

献立明細表について	月曜日				火曜日				10月1日 水曜日				10月2日 木曜日				10月3日 金曜日						
	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			
<p><b>①配合表の欄に「月」がある食品</b> 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。</p> <p><b>②配合表の欄に「年」がある食品</b> 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。</p> <p><b>③除去食の欄に「除去」とある食品</b> 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。</p> <p><b>④除去食の欄に「提供なし」とある食品</b> 該当の食品は提供はありません。</p>									郡山ブラックラーメン 牛乳 ネギチャーシュー いか人参					ごはん 牛乳 ハンバーグおろしソース フルーツナタデココ 芋の子汁					りんごパン 牛乳 いかのレモン揚げ コーンと枝豆のサラダ トマトスープ				
									郡山ブラックラーメン					ごはん					りんごパン		月	提供無し	
									ソフト中華麺		年												
									サラダ油					牛乳			提供無し	牛乳			提供無し		
									ほうれんそう														
									なるとスライス		年			ハンバーグおろしソース					いかのレモン揚げ				
									たまねぎ					ハンバーグ		月		いか澱粉付き		月			
									冷凍ホールコーン					大根				大豆白絞油					
									味付メンマ		年			こいくちしょうゆ				砂糖					
									ブラックラーメンスープ		月			みりん				こいくちしょうゆ					
									にんじん					砂糖				レモン果汁					
									がらスープ		年												
									こしょう					フルーツナタデココ				コーンと枝豆のサラダ					
									こいくちしょうゆ					ハインアップルシラップ漬け				キャベツ					
														三色ゼリー		月		にんじん					
									牛乳			提供無し		ナタデココ		月		きゅうり					
									ネギチャーシュー									冷凍ホールコーン					
									バラバラカット焼豚		月	除去		芋の子汁				冷凍枝豆					
									ねぎ					里芋				フレンチ白ドレッシング		年			
									もやし					にんじん									
								清酒					こんにやく				トマトスープ						
								サラダ油					ねぎ				鶏小間肉						
								こしょう					大根				にんにく						
								塩焼肉のたれ		年			油揚げ		年		サラダ油						
								中華スープストック		年			白みそ				たまねぎ						
													かつお節				にんじん						
								いか人参					煮干し				さやいんげん						
								サラダ油									トマトピューレ						
								にんじん									ケチャップ(調理用)		年				
								するめ									スープストック		年				
								昆布									精製塩						
								砂糖									こしょう						
								こいくちしょうゆ															
								清酒															
								みりん															

令和 7 年度 10 月分 献立明細表

Bブロック

桜学校給食センター

10月6日 月曜日				10月7日 火曜日				10月8日 水曜日				10月9日 木曜日				10月10日 金曜日			
焼きそば ミニ黒パン 牛乳 たこ焼き しば漬け和え				みんなで食べる学校給食の日 つくば市なかよしカレーライス（ごはん） ぶどうジュース フライドポテト 花野菜サラダ みかんゼリー				ドッグパン 牛乳 焼きロングウインナー グリーンサラダ オートムポタージュ				ごはん のむヨーグルト（ブルーベリー） 麻婆豆腐 揚げ餃子 中華くらげサラダ				ごはん 牛乳 さばのみそ煮 胡麻和え かきたま汁			
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
焼きそば				つくば市なかよしカレーライス（ごはん）				ドッグパン		年	提供無し	ごはん				ごはん			
蒸し中華麺		年		かぼちゃ				牛乳			提供無し	のむヨーグルト（ブルーベリー）		月	提供無し	牛乳			提供無し
豚小間肉				れんこん				焼きロングウインナー				麻婆豆腐				さばのみそ煮			
キャベツ				たまねぎ				フラン克福ルトソーセージ		月		豆腐		年		さば味噌煮		月	
たまねぎ				にんじん				野菜いっぱいケチャップ		年		こいくちしょうゆ				胡麻和え			
にんじん				ほうれんそう				グリーンサラダ				ひきわり大豆				もやし			
ピーマン				ぶなしめじ				アスパラガス				豚ひき肉				にんじん			
サラダ油				にんにく				キャベツ				清酒				ほうれんそう			
焼きそばソース		年		しょうが				きゅうり				しょうが				白すりごま			
中濃ソース		月・年		白いんげん豆ペースト				イタリアンドレッシング			年	ねぎ				ごま和えの素		年	
ウスターソース		年		アレルゲンフリーカレーフレーク		月		オートムポタージュ				サラダ油				かきたま汁			
オイスターソース		年		カレー粉		月		たまねぎ				甜麺醤		年		にんじん			
精製塩				サラダ油				にんじん				豆板醤		年		豆腐		年	
こしょう								鶏小間肉				こいくちしょうゆ				鶏小間肉			
青のり								サラダ油				赤みそ				干しいたけ			
ミニ黒パン				ぶどうジュース			※申し込みの有無を確認してください。	さつまいも				砂糖				たまねぎ			
黒パン		年	提供無し	ぶどうジュース		月		栗				オイスターソース		年		ねぎ			
牛乳			提供無し	フライドポテト		月		パセリ				中華スープストック		年		卵			除去
たこ焼き				大豆白絞油				コーンペースト				でんぶん				精製塩			
たこやき		月		精製塩				かぼちゃペースト				ごま油				煮干し			
サラダ油				花野菜サラダ				白いんげん豆ペースト				揚げ餃子				かつお節			
しば漬け和え				カリフラワー				ホワイトシチューの素		年		餃子		月		こいくちしょうゆ			
しば漬け		年		ブロッコリー				牛乳			除去	大豆白絞油				でんぶん			
ちくわスライス		年		きゅうり				コンソメ		年									
にんじん				にんじん				こしょう				中華くらげサラダ							
水菜				冷凍ホールコーン				精製塩				中華くらげ（無漂白）		年					
もやし				クリーミーフレンチドレッシング		月						にんじん							
				みかんゼリー								きゅうり							
				みかんゼリー		月						冷凍ホールコーン							
												大根							
												中華ドレッシング		年					

