

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				ペンネナポリタン				ごはん				ごはん				豚骨ラーメン（ソフト中華めん＋スープ）			
牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳			
棒餃子				コロッケ				豚肉の西京焼き				豆腐ナゲット				高菜あえ			
春雨サラダ				ごぼうとツナのサラダ				塩昆布あえ				チキンカレー				ドーナツ			
麻婆豆腐				蒸しパン				冬瓜のスープ				海藻サラダ							
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				ペンネナポリタン				ごはん				ごはん				豚骨ラーメン			
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	ソフト中華めん		年	
棒餃子				豚ひき肉												豚もも小間肉			
棒餃子		月		ひきわり大豆												キャベツ			
				たまねぎ				豚肉の西京焼き				豆腐ナゲット				たけのこ			
春雨サラダ				にんじん				豚肩ロース切り身				とうふナゲット				にんじん			
緑豆春雨				なす				西京みそ		月		大豆油				にら			
もやし				ぶなしめじ				サラダ油								きくらげ			
きゅうり				にんにく								チキンカレー				サラダ油			
にんじん				サラダ油				塩昆布あえ				鶏むね小間肉				可食ラーメンスープのえ		月	
きくらげ				ダイストマト缶				キャベツ				にんじん				精製塩			
中華ドレッシング		年		トマトピューレ		年		とうもろこし				たまねぎ				清酒		年	
				ケチャップ		年		もやし				じゃがいも				中華スープストック			
				中濃ソース		年		油揚げ				にんにく				こしょう			
				ウスターソース		年		塩昆布				しょうが				豆乳			
				スープストック		年						サラダ油				だいこん			
麻婆豆腐								冬瓜のスープ				アレルゲンフリーカレーフレーク		年					
豆腐		年		砂糖				鶏むね小間肉				まるやかカレーパウダー		年		牛乳			提供なし
豚ひき肉				精製塩				にんじん				カレー粉		年					
ひきわり大豆				こしょう				とうがん				ケチャップ		年		高菜あえ			
清酒								ねぎ				中濃ソース		年		からし高菜		月	
しょうが				牛乳			提供なし	緑豆春雨				こしょう				もやし			
にんにく								きくらげ								にんじん			
にんじん				コロッケ				中華スープストック		年		海藻サラダ				しろいりごま			
たけのこ				ポークコロッケ		月		しょうゆ				海藻ミックス		年					
ねぎ				大豆油				精製塩				細切りかまぼこ				ドーナツ			
干しいたけ								こしょう				枝豆				ミルクドーナツ		月	提供なし
サラダ油				ごぼうとツナのサラダ								もやし				大豆油			提供なし
テンメンジャン		年		ごぼう千切り								にんじん							
豆板醤		年</																	

令和 7 年 9 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

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			
麦ごはん 牛乳 木の葉かまぼこ 磯香和え 大根とじゃがいもの煮物				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 干切りキャベツのスープ				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 れんこんのペペロンチーノ炒め パンブキンポタージュ			
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
麦ごはん				ごはん				はちみつパン		年	提供なし	ごはん				コッペパン		年	提供なし
こ飯																			
麦				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	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				春巻き				鶏肉のきのこソースがけ			
木の葉かまぼこ				野菜メンチカツ		月		さば切り身				春巻			月	鶏もも切り身			
木の葉揚げ		月		大豆油		年		にんにくしょうがソース		月		大豆油				にんにく			
				中濃ソース				マヨネーズタイプ		年						清酒			
磯香和え				ケチャップ				にんにく				チキンのかみかみサラダ				サラダ油			
小松菜				砂糖				米粉				チキンフレーク水煮		年		炒めたまねぎ			
にんじん				でんぶ				サラダ油		月		切干大根				ダイストマト缶			
もやし				りっちゃんサラダ				パン粉				キャベツ				ウスターソース		年	
焼のり				キャベツ				ポテトサラダ				にんじん				ケチャップ		年	
卓上しょうゆ				にんじん				じゃがいも				茎わかめ				デミグラスソース		年	
				きゅうり				にんじん				パンパンジードレッシング		年		砂糖			
大根とじゃがいもの煮物				とうもろこし				ブロックリー				厚揚げともやしの中華煮				干ししいたけ			
豚もも小間肉				ローズハム		月		ノンエッグマヨネーズ		年		豚ひき肉				ぶなしめじ			
だいこん				昆布								ひきわり大豆				精製塩			
じゃがいも				ごまクリーミードレッシング		年		干切りキャベツのスープ				厚揚げ		年		れんこんのペペロンチーノ炒め			
にんじん								スモークベーコン		月		もやし				れんこん			
たまねぎ				きのこの味噌汁				キャベツ				小松菜				キャベツ			
干ししいたけ				にんじん				にんじん				にんじん				にんじん			
ごぼう				はくさい				たまねぎ				たけのこ				オリーブオイル			
サラダ油				ひらたけ				サラダ油				きくらげ				へペロンチーノソース		月	
しょうゆ				ぶなしめじ				精製塩				にんにく				ブチドリップ		年	
清酒				えのきたけ				こしょう				しょうが							
みりん				わかめ				しょうゆ				サラダ油				パンブキンポタージュ			
砂糖				油揚げ		年		コンソメ		年		砂糖				かぼちゃ			
グリーンピース				白みそ								ごま油				たまねぎ			
				赤みそ								オイスターソース		年		にんじん			
				煮干し								しょうゆ				かぼちゃペースト			
				かつお節								中華スープストック		年		シチューの素		年	
				おさつバリッシュ		月						清酒				ベシャメルソース		月	除去
												でんぶ				サラダ油			
												精製塩				牛乳			除去
																豆乳			
																コンソメ		年	
																砂糖			
																精製塩			
																こしょう			

