

令和 7 年 5 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]

令和 7 年 5 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

| 5月5日 月曜日 |     |     |     | 5月6日 火曜日 |     |     |     | 5月7日 水曜日                                         |     |     |      | 5月8日 木曜日                                             |     |     |      | 5月9日 金曜日                                               |     |     |      |
|----------|-----|-----|-----|----------|-----|-----|-----|--------------------------------------------------|-----|-----|------|------------------------------------------------------|-----|-----|------|--------------------------------------------------------|-----|-----|------|
|          |     |     |     |          |     |     |     | ごはん<br>牛乳<br>いかと野菜のすり身焼き<br>キムタクきんぴら<br>具だくさんみそ汁 |     |     |      | コッペパン<br>イチゴジャム<br>牛乳<br>鮭のパン粉焼き<br>チキンサラダ<br>ABCスープ |     |     |      | 和風塩ラーメン（ソフト中華めん+スープ）<br>牛乳<br>切干大根とツナのサラダ<br>カスタードたい焼き |     |     |      |
| 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                                              |     |     |      | コッペパン                                                |     | 年   | 提供なし | 和風塩ラーメン                                                |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | 牛乳                                               |     |     | 提供なし | イチゴジャム                                               |     |     |      | ソフト中華めん                                                |     | 年   |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | いかと野菜のすり身焼き                                      |     |     |      | いちごジャム                                               |     | 年   | 提供なし | 豚もも小間肉                                                 |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | イカ野菜寄せ焼き                                         |     | 月   |      | 牛乳                                                   |     |     | 提供なし | ねぎ                                                     |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | キムタクきんぴら                                         |     |     |      | 鮭のパン粉焼き                                              |     |     |      | もやし                                                    |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | 豚もも小間肉                                           |     |     |      | 鮭切身                                                  |     |     |      | にら                                                     |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | ごぼう                                              |     |     |      | にんにくしょうゆシーズニング                                       |     | 月   |      | きくらげ                                                   |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | れんこん                                             |     |     |      | マヨネーズタイプ                                             |     | 年   |      | しょうが                                                   |     | 年   |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | つぼ漬け                                             |     | 年   |      | パン粉                                                  |     | 月   |      | 塩ラーメンスープの素                                             |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | キムチ                                              |     | 月   |      | 米粉                                                   |     |     |      | かつお・まぐろ節だし                                             |     | 年   |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | たくあん                                             |     | 年   |      | パセリフレーク                                              |     |     |      | がらスープ                                                  |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | サラダ油                                             |     |     |      | チキンサラダ                                               |     |     |      | 清酒                                                     |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | しょうゆ                                             |     |     |      | チキンフレーク水煮                                            |     | 年   |      | しょうゆ                                                   |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | ごま油                                              |     |     |      | にんじん                                                 |     |     |      | 精製塩                                                    |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | 具だくさんみそ汁                                         |     |     |      | 大麦                                                   |     |     |      | こしょう                                                   |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | ほうれんそう                                           |     |     |      | とうもろこし                                               |     |     |      | 牛乳                                                     |     |     | 提供なし |
|          |     |     |     |          |     |     |     | 油揚げ                                              |     | 年   |      | ごまクリーミードレッシング                                        |     | 年   |      | 切干大根とツナのサラダ                                            |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | 豆腐                                               |     | 年   |      |                                                      |     |     |      | 切干大根                                                   |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | じゃがいも                                            |     |     |      |                                                      |     |     |      | オリーブドツナ                                                |     | 月   |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | えのきたけ                                            |     |     |      |                                                      |     |     |      | ブロックリーダイス                                              |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | 白みそ                                              |     |     |      | ABCスープ                                               |     |     |      | にんじん                                                   |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | 赤みそ                                              |     |     |      | ウインナー輪切り                                             |     | 年   |      | 和風ドレッシング                                               |     | 年   |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | かつお節                                             |     |     |      | マカロニ                                                 |     |     |      | カスタードたい焼き                                              |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     | 煮干し                                              |     |     |      | たまねぎ                                                 |     |     |      | カスタードたい焼き                                              |     | 月   | 提供なし |
|          |     |     |     |          |     |     |     |                                                  |     |     |      | ほうれんそう                                               |     |     |      |                                                        |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     |                                                  |     |     |      | エリンギ                                                 |     |     |      |                                                        |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     |                                                  |     |     |      | コンソメ                                                 |     | 年   |      |                                                        |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     |                                                  |     |     |      | 精製塩                                                  |     |     |      |                                                        |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     |                                                  |     |     |      | こしょう                                                 |     |     |      |                                                        |     |     |      |
|          |     |     |     |          |     |     |     |                                                  |     |     |      | サラダ油                                                 |     |     |      |                                                        |     |     |      |

