

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |            | 学 校 行 事 |                                    |
|-------------------|------------|---------|------------------------------------|
|                   |            |         |                                    |
| 2026年9月2日(水)      |            | 献立名     | ソフトフランスパン 牛乳 揚げじゃがいものケチャップ煮 杏仁フルーツ |
| 食材料名              |            | アレルゲン   |                                    |
| ソフトフランスパン         |            | 乳 パン    |                                    |
|                   |            |         |                                    |
| 牛乳                |            | 乳       |                                    |
| 食材料名              |            | 一人分(g)  | アレルゲン                              |
| 【揚げじゃがいもケチャップ煮】   |            |         |                                    |
| 130               | ステーキカットポテト | 70      |                                    |
| 150               | 揚げ油 ①      |         |                                    |
|                   | 豚上小間       | 40      |                                    |
| 220               | 油          | 0.6     |                                    |
|                   | たまねぎ       | 57      |                                    |
|                   | にんじん       | 20      |                                    |
|                   | ケチャップ      | 18      |                                    |
|                   | 中濃ソース      | 4.4     |                                    |
|                   | こしょう       |         |                                    |
|                   |            |         |                                    |
| 110               | 【杏仁フルーツ】   |         |                                    |
| 120               | みかん缶       | 40      |                                    |
|                   | 黄桃缶ダイス     | 40      |                                    |
| 150               | 杏仁豆腐缶      | 40      | 乳                                  |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |        | 学 校 行 事 |                                             |
|-------------------|--------|---------|---------------------------------------------|
| 2026年9月3日(木)      |        | 献立名     | 黒パン 牛乳 焼きそば コールスローマヨサラダ 豆乳プリン               |
| 食材料名              | アレルゲン  |         | 備考                                          |
| 黒パン               | 乳 パン   |         |                                             |
|                   |        |         |                                             |
| 牛乳                | 乳      |         |                                             |
| 食材料名              | 一人分(g) | アレルゲン   | 備考                                          |
| 【豆乳プリン】           |        |         |                                             |
| 豆乳プリン             |        |         |                                             |
|                   |        |         |                                             |
| 【焼きそば】            |        |         |                                             |
| むしめん              | 45     |         |                                             |
| 140 豚上小間          | 40     |         |                                             |
| 160 油             | 0.5    |         |                                             |
| キャベツ              | 50     |         |                                             |
| 220 もやし           | 30     |         |                                             |
| たまねぎ              | 20     |         |                                             |
| にんじん              | 10     |         |                                             |
| ウスターソース           | 7      |         |                                             |
| 中濃ソース             | 2      |         |                                             |
| しょうゆ              | 1.5    |         |                                             |
|                   |        |         |                                             |
| 【コールスローマヨサラダ】     |        |         |                                             |
| 40 キャベツ           | 40     |         |                                             |
| 50 きゅうり           | 10     |         |                                             |
| ロースハム短冊           | 10     |         |                                             |
| 60 ホールコーン缶        | 10     |         |                                             |
| マヨネーズ             | 7      | 卵       |                                             |
| コンソメ              | 0.2    | (乳)     | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |       | 学 校 行 事 |                 |
|-------------------|-------|---------|-----------------|
|                   |       |         |                 |
| 2026年9月4日(金)      |       | 献立名     | カレーライス 牛乳 大根ナムル |
| 食材料名              | アレルゲン |         | 備考              |
| ごはん               |       |         |                 |
|                   |       |         |                 |
| 牛乳                | 乳     |         |                 |

