

令和 7 年 11 月分

献立明細表

Bブロック

つくばすこやか給食センター豊里

献立明細表について

①配合表の欄に「月」がある食品

添付されている「食品配合表」に使用している材料が詳しく書かれていますので、ご確認ください。

②配合表の欄に「年」がある食品

年度の始めに配布した「年間使用食品配合表」に、使用している材料が詳しく書かれていますので、ご確認ください。
また、使用する頻度の多い「しょうゆ・みそ・油・ごま油・オリーブ油」に関しては「年」を付けませんので、ご確認の際は年間使用食品配合表をご覧ください。

③除去食の欄に「除去」とある食品

該当の食品を除去し、調理したものを専用容器に入れて提供します。

④除去食の欄に「提供なし」とある食品

該当の食品は提供はありません。

⑤その他

貝類、藻類、オキアミ、しらすは「えび・かに」が混ざる漁法で採取しています

11月3日 月曜日			11月4日 火曜日			11月5日 水曜日			11月6日 木曜日			11月7日 金曜日		
			キャロットピラフ 野菜ジュース ハッシュドポテト くらげサラダ トマトスープ 洋なしのコンポート			麦ごはん 牛乳 肉団子の甘酢あん 春雨サラダ ワンタンスープ			ごはん ひじきふりかけ 牛乳 ししゃもの南蛮漬 大根の和え物 小松菜のみそ汁			つくば米粉パン ブルーベリージャム 牛乳 ポークビーンズ カリフラワーのサラダ きのこたっぷりスープ		
食品名	配合表	除去食	食品名	配合表	除去食	食品名	配合表	除去食	食品名	配合表	除去食	食品名	配合表	除去食
			キャロットピラフ ご飯 キャロットピラフの素	月		麦ごはん		提供なし	ごはん			つくば米粉パン	年	提供なし
			野菜ジュース	月	提供なし	牛乳		提供なし	ひじきふりかけ	月		ブルーベリージャム	月	提供なし
			ハッシュドポテト ハッシュドポテト 大豆油	月		肉団子の甘酢あん	月		牛乳		提供なし	牛乳		提供なし
			くらげサラダ もやし きゅうり にんじん 中華くらげ			春雨サラダ 緑豆春雨 ポークハム とうもろこし きくらげ 中華ドレッシング	月		ししゃもの南蛮漬 ししゃも唐揚げ 大豆油 たまねぎ ピーマン しょうゆ 穀物酢 砂糖 一味唐辛子	月		ポークビーンズ 大豆 豚ひき肉 茨城県産大豆のミンチ たまねぎ じゃがいも にんじん にんにく サラダ油 ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 赤ワイン 砂糖 精製塩 こしょう コンソメ	月	
			トマトスープ キャベツ たまねぎ ほうれんそう じゃがいも 星型米粉マカロニ にんにく サラダ油 ダイストマト缶 ケチャップ スープストック 精製塩 こしょう			ワンタンスープ ウエーブワンタン 豚もも小間肉 ごま油 ねぎ にんじん しょうが わかめ たけのこ しょうゆ 中華スープストック 精製塩 こしょう	月		大根の和え物 だいこん にんじん さやいんげん ちくわスライス 塩ドレッシング	年	年	カリフラワーのサラダ カリフラワー キャベツ にんじん とうもろこし コールスロドレッシング	年	
			洋なしのコンポート	月					小松菜のみそ汁 ミニ絹厚揚げ 小松菜 ねぎ えのきたけ 白みそ 赤みそ 煮干し かつおだし	年	年	きのこたっぷりスープ 鶏むね小間肉 たまねぎ ぶなしめじ エリンギ 干しいたけ ブロッコリー ハート型米粉マカロニ 精製塩 こしょう コンソメ オリーブオイル	年	

