立明細表について 配合表の欄に「月」がある 食品 添付されている「食品配合」」に使用している材料が詳し			食パン	11月4日 つくば市産	ブルーベ	火曜日 リージャム	11月5日 ごはん		水曜日	11月6日 ごはん		木曜日	11月7日 ごはん		
2合表の欄に「月」がある 品 食 付されている「食品配合			1	フィは川庄	シルー・										
合表の欄に「月」がある 品 対されている「食品配合							牛乳			牛乳			牛乳		
品 食品配合 食品配合				ゥグラタン						さばのみりん干し			ーれ いばらきガパオ		
計 けされている「食品配合							豚肉の生姜炒め	_							
品 付されている「食品配合			トマトス				小松菜のポン酢あえ	ζ		ちくわと水菜のサラ	7 ダ		カラフルサラダ		
付されている「食品配合			冷凍パー				かぼちゃのみそ汁			鶏ごぼう汁			春雨スープ		
すされている「食品配合 ―――	品名 小分	量配合表		食品名	小分量 配			小分量 配	合表 除去1		小分量 配合	表除去食	食品名	小分量	配合表
			食パン			年 提供なし	ごはん			ごはん			ごはん		
.															
			つくばī	「産ブルーペ	くリージャ	ム	牛乳		提供な	し 牛乳		提供なし	4乳		1
れていますので、ご確認			つくば市店	ブルーベリージャム		月 提供なし	,								
,١٥							豚肉の生姜炒め			さばのみりん干し			いばらきガパオ		
			牛乳			提供なし				さばのみりん干し	月		鶏ひき肉		
			1 70			JÆ JV ·G· C	しょうが			大豆白絞油	/,		ひきわり大豆		-
♪表の欄に「年」がある ├───			かばも	¢グラタン			清酒			八亚山水川			にんにく		
1		_		ャグラタン		月	たまねぎ			ちくわと水菜のサラ	- <i>H</i>		しょうが		
の始めに配布した「年間		+				л					79 年				
を品配合表」に、使用して			大豆白	1 校 出			たけのこ			ちくわスライス	4		サラダ油	1	
							にんじん			もやし			清酒		
材料が詳しく書かれていま 			トマト				こいくちしょうゆ			にんじん			さつまいも		
ご、ご確認ください。			たまれ				精製塩			水菜			たまねぎ		
使用する頻度の多い			サラタ	(油			みりん			中華ドレッシング	年		れんこん		
がみそ・油・ごま油・オ			大豆				砂糖						にんじん		
			とうも	うろこし			サラダ油			鴉ごぼう汁			砂糖		
油」に関しては「年」を付			じゃた	いも			でんぷん			鶏小間肉			精製塩		
んので、ご確認の際は			トマー	·缶						白菜			オイスターソース		年
使用食品配合表をご覧く			ケチャッ	プ(調理用)		年	小松菜のポン酢あ	₹.		にんじん			こいくちしょうゆ		
0			コン	1 1		年	小松菜			ごぼう			バジル		
0			精製均			<u> </u>	もやし			ねぎ					
			ī.l.				にんじん			ひらたけ			カラフルサラダ		-
ち食の欄に「除去」とある				` '			ポン酢		年	サラダ油			赤パプリカ		-
			冷凍パー				ハン町		+	白みそ			黄パプリカ		
						_	4.174								
の食品を除去し、調理し			冷凍/	ハイン		月	かぼちゃのみそ汁			赤みそ		-	きゅうり		
を専用容器に入れて提 ―――							かぼちゃ			かつお節			キャベツ		
す。							たまねぎ			煮干し			フレンチ白ドレッシング		年
							ほうれんそう								
							ミニ厚揚げ		年				春雨スープ		
ち食の欄に「提供なし」と							白みそ						豚小間肉		
食品							赤みそ						サラダ油		
の食品は提供はありま							煮干し						にんじん		
の良品は提供はめりま							かつお節						白菜		
													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
		+		+											-+
<u> </u>													こいくちしょうゆ		
													精製塩		
													こしょう		
		<u> </u>									[<u> </u>	<u>L</u> T	
													1		

