

令和 8 年 10 月分 献立明細表

Cブロック

つくばすこやか給食センター豊里

[illegible]

献立明細表

Cブロック

つくばすこやか給食センター豊里

[illegible]

献立明細表

Cブロック

つくばすこやか給食センター豊里

10月12日				10月13日				10月14日				10月15日				10月16日				10月17日			
月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日							
				鶏肉とブロッコリーのガーリックペンネ 牛乳 チキンナゲット コールスローサラダ ストロベリーパン				ごはん 牛乳 さわらの紅葉焼き 大豆とひじきの煮物 豚汁				ごはん アセロラジュース フライドポテト 水菜のフレンチサラダ つくば市なかよしカレー マスカットゼリー				つくば米粉パン つくば市産ブルーベリージャム 牛乳 鶏肉のハニーマスタードソース 大豆とブロッコリーのサラダ かぶのコンソメスープ							
食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食				
				鶏肉とブロッコリーのガーリックペンネ				ごはん				ごはん				つくば米粉パン							
				ペンネマカロニ																			
				鶏もも小間肉				牛乳				アセロラジュース				つくば市産ブルーベリージャム							
				たまねぎ												つくばブルーベリーのジャム							
				マッシュルーム				さわらの紅葉焼き				フライドポテト											
				にんにく				さわら切身				フライドポテト				牛乳							
				ブロッコリー				合成清酒				大豆油											
				ブロッコリーダイス				にんじん				精製塩				鶏肉のハニーマスタードソース							
				大豆油				ノンエッグマヨネーズ				年				鶏もも切身							
				にんにくしょうゆシーズニング				月				精製塩				合成清酒							
				精製塩				こしょう								はちみつ							
				こしょう								水菜				粒マスタード							
				しょうゆ				大豆とひじきの煮物				キャベツ				しょうゆ							
								ひじき								精製塩							
				牛乳				ちくわスライス				年				こしょう							
								にんじん				クリームーフレンチドレッシング (ボトル)				大豆油							
				チキンナゲット				さやいんげん								大豆とブロッコリーのサラダ							
				チキンナゲット				大豆				つくば市なかよしカレー				ブロッコリー							
				大豆油				大豆油				ごぼう				きゅうり							
								砂糖				ぶなしめじ				ツナ油漬け							
				コールスローサラダ				しょうゆ				にんじん				年							
				キャベツ				みりん				揚げなす				月							
				きゅうり								ほうれんそう				フレンチ白ドレッシング							
				にんじん				豚汁				にんにく				かぶのコンソメスープ							
				とうもろこし				豚もも小間肉				しょうが				ウインナーライス							
				コールスロードレッシング				豆腐				年				年							
								にんじん				白花豆ペースト				にんじん							
				ストロベリーパン				だいこん				トマト				かぶ							
				ストロベリーロール				こんにやく				アレルゲンフリーカレーフレーク				たまねぎ							
								ごぼう				まろやかカレールウ				じゃがいも							
								ねぎ				VPSカレー粉				パセリ							
								大豆油				サラダ油				オリーブオイル							
								白みそ								白ワイン							
								赤みそ				マスカットゼリー				コンソメ							
								かつおだしパック				マスカットゼリー				年							
																精製塩							
																こしょう							

献立明細表

Cブロック

つくばすこやか給食センター豊里

10月19日				10月20日				10月21日				10月22日				10月23日				金曜日			
長崎血うどん（血うどん+血うどんの具） 牛乳 ポークしゅうまい もやし中華サラダ 焼きプリンタルト				ごはん 牛乳 いわしの梅煮 ほうれんそうのごま和え すいとん				麦ごはん のむヨーグルト（プレーン） 豚肉と卵のオイスター炒め 海藻サラダ ワントンスープ				ごはん 牛乳 鶏肉の唐揚げブラックソースかけ つぼ漬けあえ 豆腐の中華スープ				けんちんうどん（ソフトめん+スープ） 牛乳 きなこ揚げパン ブロッコリーとコーンのサラダ							
食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食
長崎血うどん				ごはん				麦ごはん				ごはん				けんちんうどん				けんちんうどん			
血うどんの麺		月						ご飯								ソフトめん			年				
豚もも小間肉				牛乳			提供なし	麦				牛乳			提供なし	にんじん							
星型スライスなると		年														だいこん							
さつま揚げ		月		いわしの梅煮				のむヨーグルト（プレーン）		月	提供なし	鶏肉の唐揚げブラックソースかけ				ごぼう							
にんじん				いわし梅煮		月						鶏もも切身				さいとも							
たまねぎ								豚肉と卵のオイスター炒め				しょうが				ねぎ							
はくさい				ほうれんそうのごま和え				豚もも小間肉				合成清酒				小松菜							
小松菜				ほうれんそう				炒りたまご		月	除去	しょうゆ				ミニ絹厚揚げ			年				
干しいたけ				もやし				ミニ絹厚揚げ		年		でんぶん				大豆油							
きくらげ				にんじん				小松菜				大豆油				しょうゆ							
しょうが				ぶなしめじ				きくらげ				黒酢				精製塩							
大豆油				油揚げ		年		しょうゆ				しょうゆ				合成清酒							
砂糖				白すりごま				しょうが				赤ワイン				かつおだしパック							
ごしょう				ごま和えの素		年		オイスターソース		年		砂糖											
中華スープストック		年						しょうゆ				でんぶん				牛乳				提供なし			
オイスターソース		年		すいとん				中華スープストック		年													
しょうゆ				すいとん		月		大豆油				つぼ漬けあえ				きなこ揚げパン							
でんぶん				鶏もも小間肉				プチドリップ		年		つぼ漬け		月		ミニコッペパン		月		提供なし			
精製塩				にんじん								もやし				大豆油				提供なし			
ごま油				はくさい				海藻サラダ				小松菜				グラニュー糖				提供なし			
				だいこん				海藻サラダミックス		月		にんじん				精製塩				提供なし			
牛乳			提供なし	干しいたけ				キャベツ								きな粉				提供なし			
				ねぎ				きゅうり				豆腐の中華スープ											
ポークしゅうまい				しょうゆ				とうもろこし				豆腐		年		ブロッコリーとコーンのサラダ							
ポークしゅうまい		月		かつおだしパック				青じそドレッシング		年		星型スライスなると		年		ブロッコリー							
				昆布だし								にんじん				カリフラワー							
もやしの中華サラダ				精製塩				ワントンスープ				たけのこ				とうもろこし							
小松菜								ウエーブワントン		月		えのきたけ				ツナ油漬け			年				
もやし								ミニミートボール		月		ほうれんそう				たまねぎドレッシング(ボトル)			年				
にんじん								ぶなしめじ				塩ラーメンスープの素		月									
塩ドレッシング		年						にんじん				ごしょう											
								にら				でんぶん											
焼きプリンタルト								たまねぎ				ごま油											
焼プリンタルト		月	提供なし					中華スープストック		年		精製塩											
								しょうゆ															
								精製塩															
								ごしょう															
								ごま油															
											</												