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 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				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				ホカディーリョ（ソフトフランスパン ＋スハニッシュオムレツ＋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			
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				ホカディーリョ				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 月	提供なし 提供なし 提供なし	牛乳			提供なし
				鶏肉のふくれマヨ焼き				いわしの梅煮		月		牛乳			提供なし	和風ゆずこしょうハンバーグ		月	
				鶏むね切り身		年		高野豆腐のごまあえ				コロコロ野菜のサラダ				とうふハンバーグ			
				マヨネーズタイプ				小松菜				ブロッコリーダイス				たまねぎ			
				にんにく				もやし				オリーブドツナ		月		だいこん			
				ふくれみかん 陳皮				にんじん		月		にんじん				しょうゆ			
				白すりごま				こうや豆腐				きゅうり				みりん			
				豚肉とごぼうの甘辛煮				オキアミ海老				とうもろこし				砂糖			
				豚ひき肉				白すりごま		年		ノンエッグマヨネーズ		年		はちみつ			
				ひきわり大豆				ごま和えの素				にんにくのスープ				レモン果汁		月	
				だいこん				だんご汁				スモークベーコン		月		ゆずこしょう			
				たまねぎ				いも団子		月		たまねぎ				でんぶ			
				にんじん				鶏むね小間肉				にんじん				しそひじき和え			
				ごぼう				油揚げ		年		マッシュルーム				ほうれんそう			
				枝豆				にんじん				キャベツ				もやし			
				サラダ油				だいこん				白いんげん豆水煮				にんじん			
				砂糖				ごぼう				アルファベットマカロニ				しそひじき		年	
				しょうゆ				ねぎ				にんにく				いわしのつみれ汁			
				清酒				しょうゆ				サラダ油				いわしのつみれ		月	
				みりん				精製塩				コンソメ		年		だいこん			
				一味唐辛子				清酒				精製塩				にんじん			
				つくば市産野菜のみそ汁				かつお節				こしょう				ごぼうさがき			
				キャベツ				煮干し								じゃがいも			
				にんじん				レモンヨーグルト		月	提供なし					ねぎ			
				ほうれんそう		年										赤みそ			
				油揚げ												清酒			
				ぶなしめじ												煮干し			
				ねぎ												かつお節			
				煮干し															
				かつお節															
				赤みそ															
				白みそ															
					</														

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				9月27日			
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								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				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				
カレーうどん		年						麦ごはん				ごはん				コッペパン		年	提供なし				
ソフトめん								ご飯				牛乳			提供なし	キャラメルクリーム		月	提供なし				
豚もも小間肉								麦								牛乳			提供なし				
にんじん								のりふりかけ		年		豚肉の黒たまねぎソース				揚げ鶏のシャリアビンソースがけ							
たまねぎ		年						ふりかけ				豚肩ロース切り身				鶏むね切り身							
油揚げ												たまねぎ		月		しょうが							
ぶなしめじ								牛乳			提供なし	黒酢たまねぎドレッシング				清酒							
ほうれんそう								照り焼き鶏つくね		月		赤ワイン				でんぶん							
サラダ油								つくね				オリーブオイル				大豆油							
キッチンカレー		月						しょうゆ				にんにく				砂糖							
アレルギーフリーカレーフレーク		年						砂糖				しょうが				穀物酢							
まろやかカレールウ								みりん				プチプチ玄米サラダ				しょうゆ							
しょうゆ								清酒				ブロッコリー				赤ワイン							
かつお節								でんぶん				ダイスブロッコリー				炒めたまねぎ							
精製塩								サラダ油				どうもろこし		年		でんぶん							
でんぶん								揚げなすおろし		月		にんじん				ブロッコリーのたらこ炒め							
清酒								揚げなす				もち玄米		年		オリーブドツナ		月					
牛乳			提供なし					大豆油				イタリアンドレッシング				ブロッコリー							
青のりポテトビーンズ								たけのこ				こんにゃく				じゃがいも							
じゃがいも								こんにゃく				油揚げ		年		にんにく							
大豆								油揚げ				だいこん				たらこシーズニング		月	除去				
米粉								たまねぎ				にんじん				オリーブオイル							
精製塩								しょうゆ				みりん				青のり							
青のり								サラダ油				かつお・まぐろ節だし				しょうゆ							
大豆油								砂糖				砂糖				精製塩							
こんにゃくサラダ								豚汁				豚汁				白菜のクリームスープ							
サラダこんにゃく白								豚もも小間肉		年		豆腐				はくさい							
だいこん								大豆				だいこん				ウインナー輪切り		年					
どうもろこし								にんじん				はくさい				にんじん							
にんじん								はくさい				ねぎ				たまねぎ							
きゅうり								しょうが				しょうが				小松菜							
青じそドレッシング		年						白みそ				赤みそ				ぶなしめじ							
								かつお節				かつお節				シチューの素		年					
								煮干し				煮干し				豆乳							
								サラダ油				サラダ油				牛乳			除去				
																コンソメ		年					
																精製塩							
																こしょう							
																白みそ							

つくばすこやか給食センター豊里

[illegible]