				11月4日			火曜日	11月5日			水曜日	11月6日		木	曜日	11月7日			金曜
				ごはん				ピタパン				ごはん				コッペパン			
明細表について				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳			
明神衣について				いかのレモン揚げ				キーマカレー				豚肉の生姜炒め				ハムステーキ			
				マセドアンサラダ				ふっくら焼きかまけ	ぎこ			小松菜のポン酢あえ	Ž.			ツナ豆サラダ			
合表の欄に「月」がある				ほうれん草のコン	ノメスー	-プ		花野菜サラダ	-			かぼちゃのみそ汁	-			白菜のクリーム煮			
	食品名	小分量	配合表 除去食			配合表	除去食	1	小分量	配合表	除去食	食品名	小分量	配合表	除去食		小分量	配合表	除
	Дни ц	1771	10日弘	ごはん	177 =		,	ピタパン	・カカ王	月	提供なし		177 = 1	10 11 30	你五尺	コッペパン	177 =	年	_
されている「食品配合 ―				C 1870						- 7	ルドなし	C1870				19.4712			1Æ I
吏用している材料が詳し ├─				牛乳			提供なし	<b>井朝</b>			提供なし	A- 型		+6	是供なし	A- 型			提任
れていますので、ご確認 ├─				十孔		-	挺供なし	午孔			挺快なし	十孔		17	正円なし	十孔		<del></del>	挺
o co or y or ct — REDIO																		<del> </del>	-
0				いかのレモン揚げ		<u> </u>		キーマカレー				豚肉の生姜炒め				ハムステーキ		<del></del>	-
				いかでん粉付き		月		豚ひき肉				豚小間肉				ハムステーキ		月	<u> </u>
表の欄に「年」がある				大豆白絞油				ひきわり大豆				しょうが				大豆白絞油		<b></b>	
₹公/網(८: 十1%·00/0				砂糖				しょうが				清酒						L	
				こいくちしょうゆ				にんにく				たまねぎ				ツナ豆サラダ		1	
)始めに配布した「年間				レモン果汁				たまねぎ				たけのこ				ツナ油漬		年	
品配合表」に、使用して								にんじん				にんじん				大豆		i	
料が詳しく書かれていま				マセドアンサラダ				枝豆				こいくちしょうゆ				枝豆		i	
、ご確認ください。				じゃがいも				パプリカダイスカット		月		精製塩				きゅうり		ĺ	t
				ミックスベジタブル		月		トマト缶		1		みりん				にんじん			t
用する頻度の多い			<del>                                     </del>	ノンエッグマヨネーズ (チューブ)		年		サラダ油				砂糖				サウザンアイランドドレッシング		年	1
ゆ・みそ・油・ごま油・オ ├─								カレー粉		年		サラダ油							-
<b>由</b> 」に関しては「年」を付				ほうれん草のコン	1117-	_ _ <b>-</b> *		まろやかカレールー		年		でんぷん				白菜のクリーム煮			╁
んので、ご確認の際は				ミートボール	//^-	年		アレルゲンフリーカレーフレーク		年		CNSN				鶏小間肉		<b>—</b>	+
用食品配合表をご覧く				ほうれんそう		+				年		*******	<u> </u>					<b>—</b>	╁
								ウスターソース		#		小松菜のポン酢あ	λ			たまねぎ		<del></del>	-
				たまねぎ				精製塩				小松菜				ぶなしめじ		—	1
				とうもろこし					Ļ			もやし				白菜			
				精製塩				ふっくら焼きかまり	まこ			にんじん				にんじん		<b></b>	
食の欄に「除去」とある				こしょう				ふっくら焼きかまぼこ		月		ポン酢		年		じゃがいも		L	
				コンソメ		年		大豆白絞油								サラダ油		1	
の食品を除去し、調理し												かぽちゃのみそ汁				牛乳		1	
専用容器に入れて提								花野菜サラダ				かぼちゃ				ホワイトシチューの素		年	
								ツナ油漬		年		たまねぎ				コンソメ		年	
0								ブロッコリー				ほうれんそう				精製塩			
								ブロッコリーダイス				ミニ厚揚げ		年		こしょう			
きの欄に「提供なし」と								カリフラワー		1		白みそ		-				<u> </u>	t
			<del>                                     </del>			1		とうもろこし				赤みそ				1			t
			<del>                                     </del>			1		イタリアンドレッシング		年		煮干し				1			$t^-$
食品は提供はありま ―						1	1			+ -	<del>                                     </del>	かつお節	+						t
						+					+	12 : 7 0 2 Kl	<del>                                     </del>						+
		-				1					1								+
			<del>                                     </del>		-	-		<del> </del>	-	-	-		<b> </b>			<del> </del>		<del></del>	⊢
		_	<del>                                     </del>		-	1	1			1	1					1		<del></del>	┡
																		<del> </del>	1
						1				1									L
						1												₩	L
						1												<b></b>	L
						1												1	
					L	<u> </u>	<u></u>		<u> </u>				L T	[		<u> </u>			1
																		ĺ	
																		1	
																		i	Ì
										1									1
						1												$\overline{}$	t
						+		<b>†</b> _		1	1								+
1				i .															

