5cm	15	34			
キャベツ炒め		冷凍スイートコーン		10	22			
		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		にんじん	せん切り	10	23			
		なたね油		0.5	1			
		食塩		0.3	0.7			
		白こしょう		0.02	0.04			
		スープストック・チキン		0.2	0.5		1袋	
	②	オリーブ油		1	2			２２０ｇ
		若鶏もも皮無し小間肉		30	67	○		
		にんにく	すりおろす	0.3	0.8			
ピリ辛トマトスープ		たまねぎ	角1.5cm	30	72			
		にんじん	角1.5cm	25	58			
		セロリー	粗みじん	10	35			
		青ピーマン	角1.5cm	5	13			
		押麦		5	11			
		トマト缶詰		20	45		15缶	
		トマトケチャップ		3	7		2袋	
		鶏ガラブイヨン		15	34			
		食塩		1	2.2			
		白こしょう		0.02	0.04			
		豆板醤		0.3	0.7			
プリン		プリン(スプーン無し)	1こ(70g)		2245こ	○		学配≪**冷蔵品**≫
								片付け方
								●カップのみ不燃

使用食器
●箸
●スプーン
○フォーク
●おかず皿 ③+④
●小鉢１ヶ ②
○小鉢２ヶ
○小皿

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
第一中
第三中
第六中
花南中
ジーエスエフ

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月14日（金）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中	上水中	ジーエスエフ	事務室
1900人		(594)	(536)	(404)	(343)短	(15)	(4)

1・3年 特 2担

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		1900本			
食パン		包装食パン(給食会)	1枚(60g)		1900枚			学配
	③	なたね油		0.5	1			
鶏肉のバジルレモン焼き		若鶏肉もも・皮付切身	1切(60g)		1900切	○	1940切	
		オリーブ油		1	2			
		ぶどう酒　白		3	6			
		バジル		0.06	0.12			
		レモン・果汁(150ml瓶)		3.5	6.7		44本	
		食塩		0.6	1.1			
		黒こしょう		0.02	0.04			
		にんにく	すりおろす	0.4	1.0			
	④	キャベツ	短冊	40	89			６０ｇ
		冷凍さやいんげん	2.5cm	15	29			
キャベツ炒め		冷凍スイートコーン		10	19			
		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		にんじん	せん切り	10	20			
		なたね油		0.5	1			
		食塩		0.3	0.6			
		白こしょう		0.02	0.04			
		スープストック・チキン		0.2	0.4		1袋	
	②	オリーブ油		1	2			２２０ｇ
		若鶏もも皮無し小間肉		30	57	○		
		にんにく	すりおろす	0.3	0.7			
ピリ辛トマトスープ		たまねぎ	角1.5cm	30	61			
		にんじん	角1.5cm	25	49			
		セロリー	粗みじん	10	29			
		青ピーマン	角1.5cm	5	11			
		押麦		5	9			
		トマト缶詰		20	38		13缶	
		トマトケチャップ		3	6		2袋	
		鶏ガラブイヨン		15	29			
		食塩		1	1.9			
		白こしょう		0.02	0.04			
		豆板醤		0.3	0.6			
プリン		プリン(スプーン無し)	1こ(70g)		1900こ	○		学配≪**冷蔵品**≫
								片付け方
								●カップのみ不燃

使用食器
●箸
●スプーン
○フォーク
●おかず皿 ③+④
●小鉢１ヶ ②
○小鉢２ヶ
○小皿

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
第二中
第四中
第五中
上水中

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月14日（金）　　Ｂコース

予定人数	学校名	2・3年				
2077人		第一中 (487)	第三中 (586)	第六中 (434)	花南中 (551)	ｼﾞｰｴｽｴﾌ (15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2077本			
	①	水稲穀粒　精白米		110	230		23袋	２２０ｇ
	②	豚角切肉(そとモモ)		30	62	○		２５０ｇ
		たまねぎ	角大	60	133			
		にんじん	角大	30	64			
		じゃがいも	角大	60	138			
		にんにく	すりおろす	0.3	0.8			
		しょうが	すりおろす	0.5	1.3			
カレーライス		なたね油		1	2			
		アップルソース		3	6		2缶	
		チャツネ		1	2			
		食塩		1.6	3.3			
		黒こしょう		0.02	0.04			
		なたね油		7	15			
		有塩バター(調理用)		4	8.3		18こ	
		薄力粉		8	17			
		カレー粉		1.7	3.5			
		ガラムマサラ		0.04	0.08			
		中濃ソース		2	4			
		ウスターソース		2	4			
		トマトケチャップ		6.5	14		5袋	
		こいくちしょうゆ		3	6			
		豚ガラブイヨン		5	10			
もやしとチンゲン菜のサラダ	③	もやし・生		40	83	○		６０ｇ
		チンゲンサイ	ざく切り	30	73			
		にんじん	せん切り	15	32			
		卓上ナムルドレッシング		8	17		62本	
小平産ぶどう	④	ぶどう	3こ(10g)		6231こ	○		(予備約150こ) 消毒なし ３回こすり洗い

使用食器
●箸
●スプーン
○フォーク
●おかず皿 ①+②
●小鉢１ヶ ③
○小鉢２ヶ
●小皿 ④

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
ナムルﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
第一中 (15)
第三中 (18)
第六中 (12)
花南中 (17)

