

令和5年度11月

学校給食明細献立表

安曇野市中部学校給食センター

日(月)				日(火)				1日(水) だして味わう和食の日				2日(木)				3日(金)			
食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考
								発芽玄米ごはん				コッペパン							0
								米、強化米		120									0
								発芽玄米		19									0
								たらのあんかけ蒸し				チキンサラダ							0
								たら40g	1	1082		鶏肉細切り	25	48					0
								たら55g	1	625		キャベツ	25	50					0
								塩	0.05	0.01		ブロッコリー	5	14					0
								厚削り+昆布	0.27	0.5		にんじん	10	20					0
								水	18	34		うすくち	1	1.86					0
								えだまめ	4	8		油	1	1.86					0
								しめじ	4	8		三温糖	0.2	0.372					0
								うすくち	1	1.9		酢	1.5	2.79					0
								酒	0.2	0.37		塩	0.15	0.279					0
								みりん	1.5	2.7		こしょう	0.01	0.0186					0
								でんぷん	0.7	1.3									0
								紙カップ	1	1710									0
								おかか和え				クリームミネストローネ							0
								キャベツ	30	56		ベーコン	8	15					0
								かぶ	15	30		にんにく	0.25	0.45					0
								きゅうり	5	10		たまねぎ	18	36					0
								にんじん	5	10		じゃがいも	25	48					0
								かつお節	0.5	1		金時豆(ゆで)	5	10					0
								うすくち	1	1.9		手亡豆(ゆで)	5	10					0
								油	1	1.9		油	0.5	0.93					0
								おでん				トマトピューレ	50	90					0
								厚削り	3	4.5		塩	0.4	0.744					0
								結び昆布	2	4		牛乳調理用	30	60					0
								にんじん	20	39		オレガノ	0.01	0.0186					0
								だいこん	40	78		コンソメ	0.5	1					0
								こんにゃく三角	20	39									0
								ちくわカット	30	56		りんご							0
								うずらの卵	25	48		りんご	1/8	129					0
								酒	2	1.86		りんご	1/6	104					0
								三温糖	2	1.86									0
								こいくち	6	5.58		あんずジャム							0
								みりん	1	0.93		あんずジャム15g	1	1657					0
<欠食校>		<釜割>		<欠食校>		<釜割>		<欠食校>		<釜割>		<欠食校>		<釜割>		<欠食校>		<釜割>	
明南 223				明南 0				明南 219				△ 明南 194	特支			明南 0			
東小 189				東小 0				△ 東小 163	6年			△ 東小 164	6年			東小 0			
北小 578				北小 0				北小 578				北小 578				北小 0			
明北 100				明北 0				明北 100				△ 明北 84	5年、かしわ			明北 0			
明中 200		1107 小数+子		明中 0		17 小数+子		明中 199		1077 小数+子		明中 199		1037 小数+子		明中 0		17 小数+子	
北中 391		624 中数+子		北中 0		33 中数+子		北中 383		615 中数+子		北中 384		616 中数+子		北中 0		33 中数+子	
センター 22		1731 合計		センター 22		50 合計		センター 22		1692 合計		センター 22		1653 合計		センター 22		50 合計	
予備 28		換算 0		予備 28		換算 0		予備 28		換算 1860		予備 28		換算 1860		予備 28		換算 0	