## 令和 7 年度 11 月分 献立明細表

Bブロック

つくばほがらか給食センター谷田部

11月10日			月曜日	11月11日			火曜日	11月12日			水曜日	11月13日	1		木曜日	11月14日			金曜日
ごはん				ごはん				ごはん								ジャージャーうどん			
牛乳				牛乳				牛乳								牛乳			
茨城県産オムレツ				チキンナゲット				さんまのピリからソー	-ス							こいわしフライ			
れんこんサラダ				グリーンサラダ				白菜の昆布和え								ボイル野菜			
茨城野菜の味噌汁				ハッシュドポーク				いものこ汁								11772130			
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	1772	祀口弘	<b>你</b> 五及	ごはん	コカ王	和日弘	か五氏	ごはん	コカ王	和日女	が五尺	TC HH. LI	1771	和日弘	かム及	ジャージャーうどん			<b>M</b> 五 及
				210.70												ソフト麺		<del>/</del> 年	
牛乳			提供なし	<b>生</b> 里			提供なし	<b>生型</b>			提供なし					豚ひき肉		'	
1 70			JE IV-6 U	1 40			JE IX G	1 70			JAC DY 'G O					しょうが			
茨城県産オムレツ				チキンナゲット				さんまのピリからソ-	-7							たまねぎ			
茨城県産オムレツ		月	t旦/#+ +> 1	チキンナゲット		月		さんま開きでん粉付き		月						ねぎ			
大豆白絞油		л	提供なし			л		大豆白絞油		7						甜麺醬		年	
人豆口拟油			佐供なし	大豆白絞油												ー 印処西 こいくちしょうゆ		+	
1. 1 = 1 11 = 10				22.1 . 11 - 22				こいくちしょうゆ										<del>/-</del>	
れんこんサラダ		_		グリーンサラダ				砂糖								豆板醤		年	
ロースハム		年		ブロッコリー				清酒								サラダ油			
にんじん				アスパラガス				しょうが								でんぷん			
れんこん				枝豆				にんにく											
キャベツ				玉ねぎドレッシング		年		豆板醬		年						牛乳			提供なし
枝豆																			
和風クリーミードレッシング		年		ハッシュドポーク				白菜の昆布和え								こいわしフライ			
				豚小間肉				白菜								こいわしフライ		月	
茨城野菜の味噌汁				じゃがいも				きゅうり								大豆白絞油			
鶏小間肉				たまねぎ				にんじん											
さつまいも				にんじん				塩こんぶ		年						ポイル野菜			
白菜				エリンギ												もやし			
にんじん				にんにく				いものこ汁								にんじん			
チンゲンサイ				サラダ油				鶏小間肉								きゅうり			
ひらたけ				ハヤシフレーク		年		さといも								2.777			
ねぎ				ケチャップ(調理用)		年		にんじん											
白みそ				中濃ソース		年		こんにゃく											
赤みそ				砂糖		-		豆腐		年									
かつお節				19 相				ぶなしめじ		+									
								ねぎ											
煮干し																			
								こいくちしょうゆ											
								精製塩											
								かつお節											
								煮干し											
												-							
												-							
	l l																		
													1						
1								+					1			1			
<u> </u>							-	+						<b> </b>		-			
<u> </u>							<u> </u>	1					1						
			l						<del>.                                    </del>				1						

