令和　8　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
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								ミルクパン 牛乳 白身魚のオーロラソースがけ 花野菜サラダ 米粉マカロニいりコンソメスープ チーズ				ごはん 牛乳 ガパオ カラフルサラダ 春雨スープ				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			
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
ごはん								**ミルクパン**				**ごはん**				**麦ごはん**			
								小菅ミルクパン		月	提供なし					ご飯			
牛乳			提供なし									**牛乳**			提供なし	麦			
								牛乳			提供なし								
野菜フリッター												**ガパオ**				**牛乳**			提供なし
枝豆とコーンのフリッター		月						**白身魚のオーロラソースがけ**				豚ひき肉							
								白身魚フライ		月		大豆のミンチ		年		**揚げ鶏のふくれ葱ソースがけ**			
ハッシュドポーク								大豆油				大豆油				鶏もも切身			
豚もも小間肉								ノンエッグマヨネーズ		年		にんにく				しょうが			
じゃがいも								ケチャップ		年		しょうが				合成清酒			
たまねぎ								みりん				合成清酒				しょうゆ			
にんじん								砂糖				さつまいも				でんぷん			
マッシュルーム								でんぷん				大豆油				大豆油			
にんにく												たまねぎ				ねぎ			
大豆油								**花野菜サラダ**				にんじん				砂糖			
ハヤシフレーク		年						ツナ油漬け		年		れんこん				しょうゆ			
ケチャップ		年						ブロッコリー				ガパオシーズニング		月		穀物酢			
中濃ソース		年						カリフラワー				砂糖				でんぷん			
赤ワイン								とうもろこし				オイスターソース		年		大豆油			
								イタリアンドレッシング		年		しょうゆ				ふくれみかん　陳皮			
ハート入りフルーツポンチ												精製塩							
パインシラップ漬け								**米粉マカロニいりコンソメスープ**				プチドリップ		年		**ごまナムル**			
ダイスゼリー巨峰		月						星型米粉マカロニ		年						小松菜			
ダイスゼリー梨		月						にんじん				**カラフルサラダ**				もやし			
ハート型米粉マカロニ		年						ほうれんそう				キャベツ				にんじん			
								ミニミートボール		月		水菜				きくらげ			
								じゃがいも				赤ピーマン				韓国ナムルドレッシング（ボトル）		年	
								たまねぎ				フレンチ白ドレッシング		年		しろいりごま			
								コンソメ		年									
								しょうゆ				**春雨スープ**				**海藻スープ**			
								精製塩				鶏むね小間肉				豆腐		年	
								こしょう				ねぎ				にんじん			
												にんじん				切り干し大根			
								チーズ				緑豆春雨				海藻ミックス		月	
								チーズ			提供なし	にら				干ししいたけ			
												はくさい				中華スープストック		年	
												中華スープストック		年		こしょう			
												しょうゆ				でんぷん			
												精製塩				ごま油			
												こしょう				精製塩			
												ごま油							