令和5年度11月

学校給食明細献立表

所長 印 栄養士 印

6日(月)				7日(火)				8日(水)				9日(木)				10日(金)				
食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	
ごはん				いなりちらし				ごはん				きなこ揚げパン				ごはん				
米、強化米		132		米、強化米		115		米、強化米		127		コッペパン				米、強化米		130		
				すし酢	3	5.8						揚げ油		27缶						
シルバーみそ漬け焼き				油揚げ				焼きぎょうざ				いかの生姜焼き								
シルバー50g	1	1110		れんこんイチョウ切	5	10		ぎょうざ(ひじき入り)	2	2220	小麦、ごま	きなこ	7.5	15		あかいか50g	1	1080		
シルバー65g	1	625		干しいたけ	0.4	0.8		ぎょうざ(ひじき入り)	3	1710		上白糖	7	14		あかいか65g	1	625		
みそ、みりん、三温糖				にんじん	5	10						塩	0.05	0.096		しょうゆ、みりん、酒、生姜				
				しょうが	0.1	0.2		テンジャオロース				ツナサラダ				だいごんのそぼろカレー煮				
ひじきの煮物				みりん	0.7	1.3		豚肉	40	77		ツナ	10	19		だいごん	50	97		
豚ひき肉	5	10		塩	0.18	0.3		ピーマン	15	30		キャベツ	30	60		にんじん	10	20		
凍り豆腐1/60	3	6		酒	1	1.9		赤パプリカ	10	20		にんじん	5	10		豚ひき肉	10	19		
ひじき	3	6		三温糖	4	1.9		もやし	10	20		わかめ	0.5	1		三温糖	2.8	5.292		
干しいたけ	0.3	0.6		こいくち	4	7.7		しょうが	0.3	0.6		三温糖	0.2	0.384		こいくち	5	9.45		
にんじん	5	10		いりごま	0.5	1		たけのご短冊	5	10		油	1.5	2.88		みりん	5	9.45		
さやいんげん(冷)	5	10		彩り野菜の玉子焼き				こいくち	3	5.58		酢	2	3.84		カレー粉	0.2	0.378		
こいくち	3	5.76		彩り野菜の玉子焼き50g	1	1110		酒	0.5	0.93		うすくち	1.5	2.88						
三温糖	1.5	2.88		彩り野菜の玉子焼き62g	1	625		みりん	0.5	0.93		こしょう	0.01	0.0192						
みりん	1.5	2.88		磯マヨサラダ				オイスターソース	1	1.8						さつまいものみそ汁				
酒	0.5	0.96		キャベツ	30	60		油	0.5	0.93		ポトフ				厚削り	3	4.5		
油	0.6	1.152		こまつな	5	10		でんぷん	0.6	1.116		油	0.3	0.576		たまねぎ	20	39		
				じゃがいも	10	20		三温糖	1	1.86		おろしにんにく	0.1	0.2		えのきたけ	5	10		
水炊き				コーン	7	14		テゲ風みそ汁				セロリ	5	12		さつまいもイチョウ	20	39		
鶏むね肉	10	20		刻みのり四角切	0.3	0.6		鶏あらびき肉	25	46.5		鶏もも肉	15	30		にんじん	5	10		
鶏もも肉	10	20		ノンエッグマヨネーズ	7	15		はくさいキムチ	7	13		ウインナー	5	10		こまつな	5	10		
おじゃがもち	18	36		沢煮碗				はくさい	20	40		じゃがいも	25	50		みそ	6.5	12.285		
豆腐	15	29		豚肉細切り	15	29		にんじん	7	14		にんじん	10	20						
にんじん	7	15		ごぼう千切り	10	19		たまねぎ	20	40		しめじ	10	20		みかん				
えのき	10	20		にんじん	5	10		ねぎ	12	23		たまねぎ	20	40		みかん	1	1692		
はくさい	30	59		だいごん	20	40		ごま油	1.5	2.79		さやいんげん(冷)	3	6						
ねぎ	10	20		かまぼこ細切り	5	10		いりごま	1	2		白ワイン	1	1.92						
しょうが	0.2	0.4		みつば	3	6		みそ	5	9.3		ベジダシ	3	6						
にら	5	10		厚削り	3	4.5		コチジャン	0.8	1.488		塩	0.4	0.768						
みりん	2	3.84		酒	2	3.84		酒	2	3.72		黒こしょう	0.02	0.0384						
ベジダシ	4	8		塩	0.3	0.576		しょうが	0.1	0.25		うすくち	1	1.92						
うすくち	2	3.8		うすくち	3	5.76		にんにく	0.1	0.25		ヨーグルト								
				黒こしょう	0.01	0.0192						ヨーグルト70g	1	1722						
<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				
明南	219			明南	219			明南	219			明南	219			明南	218			
東小	192			東小	193			東小	193			東小	192			△東小	163	5年		
北小	578			北小	578			北小	578			北小	578			北小	578			
明北	100			明北	100			明北	100			明北	100			明北	101			
明中	200	1106	小数+子	明中	200	1107	小数+子	△明中	148	2年	1107	小数+子	明中	199	1106	小数+子	明中	199	1077	小数+子
北中	383	616	中数+子	北中	383	616	中数+子	北中	383		564	中数+子	北中	384	616	中数+子	北中	383	615	中数+子
センター	22	1722	合計	センター	22	1723	合計	センター	22		1671	合計	センター	22	1722	合計	センター	22	1692	合計
予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1920	予備	28		換算	1860	予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1890

