令和　8　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

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
ごはん				ミルクパン		麦ごはん		ほうとう風うどん（ソフト麺）	
牛乳				牛乳		牛乳		牛乳	
鶏肉のレモン揚げ				えびカツ		豚肉の味噌炒め		野菜かき揚げ	
シーザーサラダ				ブロッコリーサラダ		ごぼうサラダ		かぶの和風サラダ	
アルファベットスープ				ポークビーンズ		けんちん汁			

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
ごはん								**ミルクパン**		年	提供なし	**麦ごはん**				**ほうとう風うどん（ソフト麺）**			
												ごはん				ソフト麺		年	
牛乳			提供なし					**牛乳**			提供なし	大麦				鶏小間肉			
																油揚げ		月	
鶏肉のレモン揚げ								**えびカツ**				**牛乳**			提供なし	大根			
鶏むね切身								えびカツ		月						にんじん			
こしょう								大豆白絞油				**豚肉の味噌炒め**				かぼちゃ			
酒												豚小間肉				えのきたけ			
でんぷん								**ブロッコリーサラダ**				たまねぎ				ねぎ			
大豆白絞油								ブロッコリー				たけのこ				赤みそ			
砂糖								きゅうり				小松菜				白みそ			
こいくちしょうゆ								とうもろこし				にんにく				こいくちしょうゆ			
レモン果汁								にんじん				しょうが				酒			
みりん								コーンクリーミードレッシング		年		ごま油				みりん			
												オイスターソース		年		煮干し			
シーザーサラダ								**ポークビーンズ**				豆板醤		年		かつお節			
キャベツ								大豆				こいくちしょうゆ				でんぷん			
ブロッコリー								豚小間肉				赤みそ							
にんじん								たまねぎ				甜麺醤		年		**牛乳**			提供なし
きゅうり								じゃがいも				砂糖							
シーザーサラダドレッシング		年						にんじん				酒				**野菜かき揚げ**			
								にんにく				でんぷん				野菜かき揚げ		月	
アルファベットスープ								サラダ油								大豆白絞油			
ウインナー		月						ケチャップ（調理用）		年		**ごぼうサラダ**							
たまねぎ								トマトピューレ				ごぼう				**かぶの和風サラダ**			
にんじん								ウスターソース		年		枝豆				ツナ油漬		月	
サラダ油								赤ワイン				にんじん				かぶ			
ほうれんそう								砂糖				水菜				にんじん			
とうもろこし								精製塩				とうもろこし				もやし			
アルファベットマカロニ		月						こしょう				和風クリーミードレッシング		年		減塩和風ドレッシング		年	
コンソメ		年						コンソメ		年									
精製塩												**けんちん汁**							
こしょう												さといも							
こいくちしょうゆ												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

Ｂ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				つくば米粉パン				ごはん				ごはん							
牛乳				牛乳				牛乳				牛乳							
ほっけのみりん焼き				ホキのバジルソース				豚肉のねぎ塩焼き				春巻き							
わかめと豆腐のサラダ				切り干し大根のナポリタン				茨城県産たこと野菜のサラダ				春雨サラダ							
鶏ごぼう汁				オニオンスープ				はりはり汁				鶏肉とじゃがいものさっぱり煮							
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
ごはん				**つくば米粉パン**		年	提供なし	**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				
ほっけのみりん焼き				**ホキのバジルソース**				**豚肉のねぎ塩焼き**				**春巻き**							
ほっけみりん干し切身		月		ホキ切身				豚肉切身				春巻き		月					
大豆白絞油				大豆白絞油				塩焼肉のたれ		月		大豆白絞油							
				ソテーオニオン		月		ねぎ											
わかめと豆腐のサラダ				サラダ油				酒				**春雨サラダ**							
わかめ				白ワイン				大豆白絞油				極細黄かまぼこ		月					
豆腐		月		バジルソース		月						きくらげ							
ちくわスライス		月		精製塩				**茨城県産たこと野菜のサラダ**				えんどう春雨							
きゅうり								たこ				もやし							
にんじん				**切り干し大根のナポリタン**				じゃがいも				小松菜							
塩中華ドレッシング		年		ベーコン		月		キャベツ				にんじん							
				細切りかまぼこ		月		きゅうり				中華ドレッシング		年					
鶏ごぼう汁				切干大根				にんじん											
鶏小間肉				にんじん				和風フレンチドレッシング		年		**鶏肉とじゃがいものさっぱり煮**							
白菜				えのきたけ								鶏肉角切							
にんじん				にんにく				**はりはり汁**				酒							
ごぼう				ピーマン				細切りかまぼこ		月		にんにく							
干ししいたけ				ケチャップ（調理用）		年		水菜				しょうが							
ねぎ				中濃ソース		年		大根				たまねぎ							
サラダ油				サラダ油				にんじん				にんじん							
白みそ								たまねぎ				じゃがいも							
赤みそ				**オニオンスープ**				干ししいたけ				枝豆							
かつお節				ウインナー		月		こいくちしょうゆ				サラダ油							
煮干し				たまねぎ				精製塩				砂糖							
				にんじん				かつお節				こいくちしょうゆ							
				じゃがいも				煮干し				みりん							
				とうもろこし				昆布だし		年		穀物酢							
				いんげん				でんぷん											
				サラダ油															
				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