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月18日（火）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中	上水中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ	事務室
1770人		(594)	(199)	(601)	(353)	(15)	(4)

1年 2担

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		1770本			
吹き寄せ栗ごはん	①	水稲穀粒　精白米		90	160		16袋	２３５ｇ
		清酒　本醸造酒		1	2			
		こいくちしょうゆ		2	4			
		食塩		0.7	1.2			
		なたね油		2	4			
		なたね油		1	2			
		若鶏もも皮無し小間肉		15	27	○		
		にんじん	せん切り	15	27			
		油揚げ≪**短冊カット済**≫		8	14			
		こいくちしょうゆ		4	7			
		三温糖		1.8	3			
		清酒　本醸造酒		1	2			
		日本ぐり		20	35	○		
笹かまぼこの照り焼き	③	笹かまぼこ(枚)	2枚(25g)		3540枚	○	3620枚	
		こいくちしょうゆ		5	9			
		清酒　本醸造酒		1	2			
		本みりん		2	4			
		なたね油		1	2			
切干大根とひじきのサラダ	④	切干しだいこん		2.5	4			５５ｇ
		もやし・生		25	44	○		
		ほしひじき		1	1.8			
		にんじん	せん切り	10	18			
		冷凍スイートコーン		10	18			
		冷凍さやいんげん	2.5㎝	10	18			
		卓上和風ドレッシング		8	15		52本	
すまし汁	②	木綿豆腐	さいの目	40	71	○		２２０ｇ
		こまつな	ざく切り	20	42	○	**7:50**	
		もみじ型かまぼこ		8	14			かまぼこはほぐす
		食塩		0.5	0.9			
		うすくちしょうゆ		2	4			
		鰹厚削り節		3	5			
		だし昆布		2	4			

使用食器
●箸
○スプーン
○フォーク
●おかず皿 ③+④
○小鉢１ヶ
●小鉢２ヶ ①,②
○小皿
使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋
クラス付け学校別数
和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
第二中 (17)
第四中 (6)
第五中 (17)
上水中 (11)
ジーエスエフ (1)

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月18日（火）　　Bコース

予定人数	学校名	第一中	第三中	第六中 短	花南中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ
2242人		(487)	(586)	(599)	(551)	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2242本			
		包装ショートニング(給食会)	1こ(70g)		2242こ			学配
焼きそばパン	③	蒸し中華めん		60	135	○		１００ｇ
		なたね油		2	4			
		豚細切肉(そとモモ)		15	34	○		
		にんじん	せん切り	10	23			
		キャベツ	短冊(細)	20	53	○	7:50	
		粉まつソース		5	12		23袋	9/10納 41袋
		中濃ソース		1.5	3			
		黒こしょう		0.03	0.07			
大豆もやしのサラダ	④	だいずもやし		30	70	○	7:50	５０ｇ
		ほうれんそう	ざく切り	15	37	○	7:50	
		だいこん	せん切り	25	62			
		にんじん	せん切り	10	23			
		卓上香味塩ドレッシング		8	18		69本	
肉団子のスープ	②	なたね油(ねり油)		1	2			２２０ｇ
		豚挽肉(そとモモ)		35	78	○		
		押し豆腐30%(水なし・つぶし)		10	22	○		
		たまねぎ	みじん切り	4	10			
		鶏卵		4	11			
		食塩		0.35	0.8			
		黒こしょう		0.03	0.07			
		ナツメグ・粉		0.02	0.04			
		じゃがいもでん粉		1.5	3.4			
		なたね油		1	2			
		にんにく	すりおろす	0.5	1.4			
		たまねぎ	角1.5cm	25	60			
		にんじん	角1.5cm	20	46			
		冷凍さやいんげん	2cm	10	22			
		食塩		1.2	2.7			
		白こしょう		0.05	0.11			
		粉ロリエ		0.03	0.07			
		鶏ガラブイヨン		15	34			
		ぶどう酒　白		2	4			

使用食器

- ●箸
- ●スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③+④
- ●小鉢１ヶ ②
- ○小鉢２ヶ
- ○小皿

使用容器

- ①飯缶
  しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶
  (おたま)・レードル・手型おたま
- ③天缶
  レードル・スプ・(トング)・手袋
- ④天缶
  レードル・スプ・(トング)・手袋
- ⑤半天
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

香味塩ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ

第一中 (15)
第三中 (18)
第六中 (17)
花南中 (17)
ジーエスエフ (1)

事務室（1）

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月19日（水）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中	上水中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ	事務室
1760人		(594)	(199)	(601)	(343)	(15)	(4)

