

詳細献立表

六小・七小・八小・九小・十小

* () 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 3月 1日 ~ 令和 8年 3月24日分

調理場名:東大和市学校給食センター コース名: B

日付	料理名	材料名
2(月)	ごはん	精白米(75g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	ポークカレー	なたね油(0.4g), にんにく(1g), しょうが(0.5g), セロリ(2g), 豚もも 脂身なし(35g), にんじん(15g), たまねぎ(40g), ジャがいも(40g), 粗塩(0.7g), 白こしょう(0.01g), 薄力粉 1等(4.3g), なたね油(4.7g), カレー粉(0.05g), インデラカレー粉(0.65g), トマトピューレ(1.5g), 中濃ソース(5g), 豚ガラスープ缶(10g), 鶏ガラスープ缶(6g), カルダモン(0.03g), コリアンダー(0.03g), クミン(0.03g), こいくちしょうゆ(1.5g), アップルソース(3g), 水(30g), はちみつ(0.5g)
	海藻サラダ	海藻ミックス(1g), キャベツ(30g), きゅうり(10g)
	*中華ドレッシング 三色ゼリー	中華ドレッシング(6g) 豆乳杏仁豆腐(17g), ピーチゼリー(17g), マスカットゼリー(16g)
3(火)	朝焼き食パン	食パン(75g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	ミネストローネ	ベーコン(10g), にんにく(0.3g), 若鶏もも 皮つき(15g), 清酒 本醸造酒(0.4g), たまねぎ(30g), にんじん(10g), キャベツ(20g), レンズまめ(2g), 並塩(0.7g), 白こしょう(0.02g), ローリエ(0.02g), 鶏ガラスープ缶(20g), 水(50g), トマトケチャップ(4g), トマトピューレ(5g), トマト缶詰ダイス(20g)
	フライドチキン	若鶏もも 皮なし(60g), 粗塩(0.4g), 白こしょう(0.02g), 荒挽き粒黒こしょう(0.02g), セロリ(0.5g), オールスパイス(0.05g), しょうが(0.5g), にんにく(1g), 清酒 上撰(2g), 片栗粉(8g), なたね油(8g)
	りんごジャム	アップルソース(10g), りんご缶詰(20g), グラニュー糖(6.5g), レモン果汁(0.8g), くず粉(0.7g)
4(水)	ちらし寿司	精白米(60g), 三温糖(1g), 粗塩(0.5g), 米酢(5g), 水(5g), かんぴょう 乾(2g), 干しいたけ(1g), にんじん(7g), 油揚げ(3g), 本みりん(4g), 三温糖(2g), こいくちしょうゆ(3.5g), 凍り豆腐(3g), いらごま(1g), かまぼこ(5g)
	*刻みのり	ほしのり(0.5g)
	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(8g), 清酒 上撰(1g), だいこん(15g), にんじん(10g), 油揚げ(5g), 根深ねぎ(7g), 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)
	鯖の香味焼き	さわら(50g), にんにく(0.2g), 清酒 本醸造酒(1g), 本みりん(1.5g), こいくちしょうゆ(3g), ごま油(0.2g)
	菜花入りサラダ *和風ドレッシング	もやし(17g), 冷凍ホールコーン(5g), キャベツ(20g), なばな(8g) 和風ドレッシング(6g)
5(木)	ごはん	精白米(70g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	○オニオンスープ	ベーコン(10g), たまねぎ(30g), 冷凍ホールコーン(10g), チンゲンサイ(10g), 冷凍いんげん(5g), 鶏ガラスープ缶(20g), 白ワイン(5g), 粗塩(1.2g), 白こしょう(0.02g), こいくちしょうゆ(1g)
	鶏肉の甘酢あん	若鶏もも 皮なし(60g), 清酒 上撰(2g), しょうが(0.4g), 片栗粉(12g), なたね油(4g), 米酢(1.2g), トマトケチャップ(3.6g), こいくちしょうゆ(3.6g), 三温糖(2.4g), 片栗粉(0.3g), 水(4g)
	○ハムと野菜のソテー	なたね油(0.4g), キャベツ(30g), にんじん(10g), こまつな(8g), ハム(12g), 並塩(0.1g), 白こしょう(0.01g), こいくちしょうゆ(0.5g), プチドリップ(0.15g)
	●ピラフ	精白米(65g), 粗塩(0.1g), 白ワイン(1.5g), なたね油(0.4g), 若鶏もも 皮つき(15g), たまねぎ(12g), にんじん(8g), 粗塩(0.2g), 白こしょう(0.01g), スープストック(1g), パセリ(乾燥)(0.03g), くつつかないで(0.3g)
	●緑茶	せん茶(200g)
	●みかんジュース	みかん 濃縮還元ジュース(200g)
	●コーヒーミルク	乳飲料 コーヒー(190g)
	●鶏の唐揚げ(2)	若鶏もも 皮なし(50g), 清酒 本醸造酒(2g), こいくちしょうゆ(4g), しょうが(0.5g), にんにく(0.6g), 片栗粉(12g), なたね油(6g)
	●ミニハンバーグのトマトソース	ミニハンバーグ(40g), トマトケチャップ(3g), 中濃ソース(1g), 三温糖(0.6g), デミグラスソース(1.5g), トマトピューレ(2g)
	●スパイシーポテト	じゃがいも(80g), なたね油(5g), 食塩(0.2g), 白こしょう(0.01g), カレー粉(0.03g), チリパウダー(0.03g), あおのり(0.2g)
	●にんじんシウマイ(2)	冷凍人参しゅうまい(36g)
	●ブロッコリー*ノンエッグマヨネーズ	ブロッコリー(25g), ノンエッグマヨネーズ(5g)
	●いちご(生)(2)	いちご(20g)