Ｂ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
ごはん				肉うどん（ソフト麺）				ユメシホウ人参パン				ごはん				コッペパン			
牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳			
鶏肉のカレーソース焼き				大学芋				ハンバーグトマトソース				いわしの蒲焼き				プレーンオムレツ			
白菜と肉団子のスープ				キャベツともやしの昆布和え				れんこんと水菜のサラダ				おかか和え				ツナサラダ			
りんごゼリーあえ								かぶのコンソメスープ				茨城野菜のみそ汁				トマトシチュー			
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				**肉うどん（ソフト麺）**				**ユメシホウ人参パン**		月	提供なし	**ごはん**				**コッペパン**		年	提供なし
				ソフト麺		年													
牛乳			提供なし	豚小間肉				**牛乳**			提供なし	**牛乳**			提供なし	**牛乳**			提供なし
				油揚げ		月													
鶏肉のカレーソース焼き				ぶなしめじ				**ハンバーグトマトソース**				**いわしの蒲焼き**				**プレーンオムレツ**			
鶏むね切身				にんじん				ハンバーグ		月		いわし開きでん粉付き		月		プレーンオムレツ		月	提供なし
酒				小松菜				大豆白絞油				大豆白絞油				大豆白絞油			提供なし
カレー粉		年		たまねぎ				ソテーオニオン		月		砂糖							
砂糖				こいくちしょうゆ				ぶなしめじ				こいくちしょうゆ				**ツナサラダ**			
ウスターソース		年		みりん				サラダ油				みりん				ツナ油漬		月	
大豆白絞油				酒				トマトペースト				でんぷん				カリフラワー			
				かつお節				ケチャップ（調理用）		年						キャベツ			
白菜と肉団子のスープ				煮干し				中濃ソース		年		**おかか和え**				きゅうり			
ミートボール		月		でんぷん				砂糖				ほうれんそう				にんじん			
えのきたけ				精製塩				スープストック		年		にんじん				かんきつドレッシング		年	
白菜												白菜							
ほうれんそう				**牛乳**			提供なし	**れんこんと水菜のサラダ**				かつお節				**トマトシチュー**			
えんどう春雨								水菜				卓上しょうゆ				鶏小間肉			
干ししいたけ				**大学芋**				れんこん								じゃがいも			
中華スープストック		年		さつまいも				さつまいも				**茨城野菜のみそ汁**				たまねぎ			
こいくちしょうゆ				大豆白絞油				クリーミーフレンチ白ドレッシング		年		れんこん				にんじん			
精製塩				砂糖								さつまいも				ほうれんそう			
こしょう				こいくちしょうゆ				**かぶのコンソメスープ**				ひらたけ				サラダ油			
ごま油				穀物酢				鶏小間肉				豆腐		月		白いんげん豆ペースト			
				みりん				サラダ油				油揚げ		月		トマトピューレ			
りんごゼリーあえ				でんぷん				にんじん				大根				ケチャップ（調理用）		年	
青りんごゼリー		月		黒いりごま				かぶ				小松菜				スープストック		年	
パインアップルシラップ漬け								白菜				ねぎ				ホワイトシチューの素		年	
ふじりんごゼリー		月		**キャベツともやしの昆布和え**				ひらたけ				白みそ				牛乳			除去
ナタデココ		月		キャベツ				ねぎ				赤みそ				精製塩			
				もやし				オリーブ油				煮干し				こしょう			
				にんじん				白ワイン				かつお節							
				水菜				コンソメ		年									
				塩こんぶ		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