1年 2担

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		1760本			
		包装ショートニング(給食会)	1こ(70g)		1760こ			学配
焼きそばパン	③	蒸し中華めん		60	106	○		１００ｇ
		なたね油		2	4			
		豚細切肉(そとモモ)		15	26	○		
		にんじん	せん切り	10	18			
		キャベツ	短冊(細)	20	41			
		粉まつソース		5	9		18袋	
		中濃ソース		1.5	3			
		黒こしょう		0.03	0.05			
大豆もやしのサラダ	④	だいずもやし		30	55	○		５０ｇ
		ほうれんそう	ざく切り	15	29			
		だいこん	せん切り	25	49			
		にんじん	せん切り	10	18			
		卓上香味塩ドレッシング		8	15		51本	
肉団子のスープ	②	なたね油(ねり油)		1	2			２２０ｇ
		豚挽肉(そとモモ)		35	62	○		
		押し豆腐30%(水なし・つぶし)		10	18	○		
		たまねぎ	みじん切り	4	7			
		鶏卵		4	8			
		食塩		0.35	0.6			
		黒こしょう		0.03	0.05			
		ナツメグ・粉		0.02	0.04			
		じゃがいもでん粉		1.5	2.6			
		なたね油		1	2			
		にんにく	すりおろす	0.5	1.1			
		たまねぎ	角1.5cm	25	47			
		にんじん	角1.5cm	20	36			
		冷凍さやいんげん	2cm	10	18			
		食塩		1.2	2.1			
		白こしょう		0.05	0.09			
		粉ロリエ		0.03	0.05			
		鶏ガラブイヨン		15	26			
		ぶどう酒　白		2	4			

使用食器

- ●箸
- ●スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③+④
- ●小鉢１ヶ ②
- ○小鉢２ヶ
- ○小皿

使用容器

- ①飯缶　しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶　おたま・レードル・手型おたま
- ③天缶　レードル・スプ・トング・手袋
- ④天缶　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑤半天　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

香味塩ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ

第二中 (17)
第四中 (6)
第五中 (17)
上水中 (11)

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月19日（水）　　Ｂコース

予定人数	学校名				
1755人	~~第一中~~ (0)	第三中 (586)	第六中 (599)	花南中 (551)	ｼﾞｰｴｽｴﾌ (15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		1755本			
吹き寄せ栗ごはん	①	水稲穀粒　精白米		90	160		16袋	２３５ｇ
		清酒　本醸造酒		1	2			
		こいくちしょうゆ		2	4			
		食塩		0.7	1.2			
		なたね油		2	4			
		なたね油		1	2			
		若鶏もも皮無し小間肉		15	26	○		
		にんじん	せん切り	15	27			
		油揚げ≪**短冊カット済**≫		8	14			
		こいくちしょうゆ		4	7			
		三温糖		1.8	3			
		清酒　本醸造酒		1	2			
		日本ぐり		20	35	○		
笹かまぼこの照り焼き	③	笹かまぼこ(枚)	2枚(25g)		3510枚	○	3590枚	
		こいくちしょうゆ		5	9			
		清酒　本醸造酒		1	2			
		本みりん		2	4			
		なたね油		1	2			
切干大根とひじきのサラダ	④	切干しだいこん		2.5	4			５５ｇ
		もやし・生		25	44	○		
		ほしひじき		1	1.8			
		にんじん	せん切り	10	18			
		冷凍スイートコーン		10	18			
		冷凍さやいんげん	2.5㎝	10	18			
		卓上和風ドレッシング		8	15		52本	
すまし汁	②	木綿豆腐	さいの目	40	70	○		２２０ｇ
		こまつな	ざく切り	20	41			
		もみじ型かまぼこ		8	14			かまぼこはほぐす
		食塩		0.5	0.9			
		うすくちしょうゆ		2	4			
		鰹厚削り節		3	5			
		だし昆布		2	4			

使用食器
●箸
○スプーン
○フォーク
●おかず皿 ③+④
○小鉢１ヶ
●小鉢２ヶ ①,②
○小皿
使用容器
①飯缶
(しゃもじ)・トング・パスタ・手袋
②食缶
(おたま)・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・(トング)・手袋
④天缶
(レードル)・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋
クラス付け学校別数
和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
~~第一中~~ (0)
第三中 (18)
第六中 (17)
花南中 (17)

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月20日（木）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中	上水中	ジーエスエフ	事務室
1745人		(594)	(199)	(586)	(343)	(15)	(4)
			1年 2担	1・2・3年			

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		1745本			
ごはん	①	水稲穀粒　精白米		100	180		18袋	２０４ｇ
	③	なたね油		1	2			１００ｇ
		豚ばら肉小間		20	35	○		
		清酒　本醸造酒		1	2			
豚キムチ炒め		緑豆はるさめ		5	9			
		はくさい	短冊	20	37			
		にんじん	せん切り	15	27			
		はくさい・キムチ		20	35	○		
		にら	2cm	10	18			
		三温糖		0.3	1			
		こいくちしょうゆ		2	3			
鶏ささみサラダ	④	もやし・生		45	79			野菜４５ｇ
		きゅうり	2cm	15	27			
		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		にんじん	せん切り	10	18			
		鶏ささみフレーク	別配缶	20	35		42袋	別配:ささみ２０ｇ
		卓上ナムルドレッシング		8	14		51本	
中華風卵スープ	②	スイートコーン缶・クリーム		40	70		23缶	２２０ｇ
		たまねぎ	スライス	20	37			
		菌床干しいたけ	せん切り	1	2			
		鶏ガラブイヨン		15	26			
		食塩		1.2	2.1			
		白こしょう		0.03	0.05			
		液卵		25	44			
		チンゲンサイ	ざく切り	15	31			
		並塩(ゆで塩)		0.4	1			
		ほたてがい貝柱・煮干し		1	2			
		じゃがいもでん粉		2	3.5			
		こいくちしょうゆ		1	2			

