令和　8　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

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一部の食品については「年」を付けませんので、詳細は年間使用食品配合表の目次をご覧ください。

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。

11月2日			月曜日	11月3日			火曜日	11月4日			水曜日	11月5日			木曜日	11月6日			金曜日
ほうとう風うどん（ソフト麺）								ごはん				コッペパン				ごはん			
牛乳								牛乳				牛乳				牛乳			
野菜かき揚げ								鶏肉のレモン揚げ				プレーンオムレツ				いかの香味ソース			
かぶの和風サラダ								シーザーサラダ				ツナサラダ				こまつなのごま和え			
								アルファベットスープ				トマトシチュー				きのこ汁			
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
ほうとう風うどん（ソフト麺）								**ごはん**				**コッペパン**		年	提供なし	**ごはん**			
ソフト麺		年																	
鶏小間肉								**牛乳**			提供なし	**牛乳**			提供なし	**牛乳**			提供なし
油揚げ		月																	
大根								**鶏肉のレモン揚げ**				**プレーンオムレツ**				**いかの香味ソース**			
にんじん								鶏むね切身				プレーンオムレツ		月	提供なし	いか切身			
かぼちゃ								こしょう				大豆白絞油			提供なし	大豆白絞油			
えのきたけ								酒								こいくちしょうゆ			
ねぎ								でんぷん				**ツナサラダ**				酒			
赤みそ								大豆白絞油				ツナ油漬		月		砂糖			
白みそ								砂糖				カリフラワー				ねぎ			
こいくちしょうゆ								こいくちしょうゆ				キャベツ				しょうが			
酒								レモン果汁				きゅうり				にんにく			
みりん								みりん				にんじん				穀物酢			
煮干し												かんきつドレッシング		年		おろしりんご			
かつお節								**シーザーサラダ**								サラダ油			
でんぷん								キャベツ				**トマトシチュー**							
								ブロッコリー				鶏小間肉				**こまつなのごま和え**			
牛乳			提供なし					にんじん				じゃがいも				大根			
								きゅうり				たまねぎ				にんじん			
野菜かき揚げ								シーザーサラダドレッシング		年		にんじん				小松菜			
野菜かき揚げ		月										ほうれんそう				ごまあえの素		月	
大豆白絞油								**アルファベットスープ**				サラダ油							
								ウインナー		月		白いんげん豆ペースト				**きのこ汁**			
かぶの和風サラダ								たまねぎ				トマトピューレ				豚小間肉			
ツナ油漬		月						にんじん				ケチャップ（調理用）		年		豆腐		月	
かぶ								サラダ油				スープストック		年		油揚げ		月	
にんじん								ほうれんそう				ホワイトシチューの素		年		ぶなしめじ			
もやし								とうもろこし				牛乳			除去	なめこ			
減塩和風ドレッシング		年						アルファベットマカロニ		月		精製塩				さといも			
								コンソメ		年		こしょう				ねぎ			
								精製塩								煮干し			
								こしょう								かつお節			
								こいくちしょうゆ								こいくちしょうゆ			
																酒			
																精製塩			

令和　8　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9日	月曜日	11月10日	火曜日	11月11日	水曜日	11月12日	木曜日	11月13日	金曜日
ごはん		ごはん		ごはん		ユメシホウ人参パン			
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳			
春巻き		タラのコーンマヨネーズ焼き		ほっけのみりん焼き		ハンバーグトマトソース			
春雨サラダ		きのこのマリネ		わかめと豆腐のサラダ		れんこんと水菜のサラダ			
鶏肉とじゃがいものさっぱり煮		さつま芋とにんじんのスープ		鶏ごぼう汁		かぶのコンソメスープ			