Ｂ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
		キーマカレーライス（麦ごはん） 牛乳 コーンコロッケ カリフラワーのサラダ		ごはん 牛乳 タラのコーンマヨネーズ焼き きのこのマリネ さつま芋とにんじんのスープ		ごはん 牛乳 めひかりの竜田揚げ れんこんのきんぴら 白菜と厚揚げのみそ汁		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
				キーマカレーライス（麦ごはん）				**ごはん**				**ごはん**				**ごはん**			
				ごはん															
				大麦				**牛乳**			提供なし	**牛乳**			提供なし	**牛乳**			提供なし
				豚ひき肉															
				しょうが				**タラのコーンマヨネーズ焼き**				**めひかりの竜田揚げ**				**豚肉のにんじんソース**			
				にんにく				たら切身				めひかりの竜田揚げ		月		豚肉切身			
				たまねぎ				酒				大豆白絞油				酒			
				ソテーオニオン		月		こしょう								精製塩			
				にんじん				コーンペースト				**れんこんのきんぴら**				大豆白絞油			
				ひよこ豆				ノンエッグマヨネーズ（調理用）		年		豚小間肉				にんにく			
				パプリカダイスカット		月		パセリ				ごぼう				サラダ油			
				白いんげん豆				大豆白絞油				れんこん				にんじんペースト			
				トマト缶								にんじん				こいくちしょうゆ			
				サラダ油				**きのこのマリネ**				さつま揚げ		月		砂糖			
				カレー粉		年		ぶなしめじ				ごま油				みりん			
				まろやかカレールー		年		ブロッコリー				砂糖				穀物酢			
				アレルゲンフリーカレーフレーク		年		じゃがいも				こいくちしょうゆ							
				ウスターソース		年		たまねぎ				酒				**さつまいものサラダ**			
								イタリアンドレッシング		年		みりん				ツナ油漬		月	
				牛乳			提供なし									さつまいも			
								さつま芋とにんじんのスープ				**白菜と厚揚げのみそ汁**				たまねぎ			
				コーンコロッケ				ベーコン		月		厚揚げ		年		小松菜			
				コーンコロッケ		月		サラダ油				白菜				ノンエッグマヨネーズ（チューブ）		年	
				大豆白絞油				にんじん				にんじん							
								たまねぎ				ひらたけ				**ロメインレタスのスープ**			
				カリフラワーのサラダ				さつまいも				ねぎ				ベーコン		月	
				カリフラワー				小松菜				白みそ				にんじん			
				ブロッコリー				にんじんペースト		月		煮干し				大根			
				にんじん				白ワイン				かつお節				ヤーコン			
				玉ねぎドレッシング		年		コンソメ		年						たまねぎ			
								精製塩								ひらたけ			
								こしょう								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	

令和　8　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30日		月曜日																	
ごはん 牛乳 いかの香味ソース こまつなのごま和え 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
ごはん																			
牛乳			提供なし																
いかの香味ソース																			
いか切身																			
大豆白絞油																			
こいくちしょうゆ																			
酒																			
砂糖																			
ねぎ																			
しょうが																			
にんにく																			
穀物酢																			
おろしりんご																			
サラダ油																			
こまつなのごま和え																			
大根																			
にんじん																			
小松菜																			
ごまあえの素		月																	
きのこ汁																			
豚小間肉																			
豆腐		月																	
油揚げ		月																	
ぶなしめじ																			
なめこ																			
さといも																			
ねぎ																			
煮干し																			
かつお節																			
こいくちしょうゆ																			
酒																			
精製塩																			