使用食器

- ●箸
- ○スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③+④
- ○小鉢１ヶ
- ●小鉢２ヶ ①,②
- ○小皿

使用容器

- ①飯缶 (しゃもじ)・トング・パスタ・手袋
- ②食缶 (おたま)・レードル・手型おたま
- ③天缶 レードル・スプ・(トング)・手袋
- ④天缶 レードル・スプ・(トング)・手袋
- ⑤半天 レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天 レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

ナムルﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ

第二中 (17)
第四中 (6)
第五中 (16)
上水中 (11)
ジーエスエフ (1)

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月20日（木）　　Ｂコース

予定人数	学校名	第一中	第三中	第六中	花南中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ
2243人		(487)	(587)	(599)	(551)	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示	使用食器
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2243本				●箸
									○スプーン
		うどん・ゆで温	1こ(220g)		2243こ			センター一括納品	○フォーク
									●おかず皿 ③
肉うどん	②	豚ばら肉小間		30	68	○		２５０ｇ	○小鉢１ヶ
		にんじん	せん切り	10	23				●小鉢２ヶ ②,④
		こまつな	ざく切り	10	26				○小皿
		食塩		0.3	0.7				使用容器
		こいくちしょうゆ		16.5	37				①飯缶
		鰹厚削り節		3	7				しゃもじ・トング・パスタ・手袋
		鯖厚削り節		1	2				②食缶
		三温糖		1.3	3				おたま・レードル・手型おたま
		本みりん		1	2				③天缶
		長ねぎ	小口	20	56				レードル・スプ・トング・手袋
									④天缶
かつおの南蛮漬け	③	かつお角切り		60	135	○		４５ｇ位	レードル・スプ・トング・手袋
		清酒　本醸造酒		3	7				⑤半天
		こいくちしょうゆ		2	4				レードル・スプ・トング・手袋
		しょうが	すりおろす	1	2.8				⑥半天
		にんにく	すりおろす	0.5	1.4				レードル・スプ・トング・手袋
		じゃがいもでん粉		7	15.7				⑦ビニール・手袋
		揚げ油		6	13		揚③		
								たれ２５ｇ	クラス付け学校別数
		本みりん		1	2				
		水		2	4.5				
		こいくちしょうゆ		4	9				第一中
		三温糖		1.5	3				
		酢		1	2				第三中
		ごま油		0.4	1				
		一味とうがらし		0.02	0.04				第六中
		しょうが	すりおろす	0.2	0.6				
		たまねぎ	みじん切り	15	36				花南中
		赤ピーマン	みじん切り	4	10				
		わけぎ	小口	2	5				ジーエスエフ
月見だんご（みたらし）	④	冷凍白玉団子		55	123			７０ｇ	
								白玉は茹でて水冷後温かいたれと絡める	出来上がり重量
		三温糖		4.3	10				
		こいくちしょうゆ		2.5	6				
		水		8	17.9				
		じゃがいもでん粉		0.6	1.3				
									1人当り配食量

出来上がり重量		
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		
		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月21日（金）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	3年 2担 第四中	1・2・3年 第五中	上水中 短	ジーエスエフ	事務室
1749人		(594)	(203)	(586)	(343)	(15)	(4)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		1749本			
		うどん・ゆで温	1こ(220g)		1749こ			センター一括納品
	②	豚ばら肉小間		30	53	○		２５０ｇ
		にんじん	せん切り	10	18			
		こまつな	ざく切り	10	21			
肉うどん		食塩		0.3	0.5			
		こいくちしょうゆ		16.5	29			
		鰹厚削り節		3	5			
		鯖厚削り節		1	2			
		三温糖		1.3	2			
		本みりん		1	2			
		長ねぎ	小口	20	44			
	③	かつお角切り		60	105	○		４５ｇ位
		清酒　本醸造酒		3	5			
		こいくちしょうゆ		2	3			
		しょうが	すりおろす	1	2.2			
		にんにく	すりおろす	0.5	1.1			
		じゃがいもでん粉		7	12.2			
かつおの南蛮漬け		揚げ油		6	10		揚④	**廃油**
								たれ２５ｇ
		本みりん		1	2			
		水		2	3.5			
		こいくちしょうゆ		4	7			
		三温糖		1.5	3			
		酢		1	2			
		ごま油		0.4	1			
		一味とうがらし		0.02	0.03			
		しょうが	すりおろす	0.2	0.4			
		たまねぎ	みじん切り	15	28			
		赤ピーマン	みじん切り	4	8			
		わけぎ	小口	2	4			
月見だんご（みたらし）	④	冷凍白玉団子		55	96			７０ｇ
								白玉は茹でて水冷後温かいたれと絡める
		三温糖		4.3	8			
		こいくちしょうゆ		2.5	4			
		水		8	14.0			
		じゃがいもでん粉		0.6	1.0			

使用食器
●箸
○スプーン
○フォーク
●おかず皿 ③
○小鉢１ヶ
●小鉢２ヶ ②,④
○小皿

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
第二中
第四中
第五中
上水中

出来上がり重量		
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		
		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月21日（金）　　Bコース