5日の給食は、【七小・八小・九小6年生】のみの卒業祝い給食(お弁当給食)です。
そのため、上記○印がついている「オニオンスープ」、「ハムと野菜のソテー」に加えて、上記●印がついている献立を七小・八小・九小6年生にのみ提供します。なお、飲み物については、「みかんジュース」「コーヒーミルク」「緑茶」の3つから選択方式です。※ごはん、牛乳、鶏肉の甘酢あんは提供されません。

詳細献立表

六小・七小・八小・九小・十小

* () 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 3月 1日 ~ 令和 8年 3月24日分

調理場名:東大和市学校給食センター コース名: B

日付	料理名	材料名
6(金)	マーブルココア食パン	マーブルココア食パン(75g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	ポトフ	ウインナー(30g),ベーコン(12g),じゃがいも(35g),たまねぎ(12g),はくさい(10g),にんじん(10g),こいくちしょうゆ(0.8g),粗塩(0.5g),白こしょう(0.01g),鶏ガラスープ(10g),水(95g)
	フレンチサラダ	キャベツ(33g),きゅうり(10g),冷凍ホールコーン(15g)
	*フレンチドレッシング	ノンオイルドレッシング(6g)
	黄桃缶・みかんゼリー	黄桃缶(25g),みかんゼリー(25g)
9(月)	赤飯	精白米(60g),もち米(12g),あずき(5g),粗塩(0.6g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	祝いなると入りすまし汁	水(130g),削り節 かつお(3.4g),だし昆布(1.7g),カットわかめ(0.5g),えのきたけ(10g),だいこん(15g),木綿豆腐(12g),祝いなると(10g),清酒 本醸造酒(1g),こいくちしょうゆ(0.7g),粗塩(0.75g),根深ねぎ(6g)
	鮭の西京焼き	さけ(50g),白みそ(7g),本みりん(1g),三温糖(1g),水(3g),清酒 上撰(1g),こいくちしょうゆ(0.4g)
	茎わかめのきんぴら	なたね油(0.4g),しょうが(0.5g),くきわかめ(10g),ごぼう(20g),にんじん(8g),清酒 本醸造酒(1g),こいくちしょうゆ(2.5g),三温糖(1.3g),本みりん(0.3g),ごま油(0.3g),いりごま(1g)
	いちごのカップデザート	いちごのカップデザート(30g)
10(火)	ケチャップライス	精白米(55g),トマトジュース(9g),スープストック(0.5g),粗塩(0.4g),なたね油(1g),たまねぎ(20g),グリーンピース 冷凍(6g),スープストック(0.1g),トマトケチャップ(15g),粗塩(0.05g),白こしょう(0.02g),清酒 上撰(0.5g)
	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),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(6g)
	照り焼きチキン	若鶏もも 皮なし(60g),清酒 上撰(1g),こいくちしょうゆ(6g),三温糖(2g),本みりん(4g),片栗粉(1.25g),水(10g)
	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)
11(水)	ツイストミルクパン	ミルクパン(60g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	ミートボールのトマト煮	なたね油(0.1g),にんにく(0.4g),ミートボール(35g),ベーコン(8g),赤ワイン(2g),たまねぎ(45g),にんじん(10g),じゃがいも(35g),レンズまめ(2.5g),水(70g),鶏ガラスープ缶(18g),粗塩(0.2g),白こしょう(0.02g),ローリエ(0.02g),三温糖(0.4g),トマトケチャップ(5g),中濃ソース(3g),トマト缶詰ダイス(13g),薄力粉 1等(4g),なたね油(4g)
	ヤングコーンサラダ	キャベツ(30g),こまつな(10g),ヤングコーン缶(10g)
	*イタリアンドレッシング	イタリアンドレッシング(6g)
	白桃缶・桃ゼリー	白桃缶(25g),桃ゼリー(25g)
12(木)	ごはん	精白米(72g)
	ヨーグルトドリンク	ヨーグルトドリンク(180g)
	豚汁	なたね油(0.2g),豚もも 脂身なし(15g),清酒 上撰(1g),にんじん(10g),ごぼう(5g),だいこん(10g),さといも(15g),こんにゃく(7g),木綿豆腐(15g),根深ねぎ(7g),白みそ(4g),赤みそ(7.9g),削り節 かつお(2g),水(100g)
	ししゃものカレー揚げ(低1・中高2)	ししゃも(40g),インデラカレー粉(0.3g),薄力粉 1等(11g),なたね油(7g)
	ひじきサラダ	ほしひじき(1g),冷凍むき枝豆(7g),キャベツ(32g)
	*和風ドレッシング	和風ドレッシング(6g)
13(金)	ごはん	精白米(75g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	豚肉のブルコギ	なたね油(0.4g),たまねぎ(25g),にんじん(8g),もやし(10g),はくさい(10g),にら(5g),ぶなしめじ(6g),えのきたけ(6g),いりごま(0.5g),豚もも 脂身つき(25g),豚ばら 脂身つき(20g),にんにく(0.6g),こいくちしょうゆ(6g),清酒 本醸造酒(1.2g),本みりん(3g),コチジャン(3g),すりごま(0.3g),ごま油(0.6g),片栗粉(1.1g),水(1g)
	こんにゃくサラダ	こんにゃく(10g),きゅうり(5g),キャベツ(30g)
	*たまねぎドレッシング	たまねぎドレッシング(6g)
	パイナップル缶詰・豆乳杏仁豆腐	パイナップル缶詰(25g),豆乳杏仁豆腐(25g)

