

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 ピザロール ハッシュドボーク 季節のミックスゼリー				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				ごはん 牛乳 豚肉の西京焼き 塩昆布あえ 冬瓜のスープ				コッペパン 牛乳 鶏肉のきのこソースがけ れんこんのベベロンチーノ炒め パンブキンポターージュ			
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				ペンネナポリタン				ごはん				コッペパン		年	提供なし
牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	ペンネマカロニ				牛乳			提供なし	牛乳			提供なし
ピザロール				和風ゆずこしょうハンバーグ				豚ひき肉				豚肉の西京焼き				鶏肉のきのこソースがけ			
ピザロール		月	提供なし	とうふハンバーグ		月		たまねぎ				豚肩ロース切り身				鶏もも切り身			
大豆油			提供なし	たまねぎ				にんじん				西京みそ		月		にんにく			
				だいこん				なす				サラダ油				清酒			
ハッシュドボーク				しょうゆ				ぶなしめじ								サラダ油			
豚もも小間肉				みりん				にんにく				塩昆布あえ				炒めたまねぎ			
じゃがいも				砂糖				サラダ油				キャベツ				ダイストマト缶			
たまねぎ				はちみつ				ダイストマト缶				とうもろこし				ウスターソース		年	
にんじん				レモン果汁				トマトピューレ		年		もやし				ケチャップ		年	
ぶなしめじ				ゆずこしょう		月		ケチャップ		年		油揚げ				デミグラスソース		年	
にんにく				でんぶん				中濃ソース		年		塩昆布				砂糖			
サラダ油								ウスターソース		年						干しいたけ			
ハヤシフレーク		年		しそひじき和え				スープストック				冬瓜のスープ				ぶなしめじ			
ケチャップ		年		ほうれんそう				砂糖				鶏むね小間肉				精製塩			
中濃ソース		年		もやし				精製塩				にんじん							
				にんじん				こしょう				とうがん				れんこんのベベロンチーノ炒め			
季節のミックスゼリー				しそひじき		年		牛乳			提供なし	ねぎ				れんこん			
ダイスゼリー（梨）		月										緑豆春雨				キャベツ			
ダイスゼリー（マスケット）		月		いわしのつみれ汁				コロッケ				きくらげ				にんじん			
ダイスゼリー（巨峰）		月		いわしのつみれ		月		ボークコロッケ		月		中華スープストック			年	オリーブオイル			
ナタデココ				だいこん				大豆油				しょうゆ				ベベロンチーノソースニンギョ		月	
				にんじん				ごぼうとツナのサラダ				精製塩				フチドリッブ			
				ごぼうさがき				ごぼう千切り				こしょう				パンブキンポターージュ			
				じゃがいも				にんじん								かぼちゃ			
				ねぎ				オリーブドツナ		月						たまねぎ			
				赤みそ				枝豆		年						にんじん			
				清酒				ごまクリームドレッシング								かぼちゃペースト			
				煮干し												シチューの素		年	
				かつお節				蒸しパン		月	提供なし					ベシヤメルソース		月	除去
																サラダ油			除去
																牛乳			
																豆乳			
																コンソメ		年	
																砂糖			
																精製塩			
																こしょう			