令和　8　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
ごはん 牛乳 ポークカレー ナゲット 海藻サラダ	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	コッペパン チョコクリーム 牛乳 ハンバーグトマトソースがけ マカロニサラダ 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
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)**				**コッペパン**		年	提供なし				
								ソフトめん		年									
牛乳			提供なし	**牛乳**			提供なし	鶏ももひき肉				**チョコクリーム**							
								大豆のミンチ		年		チョコクリーム		月	提供なし				
ポークカレー				**さばの生姜煮**				おろししょうが											
豚もも小間肉				さばの生姜煮		月		たまねぎ				**牛乳**			提供なし				
にんじん								たけのこ											
たまねぎ				**レンコン入りしそひじき和え**				にんじん				**ハンバーグトマトソースがけ**							
じゃがいも				ほうれんそう				干ししいたけ				とうふハンバーグ		月					
にんにく				れんこん				テンメンジャン		年		たまねぎ							
おろししょうが				にんじん				しょうゆ				大豆油							
大豆油				もやし				豆板醤		年		ウスターソース		年					
アレルゲンフリーカレーフレーク		年		しそひじき		月		大豆油				トマトピューレ							
まろやかカレールウ		年						でんぷん				トマトソース濃縮タイプ		月					
カレー粉		年		**味噌ちゃんこ**								砂糖							
ケチャップ		年		はくさい				**じゃじゃめん（茹で野菜）**				にんにく							
中濃ソース		年		にんじん				もやし				精製塩							
こしょう				えのきたけ				とうもろこし				でんぷん							
				ミニミートボール		月		きゅうり											
ナゲット				ミニ絹厚揚げ		年						**マカロニサラダ**							
お豆腐と野菜ナゲット		月		干ししいたけ				**牛乳**			提供なし	マカロニ							
大豆油				おろししょうが								大豆油							
				白みそ				**コロッケ**				ツナ油漬け		年					
海藻サラダ				赤みそ				ポークコロッケ		月		きゅうり							
海藻ミックス		月		がらスープ（鶏）		年		大豆油				にんじん							
もやし				かつおだし								かぼちゃ							
とうもろこし												ノンエッグマヨネーズ（チューブ）		年					
枝豆																			
サウザンアイランドドレッシング		年										**ジュリエンヌスープ**							
												鶏ももこま肉							
												だいこん							
												にんじん							
												キャベツ							
												大豆油							
												精製塩							
												こしょう							
												しょうゆ							
												コンソメ		年					

令和　8　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 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	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	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	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 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

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**				**つくば米粉パン**		年	提供なし	**ごはん**				**ごはん**			
のむヨーグルト(プレーン)		月	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
鉄人ドライカレー				**塩しょうが唐揚げ**				**県産オムレツデミグラスソース**				**さんまの南蛮漬け**				**軟骨入り鶏つくねふくれおろしソース**			
豚ひき肉				鶏もも切身				プレーンオムレツ		月	提供なし	さんま開き				軟骨入り鶏つくね		月	
大豆のミンチ		年		しょうが				大豆油			提供なし	米粉				だいこん			
豚レバー（チップ）				合成清酒				ケチャップ		年	提供なし	大豆油				しょうゆ			
にんにく				精製塩				トマトピューレ			提供なし	ねぎ				みりん			
しょうが				穀物酢				赤ワイン			提供なし	にんじん				砂糖			
ねぎ				でんぷん				デミグラスソース		年	提供なし	しょうゆ				大豆油			
にんじんペースト				大豆油				精製塩			提供なし	穀物酢				ふくれみかん　陳皮			
れんこん								こしょう			提供なし	砂糖							
小松菜				**キャベツとツナのサラダ**								一味唐辛子				**れんこんのごまあえ**			
大豆				キャベツ				**水菜とかにかまのサラダ**								れんこん			
大豆油				小松菜				もやし				**大根の和え物**				にんじん			
カレー粉		年		にんじん				にんじん				だいこん				小松菜			
砂糖				ツナ油漬け		年		水菜				もやし				ごま和えの素		年	
アレルゲンフリーカレーフレーク		年		しょうゆ				かにかまぼこ		月		にんじん							
まろやかカレールウ		年						たまねぎドレッシング（ボトル）		年		小松菜				**つくば市野菜のみそ汁**			
トマト				**いも団子汁**								塩ドレッシング		年		にんじん			
精製塩				いも団子		月		**シュクメルリ**								はくさい			
プチドリップ		年		豚もも小間肉				鶏むね小間肉				**厚揚げ入り豚汁**				油揚げ（県産）		月	
				にんじん				はくさい				豚もも小間肉				ねぎ			
ピザロール				だいこん				にんじん				ミニ絹厚揚げ		年		さといも			
ピザロール		月	提供なし	ぶなしめじ				さつまいも				はくさい				白みそ			
大豆油			提供なし	ねぎ				ぶなしめじ				にんじん				赤みそ			
				精製塩				シチューの素		年		ひらたけ				かつおだし			
白菜とキャベツのコールスロー				しょうゆ				牛乳			除去	ねぎ							
はくさい				合成清酒				コンソメ		年		しょうが							
キャベツ				かつおだし				ベシャメルソース		月	除去	ごぼう							
水菜								大豆油				白みそ							
にんじん								精製塩				かつおだし							
コールスロードレッシング		年						こしょう											
								にんにく											