詳細献立表

六小・七小・八小・九小・十小

* () 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 3月 1日 ~ 令和 8年 3月24日分

調理場名:東大和市学校給食センター コース名:B

日付	料理名	材料名
16(月)	チーズパン	チーズパン(60g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	カレー風味スープ	ベーコン(5g), 若鶏もも 皮つき(15g), たまねぎ(10g), ぶなしめじ(5g), 水(100g), 鶏ガラスープ缶(10g), じゃがいも(20g), レンズまめ(2g), 白ワイン(2g), 食塩(0.7g), 白こしょう(0.02g), インデラカレー粉(0.3g), パセリ(乾燥)(0.05g)
	かぼちゃコロケ	かぼちゃコロケ(50g), なたね油(9g)
	ウインナーと野菜のソテー	なたね油(0.4g), キャベツ(30g), にんじん(10g), 冷凍ホールコーン(8g), ウインナー(15g), 並塩(0.1g), 白こしょう(0.01g), こいくちしょうゆ(0.5g), プチドリップ(0.15g)
17(火)	ごはん	精白米(72g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	ワンタンスープ	水(120g), 豚ガラスープ缶(12g), はくさい(10g), ワンタン(具入り)(20g), 干しいたけ(0.3g), 粗塩(0.7g), 白こしょう(0.02g), こいくちしょうゆ(1.8g), 根深ねぎ(7g), ごま油(0.5g)
	コチュマヨチキン	若鶏もも 皮なし(60g), コチジャン(3.5g), ノンエッグマヨネーズ(2.8g), こいくちしょうゆ(1.4g), 清酒 上撰(3g)
	大豆サラダ	冷凍蒸し大豆(10g), キャベツ(30g), にんじん(10g)
	*塩中華ドレッシング	塩中華ドレッシング(6g)
18(水)	ごはん	精白米(75g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	○わかめスープ	なたね油(0.3g), 若鶏もも 皮つき(8g), しょうが(0.4g), たまねぎ(25g), えのきたけ(5g), 豚ガラスープ缶(7g), 水(120g), 粗塩(0.8g), 黒こしょう(0.02g), うすくちしょうゆ(1.5g), カットわかめ(0.5g), いりごま(0.5g), 根深ねぎ(5g), ごま油(0.2g)
	いかの黄金揚げ(2)	いか(50g), こいくちしょうゆ(3g), 本みりん(0.7g), 三温糖(1.6g), 片栗粉(10g), なたね油(5g)
	○小松菜入りソテー	なたね油(0.3g), ツナ(15g), キャベツ(15g), にんじん(12g), こまつな(18g), 食塩(0.25g), 白こしょう(0.01g), プチドリップ(0.15g)
	●ピラフ	精白米(65g), 粗塩(0.1g), 白ワイン(1.5g), なたね油(0.4g), 若鶏もも 皮つき(15g), たまねぎ(12g), にんじん(8g), 粗塩(0.2g), 白こしょう(0.01g), スープストック(1g), パセリ(乾燥)(0.03g), くつつかないで(0.3g)
	●緑茶	せん茶(200g)
	●みかんジュース	みかん 濃縮還元ジュース(200g)
	●コーヒーミルク	乳飲料 コーヒー(190g)
	●鶏の唐揚げ(2)	若鶏もも 皮なし(50g), 清酒 本醸造酒(2g), こいくちしょうゆ(4g), しょうが(0.5g), にんにく(0.6g), 片栗粉(12g), なたね油(6g)
	●ミニハンバーグのトマトソース	ミニハンバーグ(40g), トマトケチャップ(3g), 中濃ソース(1g), 三温糖(0.6g), デミグラスソース(1.5g), トマトピューレ(2g)
	●スパイシーポテト	じゃがいも(80g), なたね油(5g), 食塩(0.2g), 白こしょう(0.01g), カレー粉(0.03g), チリパウダー(0.03g), あおのり(0.2g)
	●にんじんシュウマイ(2)	冷凍人参しゅうまい(36g)
	●ブロッコリー*ノンエッグマヨネーズ	ブロッコリー(25g), ノンエッグマヨネーズ(5g)
	●いちご(生)(2)	いちご(20g)