令和 7 年 9 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

9月8日 月曜日				9月9日 火曜日				9月10日 水曜日				9月11日 木曜日				9月12日 金曜日			
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				麦ごはん 牛乳 木の葉かまぼこ 味噌和え 大根とじゃがいもの煮物				豚骨ラーメン（ソフト中華めん＋スープ） 牛乳 高菜あえ ドーナツ				ごはん 牛乳 豚肉の黒たまねぎソース プチプチ玄米サラダ コンソメスープ				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			
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				麦ごはん				豚骨ラーメン				ごはん				コッペパン		年	提供なし
牛乳			提供なし	ご飯				ソフト中華めん		年		牛乳			提供なし	キャラメルクリーム		月	提供なし
野菜メンチカツソースがけ				麦				豚もも小間肉				豚肉の黒たまねぎソース				牛乳			提供なし
野菜メンチカツ		月		牛乳			提供なし	たけのこ				豚肩ロース切り身				揚げ鶏のシャリアビンソースがけ			
大豆油		年		木の葉かまぼこ				にんじん				たまねぎ		月		鶏むね切り身			
中濃ソース		年		木の葉揚げ		月		にら				黒酢たまねぎドレッシング				しょうが			
ケチャップ								きくらげ				赤ワイン				清酒			
砂糖				味噌和え				サラダ油		月		でんぶん				でんぶん			
でんぶん				小松菜				豚骨ラーメンスープの素				オリーブオイル				大豆油			
りっちゃんサラダ				にんじん				精製塩				にんにく				砂糖			
キャベツ				もやし				清酒		年		しょうが				穀物酢			
にんじん				焼のり				中華スープストック				プチプチ玄米サラダ				しょうゆ			
きゅうり				卓上しょうゆ				こしょう				ブロッコリー				赤ワイン			
とうもろこし								だいこん				ダイスブロッコリー				炒めたまねぎ			
ローズハム		月		大根とじゃがいもの煮物				牛乳			提供なし	とうもろこし				でんぶん			
昆布				豚もも小間肉				高菜あえ				ミックスピーンズ		年					
ごまクリームドレッシング		年		だいこん				からし高菜		月		にんじん				ブロッコリーのたらこ炒め			
きのこの味噌汁				じゃがいも				もやし				もち玄米		年		オリーブドツナ		月	
にんじん				にんじん				にんじん				イタリアンドレッシング				ブロッコリー			
はくさい				たまねぎ				しろいりごま				コンソメスープ				じゃがいも			
ひらたけ				干しいたけ								たまねぎ				にんにく			
ぶなしめじ				ごぼう								にんじん				たらこシーズニング		月	除去
えのきたけ				サラダ油								小松菜				オリーブオイル			
わかめ				しょうゆ				ドーナツ		月	提供なし	じゃがいも				青のり			
油揚げ		年		清酒				ミルクドーナツ			提供なし	鶏むね小間肉				しょうゆ			
白みそ				みりん				大豆油				コンソメ		年		精製塩			
赤みそ				砂糖								精製塩				白菜のクリームスープ			
煮干し				グリーンピース								しょうゆ				はくさい			
かつお節												こしょう				ウインナー輪切り		年	
おさつバリッシュ		月														にんじん			
																たまねぎ			
																小松菜			
																ぶなしめじ			
																シチューの素		年	
																豆乳			
																牛乳			除去
																コンソメ		年	
																精製塩			
																こしょう			
																白みそ			

令和 7 年 9 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

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 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				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				麦ごはん のりふりかけ 牛乳 照り焼き鶏つくね 揚げなすおろし 豚汁				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 こんにやくサラダ			
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				はちみつパン		年	提供なし	麦ごはん				カレーうどん		年	
				牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	ソフトめん				豚もも小間肉			
				春巻き		月		さばのガーリックパン粉焼き				のりふりかけ		年		たまねぎ		年	
				春巻				さば切り身		月		ふりかけ				油揚げ			
				大豆油				にんにくしょうゆシーズニング		年		牛乳			提供なし	ぶなしめじ			
				チキンのかみかみサラダ		年		マヨネーズタイプ								ほうれんそう			
				チキンフレーク水煮				にんにく				照り焼き鶏つくね		月		サラダ油		月	
				切干大根				米粉				つくね				キッチンカレー		年	
				キャベツ				サラダ油		月		しょうゆ				アレルゲンフリーカレーフレーク		年	
				にんじん				パン粉				砂糖				まろやかカレールウ			
				茎わかめ		年		ポテトサラダ				みりん				しょうゆ			
				パンパンジードレッシング				じゃがいも				清酒				かつお節			
				厚揚げともやしの中華煮				にんじん				清酒				精製塩			
				豚ひき肉				ブロックリー		年		サラダ油				でんぶん			
				ひきわり大豆				ノンエッグマヨネーズ				揚げなすおろし				牛乳		提供なし	
				厚揚げ		年		千切りキャベツのスープ				揚げなす		月					
				もやし				スモークベーコン		月		大豆油				青のりポテトビーンズ			
				小松菜				キャベツ				たけのこ				じゃがいも			
				にんじん				にんじん				こんにやく		年		大豆			
				たけのこ				たまねぎ				油揚げ				米粉			
				きくらげ				サラダ油				だいこん				精製塩			
				にんにく				精製塩				たまねぎ				青のり			
				しょうが				しょうゆ				しょうゆ				大豆油			
				サラダ油				コンソメ		年		みりん							
				砂糖								サラダ油				こんにやくサラダ			
				ごま油								かつお・まぐろ節だし				サラダこんにやく白			
				オイスターソース		年						砂糖				だいこん			
				しょうゆ												とうもろこし			
				中華スープストック		年						豚汁				にんじん			
				清酒								豚もも小間肉		年		きゅうり		年	
				でんぶん								豆腐				青じそドレッシング			
				精製塩								だいこん							
												にんじん							
												はくさい							
												ねぎ							
												しょうが							
												白みそ							
												赤みそ							
												かつお節							
												煮干し							
												サラダ油							

