令和　8　年　11　月分　　献立明細表

Ａ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2日	月曜日	11月3日	火曜日	11月4日	水曜日	11月5日	木曜日	11月6日	金曜日
麦ごはん 牛乳 揚げ鶏のふくれ葱ソースがけ ごまナムル 海藻スープ				ごはん 牛乳 野菜フリッター ハッシュドポーク ハート入りフルーツポンチ		ごはん 牛乳 さばの生姜煮 レンコン入りしそひじき和え 味噌ちゃんこ		じゃじゃめん （ソフトめん＋じゃじゃめんの具＋茹で野菜） 牛乳 コロッケ	

食品名		配合表	除去食	食品名	小分量	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
麦ごはん								**ごはん**				**ごはん**				**じゃじゃめん（ソフトめん＋じゃじゃめんの具）**			
ご飯																ソフトめん		年	
麦								**牛乳**			提供なし	**牛乳**			提供なし	鶏ももひき肉			
																大豆のミンチ		年	
牛乳			提供なし					**野菜フリッター**				**さばの生姜煮**				おろししょうが			
								枝豆とコーンのフリッター		月		さばの生姜煮		月		たまねぎ			
揚げ鶏のふくれ葱ソースがけ																たけのこ			
鶏もも切身								**ハッシュドポーク**				**レンコン入りしそひじき和え**				にんじん			
しょうが								豚もも小間肉				ほうれんそう				干ししいたけ			
合成清酒								じゃがいも				れんこん				テンメンジャン		年	
しょうゆ								たまねぎ				にんじん				しょうゆ			
でんぷん								にんじん				もやし				豆板醤		年	
大豆油								マッシュルーム				しそひじき		月		大豆油			
ねぎ								にんにく								でんぷん			
砂糖								大豆油				**味噌ちゃんこ**							
しょうゆ								ハヤシフレーク		年		はくさい				**じゃじゃめん（茹で野菜）**			
穀物酢								ケチャップ		年		にんじん				もやし			
でんぷん								中濃ソース		年		えのきたけ				とうもろこし			
大豆油								赤ワイン				ミニミートボール		月		きゅうり			
ふくれみかん　陳皮												ミニ絹厚揚げ		年					
								ハート入りフルーツポンチ				干ししいたけ				**牛乳**			提供なし
ごまナムル								パインシラップ漬け				おろししょうが							
小松菜								ダイスゼリー巨峰		月		白みそ				**コロッケ**			
もやし								ダイスゼリー梨		月		赤みそ				ポークコロッケ		月	
にんじん								ハート型米粉マカロニ		年		がらスープ（鶏）		年		大豆油			
きくらげ												かつおだし							
韓国ナムルドレッシング（ボトル）		年																	
しろいりごま																			
海藻スープ																			
豆腐		年																	
にんじん																			
切り干し大根																			
海藻ミックス		月																	
干ししいたけ																			
中華スープストック		年																	
こしょう																			
でんぷん																			
ごま油																			
精製塩																			

令和　8　年　11　月分　　献立明細表

Ａブロック

つくばすこやか給食センター豊里

11月9日	月曜日	11月10日	火曜日	11月11日	水曜日	11月12日	木曜日	11月13日	金曜日
ミルクパン		ごはん		コッペパン		ごはん			
牛乳		牛乳		チョコクリーム		牛乳			
白身魚のオーロラソースがけ		鶏肉と厚揚げのオイスター炒め		牛乳		ポークカレー			
花野菜サラダ		ちくわのサラダ		ハンバーグトマトソースがけ		ナゲット			
米粉マカロニいりコンソメスープ		トックスープ		マカロニサラダ		海藻サラダ			
チーズ				ジュリエンヌスープ					