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	食品名	小分量	配合表	除去食
ごはん				**ごはん**				**ごはん**				**ユメシホウ人参パン**		月	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				
春巻き				**タラのコーンマヨネーズ焼き**				**ほっけのみりん焼き**				**ハンバーグトマトソース**							
春巻き		月		たら切身				ほっけみりん干し切身		月		ハンバーグ		月					
大豆白絞油				酒				大豆白絞油				大豆白絞油							
				こしょう								ソテーオニオン		月					
春雨サラダ				コーンペースト				**わかめと豆腐のサラダ**				ぶなしめじ							
極細黄かまぼこ		月		ノンエッグマヨネーズ（調理用）		年		わかめ				サラダ油							
きくらげ				パセリ				豆腐		月		トマトペースト							
えんどう春雨				大豆白絞油				ちくわスライス		月		ケチャップ（調理用）		年					
もやし								きゅうり				中濃ソース		年					
小松菜				**きのこのマリネ**				にんじん				砂糖							
にんじん				ぶなしめじ				塩中華ドレッシング		年		スープストック		年					
中華ドレッシング		年		ブロッコリー															
				じゃがいも				**鶏ごぼう汁**				**れんこんと水菜のサラダ**							
鶏肉とじゃがいものさっぱり煮				たまねぎ				鶏小間肉				水菜							
鶏肉角切				イタリアンドレッシング		年		白菜				れんこん							
酒								にんじん				さつまいも							
にんにく				**さつま芋とにんじんのスープ**				ごぼう				クリーミーフレンチ白ドレッシング		年					
しょうが				ベーコン		月		干ししいたけ											
たまねぎ				サラダ油				ねぎ				**かぶのコンソメスープ**							
にんじん				にんじん				サラダ油				鶏小間肉							
じゃがいも				たまねぎ				白みそ				サラダ油							
枝豆				さつまいも				赤みそ				にんじん							
サラダ油				小松菜				かつお節				かぶ							
砂糖				にんじんペースト		月		煮干し				白菜							
こいくちしょうゆ				白ワイン								ひらたけ							
みりん				コンソメ		年						ねぎ							
穀物酢				精製塩								オリーブ油							
				こしょう								白ワイン							
												コンソメ		年					
												精製塩							
												こしょう							
												ローリエ							

令和　8　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16日			月曜日	11月17日			火曜日	11月18日			水曜日	11月19日			木曜日	11月20日			金曜日
キーマカレーライス（麦ごはん）				ごはん				麦ごはん				ごはん				ごはん			
牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳			
コーンコロッケ				いわしの蒲焼き				豚肉の味噌炒め				めひかりの竜田揚げ				豚肉のねぎ塩焼き			
カリフラワーのサラダ				おかか和え				ごぼうサラダ				れんこんのきんぴら				茨城県産たこと野菜のサラダ			
				茨城野菜のみそ汁				けんちん汁				白菜と厚揚げのみそ汁				はりはり汁			
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
キーマカレーライス（麦ごはん）				**ごはん**				**麦ごはん**				**ごはん**				**ごはん**			
ごはん								ごはん											
大麦				**牛乳**			提供なし	大麦				**牛乳**			提供なし	**牛乳**			提供なし
豚ひき肉																			
しょうが				**いわしの蒲焼き**				**牛乳**			提供なし	**めひかりの竜田揚げ**				**豚肉のねぎ塩焼き**			
にんにく				いわし開きでん粉付き		月						めひかりの竜田揚げ		月		豚肉切身			
たまねぎ				大豆白絞油				**豚肉の味噌炒め**				大豆白絞油				塩焼肉のたれ		月	
ソテーオニオン		月		砂糖				豚小間肉								ねぎ			
にんじん				こいくちしょうゆ				たまねぎ				**れんこんのきんぴら**				酒			
ひよこ豆				みりん				たけのこ				豚小間肉				大豆白絞油			
パプリカダイスカット		月		でんぷん				小松菜				ごぼう							
白いんげん豆								にんにく				れんこん				**茨城県産たこと野菜のサラダ**			
トマト缶				**おかか和え**				しょうが				にんじん				たこ			
サラダ油				ほうれんそう				ごま油				さつま揚げ		月		じゃがいも			
カレー粉		年		にんじん				オイスターソース		年		ごま油				キャベツ			
まろやかカレールー		年		白菜				豆板醤		年		砂糖				きゅうり			
アレルゲンフリーカレーフレーク		年		かつお節				こいくちしょうゆ				こいくちしょうゆ				にんじん			
ウスターソース		年		卓上しょうゆ				赤みそ				酒				和風フレンチドレッシング		年	
								甜麺醤		年		みりん							
牛乳			提供なし	**茨城野菜のみそ汁**				砂糖								**はりはり汁**			
				れんこん				酒				**白菜と厚揚げのみそ汁**				細切りかまぼこ		月	
コーンコロッケ				さつまいも				でんぷん				厚揚げ		年		水菜			
コーンコロッケ		月		ひらたけ								白菜				大根			
大豆白絞油				豆腐		月		**ごぼうサラダ**				にんじん				にんじん			
				油揚げ		月		ごぼう				ひらたけ				たまねぎ			
カリフラワーのサラダ				大根				枝豆				ねぎ				干ししいたけ			
カリフラワー				小松菜				にんじん				白みそ				こいくちしょうゆ			
ブロッコリー				ねぎ				水菜				煮干し				精製塩			
にんじん				白みそ				とうもろこし				かつお節				かつお節			
玉ねぎドレッシング		年		赤みそ				和風クリーミードレッシング		年						煮干し			
				煮干し												昆布だし		年	
				かつお節				**けんちん汁**								でんぷん			
								さといも											
								こんにゃく											
								にんじん											
								大根											
								豆腐		月									
								油揚げ		月									
								ねぎ											
								こいくちしょうゆ											
								精製塩											
								酒											
								かつお節											
								煮干し											

