

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

9月1日				9月2日				9月3日				9月4日				9月5日			
月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日			
ごはん 牛乳 豆腐ナゲット チキンカレー 海藻サラダ				ごはん 牛乳 豚肉の西京焼き 塩昆布あえ 冬瓜のスープ				ポカディーリョ（ソフトフランスパン ＋スパニッシュオムレツ＋スライスチーズ） 牛乳 コロコロ野菜のサラダ にんにくのスープ				ごはん 牛乳 和風ゆずこしょうハンバーグ しそひじき和え いわしのつみれ汁				ペンネナポリタン 牛乳 コロッケ ごぼうとツナのサラダ 蒸しパン			
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				ポカディーリョ				ごはん				ペンネナポリタン			
牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	ソフトフランスパン	年	提供なし	提供なし	牛乳			提供なし	ペンネマカロニ			
豆腐ナゲット				豚肉の西京焼き				スパニッシュオムレツ	月	提供なし	提供なし	和風ゆずこしょうハンバーグ				豚ひき肉			
とうふナゲット		月		西京みそ		月		スライスチーズ				とうふハンバーグ		月		ひきわり大豆			
大豆油				サラダ油				牛乳		提供なし		たまねぎ				たまねぎ			
チキンカレー								コロコロ野菜のサラダ				だいこん				にんにく			
鶏むね小間肉				塩昆布あえ				ブロックリーダイス	月			しょうゆ				さうだ油			
にんじん				キャベツ				オリーブドツナ				みりん				ダイストマト缶			
たまねぎ				とうもろこし				きゅうり				砂糖				トマトビュレ			
じゃがいも				もやし	年			とうもろこし	年			はちみつ				ケチャップ	年		
にんにく				油揚げ	年			ノンエッグマヨネーズ				レモン果汁		月		中濃ソース	年		
しょうが				塩昆布	年			にんにくのスープ				ゆずこしょう				ウスターソース	年		
サラダ油								スモークベーコン	月			でんぶ				スープストック	年		
アレルギーフードレーフプレート	年			冬瓜のスープ				たまねぎ				しそひじき和え				砂糖			
まるやかカレーうどん	年			鶏むね小間肉				キャベツ				ほうれんそう				精製塩			
カレー粉	年			にんじん				白いんげん豆水煮				もやし				こしょう			
ケチャップ	年			とうがん				フルファベットマカロニ				にんじん							
中濃ソース				ねぎ				にんにく				しそひじき	年			牛乳			提供なし
こしょう				緑豆春雨				サラダ油				いわしのつみれ汁				コロッケ			
海藻サラダ				きくらげ				コンソメ	年			いわしのつみれ		月		ホークコロッケ		月	
				中華スープストック	年			精製塩				だいこん				大豆油			
海藻ミックス	年			しょうゆ				こしょう				にんじん				ごぼうとツナのサラダ			
細切りかまぼこ	年			精製塩								ごぼうきさがき				ごぼう千切り			
枝豆				こしょう								じゃがいも				にんじん			
もやし												ねぎ				オリーブドツナ	月		
にんじん												赤みそ				枝豆			
たまねぎドレッシング	年											清酒				ごぼうミートドレッシング	年		
												煮干し							
												かつお節							
																蒸しパン	月		提供なし

つくばすこやか給食センター豊里

[illegible]

つくばすこやか給食センター豊里

9月15日				9月16日				9月17日				9月18日				9月19日			
月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日			
				ごはん 牛乳 ピザロール ハッシュドポーク 季節のミックスゼリー				コッペパン キャラメルクリーム 牛乳 揚げ鶏のシャリアビンソースがけ ブロッコリーのたらこ炒め 白菜のクリームスープ				ごはん 牛乳 野菜メンチカツソースがけ りっちゃんサラダ きのこの味噌汁 おさつバリッシュ				はちみつパン 牛乳 さばのガーリックパン粉焼き ポテトサラダ 千切りキャベツのスープ			
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	80.00			コッペパン	50.00	年	提供なし	ごはん	80.00			はちみつパン	50.00	年	提供なし
				牛乳	206.00		提供なし	キャラメルクリーム	15.00	月	提供なし	牛乳	206.00		提供なし	牛乳	206.00		提供なし
				ピザロール				牛乳	206.00		提供なし	野菜メンチカツソースがけ				さばのガーリックパン粉焼き			
				ピザロール	30.00	月	提供なし	揚げ鶏のシャリアビンソースがけ				野菜メンチカツ	40.00	月		さば切り身	40.00		
				大豆油	2.50		提供なし	鶏むね切り身	50.00			大豆油	4.00			にんにくしょうゆシーズニング	0.70	月	
								しょうが	1.50			中濃ソース	2.00	年		マヨネーズタイプ	4.00	年	
				ハッシュドポーク				清酒	1.50			ケチャップ	1.50	年		にんにく	0.50		
				豚もも小間肉	35.00			大豆油	4.00			砂糖	1.00			米粉	1.00		
				じゃがいも	35.00			砂糖	2.00			でんぶん	0.20			サラダ油	1.00		
				たまねぎ	35.00			大豆油	4.00							パン粉	4.00	月	
				にんじん	18.00			穀物酢	1.50							ポテトサラダ			
				ぶなしめじ	10.00			しょうゆ	2.00			りっちゃんサラダ				じゃがいも	45.00		
				にんにく	0.30			赤ワイン	0.75			キャベツ	30.00			にんじん	10.00		
				サラダ油	1.00			炒めたたまねぎ	0.50			きゅうり	15.00			ブロッコリー	7.00		
				ハヤシフレーク	10.00	年		でんぶん	0.60			とうもろこし	5.00	月		ノンエッグマヨネーズ	4.00	年	
				ケチャップ	0.80	年						ローズハム	7.00						
				中濃ソース	0.50	年						昆布	0.50						
								ブロッコリーのたらこ炒め				ごまクリームドレッシング	4.00	年		千切りキャベツのスープ			
				季節のミックスゼリー				オリーブドツナ	8.00	月						スモークベーコン	5.00	月	
				ダイスゼリー（梨）	25.00	月		ブロッコリー	35.00			きのこの味噌汁				キャベツ	30.00		
				ダイスゼリー（マスカット）	20.00	月		じゃがいも	10.00			にんじん	10.00			にんじん	10.00		
				ダイスゼリー（巨峰）	10.00	月		にんにく	0.15			はくさい	25.00			たまねぎ	20.00		
				ナタデココ	15.00	月		たらこシーズニング	1.20	月	除去	ひらたけ	5.00			サラダ油	0.50		
								オリーブオイル	0.20			ぶなしめじ	7.00			精製塩	0.15		
								青のり	0.01			えのきたけ	5.00			こしょう	0.02		