| 食材料名            | 一人分(g) | アレルゲン | 備考 |
|-----------------|--------|-------|----|
| 【カレー】           |        |       |    |
| 豚上小間            | 40     |       |    |
| カレー粉            | 0.1    |       |    |
| 油               | 0.5    |       |    |
| にんにく            | 0.5    |       |    |
| にんじん            | 10     |       |    |
| たまねぎ            | 50     |       |    |
| じゃがいも           | 50     |       |    |
| とろけるカレーフレーク(中辛) | 7      | 乳     |    |
| カレールー(ミルク)      | 10     | 乳     |    |
| アップルソース         | 6      |       |    |
| 脱脂粉乳(スキムミルク)    | 3.6    | 乳     |    |
| しょうゆ            | 2.4    |       |    |
| こしょう            |        |       |    |
|                 |        |       |    |
| 【大根ナムル】         |        |       |    |
| チキンささみ水煮        | 10     |       |    |
| だいこん            | 30     |       |    |
| にんじん            | 10     |       |    |
| きゅうり            | 10     |       |    |
| 丸鶏ガラスープ         | 1.2    |       |    |
| 塩               | 0.06   |       |    |
| ごま油             | 0.8    |       |    |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場)  |        | 学 校 行 事   |                                             |
|--------------------|--------|-----------|---------------------------------------------|
| 2026年9月7日(月)       |        | 献立名       | ごはん 牛乳 あんかけハンバーグ みそけんちん汁                    |
| 食材料名               | アレルゲン  |           | 備考                                          |
| ごはん                |        |           |                                             |
|                    |        |           |                                             |
| 牛乳                 | 乳      |           |                                             |
| 食材料名               | 一人分(g) | アレルゲン     | 備考                                          |
| 【あんかけハンバーグ】        |        |           |                                             |
| FMうす塩味国産鶏豚使用のハンバーグ | 80     |           |                                             |
| たまねぎ               | 20     |           |                                             |
| にんじん               | 10     |           |                                             |
| えのきたけ              | 5      |           |                                             |
| しょうゆ               | 4.6    |           |                                             |
| 三温糖                | 2      |           |                                             |
| 和風だし               | 0.05   | (いわし、かつお) | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| かたくり粉              | 1.2    |           |                                             |
|                    |        |           |                                             |
| 【みそけんちん汁】          |        |           |                                             |
| 冷凍プチ豆腐             | 20     |           |                                             |
| じゃがいも              | 30     |           |                                             |
| だいこん               | 20     |           |                                             |
| 170 にんじん           | 10     |           |                                             |
| 190 ごぼう            | 5      |           |                                             |
|                    | 5      |           |                                             |
| 220 こんにゃく          | 10     |           |                                             |
| かつお厚削り             | 2      | (かつお)     | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| 和風だし               | 0.6    | (いわし、かつお) | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| 赤みそ                | 4.3    |           |                                             |
| 白みそ                | 4.3    |           |                                             |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |        | 学 校 行 事 |                                             |
|-------------------|--------|---------|---------------------------------------------|
| 2026年9月8日(火)      |        | 献立名     | メンチカツサンド ジョア コンソメスープ ほうれん草ソテー               |
| 食材料名              | アレルゲン  |         | 備考                                          |
| ソフトフランスパン(横スライス)  | 乳 パン   |         |                                             |
|                   |        |         |                                             |
| ジョア(ストロベリー味)      | 乳      |         |                                             |
| 食材料名              | 一人分(g) | アレルゲン   | 備考                                          |
| 【メンチカツ】           |        |         |                                             |
| FMメンチカツ60(国産鶏豚使用) | 60     |         | ※パン粉の使用はありません                               |
| 揚げ油 ②             |        |         |                                             |
| 中濃ソース             | 1      |         |                                             |
| ウスターソース           | 1      |         |                                             |
|                   |        |         |                                             |
| 【コンソメスープ】         |        |         |                                             |
| 180 ポークウインナー40g   | 15     |         |                                             |
| 200 マカロニ          | 5      |         |                                             |
| キャベツ              | 50     |         |                                             |
| 220 たまねぎ          | 25     |         |                                             |
| にんじん              | 10     |         |                                             |
| コンソメ              | 3      | (乳)     | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| 塩                 | 0.12   |         |                                             |
| こしょう              |        |         |                                             |
|                   |        |         |                                             |
| 【ほうれん草ソテー】        |        |         |                                             |
| 40 ほうれんそう         | 30     |         |                                             |
| 50 ホールコーン缶        | 25     |         |                                             |
| ベーコン短冊            | 10     |         |                                             |
| 60 油              | 0.5    |         |                                             |
| 塩                 | 0.2    |         |                                             |
| こしょう              |        |         |                                             |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |        | 学 校 行 事 |                                             |