<del>- 2 -</del>

## 令和 7 年度 11 月分 献立明細表

Bブロック

つくばほがらか給食センター谷田部

11月17日			月曜日	11月18日			火曜日	11月19日			水曜日	11月20日			木曜日	11月21日		金曜日
ごはん				ごはん				麦ごはん				食パン つくば市産	ブルーベリ	ージャム		ユメシホウ人参パン		
牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳		
さばのみりん干し				いばらきガパオ				春巻き				かぼちゃグラタン				さつまいもフリッター		
ちくわと水菜のサラク	ダ			カラフルサラダ				くらげあえ				トマトスープ				ごぼうサラダ		
鶏ごぼう汁				春雨スープ				麻婆豆腐				冷凍パイン				オニオンスープ		
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			除去食
ごはん				ごはん				麦ごはん				食パン		年	提供なし	ユメシホウ人参パン	月	提供なし
l								ごはん										
牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	大麦				つくば市産ブルーベ				牛乳		提供なし
											15.01.4.4	つくば市産ブルーベリージャム		月	提供なし			
さばのみりん干し				いばらきガパオ				牛乳			提供なし	al. witi			10 /// 4. 1	さつまいもフリッター		
さばのみりん干し		月		鶏ひき肉				- stc -t-				牛乳			提供なし	さつまいもフリッター	月	
大豆白絞油				ひきわり大豆				春巻き				1.1-2.1.12-1.1				大豆白絞油		
* *				にんにく				春巻き		月		かぽちゃグラタン		_				
ちくわと水菜のサラ	<del>y</del>	<i></i>		しょうが				大豆白絞油				かぼちゃグラタン		月		ごぼうサラダ		
ちくわスライス		年		サラダ油				/ > Lit+ =				大豆白絞油				ごぼう		
もやし				清酒				くらげあえ		<i>F</i> -						きゅうり		
にんじん				さつまいも				中華くらげ		年		トマトスープ				にんじん		
水菜 中華ドレッシング		年		たまねぎ				にんじん				たまねぎ				大豆 シーザーサラダドレッシング	年	
甲華トレッンング		平		れんこん				きゅうり				サラダ油 大豆				ラーサーサラダトレッシング 		
鶏ごぼう汁				にんじん 砂糖				もやし				とうもろこし				オニオンスープ		
鶏小間肉				精製塩				麻婆豆腐				じゃがいも				ウインナースライス	年	
海小间内 白菜				有製塩 オイスターソース		年		豆腐		年		トマト缶				たまねぎ	<del>-</del>	
にんじん				こいくちしょうゆ		#		選びき肉		+		ケチャップ(調理用)		年		にんじん		
ごぼう				バジル				清酒				コンソメ		年		シェルマカロニ	年	
ねぎ				11010				ひきわり大豆				精製塩		-		スープストック	年	
ひらたけ				カラフルサラダ				たまねぎ				こしょう				精製塩	+	
サラダ油				赤パプリカ				しょうが				2027				こしょう		
白みそ				黄パプリカ				にんにく				冷凍パイン					_	
赤みそ				きゅうり				サラダ油				冷凍パイン		月			_	
かつお節				キャベツ				砂糖				71.747.172		/,				
煮干し				フレンチ白ドレッシング		年		こいくちしょうゆ										
,m 1 0								赤みそ										
				春雨スープ				ごま油									_	
				豚小間肉				中華スープストック		年							_	
				サラダ油				でんぷん		'							_	
				にんじん				豆板醤		年								
				白菜				精製塩		<u> </u>								
				たまねぎ														
				えんどう春雨														
				なるとスライス		年												
				小松菜														
				とうもろこし														
				中華スープストック		年												
				こいくちしょうゆ														
				精製塩														
				こしょう														
									2									

<del>- 3</del> -

## 令和 7 年度 11 月分 献立明細表

Bブロック

つくばほがらか給食センター谷田部

11月24日	11月24日 月曜		月曜日	11月25日			火曜日	11月26日			水曜日	11月27日		木曜日	11月28日	金曜日	
				ごはん				ごはん				タンメン(ソフト中華麸	<b>通</b> )		つくば米粉パン		
				牛乳				牛乳				牛乳			牛乳		
				しょうゆもろみチキン	,			ほきのねぎソース				大根サラダ			ハンバーグデミグラスソ-	-ス	
				春雨サラダ				ヤーコンのごまサラク	ヺ			たまごドーナツ			コールスローサラダ		
				なめこのみそ汁				つくばの恵み豚汁							野菜の豆乳ポタージュ		
								つくば市産さつまいる	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		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				ごはん				タンメン(ソフト中華!	麺)		つくば米粉パン	年	提供なし
												ソフト中華麺	年				
				牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	豚小間肉			牛乳		提供なし
												なるとスライス	年				
				しょうゆもろみチキン	,			ほきのねぎソース				キャベツ			ハンパーグデミグラスソ	-ス	
				鶏肉切り身				ほきでん粉付き		月		たまねぎ			ハンバーグ	F.	
				しょうゆもろみたれ		月		大豆白絞油				にんじん			大豆白絞油		
				清酒				しょうが				ぶなしめじ			たまねぎ		
				大豆白絞油				ねぎ				にら			ぶなしめじ		
								砂糖				サラダ油			サラダ油		
			-	春雨サラダ				こいくちしょうゆ				塩ラーメンスープの素	年		デミグラスソース	年	
				ツナ油漬		年		ごま油				中華スープストック	年		ケチャップ (調理用)	年	
				えんどう春雨								精製塩			ウスターソース	年	
				ほうれんそう				ヤーコンのごまサラ	ダ			こしょう			砂糖		
				とうもろこし				ヤーコン				ごま油					
				にんじん				にんじん							コールスローサラダ		
				バンバンジードレッシング		年		きゅうり				牛乳		提供なし	キャベツ		
								ごまドレッシング		年					きゅうり		
				なめこのみそ汁								大根サラダ			にんじん		
				なめこ				つくばの恵み豚汁				大根			とうもろこし		
				ミニ厚揚げ		年		豚小間肉				小松菜			コールスロードレッシング	年	
				にんじん				しょうが				にんじん					
				わかめ				サラダ油				青じそドレッシング	年		野菜の豆乳ポタージュ		
				ねぎ				たまねぎ							ウインナースライス	年	
				白みそ				じゃがいも				たまごドーナツ			たまねぎ		
				赤みそ				にんじん				たまごドーナツ	月	提供なし	じゃがいも		
				かつお節				大根				大豆白絞油		提供なし	にんじんペースト		
				煮干し				ひらたけ							とうもろこし		
								ねぎ							ホワイトシチューの素	年	
								白みそ							サラダ油		
								赤みそ							豆乳		
								かつお節							精製塩		
								煮干し							こしょう		
1															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							
									_								
	•		1		1		•	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	/					•			

<del>- 4</del> -