令和　7　年度　　7　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

献立明細表について

①配合表の欄に「月」がある食品
添付されている「食品配合表」に使用している材料が詳しく書かれていますので、ご確認ください。

②配合表の欄に「年」がある食品
年度の始めに配布した「年間使用食品配合表」に、使用している材料が詳しく書かれていますので、ご確認ください。
また、使用する頻度の多い「**しょうゆ・みそ・油・ごま油・オリーブ油**」に関しては「年」を付けませんので、ご確認の際は年間使用食品配合表をご覧ください。

③除去食の欄に「除去」とある食品
該当の食品を除去し、調理したものを専用容器に入れて提供します。

④除去食の欄に「提供なし」とある食品
該当の食品は提供はありません。

7月1日　火曜日				7月2日　水曜日				7月3日　木曜日				7月4日　金曜日			
背割れコッペパン 牛乳 ウインナーチリソース 大豆とツナのサラダ 麦と野菜のスープ				ごはん 牛乳 鶏肉の人参ソース いんげんとハムのおかかポン酢和え 青のりしんじょのすまし汁				ごはん 牛乳 いかのレモン揚げ もやしとささみのサラダ じゃがいもとたまねぎのみそ汁 ヨーグルト				コッペパン 牛乳 わかさぎフリッター 豆乳コーンポタージュ レモンゼリー入りフルーツナタデココ			
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
背割れコッペパン		年	提供なし	**ごはん**				**ごはん**				**コッペパン**		年	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
ウインナーチリソース				**鶏肉の人参ソース**				**いかのレモン揚げ**				**わかさぎフリッター**			
無塩せきフランクロング		月		鶏肉切り身				いか切身でん粉付き		月		わかさぎフリッター		月	
たまねぎ				清酒				大豆白絞油				大豆白絞油			
白ワイン				精製塩				砂糖							
サラダ油				大豆白絞油				こいくちしょうゆ				**豆乳コーンポタージュ**			
ピーマン				にんにく				レモン果汁				ベーコン		年	
トマト缶				サラダ油								たまねぎ			
ケチャップ（調理用）		年		にんじん				**もやしとささみのサラダ**				にんじん			
砂糖				砂糖				ささみ水煮		年		じゃがいも			
スープストック		年		みりん				にんじん				コーンペースト			
チリパウダー		年		こいくちしょうゆ				きゅうり				枝豆			
精製塩				穀物酢				もやし				パセリ			
								減塩和風ドレッシング		年		サラダ油			
大豆とツナのサラダ				**いんげんとハムのおかかポン酢和え**								ホワイトシチューの素		年	
ツナ油漬		年		かつお節				**じゃがいもとたまねぎのみそ汁**				豆乳			
とうもろこし				黄パプリカ				にんじん				コンソメ		年	
にんじん				ロースハム		年		たまねぎ				こしょう			
大豆				いんげん				じゃがいも				ローリエ			
アスパラガス				キャベツ				油揚げ		年		精製塩			
コールスロードレッシング		年		ポン酢		年		いんげん							
								わかめ				**レモンゼリー入りフルーツナタデココ**			
麦と野菜のスープ				**青のりしんじょのすまし汁**				白みそ				黄桃シラップ漬け			
豚ひき肉				青のりボール		月		赤みそ				パインアップルシラップ漬け			
サラダ油				にんじん				煮干し				レモンゼリー		月	
にんじん				えのきたけ				かつお節				ナタデココ		月	
たまねぎ				ねぎ											
エリンギ				水菜				**ヨーグルト**							
小松菜				精製塩				ヨーグルト		月	提供なし				
大麦				こいくちしょうゆ											
コンソメ		年		清酒											
こいくちしょうゆ				かつお節											
こしょう				煮干し											
精製塩				昆布だし		年									

令和　7　年度　　7　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

7月7日			月曜日	7月8日			火曜日	7月9日			水曜日	7月10日			木曜日	7月11日			金曜日
ごはん 牛乳 お星さまコロッケ コーンと枝豆のサラダ 天の川汁 七夕ゼリー				ごはん 牛乳 さばの塩麹焼き わかめと小松菜の和え物 豚肉となすのみそ汁				ごはん 牛乳 お魚焼きかまぼこ チンジャオロースー もずくスープ				ミルクパン 牛乳 ケチャップ肉団子 シーザーサラダ マカロニ入りオニオンスープ				麦ごはん 牛乳 揚げしゅうまい ほうれんそうとくらげの和え物 厚揚げのゴーヤチャンプルー			
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				**ごはん**				**ごはん**				**ミルクパン**		月	提供なし	**麦ごはん**			
																ごはん			
牛乳			提供なし	**牛乳**			提供なし	**牛乳**			提供なし	**牛乳**			提供なし	大麦			
お星さまコロッケ				**さばの塩麹焼き**				**お魚焼きかまぼこ**				**ケチャップ肉団子**				**牛乳**			提供なし
お星さまコロッケ		月		さば塩こうじ焼き		月		お魚焼きかまぼこ		月		ケチャップ肉団子		月					
大豆白絞油				大豆白絞油				大豆白絞油								**揚げしゅうまい**			
卓上ソース		年										**シーザーサラダ**				コーンしゅうまい		月	
				わかめと小松菜の和え物				**チンジャオロースー**				とうもろこし				大豆白絞油			
コーンと枝豆のサラダ				わかめごはんの素		年		豚肉千切り				ブロッコリー							
とうもろこし				とうもろこし				清酒				にんじん				**ほうれんそうとくらげの和え物**			
にんじん				にんじん				にんじん				キャベツ				中華くらげ		年	
枝豆				小松菜				ピーマン				シーザーサラダドレッシング		年		にんじん			
キャベツ				枝豆				たけのこ								ほうれんそう			
きゅうり								しょうが				**マカロニ入りオニオンスープ**				きゅうり			
玉ねぎドレッシング		年		**豚肉となすのみそ汁**				サラダ油				ウインナースライス		年					
				豚小間肉				オイスターソース		年		サラダ油				**厚揚げのゴーヤチャンプルー**			
天の川汁				清酒				こいくちしょうゆ				たまねぎ				豚小間肉			
鶏小間肉				にんじん				砂糖				にんじん				にんにく			
清酒				こんにゃく				こしょう				しめじ				しょうが			
でんぷん				干ししいたけ				中華スープストック		年		星型米粉マカロニ		年		サラダ油			
にんじん				なす				でんぷん				小松菜				にんじん			
星型なるとスライス		年		ねぎ				精製塩				コンソメ		年		厚揚げ		年	
干ししいたけ				かつお節								精製塩				もやし			
チンゲンサイ				煮干し				**もずくスープ**				こしょう				炒りたまご		月	除去
そうめん		月		白みそ				鶏小間肉								ゴーヤ			
おくら				赤みそ				にんじん								かつお節			
こいくちしょうゆ								もずく								オイスターソース		年	
精製塩								干ししいたけ								こいくちしょうゆ			
かつお節								チンゲンサイ								清酒			
だし昆布								にら								砂糖			
								塩ラーメンスープの素		年						精製塩			
七夕ゼリー								中華スープストック		年									
七夕ゼリー		月						ごま油											
								精製塩											