つくばすこやか給食センター豊里

9月22日				9月23日				9月24日				9月25日				9月26日			
月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				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 豆腐ナゲット チキンカレー 海藻サラダ				ボカディーリョ（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 いわしの梅煮 高野豆腐のごまあえ だんご汁（幼は団子抜き、けんちん汁） レモンヨーグルト			
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				ボカディーリョ				ごはん			
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
棒餃子								豆腐ナゲット				スライスチーズ				いわしの梅煮		月	
棒餃子		月						とうふナゲット		月		牛乳			提供なし	高野豆腐のごまあえ			
春雨サラダ								大豆油				コロコロ野菜のサラダ				小松菜			
緑豆春雨								チキンカレー				ブロックリーダイス				もやし			
もやし								鶏むね小間肉				オリーブドツナ	月			にんじん			
きゅうり								にんじん				にんじん				こうや豆腐		月	
にんじん								たまねぎ				きゅうり				オキアミ海老			
きくらげ								じゃがいも				とうもろこし				白すりごま			
中華ドレッシング		年						にんにく				ノンエッグマヨネーズ	年			ごま和えの素		年	
しょうが								しょうが											
にんにく								サラダ油				にんにくのスープ				だんご汁			
にんじん								アレクサンフリーカレーフレーク	年			スモークベーコン	月			いも団子		月	
たけのこ								まろやかカレーパウダー	年			たまねぎ				鶏むね小間肉		年	
ねぎ								カレー粉	年			にんじん				油揚げ			
干しいたけ								ケチャップ	年			マッシュルーム				にんじん			
サラダ油								中濃ソース	年			キャベツ				だいこん			
テンメンジャン		年						こしょう				白いんげん豆水煮				ごぼう			
豆板醤		年						海藻サラダ				アルファベットマカロニ				ねぎ			
砂糖								海藻ミックス	年			にんにく				しょうゆ			
しょうゆ								細切りかまぼこ				サラダ油				精製塩			
赤みそ								枝豆	年			コンソメ	年			清酒			
オイスターソース		年						もやし				精製塩				かつお節			
でんぶん								にんじん				こしょう				煮干し			
ごま油								たまねぎドレッシング	年							レモンヨーグルト		月	提供なし

つくばすこやか給食センター豊里

9月29日				9月30日				9月30日				水曜日				木曜日				金曜日			
ごはん 牛乳 鶏肉のふくれマヨ焼き 豚肉とごぼうの甘辛煮 つくば市産野菜のみそ汁				レモンソースの白身魚ドッグ (背割れコッペパン+白身魚フライ) 牛乳 おいものサラダ ミネストローネ																			
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				レモンソースの白身魚ドッグ																			
牛乳			提供なし	背割れコッペパン		年	提供なし																
鶏肉のふくれマヨ焼き				白身魚フライ		月																	
鶏むね切り身				大豆油																			
マヨネーズタイプ		年		砂糖																			
にんにく				しょうゆ																			
ふくれみかん 陳皮				レモン果汁																			
白すりこま				にんにく																			
豚肉とごぼうの甘辛煮				みりん																			
豚ひき肉				牛乳			提供なし																
ひきわり大豆				おいものサラダ																			
だいこん				さつまいも																			
たまねぎ				かぼちゃ																			
にんじん				ブロッコリー																			
ごぼう				とうもろこし		年																	
枝豆				コーンクリーミードレッシング																			
サラダ油				ミネストローネ																			
砂糖				鶏もも小間肉																			
しょうゆ				たまねぎ																			
清酒				にんじん																			
みりん				大豆																			
一味唐辛子				ハート型きびパスタ		月																	
つくば市産野菜のみそ汁				ダイストマト缶																			
キャベツ				トマトソース		月																	
にんじん				コンソメ		年																	
ほうれんそう				精製塩																			
油揚げ		年		こしょう																			
ぶなしめじ				砂糖																			
ねぎ																							
煮干し																							
かつお節																							
赤みそ																							
白みそ																							