予定人数	学校名					1・2・3年	
2218人		第一中(487)短	第三中(586)	第六中(599)	花南中(527)	ｼﾞｰｴｽｴﾌ(15)	

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2218本			
ごはん	①	水稲穀粒　精白米		100	230		23袋	２０４ｇ
	③	なたね油		1	2			１００ｇ
		豚ばら肉小間		20	45	○		
		清酒　本醸造酒		1	2			
豚キムチ炒め		緑豆はるさめ		5	11			
		はくさい	短冊	20	47			
		にんじん	せん切り	15	34			
		はくさい・キムチ		20	45	○		
		にら	2cm	10	23			
		三温糖		0.3	1			
		こいくちしょうゆ		2	4			
鶏ささみサラダ	④	もやし・生		45	100			野菜４５ｇ
		きゅうり	2cm	15	34			
		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		にんじん	せん切り	10	23			
		鶏ささみフレーク	別配缶	20	45		53袋	別配:ささみ２０ｇ
		卓上ナムルドレッシング		8	18		66本	
中華風卵スープ	②	スイートコーン缶・クリーム		40	89		30缶	２２０ｇ
		たまねぎ	スライス	20	47			
		菌床干しいたけ	せん切り	1	2			
		鶏ガラブイヨン		15	33			
		食塩		1.2	2.7			
		白こしょう		0.03	0.07			
		液卵		25	55			
		チンゲンサイ	ざく切り	15	39			
		並塩(ゆで塩)		0.4	1			
		ほたてがい貝柱・煮干し		1	2			
		じゃがいもでん粉		2	4.4			
		こいくちしょうゆ		1	2			

使用食器
●箸
○スプーン
○フォーク
●おかず皿 ③+④
○小鉢１ヶ
●小鉢２ヶ ①,②
○小皿
使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋
クラス付け学校別数
ナムルﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
第一中 (15)
第三中 (18)
第六中 (17)
花南中 (16)

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月25日（火）　　Aコース

予定人数	学校名	1・2・3年					
2082人		第二中	第四中	第五中	上水中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ	事務室
		(594)	(536)	(586)	(343)	(15)	(4)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2082本			
ごはん	①	水稲穀粒　精白米		100	210		21袋	２０４ｇ
	③	さば切身	1切(60g)		2082切	○	2120切	
		食塩		0.3	0.6			
		清酒　本醸造酒		3	6			
		じゃがいもでん粉		5	10.4			
さばの野菜あんかけ		揚げ油		7	15		揚①	
		しょうが	すりおろす	0.25	0.7			たれ２０ｇ
		たまねぎ	みじん切り	7	16			
		にんじん	みじん切り	4	9			
		菌床干しいたけ	みじん切り	0.3	1			
		冷凍さやいんげん	小口	4	8			
		だし汁		7	15			
		こいくちしょうゆ		1.2	2			
		本みりん		0.8	2			
		清酒　本醸造酒		0.4	1			
		じゃがいもでん粉		0.4	0.8			
ごぼうの甘辛炒め	④	ごぼう	スライサーせん	30	69			６０ｇ
		酢(ゆで酢)		0.9	2			
		にんじん	せん切り	10	21			
		国産だいず・水煮		15	31			
		ちりめんじゃこ		5	10			
		三温糖		1.5	3			
		こいくちしょうゆ		3.7	8			
		本みりん		2	4			
		ごま油		1	2			
		白いりごま		1.5	3			
いものこ汁	②	さといも	スライサー2回	30	73			２１０ｇ
		ほんしめじ		12	25			
		長ねぎ	小口	10	26			
		だいこん	いちょう	30	69			
		赤色辛みそ		4.7	10			
		淡色辛みそ		8.6	18			
		鰹厚削り節		3	6			

使用食器

- ●箸
- ○スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③+④
- ○小鉢１ヶ
- ●小鉢２ヶ ①,②
- ○小皿

使用容器

- ①飯缶
  しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶
  おたま・レードル・手型おたま
- ③天缶
  レードル・スプ・トング・手袋
- ④天缶
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑤半天
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

第二中

第四中

第五中

上水中

ジーエスエフ

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月25日（火）　　Ｂコース

予定人数	学校名	1・3年 特 2担				
1549人		第一中	第三中	第六中	~~花南中~~	ジーエスエフ
		(345)	(586)	(599)	~~(0)~~	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		1549本			
食パン		包装食パン(給食会)	1枚(60g)		1549枚			学配
ケチャップソース ハムソテー	③	ハム・ボンレス	1枚(40g)		1549枚	○	1590枚	
		トマトケチャップ		7	11		4袋	ソース１２ｇ
		中濃ソース		4	6			
		三温糖		1	2			
		ぶどう酒　赤		1	2			
		じゃがいもでん粉		0.3	0.5			
スライスチーズ		スライスチーズ	1枚(20g)		1549枚			**9/20納　3655枚**
大根とえのきのサラダ	④	だいこん	せん切り	45	77			６５ｇ
		にんじん	せん切り	10	16			
		えのきたけ		12	19	○		
		卓上中華ドレッシング		8	13		47本	
	②	なたね油		0.5	1			２２０ｇ
		若鶏もも皮無し小間肉		10	15	○		
		たまねぎ	角小	10	16			
		にんじん	角小	10	16			
ABCスープ		キャベツ	短冊(細)	20	36			
		アルファベットマカロニ		10	15			マカロニ崩れ注意!!
		ぶどう酒　白		0.5	1			
		食塩		1.5	2.3			
		白こしょう		0.03	0.05			
		粉ロリエ		0.02	0.03			
		パセリ	みじん切り	0.6	1.0			
		鶏ガラブイヨン		15	23			
アイスクリーム		アイスクリーム(スプーン無)	1こ(90g)		1549こ	○		学配(**11時～12時**)
								ｸﾗｽ別に数えて納品
								ﾄﾞﾗｲｱｲｽ+保冷ﾊﾞｯｸﾞ
								片付け方
								★全て燃えるごみ