10月13日 月曜日				10月14日 火曜日				10月15日 水曜日				10月16日 木曜日				10月17日 金曜日			
				ごはん 牛乳 タンドリーチキン かにかまサラダ ABCスープ				名古屋きしめん (パックかつお節) 牛乳 寒天サラダ きなこ揚げパン				五目ごはん 牛乳 塩だれチキン 大根サラダ 白菜のみそ汁				ごはん 牛乳 チャプチェ 韓国風のり和え ワンタンスープ			
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				名古屋きしめん				五目ごはん				ごはん			
				牛乳			提供無し	きしめん		年		ごはん				牛乳			提供無し
				タンドリーチキン				鶏小間肉				五目ごはんの素		月		牛乳			
				鶏肉切り身				油揚げ		年		牛乳			提供無し	チャプチェ			
				カレー粉		年		スライスかまぼこ		月		豚肉千切り				豚肉千切り			
				ケチャップ (調理用)		年		にんじん				塩だれチキン				にんにく			
				ウスターソース		年		ねぎ				鶏肉切り身				サラダ油			
				にんにく				ほうれんそう				サラダ油				にんじん			
				砂糖				こいくちしょうゆ				塩焼肉のたれ		年		たまねぎ			
				サラダ油				精製塩				清酒				キャベツ			
				かにかまサラダ				みりん				だし昆布				春雨			
				キャベツ				かつお節				かつお節 (個包装)				レモン果汁			
				きゅうり				パックかつお節 (個包装)				大根サラダ				にら			
				にんじん				牛乳			提供無し	大根				砂糖			
				かにかまフレーク		月		寒天サラダ				にんじん				精製塩			
				黄パプリカ				寒天こんにやく				きゅうり				こいくちしょうゆ			
				フレンチ白ドレッシング		年		くきわかめ				冷凍ホールコーン				でんぶん			
				ABCスープ				冷凍ホールコーン				冷凍枝豆				ごま油			
				たまねぎ				小松菜				ごまドレッシング		年		韓国風のり和え			
				冷凍じゃがいも				にんじん				白菜のみそ汁				ほうれんそう			
				にんじん				塩中華ドレッシング		年		にんじん				にんじん			
				ベーコン		年		きなこ揚げパン			提供無し	白菜				ロースハム		年	
				アルファベットマカロニ		年		コッペパン		月		ぶなしめじ				焼のり			
				パセリ				コッペパン				油揚げ		年		韓国ナムドレッシング		年	
				スープストック		年		大豆白絞油				白みそ				ワンタンスープ			
				精製塩				グラニュー糖				煮干し				肉入りワンタン		月	
				こしょう				精製塩				かつお節				にんじん			
								きな粉				ねぎ				ねぎ			
																小松菜			
																えのきたけ			
																しょうが			
																こいくちしょうゆ			
																中華スープストック		年	
																精製塩			
																こしょう			