令和 7 年 5 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

| 5月12日 月曜日                                |     |     |      | 5月13日 火曜日                                        |     |     |      | 5月14日 水曜日                               |     |     |      | 5月15日 木曜日                                           |     |     |      | 5月16日 金曜日                             |     |     |      |
|------------------------------------------|-----|-----|------|--------------------------------------------------|-----|-----|------|-----------------------------------------|-----|-----|------|-----------------------------------------------------|-----|-----|------|---------------------------------------|-----|-----|------|
| ごはん<br>牛乳<br>かつおの梅煮<br>ひじきサラダ<br>春大根の味噌汁 |     |     |      | 黒パン<br>牛乳<br>鶏肉のマーマレード焼き<br>アスパラガスのサラダ<br>コーンスープ |     |     |      | ごはん<br>牛乳<br>豚肉の香味焼き<br>ポテトサラダ<br>生姜スープ |     |     |      | パンブキンパン<br>牛乳<br>チーズオムレツ<br>豆乳とあさりのクリーム煮<br>フルーツポンチ |     |     |      | ごはん<br>牛乳<br>米粉のから揚げ<br>胡麻和え<br>けんちん汁 |     |     |      |
| 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                                     |     |     |      | パンブキンパン                                             |     | 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 |
| かつおの梅煮                                   |     |     |      | 鶏肉のマーマレード焼き                                      |     |     |      | 豚肉の香味焼き                                 |     |     |      | チーズオムレツ                                             |     |     |      | 米粉のから揚げ                               |     |     |      |
| かつお                                      |     |     |      | 鶏もも切身                                            |     |     |      | 豚ロース切り身                                 |     |     |      | チーズオムレツ                                             |     | 月   | 提供なし | 鶏もも切身                                 |     |     |      |
| しょうが                                     |     |     |      | しょうゆ                                             |     |     |      | しょうが                                    |     |     |      |                                                     |     |     |      | しょうが                                  |     |     |      |
| 清酒                                       |     |     |      | 清酒                                               |     |     |      | にんにく                                    |     |     |      | 豆乳とあさりのクリーム煮                                        |     |     |      | にんにく                                  |     |     |      |
| しょうゆ                                     |     |     |      | マーマレード                                           |     | 月   |      | ごま油                                     |     |     |      | あさり                                                 |     |     |      | 清酒                                    |     |     |      |
| でんぶん                                     |     |     |      | 砂糖                                               |     |     |      | ねぎ                                      |     |     |      | 鶏ももこま肉                                              |     |     |      | しょうゆ                                  |     |     |      |
| 小麦粉                                      |     |     |      | 精製塩                                              |     |     |      | 白みそ                                     |     |     |      | 星型きびバスタ                                             |     | 月   |      | でんぶん                                  |     |     |      |
| 大豆油                                      |     |     |      | サラダ油                                             |     |     |      | しょうゆ                                    |     |     |      | たまねぎ                                                |     |     |      | 米粉                                    |     |     |      |
| 砂糖                                       |     |     |      |                                                  |     |     |      | みりん                                     |     |     |      | にんじん                                                |     |     |      | 大豆油                                   |     |     |      |
| しょうゆ                                     |     |     |      | アスパラガスのサラダ                                       |     |     |      | 清酒                                      |     |     |      | ぶなしめじ                                               |     |     |      |                                       |     |     |      |
| 清酒                                       |     |     |      | カリフラワー                                           |     |     |      |                                         |     |     |      | ブロックリー                                              |     |     |      | 胡麻和え                                  |     |     |      |
| カリカリ梅                                    |     | 月   |      | アスパラガス                                           |     |     |      | ポテトサラダ                                  |     |     |      | サラダ油                                                |     |     |      | もやし                                   |     |     |      |
| ひじきサラダ                                   |     |     |      | オリーブドツナ                                          |     | 月   |      | じゃがいも                                   |     |     |      | 豆乳                                                  |     |     |      | にんじん                                  |     |     |      |
