

詳細献立表

1 / 3 ページ

一小・二小・三小・四小・五小

* () 内の g 数は中学年一人あたりの使用量です。低学年量は0.8倍、高学年量は1.21倍になります。
また、使用量はあくまで目安です。仕入れ・配食等の状況により変わりますので、ご了承ください。

令和 8年 2月 1日 ～ 令和 8年 2月28日分

調理場名:東大和市学校給食センター コース名:A

日 付	料 理 名	材 料 名
2(月)	ごはん	精白米(70g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	節分汁	なたね油(0.5g),しょうが(0.5g),若鶏もも 皮つき(12g),にんじん(5g),だいこん(10g),じゃがいも(10g),ちらしかまぼこ(5g),油揚げ(4g),冷凍蒸し大豆(10g),削り節 かつお(3g),こいくちしょうゆ(4.4g),本みりん(1.5g),根深ねぎ(8g),こまつな(10g),片栗粉(0.8g),水(100g)
	鰯の蒲焼き風	まいわし(30g),こいくちしょうゆ(1.5g),しょうが(1g),本みりん(1.5g),清酒 上撰(1g),薄力粉 1等(4.2g),片栗粉(3.1g),なたね油(8g),三温糖(2.2g),こいくちしょうゆ(2g),清酒 本醸造酒(1g),本みりん(0.8g),水(6.5g),ごま いり(1g)
	えのきサラダ	えのきたけ(15g),キャベツ(35g),もやし(5g),にんじん(5g)
	*和風ドレッシング	和風ドレッシング(6g)
3(火)	ごはん	精白米(70g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	かきたま汁	水(120g),削り節 かつお(3g),だし昆布(0.5g),若鶏もも 皮つき(10g),にんじん(8g),えのきたけ(10g),木綿豆腐(12g),粗塩(0.5g),こいくちしょうゆ(2g),清酒 上撰(1g),片栗粉(0.5g),卵(15g),根深ねぎ(5g)
	鶏肉の梅しそ焼き	若鶏もも 皮なし(60g),練り梅(2g),清酒 本醸造酒(2g),ゆかり(0.4g),こいくちしょうゆ(2g),なたね油(0.5g)
	うどん入りきんぴら	なたね油(0.4g),にんじん(8g),豚もも 脂身つき(10g),こんにゃく(6g),ごぼう(12g),うどん(8g),さつま揚げ(10g),本みりん(1g),三温糖(0.5g),こいくちしょうゆ(3g),冷凍いんげん(3g),ごま いり(0.5g),とうがらし(0.01g),ごま油(0.3g)
4(水)	パンプキンパン	パンプキンパン(75g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	ビーツ入りボルシチ	なたね油(0.5g),にんにく(0.3g),豚かた 脂身なし(40g),赤ワイン(5g),たまねぎ(45g),にんじん(15g),キャベツ(20g),マッシュルーム 水煮缶詰(5g),水(80g),ビーツパウダー(0.1g),鶏ガラスープ缶(15g),粗塩(0.15g),白こしょう(0.02g),三温糖(0.4g),トマトケチャップ(13g),中濃ソース(4g),トマトピューレ(7g),薄力粉 1等(4g),なたね油(4g)
	ジャーマンポテト	にんにく(0.3g),ベーコン(5g),たまねぎ(20g),じゃがいも(50g),冷凍いんげん(4g),粗塩(0.25g),荒挽き粒黒こしょう(0.01g)
	いよかん(生)	いよかん(50g)
5(木)	ゆかりごはん	精白米(67g),ゆかり(1g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	呉汁	水(110g),削り節 かつお(3g),ごぼう(8g),にんじん(10g),だいこん(10g),じゃがいも(15g),冷凍蒸し大豆(15g),根深ねぎ(7g),白みそ(10g)
	手作り里芋コロッケ	なたね油(0.3g),豚ひき肉(15g),たまねぎ(10g),さといも(20g),さといもペースト(40g),乾燥マッシュポテト(4g),こいくちしょうゆ(0.5g),三温糖(0.2g),粗塩(0.4g),白こしょう(0.04g),薄力粉 1等(7g),水(3g),パン粉(乾燥)(10g),なたね油(6g)
	*ソース	中濃ソース(5g)
	ヤングコーンサラダ	キャベツ(10g),にんじん(10g),ヤングコーン缶(20g)
	*たまねぎドレッシング	たまねぎドレッシング(6g)
6(金)	ごはん	精白米(72g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	丸ごとわかめの味噌汁	削り節 かつお(2g),だし昆布(0.5g),水(120g),だいこん(10g),じゃがいも(15g),えのきたけ(5g),カットわかめ(0.35g),くきわかめ(4g),めかぶわかめ(6g),油揚げ(10g),赤みそ(4g),白みそ(5g),根深ねぎ(7g)
	鯖のカレー焼き	さば(50g),こいくちしょうゆ(2.3g),本みりん(0.9g),三温糖(0.4g),清酒 本醸造酒(0.5g),しょうが(0.5g),カレー粉(0.2g)
	白菜のおかか和え	はくさい(45g),ほうれん草(7g),にんじん(8g)
	*おかか	かつお節(1g)
	*しょうゆ	こいくちしょうゆ(3g)
9(月)	朝焼き食パン	食パン(75g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	白菜と肉団子のスープ	なたね油(0.5g),にんじん(10g),えのきたけ(5g),清酒 本醸造酒(1g),鶏ガラスープ缶(20g),水(100g),粗塩(0.4g),白こしょう(0.02g),こいくちしょうゆ(1g),はくさい(25g),鶏団子(50g),こまつな(10g),根深ねぎ(5g),ごま油(0.3g)
	コロコロソテー	なたね油(0.5g),ウインナー(25g),冷凍ホールコーン(10g),にんじん(10g),冷凍むき枝豆(10g),粗塩(0.3g),白こしょう(0.01g)
	ももジャム	白桃缶(30g),グラニュー糖(4.8g),レモン果汁(1g),くず粉(0.5g)

