

令和 7 年度 12 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

12月8日 月曜日				12月9日 火曜日				12月10日 水曜日				12月11日 木曜日				12月12日 金曜日			
丸パン 牛乳 ハンバーグ焼きケチャップソース 有機野菜のかみかみサラダ 有機小松菜のコンソメスープ				麦ごはん 牛乳 肉みそこんにやく ツナサラダ かき玉汁				つくば米粉パン 牛乳 焼きウインナー こんにやくサラダ つくば野菜の豆乳クリーム煮				ごはん 牛乳 ミートボール甘酢あん 磯香和え 八杯汁				ナポリタン ミニテーブルロール のむヨーグルト ミートコロッケ れんこんサラダ			
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
丸パン		月	提供なし	麦ごはん				つくば米粉パン		年	提供なし	ごはん				ナポリタン			
				ごはん												スパゲッティ		年	
牛乳			提供なし	大麦				牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	鶏小間肉			
																白ワイン			
ハンバーグ焼きケチャップソース				牛乳			提供なし	焼きウインナー				ミートボール甘酢あん				たまねぎ			
ハンバーグ		月						無塩せきフランク		月		ミートボール		年		にんじん			
大豆白絞油				肉みそこんにやく				大豆白絞油				たまねぎ				ほうれんそう			
ケチャップ（調理用）		年		こんにやく								にんじん				エリンギ			
サラダ油				鶏ひき肉				こんにやくサラダ				たけのこ				にんにく			
トマトピューレ				清酒				サラダこんにやく				干しいたけ				サラダ油			
ウスターソース		年		たまねぎ				にんじん				グリーンピース				トマト缶			
砂糖				田楽みそ		月		とうもろこし				サラダ油				ケチャップ（調理用）		年	
でんぶん				サラダ油				小松菜				穀物酢				トマトピューレ			
				でんぶん				かんきつドレッシング		年		こいくちしょうゆ				コンソメ		年	
有機野菜のかみかみサラダ												砂糖				中濃ソース		年	
ごぼう				ツナサラダ				つくば野菜の豆乳クリーム煮				ケチャップ（調理用）		年		精製塩			
水菜				ツナ油漬		年		鶏小間肉				ごま油							
にんじん				とうもろこし				白ワイン				でんぶん				ミニテーブルロール		年	提供なし
枝豆				じゃがいも				にんにく											
シーザーサラダドレッシング		年		わかめ				サラダ油				磯香和え				のむヨーグルト		月	提供なし
				にんじん				にんじん				焼のり							
有機小松菜のコンソメスープ				和風クリーミードレッシング		年		白菜				白菜				ミートコロッケ			
小松菜								ひらたけ				きゅうり				ミートコロッケ		月	提供なし
たまねぎ				かき玉汁				ねぎ				にんじん				大豆白絞油			提供なし
かぶ				卵			除去	ほうれんそう				とうもろこし							
とうもろこし				豆腐		年		じゃがいも				卓上しょうゆ							
サラダ油				にんじん				小麦粉								れんこんサラダ			
コンソメ		年		小松菜				じゃがいもペースト				八杯汁				れんこん			
こいくちしょうゆ				ねぎ				豆乳				豆腐		年		とうもろこし			
精製塩				干しいたけ				コンソメ		年		大根				枝豆			
こしょう				こいくちしょうゆ				精製塩				にんじん				ノンエッグマヨネーズ（チューブ）		年	
				精製塩				こしょう				えのきたけ							
				かつお節				塩麹				煮干し							
				だし昆布								かつお節							
				でんぶん								こいくちしょうゆ							
												精製塩							
												清酒							
												みりん							
												でんぶん							

令和 7 年度 12 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

12月15日				12月16日				12月17日				12月18日				12月19日				金曜日			
月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日							
ちゃんぽん（ソフト中華麺） 牛乳 大学芋 パンバンジーサラダ				ごはん のりごまふりかけ 牛乳 サイコロおでん たくあんあえ みかんゼリー				ごはん 牛乳 ぶりのゆずソース ひじきの炒り煮 かぼちゃのみそ汁				セサミパン 牛乳 たら磯辺フライ フレンチサラダ ミネストローネ				ごはん 牛乳 コーンかまぼこ焼き ごま和え とりすき焼き風煮							
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				
ちゃんぽん（ソフト中華麺）				ごはん				ごはん				セサミパン				ごはん							
ソフト中華麺		年											年	提供なし									
豚小間肉				のりごまふりかけ				牛乳			提供なし	牛乳			提供なし	牛乳			提供なし				
にんにく				のりごまふりかけ		月																	
精製塩								ぶりのゆずソース				たら磯辺フライ				コーンかまぼこ焼き							
清酒				牛乳			提供なし	ぶり切身でん粉付き		月		たら磯辺フライ		月		コーンと枝豆入り小魚君		月					
サラダ油								大豆白絞油				大豆白絞油				大豆白絞油							
細切りかまぼこ		年		サイコロおでん				ゆずポン酢		月		卓上ソース		年									
にんじん				ウインナー		月		砂糖								ごま和え							
チンゲンサイ				はんぺんあられ（白）		月		こいくちしょうゆ				フレンチサラダ				もやし							
ねぎ				さつま揚げ		年		でんぶん				キャベツ				にんじん							
たけのこ				にんじん								ブロッコリー				小松菜							
干ししいたけ				大根				ひじきの炒り煮				にんじん				白すりごま							
こいくちしょうゆ				こんにゃく				鶏小間肉				とうもろこし				ごま和えの素		年					
チャンボンスープの素		年		昆布				ひじき				フレンチ白ドレッシング		年									
でんぶん				砂糖				にんじん								とりすき焼き風煮							
				精製塩				いんげん				ミネストローネ				鶏肉							
牛乳			提供なし	こいくちしょうゆ				干ししいたけ				ウイナースライス		年		清酒							
				みりん				サラダ油				たまねぎ				サラダ油							
大学芋				清酒				砂糖				にんじん				しらたき							
さつまいも				和風だし		年		こいくちしょうゆ				にんにく				厚揚げ		年					
大豆白絞油								清酒				エリンギ				にんじん							
砂糖				たくあんあえ				みりん				大豆				白菜							
こいくちしょうゆ				千切りたくあん		年						パセリ				えのきたけ							
穀物酢				もやし				かぼちゃのみそ汁				サラダ油				ごぼう							
みりん				小松菜				ミニ厚揚げ		年		マカロニ		年		ねぎ							
でんぶん				にんじん				たまねぎ				トマト缶				砂糖							
黒いりごま								にんじん				ケチャップ（調理用）		年		こいくちしょうゆ							
				みかんゼリー				ぶなしめじ				コンソメ		年		精製塩							
パンバンジーサラダ				甘夏ゼリー		月		かぼちゃ				精製塩											
ささみ水煮		年		みかんゼリー		月		白みそ				こしょう											
もやし				バインアップルシラップ漬け				赤みそ															
小松菜								煮干し															
にんじん								かつお節															
パンバンジードレッシング		年																					

つくばほがらか給食センター谷田部

4