令和 7 年度 11 月分 献立明細表

C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
麦ごはん			ピタパン				ごはん								つくば米粉パン		
牛乳			牛乳				牛乳								牛乳		
春巻き			キーマカレー				茨城県産オムレツ								ハンバーグデミグラスソース		
くらげあえ			ふっくら焼きかまぼこ	_			れんこんサラダ								コールスローサラダ		
麻婆豆腐			花野菜サラダ				茨城野菜の味噌汁								野菜の豆乳ポタージュ		
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
麦ごはん			ピタパン		月	提供なし									つくば米粉パン	年	提供なし
ごはん																	
大麦			牛乳			提供なし	牛乳			提供なし					牛乳		提供なし
牛乳		提供なし	キーマカレー				茨城県産オムレツ								ハンパーグデミグラスソース	,	
			豚ひき肉				茨城県産オムレツ		月	提供なし					ハンバーグ	月	
春巻き			ひきわり大豆				大豆白絞油			提供なし					大豆白絞油		
春巻き	月		しょうが												たまねぎ		
大豆白絞油			にんにく				れんこんサラダ								ぶなしめじ		
71=17/10			たまねぎ				ロースハム		年						サラダ油		
くらげあえ	1		にんじん				にんじん		<u> </u>			1			デミグラスソース	年	
中華くらげ	年		枝豆			1	れんこん					1			ケチャップ(調理用)	年	
にんじん			パプリカダイスカット		月	1	キャベツ					1			ウスターソース	年	
きゅうり			トマト缶				枝豆								砂糖	+ +	
もやし			サラダ油		 		和風クリーミードレッシング		年						ドノ 作品		
4/00	-	+	カレー粉		年		和風グリーミードレックング		+	1					コールスローサラダ		+
立体 = 本			まろやかカレールー		年		本は収井の計学は										
麻婆豆腐 豆腐	年		まりやかカレールー アレルゲンフリーカレーフレーク		年		茨城野菜の味噌汁								キャベツ		
	#						鶏小間肉								きゅうり		
鶏ひき肉			ウスターソース		年		さつまいも								にんじん		
清酒			精製塩				白菜								とうもろこし		
ひきわり大豆							にんじん								コールスロードレッシング	年	
たまねぎ			ふっくら焼きかまぼこ	-			チンゲンサイ										
しょうが			ふっくら焼きかまぼこ		月		ひらたけ								野菜の豆乳ポタージュ		
にんにく			大豆白絞油				ねぎ								ウインナースライス	年	
サラダ油							白みそ								たまねぎ		
砂糖			花野菜サラダ				赤みそ								じゃがいも		
こいくちしょうゆ			ツナ油漬		年		かつお節								にんじんペースト		
赤みそ			ブロッコリー				煮干し								とうもろこし		
ごま油			ブロッコリーダイス												ホワイトシチューの素	年	
中華スープストック	年		カリフラワー												サラダ油		
でんぷん			とうもろこし												豆乳		
豆板醤	年		イタリアンドレッシング		年										精製塩		
精製塩															こしょう		
															コンソメ	年	
		1						1				1			1		
															1		
			1														
		1										1			†		
															+		
					 							1			+	_	+
 		1	 				-					1			+ +		
			 		-							1			 		
 			 		-							1			 		
i l		1			l	1		- 				1		L			

- 2 -

令和 7 年度 11 月分 献立明細表

C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
タンメン(ソフト中華麺)			ユメシホウ人参パン	ごはん				ごはん			ごはん						
牛乳			牛乳				牛乳				牛乳			牛乳			
大根サラダ			さつまいもフリッター	-			しょうゆもろみチキン	,			さんまのピリからソース	z		チキンナゲット			
たまごドーナツ			ごぼうサラダ				春雨サラダ				白菜の昆布和え			グリーンサラダ			
			オニオンスープ				なめこのみそ汁				いものこ汁			ハッシュドポーク			
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		小分量 配合	表除去食		小分量	配合表	除去食
タンメン(ソフト中華麺)			ユメシホウ人参パン		月	提供なし	ごはん				ごはん			ごはん			
ソフト中華麺	年																
豚小間肉			牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳		提供なし	牛乳			提供なし
なるとスライス	年		A									_					
キャベツ			さつまいもフリッター	_	-		しょうゆもろみチキン	<u> </u>			さんまのピリからソー			チキンナゲット		-	
たまねぎ			さつまいもフリッター		月		鶏肉切り身				さんま開きでん粉付き	月		チキンナゲット		月	
にんじん ぶなしめじ			大豆白絞油				しょうゆもろみたれ 清酒		月		大豆白絞油 こいくちしょうゆ			大豆白絞油			
			ごぼうサラダ											グリーンサラダ			
にら サラダ油							人豆日松油				砂糖						
サフタ油 塩ラーメンスープの素	年		ごぼう きゅうり				春雨サラダ				清酒			ブロッコリー アスパラガス			
中華スープストック	年								年		しょうがにんにく			枝豆			
ヤ華スープストック 精製塩	7	-	にんじん 大豆				ツナ油漬 えんどう春雨		#		豆板醤	年		■ 校豆 玉ねぎドレッシング	-	年	
有 段 温 こしょう		-	大豆 シーザーサラダドレッシング		年		えんとう 春雨 ほうれんそう				立似西	#		五はさトレッンング	-	4	
ごま油			2-9-979 109229		+		とうもろこし				白菜の昆布和え			ハッシュドポーク			
_ C & //I			オニオンスープ				にんじん				白菜の比が相え			豚小間肉			
牛乳		提供なし	ウインナースライス		年		バンバンジードレッシング		年		きゅうり			じゃがいも			
T-71		提供なし	たまねぎ		+		7,57,55-10,555				にんじん			たまねぎ			
大根サラダ			にんじん				なめこのみそ汁				塩こんぶ	年		にんじん			
大根			シェルマカロニ		年		なめこ				温こんか			エリンギ			
小松菜			スープストック		年		ミニ厚揚げ		年		いものこ汁			にんにく			
にんじん			精製塩				にんじん				鶏小間肉			サラダ油			
青じそドレッシング	年		こしょう				わかめ				さといも			ハヤシフレーク		年	
H o (z) z z)			2027				ねぎ				にんじん			ケチャップ(調理用)		年	
たまごドーナツ							白みそ				こんにゃく			中濃ソース		年	
たまごドーナツ	月	提供なし					赤みそ				豆腐	年		砂糖		'	
大豆白絞油		提供なし					かつお節				ぶなしめじ			15 114			
7 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1		2000					煮干し				ねぎ						
							, , -				こいくちしょうゆ						
											精製塩						
											かつお節						
											煮干し						
						·											
						-											
						·											
ı 1		1	1				1	. 2	i		1	1		1	1	i	1