使用食器
●箸
●スプーン
○フォーク
●おかず皿 ③+④
●小鉢１ヶ ②
○小鉢２ヶ
○小皿

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
中華ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
第一中 (11)
第三中 (18)
第六中 (17)
~~花南中 (0)~~
ジーエスエフ (1)

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月26日（水）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中	上水中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ	事務室
2097人		(594)	(536)	(601)	(343)	(15)	(4)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2097本			
食パン		包装食パン(給食会)	1枚(60g)		2097枚			学配
ハムソテー	③	ハム・ボンレス	1枚(40g)		2097枚	○	2140枚	
ケチャップソース		トマトケチャップ		7	15		5袋	ソース１２ｇ
		中濃ソース		4	8			
		三温糖		1	2			
		ぶどう酒　赤		1	2			
		じゃがいもでん粉		0.3	0.6			
スライスチーズ		スライスチーズ	1枚(20g)		2097枚			
大根とえのきのサラダ	④	だいこん	せん切り	45	105			６５ｇ
		にんじん	せん切り	10	22			
		えのきたけ		12	25	○		
		卓上中華ドレッシング		8	17		61本	
	②	なたね油		0.5	1			２２０ｇ
		若鶏もも皮無し小間肉		10	21	○		
		たまねぎ	角小	10	22			
		にんじん	角小	10	22			
		キャベツ	短冊(細)	20	49			
ABCスープ		アルファベットマカロニ		10	21			マカロニ崩れ注意!!
		ぶどう酒　白		0.5	1			
		食塩		1.5	3.1			
		白こしょう		0.03	0.06			
		粉ロリエ		0.02	0.04			
		パセリ	みじん切り	0.6	1.4			
		鶏ガラブイヨン		15	31			
アイスクリーム		アイスクリーム(スプーン無)	1こ(90g)		2097こ	○		学配(**11時～12時**)
								ｸﾗｽ別に数えて納品
								ﾄﾞﾗｲｱｲｽ+保冷ﾊﾞｯｸﾞ
								片付け方
								★全て燃えるごみ

使用食器
●箸
●スプーン
○フォーク
●おかず皿 ③+④
●小鉢１ヶ ②
○小鉢２ヶ
○小皿

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
中華ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
第二中 (17)
第四中 (16)
第五中 (17)
上水中 (11)

出来上がり重量		
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		
		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月26日（水）　　Bコース

予定人数	学校名	1・3年 2担			1・2・3年	
2063人		第一中	第三中	第六中	花南中(短)	ｼﾞｰｴｽｴﾌ
		(332)	(586)	(599)	(527)	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2063本			
ごはん	①	水稲穀粒　精白米		100	210		21袋	２０４ｇ
	③	さば切身	1切(60g)		2063切	○	2100切	
		食塩		0.3	0.6			
		清酒　本醸造酒		3	6			
		じゃがいもでん粉		5	10.3			
さばの野菜あんかけ		揚げ油		7	14		揚②	
		しょうが	すりおろす	0.25	0.6			たれ２０ｇ
		たまねぎ	みじん切り	7	15			
		にんじん	みじん切り	4	9			
		菌床干しいたけ	みじん切り	0.3	1			
		冷凍さやいんげん	小口	4	8			
		だし汁		7	14			
		こいくちしょうゆ		1.2	2			
		本みりん		0.8	2			
		清酒　本醸造酒		0.4	1			
		じゃがいもでん粉		0.4	0.8			
ごぼうの甘辛炒め	④	ごぼう	スライサーせん	30	69			６０ｇ
		酢(ゆで酢)		0.9	2			
		にんじん	せん切り	10	21			
		国産だいず・水煮		15	31			
		ちりめんじゃこ		5	10			
		三温糖		1.5	3			
		こいくちしょうゆ		3.7	8			
		本みりん		2	4			
		ごま油		1	2			
		白いりごま		1.5	3			
いものこ汁	②	さといも	スライサー2回	30	73			２１０ｇ
		ほんしめじ		12	25			
		長ねぎ	小口	10	26			
		だいこん	いちょう	30	69			
		赤色辛みそ		4.7	10			
		淡色辛みそ		8.6	18			
		鰹厚削り節		3	6			

使用食器

- ●箸
- ○スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③+④
- ○小鉢１ヶ
- ●小鉢２ヶ ①,②
- ○小皿

使用容器

- ①飯缶
  しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶
  おたま・レードル・手型おたま
- ③天缶
  レードル・スプ・トング・手袋
- ④天缶
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑤半天
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天
  レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