|-------------------|--------|---------|---------------------------------------------|
| 2026年9月9日(水)      |        | 献立名     | 豚丼 牛乳 ワンタンスープ                               |
| 食材料名              | アレルゲン  |         | 備考                                          |
| ごはん               |        |         |                                             |
|                   |        |         |                                             |
| 牛乳                | 乳      |         |                                             |
| 食材料名              | 一人分(g) | アレルゲン   | 備考                                          |
| 【豚丼】              |        |         |                                             |
| 豚上小間              | 50     |         |                                             |
| 100 たまねぎ          | 50     |         |                                             |
| 110 しらたき          | 40     |         |                                             |
| 130 しょうゆ          | 9.35   |         |                                             |
| 三温糖               | 4.2    |         |                                             |
|                   |        |         |                                             |
| 【ワンタンスープ】         |        |         |                                             |
| ウエーブワンタン          | 8      |         |                                             |
| 170 豚上小間          | 10     |         |                                             |
| 190 はくさい          | 50     |         |                                             |
| にんじん              | 10     |         |                                             |
| 220 ながねぎ          | 10     |         |                                             |
| しょうゆ              | 3.5    |         |                                             |
| コンソメ              | 0.8    | (乳)     | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| 塩                 | 0.1    |         |                                             |
| こしょう              |        |         |                                             |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |        | 学 校 行 事 |                     |    |
|-------------------|--------|---------|---------------------|----|
| 2026年9月10日(木)     |        | 献立名     | 黒パン 牛乳 ビーフン 大豆マヨサラダ |    |
| 食材料名              |        | アレルゲン   |                     | 備考 |
| 黒パン               |        | 乳 パン    |                     |    |
|                   |        |         |                     |    |
| 牛乳                |        | 乳       |                     |    |
| 食材料名              | 一人分(g) | アレルゲン   |                     | 備考 |
| 【ビーフン】            |        |         |                     |    |
| ビーフン              | 31     |         |                     |    |
| 豚上細切り             | 40     |         |                     |    |
| にんにく              | 0.5    |         |                     |    |
| しょうが              | 0.5    |         |                     |    |
| 油                 | 0.5    |         |                     |    |
| キャベツ              | 60     |         |                     |    |
| ながねぎ              | 18     |         |                     |    |
| にんじん              | 12     |         |                     |    |
| たけのこ水煮缶           | 12     |         |                     |    |
| 椎茸水煮(スライス)500g    | 6      |         |                     |    |
| しょうゆ              | 10.1   |         |                     |    |
| 三温糖               | 2.52   |         |                     |    |
| 酢                 | 2.52   |         |                     |    |
| ごま油               | 0.63   |         |                     |    |
|                   |        |         |                     |    |
| 【大豆マヨサラダ】         |        |         |                     |    |
| キャベツ              | 35     |         |                     |    |
| きゅうり              | 10     |         |                     |    |
| 大豆水煮              | 10     |         |                     |    |
| チキンささみ水煮          | 10     |         |                     |    |
| マヨネーズ             | 5      | 卵       |                     |    |
| ごまドレッシング          | 4      | 卵       |                     |    |
| こしょう              |        |         |                     |    |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |        | 学 校 行 事   |                                             |
|-------------------|--------|-----------|---------------------------------------------|
|                   |        |           |                                             |
| 2026年9月11日(金)     |        | 献立名       | わかめごはん 牛乳 肉じゃが もやしと小松菜のごま和え                 |
| 食材料名              | アレルゲン  |           | 備考                                          |
| ごはん               |        |           |                                             |
| 炊き込みわかめ           |        |           |                                             |
| 牛乳                | 乳      |           |                                             |
| 食材料名              | 一人分(g) | アレルゲン     | 備考                                          |
| 【肉じゃが(量調整)】       |        |           |                                             |
| 豚上小間              | 50     |           |                                             |
| じゃがいも             | 70     |           |                                             |
| たまねぎ              | 50     |           |                                             |
| 140 にんじん          | 20     |           |                                             |
| 160 こんにゃく         | 25     |           |                                             |
| しょうが              | 1.2    |           |                                             |
| 200 冷凍むき枝豆        | 3      |           |                                             |
| しょうゆ              | 7.7    |           |                                             |
| 三温糖               | 3.85   |           |                                             |
|                   |        |           |                                             |
| 【もやしと小松菜のごま和え】    |        |           |                                             |
| 40 もやし            | 30     |           |                                             |
| 50 こまつな           | 25     |           |                                             |
| しょうゆ              | 2.9    |           |                                             |
| 60 和風だし           | 0.1    | (いわし、かつお) | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| 白いいりごま            | 2      |           |                                             |



| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |        | 学 校 行 事 |                                             |
|-------------------|--------|---------|---------------------------------------------|
| 2026年9月14日(月)     |        | 献立名     | コッペパン 牛乳 グラタン煮 わかめサラダ                       |
| 食材料名              | アレルゲン  |         | 備考                                          |
| コッペパン             | 乳 パン   |         |                                             |
|                   |        |         |                                             |
| 牛乳                | 乳      |         |                                             |
| 食材料名              | 一人分(g) | アレルゲン   | 備考                                          |
| 【グラタン煮】           |        |         |                                             |
| 豚上小間              | 30     |         |                                             |
| 160 マカロニ          | 10     |         |                                             |
| 180 たまねぎ          | 40     |         |                                             |
| にんじん              | 10     |         |                                             |
| ほうれんそう            | 5      |         |                                             |
| 210 油             | 0.5    |         |                                             |
| 小麦粉               | 5.5    |         |                                             |
| バター               | 5.5    | 乳       |                                             |
| 脱脂粉乳(スキムミルク)      | 8      | 乳       |                                             |
| 生クリーム             | 10     | 乳       |                                             |
| コンソメ              | 1.3    | (乳)     | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| 塩                 | 0.2    |         |                                             |
| こしょう              |        |         |                                             |
|                   |        |         |                                             |
| 【わかめサラダ】          |        |         |                                             |
| 50 カットわかめ         | 1      |         |                                             |
| 60 冷凍プチ豆腐         | 15     |         |                                             |
| きゅうり              | 10     |         |                                             |
| 70 しょうゆ           | 3      |         |                                             |
| 酢                 | 2      |         |                                             |
| 三温糖               | 0.8    |         |                                             |
| ごま油               | 0.6    |         |                                             |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |       | 学 校 行 事   |                           |
|-------------------|-------|-----------|---------------------------|
|                   |       | 三中・初中3年なし |                           |
| 2026年9月15日(火)     |       | 献立名       | ごはん 牛乳 あじフライ 豆腐のみそ汁 金平ごぼう |
| 食材料名              | アレルゲン |           | 備考                        |
| ごはん               |       |           |                           |
|                   |       |           |                           |
| 牛乳                | 乳     |           |                           |