つくばすこやか給食センター豊里

11月10日				月曜日				11月11日				火曜日				11月12日				水曜日				11月13日				木曜日				11月14日				金曜日			
黒パン 牛乳 鰯の香草パン粉焼き ブロッコリーのサラダ 豆乳ポタージュ								ごはん 牛乳 鶏肉のから揚げ 小松菜の胡麻和え つくばの恵み豚汁								肉みそごまうどん (ソフトめん+スープ) 牛乳 木の葉かまぼこの天ぷら おかか和え																ごはん 牛乳 白身魚のおおさフライ ハムとキャベツのサラダ さつまいものみそ汁							
食品名			配合表	除去食	食品名			配合表	除去食	食品名			配合表	除去食	食品名			配合表	除去食	食品名			配合表	除去食	食品名			配合表	除去食										
黒パン			年	提供なし	ごはん					肉みそごまうどん										ごはん																			
牛乳				提供なし	牛乳				提供なし	ソフトめん				年						牛乳									提供なし										
鰯の香草パン粉焼き					鶏肉のから揚げ					豚ひき肉										白身魚のおおさフライ																			
あじ					鶏もも切身					にんじん										おおさフライ								月											
香草パン粉ミックス			月		しょうが					もやし										大豆油																			
パン粉			月		にんにく					にら										中濃ソース								年											
米粉					清酒					ねぎ										ウスターソース								年											
ノンエッグマヨネーズ			年		しょうゆ					とうもろこし																													
サラダ油					でんぶ					しょうが																													
ブロッコリーのサラダ					大豆油					にんにく										ハムとキャベツのサラダ																			
ブロッコリー					小松菜の胡麻和え					白すりごま										キャベツ																			
ダイスブロッコリー					小松菜					ねりごま										れんこん																			
にんじん					にんじん					ごま油										ボークハム								月											
チキンフレック水煮			年		もやし					赤みそ										小松菜																			
サクランボアイランドドレッシング			年		白すりごま					しょうゆ				年						和風ドレッシング								年											
豆乳ポタージュ					ごま和えの素				年	がらスープ				年						さつまいものみそ汁																			
ウインナー輪切り			年		つくばの恵み豚汁					牛乳					提供なし					さつまいも																			
たまねぎ					豚もも小間肉															にんじん																			
さつまいも					しょうが					木の葉かまぼこの天ぷら										たまねぎ																			
とうもろこし					サラダ油					白木の葉揚げ				月						茨城県産大豆の油揚げ								月											
コーンペースト					ごぼう					小麦粉										ほうれん草																			
枝豆					じゃがいも					大豆油										白みそ																			
サラダ油					にんじん					おかか和え										赤みそ																			
シチューの素			年		はくさい					こんにゃく										煮干し																			
豆乳					ねぎ															かつおだし																			
コンソメ			年		ぶなしめじ					キャベツ																													
精製塩					ミニ絹厚揚げ				年	きゅうり																													
こしょう					こんにゃく					味付けおかか				月																									
ローリエ					白みそ																																		
					赤みそ																																		
					かつおだし																																		
					煮干し																																		

つくばすこやか給食センター一豊里

11月17日				11月18日				11月19日				11月20日				11月21日			
月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日			
ごはん 牛乳 いばらきガバオ カラフルサラダ 春雨スープ				ごはん 牛乳 豆腐ナゲット 福神漬のポテトサラダ 根菜のチキンカレー				麦ごはん 牛乳 さばのみそ煮 なめ茸和え 沢煮椀				コッペパン 牛乳 チキンカツ ごぼうとツナのサラダ マカロニスープ				ごはん 牛乳 豚キムチ炒め ナムル トック			
食品名		配合表	除去食	食品名		配合表	除去食	食品名		配合表	除去食	食品名		配合表	除去食	食品名		配合表	除去食
ごはん				ごはん				麦ごはん				コッペパン		年	提供なし	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
いばらきガバオ				豆腐ナゲット				さばのみそ煮		月		チキンカツ				豚キムチ炒め			
豚ひき肉				とうふナゲット		月		なめ茸和え				チキンカツ		月		豚もも小間肉			
茨城県産大豆のミンチ		月		大豆油				小松菜				大豆油				ミニ絹厚揚げ		年	
サラダ油								にんじん				中濃ソース		年		白菜キムチ		月	
にんにく				福神漬のポテトサラダ				もやし				ウスターソース		年		はくさい			
しょうが				じゃがいも				なめ茸		月		ごぼうとツナのサラダ				ねぎ			
清酒				にんじん								ごぼう				しょうが			
さつまいも				福神漬		年		沢煮椀				にんじん				サラダ油			
大豆油				青のり				いも団子		月		ブロッコリー				しょうゆ			
たまねぎ				ノンエッグマヨネーズ		年		豚もも小間肉				ツナ油漬		月		ナムル			
にんじん								だいこん				ごネクリーミードレッシング		年		ほうれんそう			
れんこん				根菜のチキンカレー				にんじん								もやし			
ガバオライスの素		月		鶏むね小間肉				ごぼう				マカロニスープ				にんじん			
砂糖				にんじん				たけのこ				スモークベーコン		月		韓国ナムルドレッシング		年	
オイスターソース		年		たまねぎ				こんにゃく				サラダ油							
しょうゆ				だいにん				茨城県産大豆の油揚げ		月		たまねぎ				トック			
精製塩				ごぼう				ねぎ				にんじん				鶏むね小間肉			
一味唐辛子				にんにく				サラダ油				じゃがいも				ミニトック		月	
				しょうが				しょうゆ				とうもろこし				たまねぎ			
カラフルサラダ				サラダ油				精製塩				ハート型米粉マカロニ		年		デンゲンサイ			
キャベツ				アレルゲンフリー・カレーフレーク		年		清酒				コンソメ		年		たけのこ			
きゅうり				まるやかカレー・ルー		年		煮干し				精製塩				きくらげ			
赤パプリカ				カレー粉		年		かつおだし				こしょう				しょうが			
とうもろこし				ケチャップ		年		かつお節だし・まぐろ節だし				しょうゆ				しょうゆ			
フレンチ白ドレッシング		月		中濃ソース		年													
春雨スープ				こしょう												中華スープストック		年	
鶏むね小間肉																精製塩			
たまねぎ																こしょう			
にんじん																ごま油			
緑豆春雨																			
にら																			
きくらげ																			
中華スープストック		年																	
しょうゆ																			
精製塩																			
こしょう																			
ごま油																			