第一中

第三中

第六中

花南中

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月27日（木）　　Aコース

予定人数	学校名	第二中	第四中	第五中(短)	上水中	ジーエスエフ	事務室
2098人		(594)	(537)	(601)	(343)	(15)	(4)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2098本			
ごはん	①	水稲穀粒　精白米		100	210		21袋	２０４ｇ
	③	さんま　開き	1枚(60g)		2098枚	○	2140枚	
		こいくちしょうゆ		1.5	3			
さんまのかば焼き		清酒　本醸造酒		2	4			
		しょうが	すりおろす	0.7	1.8			
		米粉		7	15			
		揚げ油		6	13		揚③	
		こいくちしょうゆ		6	13			
		本みりん		4	8			
		三温糖		3	6			
		水		10	21.0			２０ｇ
		じゃがいもでん粉		0.5	1.0			
	④	キャベツ	短冊	30	74			４５ｇ
		青ピーマン	せん切り	7	17			
彩り野菜炒め		にんじん	せん切り	10	22			
		冷凍スイートコーン		10	21			
		なたね油		1	2			
		食塩		0.2	0.4			
		白こしょう		0.02	0.04			
		こいくちしょうゆ		0.5	1			
		スープストック・チキン		0.3	0.7		2袋	
	②	なたね油		1	2			２２０ｇ
		ショルダーベーコン(短冊)		4	8	○		
		セロリー	みじん切り	1	3			
こだいら		にんじん	いちょう	10	22			
		たまねぎ	スライス	20	45			
		じゃがいも	いちょう	20	47			
		キャベツ	短冊	20	49			
		だいこん	いちょう	15	35			
		こまつな	ざく切り	10	25			
めざましスープ		トマト	角1.5cm	15	33			湯剥き
		国産だいず・水煮		10	21			
		うすくちしょうゆ		0.7	2			
		食塩		1	2.1			
		白こしょう		0.03	0.06			
		鶏ガラブイヨン		15	31			

使用食器
●箸
○スプーン
○フォーク
●おかず皿 ③+④
○小鉢１ヶ
●小鉢２ヶ ①,②
○小皿

使用容器
①飯缶
(しゃもじ)・トング・パスタ・手袋
②食缶
(おたま)・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・(トング)・手袋
④天缶
(レードル)・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
第二中
第四中
第五中
上水中
ジーエスエフ

出来上がり重量		
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		
		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月27日（木）　　12:00から給食　　Bコース

予定人数	学校名	1・3年 2担				
2088人		第一中	第三中	第六中 短	花南中	ｼﾞｰｴｽｴﾌ
		(332)	(587)	(599)	(551)	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2088本			
		中華めん・ゆで温	1袋(220g)		2088袋			学配(クラス別)
	②	ラー油		0.3	0.6			汁２５０ｇ
		豚挽肉(そとモモ)		27	56	○		
		しょうが	みじん切り	0.5	1.3			
		にんにく	みじん切り	0.5	1.3			
		もやし・生		20	42	○		
		たけのこ水煮	せん切り	17	35		3缶	
		菌床干しいたけ	粗みじん	1	2			
		長ねぎ	小口	15	39			
担々麺		万能ねぎ	1cm	5	11			
		鰹厚削り節		2	4			
		鶏ガラスープ缶		10	21		7缶	
		豚ガラスープ缶		10	21		7缶	
		豆板醤		0.3	0.6			
		ねりごま		12	25			
		こいくちしょうゆ		5	10			
		ラー油		0.2	0.4			
		清酒　本醸造酒		1.8	4			
		淡色辛みそ		6	13			
		赤色辛みそ		10	21			
		白すりごま		3	6			
	③	いか切身(細長切)	2枚(30g)		4176枚	○	4260枚	
		しょうが	すりおろす	0.3	0.8			
		にんにく	すりおろす	0.3	0.8			
		長ねぎ	みじん切り	5	13			
いかのねぎ塩焼き		清酒　本醸造酒		2	4			
		食塩		0.6	1.3			
		黒こしょう		0.04	0.08			
		こいくちしょうゆ		0.5	1			
		三温糖		0.3	1			
		ごま油		0.3	1			
		なたね油		0.3	1			
	④	キャベツ	短冊(細)	20	49			５０ｇ
		にんじん	せん切り	15	32			
		きゅうり	輪切り	30	64			
野菜サラダ		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		卓上香味塩ドレッシング		8	17		63本	

使用食器

- ●箸
- ○スプーン
- ○フォーク
- ●おかず皿 ③
- ○小鉢１ヶ
- ●小鉢２ヶ ②,④
- ○小皿

使用容器

- ①飯缶　しゃもじ・トング・パスタ・手袋
- ②食缶　(おたま)・レードル・手型おたま
- ③天缶　レードル・スプ・(トング)・手袋
- ④天缶　レードル・スプ・(トング)・手袋
- ⑤半天　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑥半天　レードル・スプ・トング・手袋
- ⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数

香味塩ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ

第一中	(10)
第三中	(18)
第六中	(17)
花南中	(17)
ジーエスエフ	(1)