  

| 食材料名       | 一人分(g) | アレルゲン     | 備考                                          |
|------------|--------|-----------|---------------------------------------------|
| 【あじフライ】    |        |           |                                             |
| あじフライ      | 60     | あじ パン粉    |                                             |
| 揚げ油 ③      |        |           |                                             |
| 中濃ソース      | 1      |           |                                             |
| ウスターソース    | 1      |           |                                             |
|            |        |           |                                             |
| 【きんぴらごぼう】  |        |           |                                             |
| 冷凍)千切りごぼう  | 30     |           |                                             |
| 豚上細切り      | 15     |           |                                             |
| 50 にんじん    | 10     |           |                                             |
| 60 しらたき    | 10     |           |                                             |
| 油          | 0.5    |           |                                             |
| 70 しょうゆ    | 4      |           |                                             |
| 三温糖        | 2.5    |           |                                             |
| 白いりごま      | 2      |           |                                             |
|            |        |           |                                             |
| 【豆腐のみそ汁】   |        |           |                                             |
| 170 冷凍プチ豆腐 | 20     |           |                                             |
| 190 ながねぎ   | 10     |           |                                             |
| 油揚げ        | 5      |           |                                             |
| カットワカメ     | 0.5    |           |                                             |
| 220 赤みそ    | 4.3    |           |                                             |
| 白みそ        | 4.3    |           |                                             |
| かつお厚削り     | 2      | (かつお)     | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| 和風だし       | 0.6    | (いわし、かつお) | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |        | 学 校 行 事             |                                             |
|-------------------|--------|---------------------|---------------------------------------------|
|                   |        | 三中2, 3年なし、初中1, 3年なし |                                             |
| 2026年9月16日(水)     |        | 献立名                 | ロールパン 牛乳 ポークシチュー 鶏ごぼうマヨサラダ                  |
| 食材料名              | アレルゲン  |                     | 備考                                          |
| ロールパン             | 乳 パン   |                     |                                             |
|                   |        |                     |                                             |
| 牛乳                | 乳      |                     |                                             |
| 食材料名              | 一人分(g) | アレルゲン               | 備考                                          |
| 【ポークシチュー】         |        |                     |                                             |
| 170 豚上小間          | 40     |                     |                                             |
| 190 にんにく          | 0.5    |                     |                                             |
| 油                 | 0.5    |                     |                                             |
| 210 にんじん          | 10     |                     |                                             |
| じゃがいも             | 40     |                     |                                             |
| たまねぎ              | 40     |                     |                                             |
| 小麦粉               | 5.5    |                     |                                             |
| バター               | 5.5    | 乳                   |                                             |
| ケチャップ             | 20     |                     |                                             |
| 中濃ソース             | 2.5    |                     |                                             |
| コンソメ              | 0.43   | (乳)                 | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| こしょう              |        |                     |                                             |
|                   |        |                     |                                             |
| 【鶏ごぼうマヨサラダ】       |        |                     |                                             |
| 50 冷凍千切りごぼう       | 20     |                     |                                             |
| 60 チキンささみ水煮       | 10     |                     |                                             |
| ホールコーン缶           | 10     |                     |                                             |
| 70 きゅうり           | 10     |                     |                                             |
| ごまドレッシング          | 6      | 卵                   |                                             |
| マヨネーズ             | 3      | 卵                   |                                             |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |        | 学 校 行 事          |                                             |
|-------------------|--------|------------------|---------------------------------------------|
|                   |        | 三中1, 3年なし、初中3年なし |                                             |
| 2026年9月17日(木)     |        | 献立名              | ごはん 牛乳 さばのみそ煮 豚汁                            |
| 食材料名              | アレルゲン  |                  | 備考                                          |
| ごはん               |        |                  |                                             |
|                   |        |                  |                                             |
| 牛乳                | 乳      |                  |                                             |
| 食材料名              | 一人分(g) | アレルゲン            | 備考                                          |
| 【さばのみそ煮】          |        |                  |                                             |
| さばのみそ煮            | 50     | さば               |                                             |
| さばのみそ煮            | 70     | さば               |                                             |
|                   |        |                  |                                             |
| 【豚汁】              |        |                  |                                             |
| 豚上小間              | 20     |                  |                                             |
| 冷凍豆腐              | 20     |                  |                                             |
| じゃがいも             | 30     |                  |                                             |
| 170 だいこん          | 30     |                  |                                             |
| 190 にんじん          | 10     |                  |                                             |
| ながねぎ              | 10     |                  |                                             |
| 220 ごぼう           | 5      |                  |                                             |
| こんにゃく             | 10     |                  |                                             |
| 赤みそ               | 4.3    |                  |                                             |
| 白みそ               | 4.3    |                  |                                             |
| 和風だし              | 0.6    | (いわし、かつお)        | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |       | 学 校 行 事           |                       |
|-------------------|-------|-------------------|-----------------------|
|                   |       | 名向小5年なし、三中・初中3年なし |                       |
| 2026年9月18日(金)     |       | 献立名               | こぎつねごはん 牛乳 オムレツ のっぺい汁 |
| 食材料名              | アレルゲン |                   | 備考                    |
| ごはん               |       |                   |                       |
|                   |       |                   |                       |
| 牛乳                | 乳     |                   |                       |

| 食材料名              | 一人分(g) | アレルゲン     | 備考                                          |
|-------------------|--------|-----------|---------------------------------------------|
| 【オムレツ】            |        |           |                                             |
| Caたっぷりオムレツ        | 60     | 卵         |                                             |
| ケチャップ             | 2.5    |           |                                             |
| ウスターソース           | 1.2    |           |                                             |
| 上白糖               | 0.2    |           |                                             |
|                   |        |           |                                             |
| 【のっぺい汁】           |        |           |                                             |
| 豚上小間              | 20     |           |                                             |
| 170 じゃがいも         | 30     |           |                                             |
| 190 だいこん          | 20     |           |                                             |
|                   | 10     |           |                                             |
| 220 こんにゃく         | 10     |           |                                             |
| かつお厚削り            | 2      | (かつお)     | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| しょうゆ              | 3.5    |           |                                             |
| 和風だし              | 0.5    | (いわし、かつお) | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| かたくり粉             | 0.8    |           |                                             |
|                   |        |           |                                             |
| 【こぎつねごはんの具】       |        |           |                                             |
| 40 こうや豆腐(細切り)500g | 2.5    |           |                                             |
| 50 豚上小間           | 10     |           |                                             |
|                   | 13     |           |                                             |
| 60 にんじん           | 10     |           |                                             |
|                   | 2      |           |                                             |
|                   | 5      |           |                                             |
|                   | 2      |           |                                             |
|                   | 0.6    |           |                                             |
|                   | 0.2    |           |                                             |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場)         |  | 学 校 行 事 |         |
|---------------------------|--|---------|---------|
| 2026年9月24日(木)             |  | 献立名     | 名向小5年なし |
| 黒パン 牛乳 カレーうどん チーズとコーンのサラダ |  |         |         |
| 食材料名                      |  | アレルゲン   | 備考      |
| 黒パン                       |  | 乳 パン    |         |
|                           |  |         |         |
| 牛乳                        |  | 乳       |         |