令和 7 年 11 月分

献立明細表

Bブロック

つくばすこやか給食センター豊里

11月24日				11月25日				11月26日				11月27日				11月28日			
月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日			
				ごはん 納豆 牛乳 県産卵のオムレツ和風そぼろあんかけ ヤーコンのピリ辛炒め なめこの味噌汁				ごはん 牛乳 ハンバーグ福来みかんおろしソース れんこんのサラダ 鶏ごぼう汁 さつまいもプリン				ユメシホウ入参パン 牛乳 ポークジンジャー 水菓のサラダ つくば市産野菜のミルクスープ				あんかけしょうゆラーメン (ソフト中華めん+スープ) 牛乳 揚げぎょうざ ゼリー和え			
食品名		配合表	除去食	食品名		配合表	除去食	食品名		配合表	除去食	食品名		配合表	除去食	食品名		配合表	除去食
				ごはん				ごはん				ユメシホウ入参パン		月	提供なし	あんかけしょうゆラーメン			
				納豆		月		牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	ソフト中華めん		年	
				牛乳			提供なし	ハンバーグ福来みかんおろしソース				ポークジンジャー				豚もも小間肉			
				県産卵のオムレツ和風そぼろあんかけ				ハンバーグ		月		豚肩ロース				キャベツ			
				プレーンオムレツ		月	提供なし	だいこん				たまねぎ				かぼちゃ			
				とりひき肉			提供なし	たまねぎ				しょうが				にんじん			
				清酒			提供なし	しょうゆ				サラダ油				きくらげ			
				サラダ油			提供なし	みりん				白ワイン				にら			
				しょうゆ			提供なし	サラダ油				しょうゆ				醤油ラーメンスープの素		年	
				みりん			提供なし	ふくれみかん 陳皮				みりん				サラダ油			
				砂糖			提供なし	れんこんのサラダ				砂糖				がらスープ		年	
				でんぶん			提供なし	れんこん				水菓のサラダ				こしょう			
				かつお・まぐろ節だし			提供なし	魚肉ソーセージ		月		もやし				しょうゆ			
				ヤーコンのピリ辛炒め				小松菜				にんじん				精製塩			
				小松菜				キャベツ		年		キャベツ				でんぶん			
				にんじん				たまねぎドレッシング				青じそドレッシング		年		一味唐辛子			
				しらたき				鶏ごぼう汁				つくば市産野菜のミルクスープ				牛乳		提供なし	
				ヤーコン				鶏もも小間肉				豚もも小間肉				餃子			
				サラダ油				ごぼう				ねぎ				大豆油		月	
				しょうゆ				さといも				ぶなしめじ				ゼリー和え			
				砂糖				はくさい				はくさい				パインアップル			
				清酒				にんじん				にんじん				アレンジタイスゼリーマスカット		月	
				七味唐辛子		年		ほうれんそう				小松菜				ナタデココ		月	
				なめこの味噌汁				ねぎ				サラダ油							
				だいこん				茨城県産大豆の油揚げ		月		シチューの素		年					
				にんじん				白みそ				バター			除去				
				ねぎ				赤みそ				豆乳							
				なめこ				かつおだし				牛乳			除去				
				ミニ絹厚揚げ				煮干し				精製塩							
				かつおだし		年		さつまいもプリン		月		こしょう							
				煮干し								コンソメ		年					
				白みそ															
				赤みそ															