18日の給食は、【六小・十小6年生】のみの卒業お祝い給食(お弁当給食)です。
そのため、上記○印がついている「わかめスープ」、「小松菜入りソテー」に加えて、上記●印がついている献立を六小・十小6年生にのみ提供します。なお、飲み物については、「みかんジュース」「コーヒーミルク」「緑茶」の3つから選択方式です。※ごはん、牛乳、いかの黄金揚げ(2)は提供されません。

19(木)	横割りミルク丸パン	ミルクパン(60g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	豆乳コーンチャウダー	ベーコン(5g), 若鶏もも 皮つき(15g), にんじん(10g), たまねぎ(30g), じゃがいも(20g), 冷凍ホールコーン(10g), 水(30g), 鶏ガラスープ缶(10g), 粗塩(0.6g), 白こしょう(0.01g), コーン缶詰 クリーム(20g), 豆乳(40g), 薄力粉 1等(3g), なたね油(3g), パセリ(乾燥)(0.03g)
	ハンバーグのデミグラスソース	冷凍ハンバーグ(50g), デミグラスソース(7g), トマトケチャップ(7g), 三温糖(1g), 赤ワイン(2g), ウスターソース(1g), 水(1.2g)
	えのき入りサラダ	えのきたけ(10g), もやし(20g), キャベツ(20g)
*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

六小・七小・八小・九小・十小

* () 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 3月 1日 ~ 令和 8年 3月24日分

調理場名:東大和市学校給食センター コース名: B

日付	料理名	材料名
23(月)	ごはん	精白米(75g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	なめこの味噌汁	水(120g),だし昆布(0.7g),削り節 かつお(2g),赤みそ(4g),白みそ(4g),なめこ(10g),木綿豆腐(25g),だいこん(15g)
	豚肉のねぎ塩炒め	なたね油(0.4g),しょうが(0.2g),にんにく(0.5g),清酒 本醸造酒(1g),豚もも 脂身なし(25g),豚ばら 脂身つき(20g),もやし(25g),えのきたけ(10g),根深ねぎ(15g),清酒 本醸造酒(5g),塩こうじ(2.5g),食塩(0.4g),黒こしょう(0.01g),いりごま(1g),こねぎ(7g),レモン果汁(0.5g),ごま油(0.3g)
	でこぼん(生)	でこぼん(50g)
24(火)	菜めし	精白米(70g),菜めしのもと(1.5g)
	牛乳	普通牛乳(206g)
	春雨スープ	なたね油(0.3g),豚もも 脂身なし(10g),にんじん(7g),水(70g),緑豆はるさめ(5g),鶏ガラスープ缶(7g),豚ガラスープ缶(7g),粗塩(0.55g),白こしょう(0.03g),こいくちしょうゆ(3g),根深ねぎ(8g),ごま油(0.3g)
	手作り春巻き	春巻きの皮(20g),なたね油(炒め油)(0.3g),たけのこ水煮缶詰(20g),豚もも 脂身つき(20g),根深ねぎ(2g),干しいたけ(0.6g),豚ガラスープ缶(1g),こいくちしょうゆ(2g),粗塩(0.1g),ごま油(0.1g),片栗粉(0.1g),なたね油(揚げ油)(6g)
	大根サラダ	だいこん(35g),にんじん(10g),きゅうり(5g)
	*柑橘ドレッシング	柑橘ドレッシング(ノンオイル)(6g)