令和　7　年度　　7　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

7月14日			月曜日
ごはん			
牛乳			
あじの南蛮漬け			
ほうれん草とかまぼこの昆布和え			
豆腐とわかめのみそ汁			
食品名	小分量	配合表	除去食
ごはん			
牛乳			提供なし
あじの南蛮漬け			
あじ切身でん粉付き		月	
大豆白絞油			
たまねぎ			
にんじん			
サラダ油			
穀物酢			
こいくちしょうゆ			
砂糖			
一味唐辛子			
ほうれん草とかまぼこの昆布和え			
塩こんぶ		年	
極細赤かまぼこ		年	
ほうれんそう			
切干大根			
豆腐とわかめのみそ汁			
にんじん			
たまねぎ			
豆腐		年	
えのきたけ			
わかめ			
赤みそ			
煮干し			
かつお節			

7月15日			火曜日
黒パン			
牛乳			
チキンナゲット			
かにかまパプリカサラダ			
ウインナーと野菜のトマト煮			
食品名	小分量	配合表	除去食
黒パン		年	提供なし
牛乳			提供なし
チキンナゲット			
チキンナゲット		月	
大豆白絞油			
かにかまパプリカサラダ			
かにかまぼこ		月	
黄パプリカ			
にんじん			
キャベツ			
フレンチ白ドレッシング		年	
ウインナーと野菜のトマト煮			
ウインナースライス		年	
にんにく			
サラダ油			
たまねぎ			
にんじん			
ぶなしめじ			
カリフラワー			
ブロッコリー			
ミックスビーンズ		年	
トマトペースト			
ケチャップ（調理用）		年	
白ワイン			
コンソメ		年	
ローリエ			
こしょう			
精製塩			
オリーブ油			

7月16日			水曜日
ごはん			
牛乳			
豆腐ハンバーグきのこソース			
水菜とささみのごまサラダ			
モロヘイヤとなめこのみそ汁			
食品名	小分量	配合表	除去食
ごはん			
牛乳			提供なし
豆腐ハンバーグきのこソース			
豆腐ハンバーグ		月	
大豆白絞油			
たまねぎ			
サラダ油			
えのきたけ			
こいくちしょうゆ			
みりん			
砂糖			
でんぷん			
水菜とささみのごまサラダ			
ささみ水煮		年	
焼のり			
にんじん			
キャベツ			
水菜			
ごまドレッシング		年	
モロヘイヤとなめこのみそ汁			
にんじん			
大根			
なめこ			
ねぎ			
モロヘイヤ			
赤みそ			
白みそ			
煮干し			
かつお節			

7月17日			木曜日
スパイシー夏野菜カレーライス（麦ごはん）			
牛乳			
オムレツ			
ちりめんじゃこのサラダ			
食品名	小分量	配合表	除去食
スパイシー夏野菜カレーライス（麦ごはん）			
ごはん			
大麦			
ミートボール		年	
にんじん			
たまねぎ			
スパニッシュグリル野菜		月	
かぼちゃ			
ピーマン			
にんにく			
しょうが			
サラダ油			
トマト缶			
カレー粉		年	
アレルゲンフリーカレーフレーク		年	
まろやかカレールー		年	
ウスターソース		年	
牛乳			提供なし
オムレツ			
プレーンオムレツ		月	提供なし
大豆白絞油			提供なし
ちりめんじゃこのサラダ			
揚げちりめん		年	
にんじん			
カリフラワー			
キャベツ			
和風フレンチドレッシング		年	

7月18日			金曜日
しょうゆわかめラーメン（ソフト中華麺）			
牛乳			
焼き餃子			
切干大根とツナのサラダ			
食品名	小分量	配合表	除去食
しょうゆわかめラーメン（ソフト中華麺）			
ソフト中華麺		年	
豚小間肉			
清酒			
サラダ油			
にんじん			
もやし			
たけのこ			
チンゲンサイ			
わかめ			
ねぎ			
醤油ラーメンスープの素		年	
がらスープ		年	
こいくちしょうゆ			
精製塩			
こしょう			
でんぷん			
牛乳			提供なし
焼き餃子			
焼き餃子		月	
切干大根とツナのサラダ			
ツナ油漬		年	
ミックスベジタブル		月	
切干大根			
きゅうり			
塩中華ドレッシング		年	