| ひじき                                      |     |     |      | 黄ピーマン                                            |     |     |      | にんじん                                    |     |     |      | シチューの素                                              |     | 年   |      | ほうれんそう                                |     |     |      |
| 枝豆                                       |     |     |      | サウザンアイランドドレッシング                                  |     | 年   |      | ポークハム                                   |     | 月   |      | 精製塩                                                 |     |     |      | ちくわスライス                               |     | 年   |      |
| チキンフレーク水煮                                |     | 年   |      |                                                  |     |     |      | きゅうり                                    |     |     |      | こしょう                                                |     |     |      | 白すりごま                                 |     |     |      |
| もやし                                      |     |     |      | コーンスープ                                           |     |     |      | ノンエッグマヨネーズ                              |     | 年   |      | コンソメ                                                |     | 年   |      | ごま和えの素                                |     | 年   |      |
| 塩ドレッシング                                  |     | 年   |      | ショルダーペーコン                                        |     | 月   |      |                                         |     |     |      |                                                     |     |     |      |                                       |     |     |      |
| 春大根の味噌汁                                  |     |     |      | たまねぎ                                             |     |     |      | 生姜スープ                                   |     |     |      | フルーツポンチ                                             |     |     |      | けんちん汁                                 |     |     |      |
| にんじん                                     |     |     |      | にんじん                                             |     |     |      | 鶏ももこま肉                                  |     |     |      | みかんシラップ漬け                                           |     |     |      | さといも                                  |     |     |      |
| だいこん                                     |     |     |      | とうもろこし                                           |     |     |      | かぶ                                      |     |     |      | バインシラップ漬け                                           |     |     |      | だいこん                                  |     |     |      |
| 豆腐                                       |     | 年   |      | コーンペースト                                          |     |     |      | だいこん                                    |     |     |      | ナタデココ                                               |     | 月   |      | にんじん                                  |     |     |      |
| 小松菜                                      |     |     |      | バセリフレーク                                          |     |     |      | 豆腐                                      |     | 年   |      | ブロックゼリー (クール)                                       |     | 月   |      | ごぼう                                   |     |     |      |
| 白みそ                                      |     |     |      | 牛乳                                               |     |     | 除去   | 水菜                                      |     |     |      | カットゼリー (サイダー)                                       |     | 月   |      | ねぎ                                    |     |     |      |
| 赤みそ                                      |     |     |      | ポタージュエースコーン                                      |     | 月   | 除去   | しょうが                                    |     |     |      |                                                     |     |     |      | 油揚げ                                   |     | 年   |      |
| かつお節                                     |     |     |      | シチューの素                                           |     | 年   |      | コンソメ                                    |     | 年   |      |                                                     |     |     |      | 精製塩                                   |     |     |      |
| 煮干し                                      |     |     |      | 精製塩                                              |     |     |      | 精製塩                                     |     |     |      |                                                     |     |     |      | しょうゆ                                  |     |     |      |
|                                          |     |     |      | こしょう                                             |     |     |      | こしょう                                    |     |     |      |                                                     |     |     |      | かつお節                                  |     |     |      |
|                                          |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                         |     |     |      |                                                     |     |     |      | 煮干し                                   |     |     |      |
|                                          |     |     |      |                                                  |     |     |      |                                         |     |     |      |                                                     |     |     |      | サラダ油                                  |     |     |      |

