

令和 7 年度 11 月分 献立明細表

Aブロック

つくばほがらか給食センター谷田部

11月10日				11月11日				11月12日				11月13日				11月14日			
月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日			
ごはん 牛乳 しょうゆもろみチキン 春雨サラダ なめこのみそ汁				麦ごはん 牛乳 春巻き くらげあえ 麻婆豆腐				ビタバン 牛乳 キーマカレー ふっくら焼きかまぼこ 花野菜サラダ								ごはん 牛乳 チキンナゲット グリーンサラダ ハッシュドボーク			
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				麦ごはん				ビタバン		月	提供なし					ごはん			
				ごはん															
牛乳			提供なし	大麦				牛乳			提供なし					牛乳			提供なし
しょうゆもろみチキン				牛乳			提供なし	キーマカレー								チキンナゲット			
鶏肉切り身								豚ひき肉								チキンナゲット		月	
しょうゆもろみたれ		月		春巻き				ひきわり大豆								大豆白絞油			
清酒				春巻き		月		しょうが											
大豆白絞油				大豆白絞油				にんにく								グリーンサラダ			
								たまねぎ								ブロッコリー			
春雨サラダ				くらげあえ				にんじん								アスパラガス			
ツナ油漬		年		中華くらげ		年		枝豆								枝豆			
えんどう春雨				にんじん				パブリカダイスカット		月						玉ねぎドレッシング		年	
ほうれんそう				きゅうり				トマト缶											
とうもろこし				もやし				サラダ油											
にんじん								カレー粉		年						ハッシュドボーク			
パンパンジードレッシング		年		麻婆豆腐				まろやかカレールー		年						豚小間肉			
				豆腐		年		アレルギーフリーカレーフレーク		年						じゃがいも			
なめこのみそ汁				鶏ひき肉				ウスターソース		年						たまねぎ			
なめこ				清酒				精製塩								にんじん			
ミニ厚揚げ		年		ひきわり大豆												エリンギ			
にんじん				たまねぎ				ふっくら焼きかまぼこ								にんにく			
わかめ				しょうが				ふっくら焼きかまぼこ		月						サラダ油			
ねぎ				にんにく				大豆白絞油								ハヤシフレーク		年	
白みそ				サラダ油												ケチャップ（調理用）		年	
赤みそ				砂糖				花野菜サラダ								中濃ソース		年	
かつお節				こいくちしょうゆ				ツナ油漬		年						砂糖			
煮干し				赤みそ				ブロッコリー											
				ごま油				ブロッコリーダイス											
				中華スープストック		年		カリフラワー											
				でんぶん				とうもろこし											
				豆板醤		年		イタリアンドレッシング		年									
				精製塩															
														</					

令和 7 年度 11 月分 献立明細表

Aブロック

つくばほからか給食センター-谷田部

[illegible]

つくばほがらか給食センター谷田部

11月24日				11月25日				11月26日				11月27日				11月28日			
月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日			
				食パン　つくば市産ブルーベリージャム 牛乳 かぼちゃグラタン トマトスープ 冷凍パイン				ごはん 牛乳 さばのみりん干し ちくわと水菜のサラダ 鶏ごぼう汁				つくば米粉パン 牛乳 ハンバーグデミグラスソース コールスローサラダ 野菜の豆乳ポタージュ				ごはん 牛乳 ほきのねぎソース ヤーコンのごまサラダ つくばの恵み豚汁 つくば市産さつまいもプリン			
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
				食パン		年	提供なし	ごはん				つくば米粉パン		年	提供なし	ごはん			
				つくば市産ブルーベリージャム		月	提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし
								さばのみりん干し				ハンバーグデミグラスソース				ほきのねぎソース			
				牛乳			提供なし	さばのみりん干し		月		ハンバーグ		月		ほきでん粉付き		月	
								大豆白絞油				大豆白絞油				大豆白絞油			
				かぼちゃグラタン		月		ちくわと水菜のサラダ				たまねぎ				しょうが			
				かぼちゃグラタン				ちくわスライス		年		ぶなしめじ				ねぎ			
				大豆白絞油				もやし				サラダ油				砂糖			
												デミグラスソース		年		こいくちしょうゆ			
				トマトスープ				にんじん				ケチャップ（調理用）		年		ごま油			
				たまねぎ				水菜				ウスターソース		年					
				サラダ油				中華ドレッシング		年		砂糖				ヤーコンのごまサラダ			
				大豆												ヤーコン			
				とうもろこし				鶏ごぼう汁				コールスローサラダ				にんじん			
				じゃがいも				鶏小間肉				キャベツ				きゅうり			
				トマト缶				白菜				きゅうり				ごまドレッシング		年	
				ケチャップ（調理用）		年		にんじん				にんじん							
				コンソメ		年		ごぼう				とうもろこし				つくばの恵み豚汁			
				精製塩				ねぎ				コールスロードレッシング		年		豚小間肉			
				こしょう				ひらたけ								しょうが			
								サラダ油				野菜の豆乳ポタージュ				サラダ油			
				冷凍パイン				白みそ				ウインナーสライス		年		たまねぎ			
				冷凍パイン		月		赤みそ				たまねぎ				じゃがいも			
								かつお節				じゃがいも				にんじん			
								煮干し				にんじんペースト				大根			
												とうもろこし				ひらたけ			
												ホワイトシチューの素		年		ねぎ			
												サラダ油				白みそ			
												豆乳				赤みそ			
												精製塩				かつお節			
												こしょう				煮干し			
												コンソメ		年					
																つくば市産さつまいもプリン			
																つくば市産さつまいもプリン		月	