| 食材料名            | 一人分(g) | アレルゲン | 備考 |
|-----------------|--------|-------|----|
| 【カレーうどん】        |        |       |    |
| 冷凍うどん           | 60     |       |    |
| 豚上小間            | 40     |       |    |
| 200 カレー粉        | 0.1    |       |    |
| 220 油           | 0.5    |       |    |
| たまねぎ            | 45     |       |    |
| 250 ながねぎ        | 10     |       |    |
| にんじん            | 10     |       |    |
| こまつな            | 10     |       |    |
| とろけるカレーフレーク(中辛) | 7      | 乳     |    |
| しょうゆ            | 6      |       |    |
| 和風だし            | 0.6    |       |    |
|                 |        |       |    |
| 【チーズとコーンのサラダ】   |        |       |    |
| 40 ダイスチーズ       | 15     | 乳     |    |
| 50 ホールコーン缶      | 25     |       |    |
| きゅうり            | 10     |       |    |
| 60 ロースハム短冊      | 10     |       |    |
| 油               | 3      |       |    |
| 酢               | 3      |       |    |
| 三温糖             | 1      |       |    |
| 塩               | 0.3    |       |    |
| こしょう            | 少々     |       |    |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |       | 学 校 行 事 |                                    |
|-------------------|-------|---------|------------------------------------|
| 2026年9月25日(金)     |       | 献立名     | ごはん 牛乳 豚肉のバーベキューソース炒め もやしときゅうりのナムル |
| 食材料名              | アレルゲン |         | 備考                                 |
| ごはん               |       |         |                                    |
|                   |       |         |                                    |
| 牛乳                | 乳     |         |                                    |

  

| 食材料名             | 一人分(g) | アレルゲン | 備考 |
|------------------|--------|-------|----|
| 【豚肉のバーベキューソース炒め】 |        |       |    |
| 豚上肉角切り           | 60     |       |    |
| しょうが             | 0.5    |       |    |
| しょうゆ             | 1.5    |       |    |
| かたくり粉            | 10     |       |    |
| 揚げ油 ④廃油          |        |       |    |
| たまねぎ             | 50     |       |    |
| にんじん             | 20     |       |    |
| ピーマン             | 5      |       |    |
| たけのこ水煮缶          | 5      |       |    |
| しいたけ水煮(スライス)     | 5      |       |    |
| 油                | 0.5    |       |    |
| ケチャップ            | 7      |       |    |
| アップルソース          | 7      |       |    |
| ウスターソース          | 4.2    |       |    |
| 三温糖              | 1.4    |       |    |
| しょうゆ             | 0.3    |       |    |
| かたくり粉            | 0.4    |       |    |
|                  |        |       |    |
| 【もやしときゅうりのナムル】   |        |       |    |
| もやし              | 30     |       |    |
| きゅうり             | 25     |       |    |
| しょうが             | 0.4    |       |    |
| ながねぎ             | 0.4    |       |    |
| しょうゆ             | 3.1    |       |    |
| ごま油              | 0.8    |       |    |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |  | 学 校 行 事 |                                   |
|-------------------|--|---------|-----------------------------------|
|                   |  |         |                                   |
| 2026年9月28日(月)     |  | 献立名     | 黒パン 牛乳 和風スパゲッティ キャベツとブロッコリーのマヨサラダ |
| 食材料名              |  | アレルゲン   | 備考                                |
| 黒パン               |  | 乳 パン    |                                   |
|                   |  |         |                                   |
| 牛乳                |  | 乳       |                                   |