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	小分量	配合表	除去食
ミルクパン				**ごはん**				**コッペパン**		年	提供なし	**ごはん**							
小菅ミルクパン		月	提供なし																
				牛乳			提供なし	**チョコクリーム**				**牛乳**			提供なし				
牛乳			提供なし					チョコクリーム		月	提供なし								
				鶏肉と厚揚げのオイスター炒め								**ポークカレー**							
白身魚のオーロラソースがけ				鶏ももこま肉				**牛乳**			提供なし	豚もも小間肉							
白身魚フライ		月		ミニ絹厚揚げ		年						にんじん							
大豆油				キャベツ				**ハンバーグトマトソースがけ**				たまねぎ							
ノンエッグマヨネーズ		年		にんじん				とうふハンバーグ		月		じゃがいも							
ケチャップ		年		小松菜				たまねぎ				にんにく							
みりん				きくらげ				大豆油				おろししょうが							
砂糖				にんにく				ウスターソース		年		大豆油							
でんぷん				おろししょうが				トマトピューレ				アレルゲンフリーカレーフレーク		年					
				ごま油				トマトソース濃縮タイプ		月		まろやかカレールウ		年					
花野菜サラダ				オイスターソース		年		砂糖				カレー粉		年					
ツナ油漬け		年		豆板醤		年		にんにく				ケチャップ		年					
ブロッコリー				しょうゆ				精製塩				中濃ソース		年					
カリフラワー				テンメンジャン		年		でんぷん				こしょう							
とうもろこし				砂糖															
イタリアンドレッシング		年		合成清酒				**マカロニサラダ**				**ナゲット**							
				プチドリップ		年		マカロニ				お豆腐と野菜ナゲット		月					
米粉マカロニいりコンソメスープ								大豆油				大豆油							
星型米粉マカロニ		年		**ちくわのサラダ**				ツナ油漬け		年									
にんじん				ちくわスライス		年		きゅうり				**海藻サラダ**							
ほうれんそう				もやし				にんじん				海藻ミックス		月					
ミニミートボール		月		枝豆				かぼちゃ				もやし							
じゃがいも				にんじん				ノンエッグマヨネーズ（チューブ）		年		とうもろこし							
たまねぎ				かんきつドレッシング（ボトル）		年						枝豆							
コンソメ		年						**ジュリエンヌスープ**				サウザンアイランドドレッシング		年					
しょうゆ				**トックスープ**				鶏ももこま肉											
精製塩				豚もも小間肉				だいこん											
こしょう				トック		月		にんじん											
				にんじん				キャベツ											
チーズ				干ししいたけ				大豆油											
チーズ			提供なし	だいこん				精製塩											
				チンゲンサイ				こしょう											
				わかめ				しょうゆ											
				しょうが				コンソメ		年									
				しょうゆ															
				中華スープストック		年													
				精製塩															
				こしょう															
				ごま油															

令和　8　年　11　月分　　献立明細表

Ａブロック

つくばすこやか給食センター豊里

11月16日 月曜日	11月17日 火曜日	11月18日 水曜日	11月19日 木曜日	11月20日 金曜日
ごはん 牛乳 棒餃子 春雨サラダ 麻婆豆腐	ごはん 牛乳 軟骨入り鶏つくねふくれおろしソース れんこんのごまあえ つくば市野菜のみそ汁	ごはん 牛乳 ガパオ カラフルサラダ 春雨スープ	つくば米粉パン 牛乳 県産オムレツデミグラスソース 水菜とかにかまのサラダ シュクメルリ	五目あんかけうどん （ソフトめん＋スープ） 牛乳 こんにゃくサラダ キャラメルポテト

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**				**ごはん**				**つくば米粉パン**		年	提供なし	**五目あんかけうどん（ソフトめん＋スープ）**			
																ソフトめん		年	
牛乳			提供なし	**牛乳**			提供なし	**牛乳**			提供なし	**牛乳**			提供なし	豚もも小間肉			
																油揚げ（県産）		月	
棒餃子				**軟骨入り鶏つくねふくれおろしソース**				**ガパオ**				**県産オムレツデミグラスソース**				にんじん			
棒餃子		月		軟骨入り鶏つくね		月		豚ひき肉				プレーンオムレツ		月	提供なし	はくさい			
				だいこん				大豆のミンチ		年		大豆油			提供なし	ねぎ			
春雨サラダ				しょうゆ				大豆油				ケチャップ		年	提供なし	ぶなしめじ			
緑豆春雨				みりん				にんにく				トマトピューレ			提供なし	ごぼう			
もやし				砂糖				しょうが				赤ワイン			提供なし	しょうゆ			
海藻ミックス		月		大豆油				合成清酒				デミグラスソース		年	提供なし	みりん			
にんじん				ふくれみかん　陳皮				さつまいも				精製塩			提供なし	砂糖			
中華ドレッシング（ボトル）		年						大豆油				こしょう			提供なし	合成清酒			
				れんこんのごまあえ				たまねぎ								精製塩			
麻婆豆腐				れんこん				にんじん				**水菜とかにかまのサラダ**				かつおだし			
豆腐		年		にんじん				れんこん				もやし				でんぷん			
豚ひき肉				小松菜				ガパオシーズニング		月		にんじん							
大豆のミンチ		年		ごま和えの素		年		砂糖				水菜				**牛乳**			提供なし
合成清酒								オイスターソース		年		かにかまぼこ		月					
おろししょうが				**つくば市野菜のみそ汁**				しょうゆ				たまねぎドレッシング（ボトル）		年		**こんにゃくサラダ**			
にんにく				にんじん				精製塩								だいこん			
にんじん				はくさい				プチドリップ		年		**シュクメルリ**				こんにゃく			
たけのこ				油揚げ（県産）		月						鶏むね小間肉				小松菜			
ねぎ				ねぎ				**カラフルサラダ**				はくさい				にんじん			
干ししいたけ				さといも				キャベツ				にんじん				和風ドレッシング		年	
大豆油				白みそ				水菜				さつまいも							
テンメンジャン		年		赤みそ				赤ピーマン				ぶなしめじ				**キャラメルポテト**			
豆板醤		年		かつおだし				フレンチ白ドレッシング		年		シチューの素		年		さつまいも			
砂糖												牛乳			除去	大豆油			
しょうゆ								**春雨スープ**				コンソメ		年		ミルメーク（キャラメル）		月	
赤みそ								鶏むね小間肉				ベシャメルソース		月	除去				
オイスターソース		年						ねぎ				大豆油							
でんぷん								にんじん				精製塩							
ごま油								緑豆春雨				こしょう							
								にら				にんにく							
								はくさい											
								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　8　年　11　月分　　献立明細表