令和5年度11月

学校給食明細献立表

所長 印 栄養士 印

13日(月)				14日(火)安曇野の日				15日(水)				16日(木)				17日(金)							
食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考				
ごはん				大豆わかめご飯				うどん				ごはん				ごはん							
米、強化米		132		米、強化米		123		だいがくいも				米、強化米				米、強化米		132					
ガバオライスのガバオ				炊きこみわかめ	2	18袋		さつまいも小乱切	65	126		鶏のくわ焼き				厚揚げのそぼろあんかけ							
ごま油	1	1.9		大豆安曇野産	5	9		揚げ油				鶏もも肉50g	1	1110		厚揚げ70g	1	1110					
豚ひき肉	50	96		にじますの円揚げ			小麦	中ざら糖	4	7		鶏もも肉65g	1	625		厚揚げ100g	1	625					
ピーマン	10	20		円揚げ小	1	1090		みりん	1	1.92		こいくち、三温糖				油	0.1	0.192					
赤パプリカ	15	30		円揚げ中	1	625		こいくち	0.8	1.536		しょうが、にんにく				おろししょうが	0.3	0.6					
たまねぎ	50	96		こいくち	1.5	2.88		水あめ	3	5		コーンスターチ	0.7	1		鶏あらびき肉	15	29					
にんにく	0.5	0.96		みりん	0.7	1.344		ブリッコーのピリ辛和え				でんぷん	0.7	1		たまねぎ	5	10					
オイスターソース	2	3.6		三温糖	2	3.84		ブロッコリー切	15	29						酒	1	1.92					
こいくち	3.5	6.72		水	1.6	3.072		コーン	5	10		おおかチーズ和え				三温糖	1	1.92					
みりん	2	3.84		ごぼうサラダ				にんじん	5	10		キャベツ	25	50		こいくち	3	5.76					
三温糖	1	1.92		ごぼう千切り	15	29		キャベツ	28	54		もやし	20	39		みりん	2	3.84					
バジル	0.02	0.0384		うすくち	1	1.92		三温糖	0.25	0.48		こまつな	5	10		粉寒天	0.2	0.4					
でんぷん	1	1.92		うすくち	1	1.92		うすくち	1.5	2.88		チーズ4mm角	5	10		小魚和え							
ガバオライスのオムレツ				三温糖	1	1.92		ごま油	1.5	2.88		かつお節	0.5	1		キャベツ	30	60					
プレーンオムレツ50g	1	1110		きゅうり	10	20		いりごま	0.5	0.96		うすくち	1.5	2.88		きゅうり	15	30					
プレーンオムレツ60g	1	625		にんじん	5	10		酢	1.5	2.88		塩	0.1	0.192		にんじん	5	10					
				キャベツ	20	40		トウバンジャン	0.04	0.0768		きのこ汁				ミニチリン	2	4					
				ノンエッグマヨネーズ	6	12		塩	0.1	0.192		厚削り	3	6		うすくち	2	3.84					