献立明細表

Cブロック

つくばすこやか給食センター豊里

10月26日				10月27日				10月28日				10月29日				10月30日			
ごはん 牛乳 さんまのピリからごまソース りっちゃんサラダ さつまいものみそ汁				黒パン 牛乳 ケイジャンフライドチキン 秋野菜のバジルソテー アルファベットスープ				ごはん 牛乳 オムレツ イタリアンサラダ ハッシュドポーク				ごはん 牛乳 みそだれ鶏つくね れんこんきんぴら ひらたけのすまし汁				ごはん 牛乳 肉みそビビンバ ナムル トックスープ			
食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食
ごはん				黒パン		年	提供なし	ごはん				ごはん				ごはん			
牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし
さんまのピリからごまソース				ケイジャンフライドチキン				オムレツ				みそだれ鶏つくね				肉みそビビンバ			
さんま開き				鶏むね切身				ブレーンオムレツ		月	提供なし	鶏つくね		月		ぶたひきにく			
でんぶん				しょうが				大豆油			提供なし	大豆油				大豆のミンチ		年	
大豆油				にんにく								赤みそ				合成清酒			
しょうゆ				合成清酒				イタリアンサラダ				みりん				しょうが			
砂糖				ケイジャンシーズニング		月		ブロッコリー				砂糖				にんにく			
合成清酒				ノンエッグマヨネーズ		年		カリフラワー				しょうゆ				大豆油			
おろししょうが				精製塩				とうもろこし				合成清酒				しょうゆ			
にんにく				でんぶん				にんじん				プチドリップ		年		砂糖			
しろいりごま				大豆油				イタリアンドレッシング		年						みりん			
豆板醤		年										れんこんきんぴら				赤みそ			
				秋野菜のバジルソテー				ハッシュドポーク				豚もも小間肉				コチュジャン		年	
りっちゃんサラダ				ブロッコリー				豚もも小間肉				れんこん				おろしりんご（加糖）			
キャベツ				かぼちゃ				じゃがいも				にんじん							
にんじん				大豆油				たまねぎ				しらたき				ナムル			
きゅうり				マッシュルーム				にんじん				しろいりごま				小松菜			
とうもろこし				れんこん				ぶなしめじ				しょうゆ				もやし			
ロースハム		年		にんにく				にんにく				砂糖				にんじん			
昆布				大豆油				大豆油				みりん				ぶなしめじ			
かつお節（糸削り）				バジルソース		月		ハヤシフレーク		年		かつおだしパック				韓国ナムルドレッシング（ボトル）		年	
和風ドレッシング		年		精製塩				ケチャップ		年		ごま油							
				こしょう				中濃ソース		年						トックスープ			
さつまいものみそ汁								砂糖				ひらたけのすまし汁				鶏もも小間肉			
油揚げ		年		アルファベットスープ				赤ワイン				ひらたけ				トック		月	
さつまいも				アルファベットマカロニ								ねぎ				にんじん			
だいこん				ウインナースライス		年						にんじん				チンゲンサイ			
ごぼう				たまねぎ								豆腐		年		干ししいたけ			
ねぎ				にんじん								小松菜				ねぎ			
白みそ				キャベツ								だいこん				しょうが			
赤みそ				とうもろこし								精製塩				しょうゆ			
かつおだしパック				コンソメ		年						しょうゆ				中華スープストック		年	
				オリーブオイル								合成清酒				精製塩			
				精製塩								かつおだしパック				こしょう			
				こしょう								昆布だし				ごま油			