令和　8　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 棒餃子 春雨サラダ 麻婆豆腐		ごはん 牛乳 鶏肉と厚揚げのオイスター炒め ちくわのサラダ トックスープ		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		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	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**				**ユメシホウ人参パン**		月	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	豚もも小間肉			
																油揚げ（県産）		月	
				棒餃子				**鶏肉と厚揚げのオイスター炒め**				**スパイシーフライドチキン**				にんじん			
				棒餃子		月		鶏ももこま肉				鶏むね切身				はくさい			
								ミニ絹厚揚げ		年		おろししょうが				ねぎ			
				春雨サラダ				キャベツ				にんにく				ぶなしめじ			
				緑豆春雨				にんじん				合成清酒				ごぼう			
				もやし				小松菜				ケイジャンシーズニング		月		しょうゆ			
				海藻ミックス		月		きくらげ				ノンエッグマヨネーズ		年		みりん			
				にんじん				にんにく				精製塩				砂糖			
				中華ドレッシング（ボトル）		年		おろししょうが				でんぷん				合成清酒			
								ごま油				大豆油				精製塩			
				麻婆豆腐				オイスターソース		年						かつおだし			
				豆腐		年		豆板醤		年		**れんこんのホットサラダ**				でんぷん			
				豚ひき肉				しょうゆ				さつまいも							
				大豆のミンチ		年		テンメンジャン		年		大豆油				**牛乳**			提供なし
				合成清酒				砂糖				れんこん							
				おろししょうが				合成清酒				ウインナースライス		年		**こんにゃくサラダ**			
				にんにく				プチドリップ		年		大豆				だいこん			
				にんじん								小松菜				こんにゃく			
				たけのこ				**ちくわのサラダ**				黒酢たまねぎドレッシング		月		小松菜			
				ねぎ				ちくわスライス		年		大豆油				にんじん			
				干ししいたけ				もやし								和風ドレッシング		年	
				大豆油				枝豆				**里芋のシチュー**							
				テンメンジャン		年		にんじん				豚もも小間肉				**キャラメルポテト**			
				豆板醤		年		かんきつドレッシング（ボトル）		年		にんじん				さつまいも			
				砂糖								ぶなしめじ				大豆油			
				しょうゆ				**トックスープ**				さといも				ミルメーク（キャラメル）		月	
				赤みそ				豚もも小間肉				ねぎ							
				オイスターソース		年		トック		月		小松菜							
				でんぷん				にんじん				シチューの素		年					
				ごま油				干ししいたけ				コンソメ		年					
								だいこん				牛乳			除去				
								チンゲンサイ				豆乳							
								わかめ				精製塩							
								しょうが				こしょう							
								しょうゆ											
								中華スープストック		年		**つくば市産お米のメロンムース**							
								精製塩				つくば市産お米のメロンムース		月					
								こしょう											
								ごま油											

令和　8　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30日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
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					

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
麦ごはん																			
ご飯																			
麦																			
牛乳			提供なし																
豚肉の香味炒め																			
豚もも小間肉																			
ミニ絹厚揚げ		年																	
キャベツ																			
にんじん																			
にら																			
にんにく																			
しょうが																			
みりん																			
しょうゆ																			
合成清酒																			
ごま油																			
プチドリップ		年																	
大根とヤーコンのコロコロサラダ																			
だいこん																			
にんじん																			
ヤーコン																			
ブロッコリー																			
たまねぎドレッシング（ボトル）		年																	
なめこのみそ汁																			
なめこ																			
油揚げ（県産）		月																	
にんじん																			
はくさい																			
ねぎ																			
白みそ																			
赤みそ																			
かつおだし																			