野菜スープ				ハム短冊	5	10		かきたまうどん汁				だいこん	25	50		油	0.2	0.384					
わかめ	0.5	1						厚削り	4	6		にんじん	5	10		三温糖	0.2	0.384					
ベーコン	7	14		安曇野豚汁				鶏肉	25	48		えのきたけ	5	10		酢	1	1.92					
にんじん	10	20		酒	0.5	1		干しいたけ	1	2		なめこ	5	10		塩	0.1	0.192					
キャベツ	30	60		ありがとん	15	29		にんじん	10	20		しめじ	5	10		ワンタンスープ							
こまつな	5	10		にんじん	5	10		こまつな	8	15		ねぎ	5	10		豚肉	15	29					
ベジダシ	3	6		だいこん	20	40		ねぎ	5	10		わかめ	0.5	1		たけのこ短冊	10	19					
白ワイン	2	3.84		たまねぎ	10	20		液卵	25	48		みそ	6.5	12.48		にんじん	7	14					
うすくち	1	1.92		じゃがいも	20	40		酒	1	1.92		納豆				はくさい	10	21					
こしょう	0.02	0.0384		えのきたけ	10	20		こいくち	5	9.6		しょうゆ、塩の味付き				チンゲンサイ	5	10					
塩	0.2	0.384		ねぎ	5	10		うすくち	4	7.68		納豆20g	1	1721		ねぎ	5	10					
油	0.6	1.152		みそ	6.5	12.48		みりん	1	1.92		りんご				ワンタンの皮	10	19					
				煮干し	2	3		でんぷん	2	3.84		りんご	1/8	139		ベジダシ	4	8					
								塩	0.4	0.768		りんご	1/6	105		うすくち	1	1.92					
												りんご	1/6	105		塩	0.4	0.768					
																こしょう	0.02	0.0384					
<欠食校>				<釜割>				<欠食校>				<釜割>				<欠食校>				<釜割>			
明南	218			明南	218			明南	218			明南	218			明南	218						
東小	192			東小	193			東小	193			東小	192			東小	192						
北小	578			北小	577			北小	578			北小	578			北小	579						
明北	100			△明北	79		6年	明北	100			明北	100			明北	101						
明中	200	1105	小数+子	明中	199	1084	小数+子	明中	199	1106	小数+子	明中	199	1105	小数+子	明中	199	1107	小数+子				
北中	383	616	中数+子	北中	383	615	中数+子	北中	383	615	中数+子	北中	384	616	中数+子	北中	383	615	中数+子				
センター	22	1721	合計	センター	22	1699	合計	センター	22	1721	合計	センター	22	1721	合計	センター	22	1722	合計				
予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1920				