令和 7 年 5 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]



令和 7 年 5 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

| 5月26日 月曜日                         |     |     |      | 5月27日 火曜日                              |     |     |      | 5月28日 水曜日                                               |     |     |      | 5月29日 木曜日                                |     |     |      | 5月30日 金曜日                             |     |     |      |
|-----------------------------------|-----|-----|------|----------------------------------------|-----|-----|------|---------------------------------------------------------|-----|-----|------|------------------------------------------|-----|-----|------|---------------------------------------|-----|-----|------|
| ごはん<br>牛乳<br>あじフライ<br>ハムサラダ<br>豚汁 |     |     |      | ナン<br>牛乳<br>キーマカレー<br>チキンカツ<br>かぼちゃサラダ |     |     |      | 三色丼（麦ごはん+三色丼の具）<br>牛乳<br>ココアシロップ<br>じゃこいりサラダ<br>なめこのみそ汁 |     |     |      | ごはん<br>牛乳<br>さばのみそ煮<br>キャベツの昆布和え<br>だまこ汁 |     |     |      | かきあげうどん（ソフトめん+かき揚げ+スープ）<br>牛乳<br>磯香和え |     |     |      |
| 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                               |     |     |      | ナン                                     |     | 月   | 提供なし | 三色丼                                                     |     |     |      | ごはん                                      |     |     |      | かきあげうどん                               |     |     |      |
| 牛乳                                |     |     | 提供なし | 牛乳                                     |     |     | 提供なし | 麦ごはん                                                    |     |     |      | 牛乳                                       |     |     | 提供なし | ソフトめん                                 |     | 年   |      |
| あじフライ                             |     |     |      | キーマカレー                                 |     |     |      | とりひき肉                                                   |     |     |      | さばのみそ煮                                   |     |     |      | 野菜かき揚げ                                |     | 月   |      |
| あじフライ                             |     | 月   |      | ぶたひきにく                                 |     |     |      | しょうが                                                    |     |     |      | さば味噌煮                                    |     |     |      | 大豆油                                   |     |     |      |
| 大豆油                               |     |     |      | ひきわり大豆                                 |     |     |      | 砂糖                                                      |     |     |      | さば味噌煮                                    |     | 月   |      | 豚もも小間肉                                |     |     |      |
| 卓上ソース                             |     | 年   |      | しょうが                                   |     |     |      | しょうゆ                                                    |     |     |      | キャベツの昆布和え                                |     |     |      | だいこん                                  |     |     |      |
| ハムサラダ                             |     |     |      | にんにく                                   |     |     |      | みりん                                                     |     |     |      | キャベツ                                     |     |     |      | ぶなしめじ                                 |     |     |      |
| フロッコリーダイス                         |     |     |      | イタリアンミックス                              |     | 月   |      | 清酒                                                      |     |     |      | もやし                                      |     |     |      | ねぎ                                    |     |     |      |
| キャベツ                              |     |     |      | マッシュルーム                                |     |     |      | 炒りたまご                                                   |     | 月   | 除去   | とうもろこし                                   |     |     |      | 山菜ミックス                                |     | 月   |      |
| とうもろこし                            |     |     |      | ダイストマト缶                                |     |     |      | さやいんげん                                                  |     |     |      | 塩昆布                                      |     |     |      | 干しいたけ                                 |     |     |      |
| ポークハム                             |     |     |      | サラダ油                                   |     |     |      | 牛乳                                                      |     |     | 提供なし | だまこ汁                                     |     |     |      | しょうゆ                                  |     |     |      |
| コーンクリーミードレッシング                    |     | 月   |      | カレー粉                                   |     | 年   |      | ココアシロップ                                                 |     |     |      | 鶏ももこま肉                                   |     |     |      | 精製塩                                   |     |     |      |
| 豚汁                                |     | 年   |      | まるやかカレールー                              |     | 年   |      | ココアシロップ                                                 |     | 月   | 提供なし | だまこ餅                                     |     |     |      | みりん                                   |     |     |      |
| 豚もも小間肉                            |     |     |      | アラルゲンフリーカレーフレーク                        |     | 年   |      | じゃこいりサラダ                                                |     |     |      | にんじん                                     |     |     |      | 砂糖                                    |     |     |      |
| だいこん                              |     |     |      | ウスターソース                                |     | 年   |      | ちりめんじゃこ                                                 |     |     |      | ごぼう                                      |     |     |      | 清酒                                    |     |     |      |
| にんじん                              |     |     |      | ケチャップ                                  |     | 年   |      | もやし                                                     |     |     |      | だいこん                                     |     |     |      | かつお節                                  |     |     |      |
| ごぼう                               |     |     |      | チキンカツ                                  |     |     |      | 小松菜                                                     |     |     |      | 精製塩                                      |     |     |      | 煮干し                                   |     |     |      |
| さといも                              |     |     |      | 鶏むね切身                                  |     |     |      | にんじん                                                    |     |     |      | しょうゆ                                     |     |     |      | 牛乳                                    |     |     | 提供なし |
| ねぎ                                |     |     |      | 精製塩                                    |     |     |      | 韓国ナムルドレッシング                                             |     | 年   |      | 清酒                                       |     |     |      | 磯香和え                                  |     |     |      |
| 白みそ                               |     |     |      | こしょう                                   |     |     |      | なめこのみそ汁                                                 |     |     |      | かつお節                                     |     |     |      | もやし                                   |     |     |      |
| 赤みそ                               |     |     |      | 小麦粉                                    |     |     |      | なめこ                                                     |     |     |      | 煮干し                                      |     |     |      | 枝豆                                    |     |     |      |
| 煮干し                               |     |     |      | パン粉                                    |     | 月   |      | 豆腐                                                      |     |     |      |                                          |     |     |      | にんじん                                  |     |     |      |
| かつお節                              |     |     |      | 大豆油                                    |     |     |      | だいこん                                                    |     | 年   |      |                                          |     |     |      | チキンフレーク水煮                             |     | 年   |      |
| サラダ油                              |     |     |      | かぼちゃサラダ                                |     |     |      | わかめ                                                     |     |     |      |                                          |     |     |      | 卓上しょうゆ                                |     |     |      |
|                                   |     |     |      | かぼちゃ                                   |     |     |      | 赤みそ                                                     |     |     |      |                                          |     |     |      | 焼のり                                   |     |     |      |
|                                   |     |     |      | フロッコリー                                 |     |     |      | 白みそ                                                     |     |     |      |                                          |     |     |      |                                       |     |     |      |
|                                   |     |     |      | きゅうり                                   |     |     |      | かつお節                                                    |     |     |      |                                          |     |     |      |                                       |     |     |      |
|                                   |     |     |      | ノンエッグマヨネーズ                             |     | 年   |      | 煮干し                                                     |     |     |      |                                          |     |     |      |                                       |     |     |      |

5