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月28日（金）　　Aコース

予定人数	学校名	1・2・3年					
2082人		第二中 (594)	第四中 (536)	第五中 (586) 短	上水中 (343)	ｼﾞｰｴｽｴﾌ (15)	事務室 (4)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2082本			
		中華めん・ゆで温	1袋(220g)		2082袋			学配(クラス別)
	②	ラー油		0.3	0.6			汁２５０ｇ
		豚挽肉(そとモモ)		27	56	○		
		しょうが	みじん切り	0.5	1.3			
		にんにく	みじん切り	0.5	1.3			
		もやし・生		20	42	○		
		たけのこ水煮	せん切り	17	35		3缶	
		菌床干しいたけ	粗みじん	1	2			
		長ねぎ	小口	15	39			
担々麺		万能ねぎ	1cm	5	11			
		鰹厚削り節		2	4			
		鶏ガラスープ缶		10	21		7缶	
		豚ガラスープ缶		10	21		7缶	
		豆板醤		0.3	0.6			
		ねりごま		12	25			
		こいくちしょうゆ		5	10			
		ラー油		0.2	0.4			
		清酒　本醸造酒		1.8	4			
		淡色辛みそ		6	12			
		赤色辛みそ		10	21			
		白すりごま		3	6			
	③	いか切身(細長切)	2枚(30g)		4164枚	○	4240枚	
		しょうが	すりおろす	0.3	0.8			
		にんにく	すりおろす	0.3	0.8			
いかのねぎ塩焼き		長ねぎ	みじん切り	5	13			
		清酒　本醸造酒		2	4			
		食塩		0.6	1.2			
		黒こしょう		0.04	0.08			
		こいくちしょうゆ		0.5	1			
		三温糖		0.3	1			
		ごま油		0.3	1			
		なたね油		0.3	1			
	④	キャベツ	短冊(細)	20	49			５０ｇ
		にんじん	せん切り	15	32			
		きゅうり	輪切り	30	64			
野菜サラダ		並塩(ゆで塩)		0.5	1			
		卓上香味塩ドレッシング		8	17		60本	

使用食器
●箸
○スプーン
○フォーク
●おかず皿 ③
○小鉢１ヶ
●小鉢２ヶ ②,④
○小皿

使用容器
①飯缶
しゃもじ・トング・パスタ・手袋
②食缶
おたま・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・トング・手袋
④天缶
レードル・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
香味塩ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ
第二中 (17)
第四中 (16)
第五中 (16)
上水中 (11)

出来上がり重量		
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg

1人当り配食量		
		g
		g
		g
		g
		g
		g

献立指示書

平成30年9月28日（金）　　Bコース

12:00から給食

予定人数	学校名	第一中	第三中	第六中	花南中	ジーエスエフ
2048人		1・3年 2担	1・2・3年		1・2・3年	
		(332)	(571)	(599) 短	(527)	(15)

献立名		材料名	切り方	1人分	総重量			調理指示
牛乳		普通牛乳	1本(206g)		2048本			
ごはん	①	水稲穀粒　精白米		100	210		20袋	２０４ｇ
	③	さんま　開き	1枚(60g)		2048枚	○	2090枚	
		こいくちしょうゆ		1.5	3			
さんまのかば焼き		清酒　本醸造酒		2	4			
		しょうが	すりおろす	0.7	1.8			
		米粉		7	14			
		揚げ油		6	12		揚④	**廃油**
		こいくちしょうゆ		6	12			
		本みりん		4	8			
		三温糖		3	6			
		水		10	20.5			２０ｇ
		じゃがいもでん粉		0.5	1.0			
	④	キャベツ	短冊	30	72			４５ｇ
		青ピーマン	せん切り	7	17			
彩り野菜炒め		にんじん	せん切り	10	21			
		冷凍スイートコーン		10	20			
		なたね油		1	2			
		食塩		0.2	0.4			
		白こしょう		0.02	0.04			
		こいくちしょうゆ		0.5	1			
		スープストック・チキン		0.3	0.7		2袋	
	②	なたね油		1	2			２２０ｇ
		ショルダーベーコン(短冊)		4	8	○		
		セロリー	みじん切り	1	3			
		にんじん	いちょう	10	21			
		たまねぎ	スライス	20	44			
こだいら		じゃがいも	いちょう	20	46			
		キャベツ	短冊	20	48			
		だいこん	いちょう	15	34			
		こまつな	ざく切り	10	24			
めざましスープ		トマト	角1.5cm	15	32			湯剥き
		国産だいず・水煮		10	20			
		うすくちしょうゆ		0.7	2			
		食塩		1	2.0			
		白こしょう		0.03	0.06			
		鶏ガラブイヨン		15	31			

使用食器
●箸
○スプーン
○フォーク
●おかず皿 ③+④
○小鉢１ヶ
●小鉢２ヶ ①,②
○小皿

使用容器
①飯缶
(しゃもじ)・トング・パスタ・手袋
②食缶
(おたま)・レードル・手型おたま
③天缶
レードル・スプ・(トング)・手袋
④天缶
(レードル)・スプ・トング・手袋
⑤半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑥半天
レードル・スプ・トング・手袋
⑦ビニール・手袋

クラス付け学校別数
第一中
第三中
第六中
花南中

出来上がり重量		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
		kg
1人当り配食量		g
		g
		g
		g
		g
		g