令和5年度11月

学校給食明細献立表

所長 印 栄養士 印

20日(月)				21日(火)明北小希望献立				22日(水)				23日(木)				24日(金)			
食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考
ごはん				キムタクごはん				ラーメン				0				ごはん			
特別栽培米、強化米		127		米、強化米		110										米、強化米		97	
かじきのかりんとう揚げ				豚肉				12 23											
かじき	50	93		つぼ漬け	10	19		スイートポテトサラダ								さごしの幽庵焼き			
おろししょうが	0.2	0.4		白菜キムチ	10	19		キャベツ	15	30		さごし50g	1	1110		さごし70g	1	235	
こいくち	0.5	0.96		油、酒、こいくち	0.5,0.5,0.3			きゅうり	5	10		酒、こいくち、みりん				三温糖、ゆず			
酒	1	1.92		ハンバーグ・りんご入りソース			大豆	にんじん	5	10									
でんぷん	10	19.2		ハンバーグ40g	1	1110		さつまいもイチョウ	30	58									
揚げ油				ハンバーグ50g	1	625		ノンエッグマヨネーズ	8	15									
みりん	2	3.84		中濃ソース	2	4		塩	0.1	0.192									
三温糖	3	5.76		ケチャップ	3	6		こしょう	0.01	0.0192									
こいくち	3	5.76		赤ワイン	0.5	1		酢	0.5	0.96									
				りんごピューレ	2	4		マーボー麺ソース											
のり酢和え				粉寒天	0.1	0.2		油	1	1.92									
こまつな	5	10		星形チーズ入りサラダ				にんにく	1	1.9									
はくさい	20	40		キャベツ	20	40		しょうが	1	1.9									
キャベツ	20	40		にんじん	5	10		豚ひき肉	20	39									
にんじん	5	10		きゅうり	10	20		鶏ひき肉	10	21									
かちり干し	5	10		ブロッコリー切	10	20		クラッシュ大豆	10	21									
塩	0.1	0.192		星形チーズ	5	10		たまねぎ	30	59									
うすくち	1.5	2.88		油	1	1.92		にんじん	10	20									
酢	0.8	1.536		酢	1.5	2.88		ねぎ	5	10									
刻みのり	0.5	0.9		塩、こしょう	0.25,0.01	480g、20g		干しいたけ	1	2									
				三温糖	0.1	0.192		豆腐	25	48									
豆腐のみそ汁				たまごスープ															
煮干し	1	1.5		鶏あらびき肉	5	10		ガラスープ	9	18									
厚削り	1.5	3		はくさい	20	40		みそ	8	15.36									
じゃがいも	15	30		にんじん	5	10		こいくち	7	13.44									
しめじ	10	19		たまねぎ	10	20		三温糖	2	3.84									
にんじん	5	10		ねぎ	3	6		トウバンジャン	0.3	0.576									
だいこん	20	40		液卵	20	39		でんぷん	2	3.84									
だいこん葉	5	9		ベジダシ	4	8		ごま油	1	1.92									
油揚げ	10	18.6		塩、こしょう	0.4,0.02	760g、39g		柿											
みそ	6.5	12		でんぷん	1	1.92		柿	1/4	431									
しそひじき佃煮				プリン															
しそひじき佃煮	1	1635		カスタードプリン	1	1720						0							
<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>			
明南	218			明南	218			明南	218			明南	0			明南	218		
東小	192			東小	193			東小	193			東小	0			東小	192		
△北小	494			北小	577			北小	578			北小	0			北小	578		
明北	100			明北	100			明北	100			明北	0			明北	101		
明中	200	1021	小数+子	明中	199	1105	小数+子	明中	199	1106	小数+子	明中	0	17	小数+子	明中	199		
北中	383	616	中数+子	北中	383	615	中数+子	北中	384	616	中数+子	北中	0	11	中数+子	×北中		全校	232
センター	22	1637	合計	センター	22	1720	合計	センター	22	1722	合計	センター	0	0	合計	センター	22		1338
予備	28	換算	1860	予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1920	予備	0	換算	0	予備	28		換算