| 食材料名                | 一人分(g) | アレルゲン | 備考                                          |
|---------------------|--------|-------|---------------------------------------------|
| 【和風スパゲッティ】          |        |       |                                             |
| ハーフスパゲッティ           | 28     |       |                                             |
| 140 豚上小間            | 40     |       |                                             |
| 170 にんにく            | 0.5    |       |                                             |
| 油                   | 0.5    |       |                                             |
| 190 キャベツ            | 60     |       |                                             |
| たまねぎ                | 25     |       |                                             |
| にんじん                | 10     |       |                                             |
| しめじ                 | 5      |       |                                             |
| しょうゆ                | 5      |       |                                             |
| コンソメ                | 0.88   | (乳)   | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| 塩                   | 0.1    |       |                                             |
| こしょう                |        |       |                                             |
|                     |        |       |                                             |
| 【キャベツとブロッコリーのマヨサラダ】 |        |       |                                             |
| 50 チキンささみ水煮         | 10     |       |                                             |
| 60 キャベツ             | 40     |       |                                             |
| ブロッコリー              | 10     |       |                                             |
| 70 ごまドレッシング         | 6      | 卵     |                                             |
| マヨネーズ               | 3      | 卵     |                                             |
| こしょう                |        |       |                                             |



| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |  | 学 校 行 事 |                         |
|-------------------|--|---------|-------------------------|
| 2026年9月29日(火)     |  | 献立名     | ホットドック 牛乳 フライドポテト 野菜スープ |
| 食材料名              |  | アレルゲン   | 備考                      |
| 背割りコッペパン          |  | 乳 パン    |                         |
|                   |  |         |                         |
| 牛乳                |  | 乳       |                         |

  

| 食材料名       | 一人分(g) | アレルゲン | 備考                                          |
|------------|--------|-------|---------------------------------------------|
| 【ウインナー】    |        |       |                                             |
| 小 ウインナー40g | 40     |       |                                             |
| 中 ウインナー60g | 60     |       |                                             |
| ケチャップ      | 2.5    |       |                                             |
| ウスターソース    | 1.2    |       |                                             |
| 上白糖        | 0.2    |       |                                             |
|            |        |       |                                             |
| 【フライドポテト】  |        |       |                                             |
| 40 フレンチポテト | 80     |       |                                             |
| 50 揚げ油 ①   |        |       |                                             |
| 塩          | 0.65   |       |                                             |
| 60 こしょう    | 少々     |       |                                             |
|            |        |       |                                             |
| 【野菜スープ】    |        |       |                                             |
| 豚上小間       | 20     |       |                                             |
| 200 キャベツ   | 40     |       |                                             |
| 220 たまねぎ   | 20     |       |                                             |
| 240 にんじん   | 10     |       |                                             |
| しょうゆ       | 3.3    |       |                                             |
| コンソメ       | 0.9    | (乳)   | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| 塩          | 0.1    |       |                                             |
| こしょう       |        |       |                                             |

| 詳細な献立表<br>(三崎調理場) |        | 学 校 行 事 |                                             |
|-------------------|--------|---------|---------------------------------------------|
|                   |        |         |                                             |
| 2026年9月30日(水)     |        | 献立名     | ハヤシライス 牛乳 フルーツミックス                          |
| 食材料名              | アレルゲン  |         | 備考                                          |
| ごはん               |        |         |                                             |
|                   |        |         |                                             |
| 牛乳                | 乳      |         |                                             |
| 食材料名              | 一人分(g) | アレルゲン   | 備考                                          |
| 【ハヤシライス】          |        |         |                                             |
| 豚上小間              | 40     |         |                                             |
| にんにく              | 0.5    |         |                                             |
| 170 油             | 0.5    |         |                                             |
| 190 にんじん          | 17     |         |                                             |
| たまねぎ              | 50     |         |                                             |
| 220 じゃがいも         | 50     |         |                                             |
| カットトマト水煮缶         | 22     |         |                                             |
| 小麦粉               | 7      |         |                                             |
| バター               | 7      | 乳       |                                             |
| 中濃ソース             | 2.2    |         |                                             |
| しょうゆ              | 2.2    |         |                                             |
| ケチャップ             | 1.65   |         |                                             |
| コンソメ              | 0.9    | (乳)     | 学校給食における食物アレルギー対応指針/文科省 P19 除去の必要がないとされる調味料 |
| デミグラソース           | 35     |         |                                             |
| こしょう              | 少々     |         |                                             |
|                   |        |         |                                             |
| 110 【フルーツミックス】    |        |         |                                             |
| 120 みかん缶          | 40     |         |                                             |
| 黄桃缶ダイス            | 40     |         |                                             |
| 150 白寒天缶          | 40     |         |                                             |