詳細献立表

2 / 3 ページ

一小・二小・三小・四小・五小

* () 内の g 数は中学年一人あたりの使用量です。低学年量は0.8倍、高学年量は1.21倍になります。
また、使用量はあくまで目安です。仕入れ・配食等の状況により変わりますので、ご了承ください。

令和 8年 2月 1日 ～ 令和 8年 2月28日分

調理場名:東大和市学校給食センター コース名:A

日 付	料 理 名	材 料 名
10(火)	鶏ごぼうごはん	精白米(65g),もち米(5g),強化米(0.5g),清酒 本醸造酒(0.6g),粗塩(0.1g),こいくちしょうゆ(1g),なたね油(0.3g),若鶏もも 皮なし(12g),ごぼう(8g),にんじん(5g),三温糖(1g),こいくちしょうゆ(1.5g),粗塩(0.2g),本みりん(1g),清酒 本醸造酒(3g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	沢煮椀	だし昆布(1g),水(130g),削り節 かつお(2g),なたね油(0.2g),若鶏もも 皮つき(10g),清酒 上撰(1g),だいこん(15g),えのきたけ(5g),干ししいたけ(0.4g),油揚げ(5g),根深ねぎ(6g),粗塩(0.4g),白こしょう(0.01g),うすくちしょうゆ(2.2g),ほうれん草(6g)
	ししやものお茶焼き(低1・中高2)	ししやも(40g),なたね油(2g),ごま いり(2g),せん茶 茶葉(1g)
	切干大根の塩炒め	切干しだいこん(4g),さつま揚げ(12g),にんじん(5g),根深ねぎ(5g),もやし(15g),ごま油(0.8g),こいくちしょうゆ(1.5g),粗塩(0.4g),黒こしょう(0.01g),清酒 本醸造酒(1.5g)
12(木)	ごはん	精白米(75g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	回鍋肉	なたね油(0.5g),豚もも 脂身つき(40g),清酒 本醸造酒(0.5g),にんにく(0.3g),キャベツ(40g),にんじん(18g),根深ねぎ(6g),冷凍蒸し大豆(5g),赤みそ(5g),八丁みそ(1.2g),清酒 本醸造酒(0.5g),三温糖(0.9g),本みりん(0.4g),こいくちしょうゆ(1g),とうがらし(0.01g),豚ガラスープ缶(10g),片栗粉(1.5g),水(3g)
	豆もやしのナムル	だいずもやし(35g),にんじん(5g),ほうれん草(10g),ごま いり(1.5g)
	*中華ドレッシング	中華ドレッシング(6g)
	みかん(生)	みかん(50g)
13(金)	わかめうどん	水(90g),削り節 かつお(3g),さば節(3g),だし昆布(0.5g),若鶏もも 皮つき(15g),ぶなしめじ(8g),にんじん(10g),かまぼこ(8g),三温糖(0.8g),本みりん(3g),粗塩(0.55g),こいくちしょうゆ(6g),根深ねぎ(7g),こまつな(8g),カットわかめ(0.5g),冷凍うどん(135g),なたね油(1.5g) ※うどんとつゆは別配です。
	牛乳	普通牛乳(206g)
	かしわ天	若鶏ささ身(40g),薄力粉(13g),粗塩(0.05g),なたね油(5g)
	フルーツポンチ	パイナップル缶詰(15g),りんご缶詰(10g),白桃缶(15g),カクテルゼリー(15g)
16(月)	わかめごはん	精白米(67g),炊きこみ わかめ(2g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	手作りすいとん	水(100g),削り節 かつお(1.5g),だし昆布(1g),なたね油(0.4g),若鶏もも 皮つき(12g),にんじん(12g),ごぼう(5g),干ししいたけ(0.5g),だいこん(25g),薄力粉 1等(15g),水(5g),粗塩(0.6g),こいくちしょうゆ(4g),根深ねぎ(3g)
	鮭の味噌ノンエッグマヨネーズ焼き	さけ(50g),清酒 本醸造酒(1g),白みそ(3g),ノンエッグマヨネーズ(4g)
	キャベツ炒めのおかか和え	なたね油(0.4g),にんじん(5g),キャベツ(30g),こまつな(15g),油揚げ(6g),粗塩(0.1g),白こしょう(0.01g),こいくちしょうゆ(1g),ごま いり(0.5g)
	*おかか	かつお節(1g)
17(火)	ごはん	精白米(75g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	麻婆豆腐	なたね油(0.5g),にんにく(0.5g),しょうが(0.5g),とうがらし(0.01g),豚ひき肉(25g),にんじん(12g),冷凍蒸し大豆(10g),にら(5g),根深ねぎ(10g),木綿豆腐(80g),水(10g),清酒 本醸造酒(1g),鶏ガラスープ缶(4g),こいくちしょうゆ(0.5g),オイスターソース(0.5g),赤みそ(5g),トウバンジャン(0.15g),テンメンジャン(6g),片栗粉(0.8g),ごま油(0.5g)
	春雨サラダ	もやし(5g),にんじん(10g),キャベツ(20g),緑豆はるさめ(4g)
	*たまねぎドレッシング	たまねぎドレッシング(6g)
	パイナップル・レモンゼリー	パイナップル缶詰(30g),レモンゼリー(20g)
18(水)	きなこ揚げパン	コッペねじり(67.5g),なたね油(6g),粗塩(0.01g),上白糖(8g),きな粉(3.5g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	トマトシチュー	なたね油(0.4g),にんにく(0.3g),豚かた 脂身なし(35g),赤ワイン(2g),たまねぎ(45g),にんじん(15g),じゃがいも(50g),マッシュルーム 水煮缶詰(5g),水(80g),鶏ガラスープ缶(15g),粗塩(0.1g),白こしょう(0.02g),三温糖(0.4g),トマトケチャップ(13g),中濃ソース(4g),トマトピューレ(7g),薄力粉 1等(4g),なたね油(4g)
	グリーンサラダ	キャベツ(40g),きゅうり(5g),えだまめ 冷凍(5g)
	*イタリアンドレッシング	イタリアンドレッシング(6g)