令和5年度11月

学校給食明細献立表

所長 印 栄養士 印

27日(月)				28日(火)中村屋カーリーの日				29日(水)				30日(木)				日(金)			
食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考	食品名	一人分	総量	備考
発芽玄米ごはん				ごはん				うどん				コッペパン							
米、強化米、発芽玄米		130,19		米、強化米		140													0
ビビンバ(肉炒め)				まぜっこサラダ				大判きつね				チリビーンズ							
おろしにんにく	0.5	1		しょうが	0.5	1		えだまめ	5	10		油揚げ30g	1	1125		油	0.5	0.96	
ねぎ	0.5	1		キャベツ	30	59		油揚げ40g	1	635		にんにく	0.1	0.25		豚ひき肉	20	39	
豚肉	50	96		にんじん	5	10		厚削り	0.3	0.576		たまねぎ	10	20		ゆで大豆	15	29	
こいくち	1.5	2.88		だいこん	10	30		水	30	57.6		いんげん豆ゆで	5	10		ケチャップ	8	15	
酒	1.5	2.88		ツナ	5	10		こいくち	3	5.76		三温糖	5	9.6		中濃ソース	1	2	
たけのこ短冊	20	39		かちりぼし	2	4		みりん	2	3.84		いりたまサラダ				トマトピューレ	5	12	
三温糖	3	5.76		三温糖	0.3	0.576		いりたまサラダ				三温糖	0.5	0.96		チリパウダー	0.1	0.192	
みそ	2	3.84		酢	2	3.84		キャベツ	25	48		かぼちゃサラダ				かぼちゃ角切	40	77	
こいくち	1	1.92		油	2	3.84		きゅうり	10	20		炒り卵	10	19		きゅうり	10	20	
酒	1	1.92		うすくち	2	3.84		にんじん	7	15		油	0.8	1.536		チーズ4mm	5	10	0
みりん	0.5	0.96		中村屋カーリー(キーマ) 乳				うすくち	1.5	2.88		酢	2	3.84		ノンエッグマヨネーズ	5	12	0
トウバンジャン	0.25	0.48		中村屋カーリースソース	120	240		三温糖	1	1.92		三温糖	0.15	0.288		こしょう	0.01	0.0192	0
油	1	1.92		豚ひき肉(ありがとん)	40	78		塩	0.15	0.288		肉うどん汁				酢	0.7	1.344	0
ビビンバ(ナムル)				りんご				肉うどん汁				ジュリエンスープ							
もやし	35	68		りんご	1/6	185		厚削り	4	6		豚肉	10	19		鶏肉	20	39	0
にんじん	5	10		しめじ	10	20		鶏肉	20	39		干しいたけ	1	2		セロリ	5	10	0
こまつな	10	20		えのきたけ	10	27		干しいたけ	1	2		にんじん	5	10		えのきたけ	10	20	0
塩	0.4	0.768		にんじん	10	20		たまねぎ	20	40		にんじん	5	10		にんじん	5	10	0
ごま油	1.3	2.496		コーン	5	10		だいこん	10	20		キャベツ	30	59		ベジダシ	3	6	0
いりごま	1	2		油	0.2	0.384		こまつな	8	16		ベジダシ	3	6		うすくち	1	1.92	0
キムチ鍋				りんご				肉うどん汁				ジュリエンスープ							
鶏肉	15	29		りんご	1/4	157		ねぎ	10	20		うすくち	0.3	0.576		塩	0.3	0.576	0
しらたき	20	39		りんご	1/4	157		こいくち	5	9.6		黒こしょう	0.01	0.0192		白ワイン	0.5	0.96	0
たまねぎ	15	30		りんご	1/4	157		うすくち	5	9.6		白ワイン	0.5	0.96					0
はくさい	20	40		りんご	1/4	157		みりん	5	9.6									0
えのきたけ	10	20		りんご	1/4	157		塩	0.1	0.192									0
ねぎ	5	10		りんご	1/4	157													0
豆腐	20	39		りんご	1/4	157													0
うすくち	3	5.76		りんご	1/4	157													0
みりん、みそ	1,2	2,4		りんご	1/4	157													0
はくさいキムチ	10	18		りんご	1/4	157													0
キムチの素	1	1.92		りんご	1/4	157													0
<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>				<欠食校>			
明南	218			明南	219			明南	219			明南	218			明南	0		
東小	192			東小	193			東小	193			東小	192			東小	0		
北小	578			北小	578			北小	578			北小	578			北小	0		
明北	100			明北	100			明北	100			明北	100			明北	0		
明中	200	1105	小数+予	明中	199	1107	小数+予	明中	199	1107	小数+予	明中	199	1105	小数+予	明中	0	17	小数+予
北中	380	613	中数+予	北中	380	612	中数+予	北中	380	612	中数+予	北中	381	613	中数+予	北中	0	33	中数+予
センター	22	1718	合計	センター	22	1719	合計	センター	22	1719	合計	センター	22	1718	合計	センター	22	50	合計
予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1920	予備	28	換算	1920	予備	28	換算	0