Ａブロック

つくばすこやか給食センター豊里

11月23日	月曜日	11月24日	火曜日	11月25日	水曜日	11月26日	木曜日	11月27日	金曜日
		ごはん 牛乳 さんまの南蛮漬け 大根の和え物 厚揚げ入り豚汁		ごはん 牛乳 塩しょうが唐揚げ キャベツとツナのサラダ いも団子汁		麦ごはん 牛乳 豚肉の香味炒め 大根とヤーコンのコロコロサラダ なめこのみそ汁		ごはん のむヨーグルト（プレーン） 鉄人ドライカレー ピザロール 白菜とキャベツのコールスロー	

食品名	小分量	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**				**ごはん**			
												ご飯							
				牛乳			提供なし	**牛乳**			提供なし	麦				**のむヨーグルト(プレーン)**		月	提供なし
				さんまの南蛮漬け				**塩しょうが唐揚げ**				**牛乳**			提供なし	**鉄人ドライカレー**			
				さんま開き				鶏もも切身								豚ひき肉			
				米粉				しょうが				**豚肉の香味炒め**				大豆のミンチ		年	
				大豆油				合成清酒				豚もも小間肉				豚レバー（チップ）			
				ねぎ				精製塩				ミニ絹厚揚げ				にんにく			
				にんじん				穀物酢				キャベツ				しょうが			
				しょうゆ				でんぷん				にんじん				ねぎ			
				穀物酢				大豆油				にら				にんじんペースト			
				砂糖								にんにく				れんこん			
				一味唐辛子				**キャベツとツナのサラダ**				しょうが				小松菜			
								キャベツ				みりん				大豆			
				大根の和え物				小松菜				しょうゆ				大豆油			
				だいこん				にんじん				合成清酒				カレー粉		年	
				もやし				ツナ油漬け		年		ごま油				砂糖			
				にんじん				しょうゆ				プチドリップ		年		アレルゲンフリーカレーフレーク		年	
				小松菜												まろやかカレールウ		年	
				塩ドレッシング		年		**いも団子汁**				**大根とヤーコンのコロコロサラダ**				トマト			
								いも団子		月		だいこん				精製塩			
				厚揚げ入り豚汁				豚もも小間肉				にんじん				プチドリップ		年	
				豚もも小間肉				にんじん				ヤーコン							
				ミニ絹厚揚げ		年		だいこん				ブロッコリー				**ピザロール**			
				はくさい				ぶなしめじ				たまねぎドレッシング（ボトル）		年		ピザロール		月	提供なし
				にんじん				ねぎ								大豆油			提供なし
				ひらたけ				精製塩				**なめこのみそ汁**							
				ねぎ				しょうゆ				なめこ				**白菜とキャベツのコールスロー**			
				しょうが				合成清酒				油揚げ（県産）		月		はくさい			
				ごぼう				かつおだし				にんじん				キャベツ			
				白みそ								はくさい				水菜			
				かつおだし								ねぎ				にんじん			
												白みそ				コールスロードレッシング		年	
												赤みそ							
												かつおだし							

令和　8　年　11　月分　　献立明細表

Ａブロック

つくばすこやか給食センター豊里

11月30日		月曜日		火曜日				水曜日				木曜日				金曜日			
ユメシホウ人参パン 牛乳 スパイシーフライドチキン れんこんのホットサラダ 里芋のシチュー つくば市産お米のメロンムース																			
食品名		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
ユメシホウ人参パン		月	提供なし																
牛乳			提供なし																
スパイシーフライドチキン																			
鶏むね切身																			
おろししょうが																			
にんにく																			
合成清酒																			
ケイジャンシーズニング		月																	
ノンエッグマヨネーズ		年																	
精製塩																			
でんぷん																			
大豆油																			
れんこんのホットサラダ																			
さつまいも																			
大豆油																			
れんこん																			
ウインナースライス		年																	
大豆																			
小松菜																			
黒酢たまねぎドレッシング		月																	
大豆油																			
里芋のシチュー																			
豚もも小間肉																			
にんじん																			
ぶなしめじ																			
さといも																			
ねぎ																			
小松菜																			
シチューの素		年																	
コンソメ		年																	
牛乳			除去																
豆乳																			
精製塩																			
こしょう																			
つくば市産お米のメロンムース																			
つくば市産お米のメロンムース		月																	