令和　8　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23日			月曜日	11月24日			火曜日	11月25日			水曜日	11月26日			木曜日	11月27日			金曜日
				ごはん				ミルクパン				肉うどん（ソフト麺）				つくば米粉パン			
				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳			
				鶏肉のカレーソース焼き				えびカツ				大学芋				ホキのバジルソース			
				白菜と肉団子のスープ				ブロッコリーサラダ				キャベツともやしの昆布和え				切り干し大根のナポリタン			
				りんごゼリーあえ				ポークビーンズ								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	食品名	小分量	配合表	除去食
				ごはん				**ミルクパン**		年	提供なし	**肉うどん（ソフト麺）**				**つくば米粉パン**		年	提供なし
												ソフト麺		年					
				牛乳			提供なし	**牛乳**			提供なし	豚小間肉				**牛乳**			提供なし
												油揚げ		月					
				鶏肉のカレーソース焼き				**えびカツ**				ぶなしめじ				**ホキのバジルソース**			
				鶏むね切身				えびカツ		月		にんじん				ホキ切身			
				酒				大豆白絞油				小松菜				大豆白絞油			
				カレー粉		年						たまねぎ				ソテーオニオン		月	
				砂糖				**ブロッコリーサラダ**				こいくちしょうゆ				サラダ油			
				ウスターソース		年		ブロッコリー				みりん				白ワイン			
				大豆白絞油				きゅうり				酒				バジルソース		月	
								とうもろこし				かつお節				精製塩			
				白菜と肉団子のスープ				にんじん				煮干し							
				ミートボール		月		コーンクリーミードレッシング		年		でんぷん				**切り干し大根のナポリタン**			
				えのきたけ								精製塩				ベーコン		月	
				白菜				**ポークビーンズ**								細切りかまぼこ		月	
				ほうれんそう				大豆				**牛乳**			提供なし	切干大根			
				えんどう春雨				豚小間肉								にんじん			
				干ししいたけ				たまねぎ				**大学芋**				えのきたけ			
				中華スープストック		年		じゃがいも				さつまいも				にんにく			
				こいくちしょうゆ				にんじん				大豆白絞油				ピーマン			
				精製塩				にんにく				砂糖				ケチャップ（調理用）		年	
				こしょう				サラダ油				こいくちしょうゆ				中濃ソース		年	
				ごま油				ケチャップ（調理用）		年		穀物酢				サラダ油			
								トマトピューレ				みりん							
				りんごゼリーあえ				ウスターソース		年		でんぷん				**オニオンスープ**			
				青りんごゼリー		月		赤ワイン				黒いりごま				ウインナー		月	
				パインアップルシラップ漬け				砂糖								たまねぎ			
				ふじりんごゼリー		月		精製塩				**キャベツともやしの昆布和え**				にんじん			
				ナタデココ		月		こしょう				キャベツ				じゃがいも			
								コンソメ		年		もやし				とうもろこし			
												にんじん				いんげん			
												水菜				サラダ油			
												塩こんぶ		年		コンソメ		年	
																精製塩			
																こしょう			
																こいくちしょうゆ			

令和　8　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30日		月曜日																	
ごはん 牛乳 豚肉のにんじんソース さつまいものサラダ ロメインレタスのスープ つくば市産お米のムース																			
食品名		配合表	除去食	食品名		配合表	除去食	食品名		配合表	除去食	食品名		配合表	除去食	食品名		配合表	除去食
ごはん																			
牛乳			提供なし																
豚肉のにんじんソース																			
豚肉切身																			
酒																			
精製塩																			
大豆白絞油																			
にんにく																			
サラダ油																			
にんじんペースト																			
こいくちしょうゆ																			
砂糖																			
みりん																			
穀物酢																			
さつまいものサラダ																			
ツナ油漬		月																	
さつまいも																			
たまねぎ																			
小松菜																			
ノンエッグマヨネーズ（チューブ）		年																	
ロメインレタスのスープ																			
ベーコン		月																	
にんじん																			
大根																			
ヤーコン																			
たまねぎ																			
ひらたけ																			
ロメインレタス																			
コンソメ		年																	
こいくちしょうゆ																			
精製塩																			
こしょう																			
つくば市産お米のムース																			
つくば市産お米のムース		月																	