- 3 -

令和 7 年度 11 月分 献立明細表

C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1		月曜日	11月25日	11月26日			水曜日	11月27日	11月28日		金曜日						
				ごはん				コッペパン				ごはん			ジャージャーうどん	(ソフト麺)		
				牛乳				牛乳				牛乳			牛乳			
				いかのレモン揚げ				ハムステーキ				ほきのねぎソース			こいわしフライ			
				マセドアンサラダ				ツナ豆サラダ				ヤーコンのごまサラダ			ボイル野菜			
				ほうれん草のコンソス	メスープ			白菜のクリーム煮				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
				ごはん				コッペパン		年	提供なし	ごはん			ジャージャーうどん	(ソフト麺)	V	
															ソフト麺		年	
				牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳		提供なし				
															しょうが			
				いかのレモン揚げ				ハムステーキ				ほきのねぎソース			たまねぎ			
				いかでん粉付き		月		ハムステーキ		月		ほきでん粉付き	月		ねぎ			
				大豆白絞油				大豆白絞油				大豆白絞油			甜麺醤		年	
				砂糖								しょうが			こいくちしょうゆ			
				こいくちしょうゆ				ツナ豆サラダ				ねぎ			豆板醤		年	
	1			レモン果汁				ツナ油漬		年		砂糖			サラダ油			
	1			_ , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	-			大豆				こいくちしょうゆ			でんぷん			
	1			マセドアンサラダ	-	-		枝豆				ごま油		1	AL WH			+B /# +> '
	1			じゃがいも	-			きゅうり				<u> </u>		1	牛乳			提供なし
	1			ミックスベジタブル ノンエッグマヨネーズ (チューブ)		月 年		にんじん サウザンアイランドドレッシング		<i>T</i> -		ヤーコンのごまサラダ		1				-
				ノンエックマヨネース (チューフ)		牛		サウサンアイランドドレッシンク		年		ヤーコン			こいわしフライ			
				はされて 世の ニン・バー	,							にんじん			こいわしフライ		月	
				ほうれん草のコンソ	<u> </u>	年		白菜のクリーム煮				きゅうり ごまドレッシング	年		大豆白絞油			
				ミートボール ほうれんそう		平		鶏小間肉 たまねぎ				こまトレッシング	#		ボイル野菜			
				たまねぎ				だまねさ ぶなしめじ				つくばの恵み豚汁			もやし			
				とうもろこし				白菜				豚小間肉			にんじん			
				精製塩				にんじん				しょうが			きゅうり			
				行表塩こしょう				じゃがいも				サラダ油			2479			
				コンソメ		年		サラダ油				たまねぎ						
				3277		-		牛乳			除去	じゃがいも						
								ホワイトシチューの素		年		にんじん						
								コンソメ		年		大根						
								精製塩		'		ひらたけ						
								こしょう				ねぎ						
	1											白みそ		1				1
	1											赤みそ		1				
	1											かつお節		1				
												煮干し		1				1
												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					
																	-	
											•							
											•							
									4									
									_ 7			-						

- 4 -