詳細献立表

3 / 3 ページ

一小・二小・三小・四小・五小

* () 内の g 数は中学年一人あたりの使用量です。低学年量は0.8倍、高学年量は1.21倍になります。
また、使用量はあくまで目安です。仕入れ・配食等の状況により変わりますので、ご了承ください。

令和 8年 2月 1日 ~ 令和 8年 2月28日分

調理場名:東大和市学校給食センター コース名:A

日 付	料 理 名	材 料 名
19(木)	ごはん	精白米(75g)
	ジョア	発酵乳 プレーン(125g)
	中華丼の具	なたね油(0.4g),しょうが(0.4g),にんにく(0.4g),豚もも 脂身つき(30g),たまねぎ(35g),にんじん(15g),たけのこ水煮缶詰(5g),いか(12g),干しいたけ(0.8g),水(40g),鶏ガラスープ缶(12g),はくさい(40g),なると(8g),こいくちしょうゆ(4g),オイスターソース(0.8g),清酒 本醸造酒(1g),三温糖(0.3g),粗塩(0.4g),白こしょう(0.02g),チンゲンサイ(7g),片栗粉(2.5g),ごま油(0.3g)
	豆腐とツナの手作りジャンボ餃子	ぎょうざの皮(25g),ツナ(13g),押し豆腐(13g),キャベツ(13g),根深ねぎ(3g),にんにく(0.2g),しょうが(0.2g),こいくちしょうゆ(0.2g),粗塩(0.4g),薄力粉(1g),水(1g),なたね油(5g)
	でこぼん(生)	でこぼん(50g)
20(金)	麦ごはん	精白米(72g),精麦(1g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	ガルバンゾーカレー	なたね油(0.4g),にんにく(0.3g),しょうが(0.3g),たまねぎ(40g),にんじん(10g),じゃがいも(20g),セロリ(3g),冷凍いんげん(3g),豚ひき肉(30g),ひよこまめ ゆで(18g),水(40g),豚ガラスープ缶(20g),トマト缶詰ダイス(20g),赤ワイン(1g),粗塩(0.44g),三温糖(0.3g),白こしょう(0.02g),なたね油(5g),薄力粉 1等(4g),カレー粉(0.05g),インデラカレー粉(0.65g),中濃ソース(2g),ウスターソース(2g),こいくちしょうゆ(1g),コリアンダー(0.02g),セイジ(0.01g),クミン(0.02g),ローリエ(0.01g),カルダモン(0.02g),アップルソース(3g),はちみつ(0.5g)
	じゃこ入り大根サラダ	だいこん(20g),にんじん(10g),キャベツ(20g),ちりめんじゃこ(2g)
	*柑橘ドレッシング	柑橘ドレッシング(ノンオイル)(6g)
	ぶどうゼリー	ぶどうゼリー(50g)
24(火)	背割りミルクコッペパン	コッペパン(75g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	A B C スープ	ベーコン(10g),たまねぎ(15g),にんじん(10g),じゃがいも(20g),キャベツ(10g),水(100g),鶏ガラスープ缶(20g),粗塩(0.7g),白こしょう(0.02g),マカロニ(7g)