つくばすこやか給食センター豊里

9月22日				月曜日				9月23日				火曜日				9月24日				水曜日				9月25日				木曜日				9月26日				金曜日											
ごはん 牛乳 春巻き チキンのかみかみサラダ 厚揚げともやしの中華煮																コッペパン 牛乳 鶏肉のきのこソースがけ れんこんのべペロンチーノ炒め パンフキンポタージュ								ごはん 牛乳 いわしの梅煮 高野豆腐のごまあえ だんご汁（効は団子抜き、けんちん汁） レモンヨーグルト								カレーうどん（ソフトめん＋スープ） 牛乳 青のりポテトビーンズ こんにゃくサラダ															
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																		
ごはん		80.00								コッペパン		50.00	年	提供なし	ごはん		80.00			カレーうどん					カレーうどん																						
牛乳		206.00		提供なし						牛乳		206.00		提供なし	牛乳		206.00		提供なし	ソフトめん		80.00	年		豚もも小間肉		20.00																				
春巻き										鶏肉のきのこソースがけ					いわしの梅煮		40.00	月		にんじん		15.00			たまねぎ		20.00																				
春巻		35.00	月							鶏もも切り身		50.00			高野豆腐のごまあえ					油揚げ		8.00	年		ぶなしめじ		8.00																				
大豆油		4.20								にんにく		0.30			小松菜		10.00			ほうれんそう		10.00			サラダ油		0.50																				
チキンのかみかみサラダ																																															
チキンフレーク水煮		15.00	年							サラダ油		0.50			もやし		35.00			キッチンカレー		0.05	月		アレルゲンフリーカレーフレーク		5.00	年																			
切干大根		2.00								炒めたまねぎ		6.00			にんじん		7.00			まろやかカレールウ		5.00	年		しょうゆ		3.00																				
キャベツ		15.00								ダイストマト缶		7.00			こうや豆腐		3.00	月		かつお節		3.00			精製塩		0.05																				
にんじん		5.00								ウスターソース		1.80	年		オキアミ海老		0.30			でんぶん		0.40			清酒		1.00																				
菜わかめ		5.00								ケチャップ		2.00	年		白すりごま		1.00			牛乳		206.00		提供なし																							
パンパンジードレッシング		4.00	年							デミグラスソース		8.00	年		ごま和えの素		4.20	年																													
厚揚げともやしの中華煮																																															
豚ひき肉		15.00								砂糖		1.00			だんご汁																																
ひきわり大豆		2.20								干ししいたけ		0.20			いも団子		30.00	月																													
厚揚げ		50.00	年							ぶなしめじ		7.00			鶏むね小間肉		15.00																														
もやし		40.00								精製塩		0.01			油揚げ		10.00	年		青のりポテトビーンズ																											
小松菜		10.00								れんこんのべペロンチーノ炒め																																					
にんじん		15.00								れんこん		30.00			だいこん		12.00			じゃがいも		50.00			大豆		10.00																				
たけのこ		20.00								キャベツ		10.00			ごぼう		7.00			米粉		3.00			精製塩		0.25																				
さくらげ		0.50								にんじん		10.00			ねぎ		10.00			青のり		0.15			青のり		0.15																				
にんにく		0.50								オリーブオイル		0.60			しょうゆ		4.00			大豆油		3.00			こんにゃくサラダ																						
しょうが		0.50								へへロンチーノシーズニング		0.50	月		精製塩		0.30			サラダこんにゃく白		15.00			だいこん		20.00																				
サラダ油		1.20								プチドリッパ		0.02	年		清酒		0.50			とうもろこし		8.00			にんじん		5.00																				
砂糖		0.50								パンフキンポタージュ																																					
ごま油		0.50								かぼちゃ		15.00			煮干し		1.50			きゅうり		8.00			青じそドレッシング		4.00	年																			
オイスターソース		1.50	年							たまねぎ		20.00			レモンヨーグルト		100.00	月	提供なし																												
しょうゆ		1.50								にんじん		10.00																																			
中華スープストック		2.50	年							かぼちゃペースト		20.00																																			
清酒		1.50								シチューの素		8.00	年																																		
でんぶん		2.00								ベシヤメルソース		8.00	月	除去																																	
精製塩		0.01								サラダ油		0.50																																			
										牛乳		30.00		除去																																	
										豆乳		5.00																																			
										コンソメ		0.80	年																																		
										砂糖		0.70																																			
										精製塩		0.20																																			
										こしょう		0.01																																			

つくばすこやか給食センター豊里

[illegible]