	チリコンカン	なたね油(0.3g),にんにく(0.3g),豚ひき肉(20g),たまねぎ(40g),にんじん(15g),冷凍蒸し大豆(25g),チリパウダー(0.06g),トマトピューレ(15g),トマトケチャップ(5g),ウスターソース(0.5g),粗塩(0.5g),白こしょう(0.01g),三温糖(0.3g),こいくちしょうゆ(0.5g),水(10g),薄力粉 1等(1.8g),なたね油(1.8g),パセリ(乾燥)(0.01g)
	炒めごぼうサラダ	なたね油(0.4g),ごぼう(30g),にんじん(15g),冷凍ホールコーン(7g),粗塩(0.2g),白こしょう(0.02g)
	*ノンエッグマヨネーズ	ノンエッグマヨネーズ(6g)
	ツナと大根おろしの和風スパゲティ	スパゲティ(67g),なたね油(2g),にんにく(0.5g),だいこん(120g),ツナ(50g),しょうが(0.5g),清酒 本醸造酒(1.8g),三温糖(1.2g),粗塩(0.8g),こいくちしょうゆ(4.6g),米酢(3g),白こしょう(0.05g) ※麺と具は別配です。
25(水)	*刻みのり	ほしのり(3g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	海藻サラダ	海藻ミックス(0.7g),キャベツ(25g),きゅうり(5g),もやし(15g)
	*塩中華ドレッシング	塩中華ドレッシング(6g)
	りんご缶・りんごゼリー	りんご缶詰(25g),りんごゼリー(30g)
26(木)	ごはん	精白米(72g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	こづゆ	水(120g),削り節 かつお(2.4g),だし昆布(1.2g),ほたてがい 水煮(8g),干しいたけ(0.5g),こんにゃく(7g),ごぼう(8g),じゃがいも(20g),ほうれん草(5g),白玉麩(1g),清酒 本醸造酒(1g),うすくちしょうゆ(2.8g),食塩(0.6g),片栗粉(1g)
	会津ソースカツ	豚ヒレ(60g),食塩(0.25g),白こしょう(0.01g),水(3g),薄力粉 1等(10g),パン粉(乾燥)(10g),なたね油(4g),中濃ソース(6g),清酒 本醸造酒(0.7g),三温糖(2g)
	ごま和え	キャベツ(30g),にんじん(5g),こまつな(15g),ごま いり(1.5g),三温糖(0.3g)
	*胡麻ドレッシング	ノンオイル胡麻ドレッシング(6g)
27(金)	横割りミルク丸パン	ミルクパン(75g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	マカロニのクリーム煮	なたね油(0.5g),若鶏もも 皮つき(20g),たまねぎ(36g),じゃがいも(20g),にんじん(15g),かぶ(35g),かぶ葉(5g),マカロニ(6g),鶏ガラスープ(15g),水(55g),普通牛乳(30g),薄力粉 1等(4.5g),なたね油(1.8g),バター(1.8g),白ワイン(1.2g),粗塩(0.9g),白こしょう(0.02g)
	照り焼きチキン	若鶏もも 皮なし(60g),にんにく(0.1g),しょうが(0.5g),本みりん(1g),清酒 本醸造酒(1g),こいくちしょうゆ(下味)(4g),こいくちしょうゆ(たれ)(2g),清酒 上撰(1g),本みりん(1g),三温糖(1g),水(3g),片栗粉(0.6g)
	小松菜とコーンのソテー	ベーコン(5g),キャベツ(10g),にんじん(5g),こまつな(20g),冷凍ホールコーン(10g),粗塩(0.25g),白こしょう(0.01g),プチドリップ(0.2g)