10月20日				10月21日				10月22日				10月23日				10月24日			
月曜日				火曜日				水曜日				木曜日				金曜日			
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
ダイスチーズパン				ごはん				つくば米粉パン				ごはん				麦ごはん			
牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳			
かぼちゃコロッケ				回鍋肉				鮭のアイオリ風パン粉焼き				だし巻き玉子				さんまの蒲焼き			
れんこんとひじきのサラダ				パンパンジーサラダ				シーザーサラダ				肉じゃが				海藻サラダ			
麦のスープ				中華スープ				鶏肉と大豆のメキシコ煮				厚揚げとひらたけのみそ汁				三根五菜のみそ汁			
ダイスチーズパン		年	提供無し	ごはん				つくば米粉パン		年	提供無し	ごはん				麦ごはん			
牛乳			提供無し	牛乳			提供無し	牛乳			提供無し	牛乳			提供無し	大麦			
かぼちゃコロッケ				回鍋肉				鮭のアイオリ風パン粉焼き				だし巻き玉子			提供無し	牛乳			提供無し
かぼちゃコロッケ		月		豚小間肉				鮭切身				だし巻玉子		月					
大豆白絞油				こいくちしょうゆ				パン粉		年						さんまの蒲焼き			
				にんにく				ノンエッグマヨネーズ(調理用)		年		肉じゃが				さんまでん粉付き		月	
れんこんとひじきのサラダ				清酒				にんにく				豚小間肉				大豆白絞油			
ひじき				にんじん				オリーブ油				サラダ油				砂糖			
れんこん				ピーマン				レモン果汁				じゃがいも				こいくちしょうゆ			
にんじん				キャベツ				シーザーサラダ				にんじん				清酒			
小松菜				たまねぎ				キャベツ				たまねぎ				でんぶん			
ツナ油漬		年		たけのこ				ブロッコリー				さらたき							
青じそドレッシング		年		サラダ油				にんじん				さやえんどう				海藻サラダ			
				砂糖				冷凍ホールコーン				干しいたけ				海藻ミックス		年	
麦のスープ				みりん				シーザーサラダドレッシング		年		砂糖				もやし			
鶏小間肉				精製塩				鶏小間肉				こいくちしょうゆ				きゅうり			
にんじん				こいくちしょうゆ				鶏肉と大豆のメキシコ煮				清酒				サラダこんにやく			
冷凍じゃがいも				赤みそ				赤ワイン				みりん				冷凍ホールコーン			
たまねぎ				甜麺醤		年		精製塩				厚揚げとひらたけのみそ汁				にんじん			
冷凍ホールコーン				豆板醤		年		こしょう				ミニ厚揚げ		年		減塩和風ドレッシング		年	
大麦				中華スープストック		年		サラダ油				ひらたけ							
サラダ油				でんぶん				大豆				大根							
コンソメ		年						たまねぎ				にんじん							
精製塩				パンパンジーサラダ				にんじん				ねぎ							
こしょう				もやし				たまねぎ				白みそ							
				にんじん				にんじん				赤みそ							
				きゅうり				マッシュルーム				煮干し							
				ささみ水煮		年		スープストック		年		かつお節							
				パンパンジードレッシング		年		トマトピューレ											
								チリパウダー		年									
				中華スープ				ケチャップ(調理用)		年									
				ミニ厚揚げ		年		でんぶん											
				くきわかめ															
				白菜															
				にんじん															
				きくらげ															
				えのきたけ															
				ねぎ															
				塩ラーメンスープの素		年													
				こしょう															
				ごま油															
				精製塩															
				でんぶん															

10月27日 月曜日				10月28日 火曜日				10月29日 水曜日				10月30日 木曜日				10月31日 金曜日			
ペーストキャロットパン				ごはん				わかめごはん				ごはん				麦ごはん			
牛乳				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳			
肉団子トマトソース				豚肉の生姜焼き				子持ちししゃものフリッター				鶏肉のから揚げ				いわしの梅煮			
マセドアンサラダ				ブロッコリーサラダ				りっちゃんサラダ				水菜のサラダ				ポテトサラダ			
豆乳コーンポタージュ				ちゃんぽん風春雨スープ				豚汁				わかめの味噌汁				かぶのみそ汁			
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
ペーストキャロットパン		年	提供無し	ごはん				わかめごはん				ごはん				麦ごはん			
								ごはん								ごはん			
牛乳			提供無し	牛乳			提供無し	わかめご飯の素		年		牛乳			提供無し	大麦			
肉団子トマトソース				豚肉の生姜焼き				牛乳			提供無し	鶏肉のから揚げ				牛乳			提供無し
肉団子		月		豚肉切り身								鶏肉切り身							
マセドアンサラダ				清酒				子持ちししゃものフリッター				しょうが				いわしの梅煮			
さつまいも				しょうが				子持ちししゃもフリッター		月		にんにく				いわし梅煮		月	
にんじん				みりん				大豆白絞油				清酒							
きゅうり				こいくちしょうゆ				りっちゃんサラダ				こいくちしょうゆ				ポテトサラダ			
冷凍ホールコーン				サラダ油				キャベツ				でんぷん				冷凍じゃがいも			
和風クリームドレッシング		年		ブロッコリーサラダ				にんじん				大豆白絞油				にんじん			
豆乳コーンポタージュ				ブロッコリー				きゅうり				水菜のサラダ				冷凍ホールコーン			
冷凍ホールコーン				カリフラワー				冷凍ホールコーン				水菜				きゅうり			
ベーコン		年		にんじん				ローズハム		年		もやし				ノンエッグマヨネーズ(チューブ)		年	
たまねぎ				ツナ油漬		年		昆布				にんじん				かぶのみそ汁			
にんじん				玉ねぎドレッシング		年		かつお節				ツナ油漬		年		油揚げ		年	
コーンペースト				ちゃんぽん風春雨スープ				減塩和風ドレッシング		年		ごまドレッシング		年		ぶなしめじ			
サラダ油				星型なるとスライス		年										にんじん			
豆乳				キャベツ				豚汁				わかめの味噌汁				かぶ			
こしょう				にんじん				豚小間肉				たまねぎ				ねぎ			
ローリエ				たけのこ				しょうが				大根				白みそ			
精製塩				もやし				ごぼう				にんじん				赤みそ			
				冷凍ホールコーン				じゃがいも				豆腐		年		煮干し			
				えんどう春雨				にんじん				わかめ				かつお節			
				チャンボンスープの素		年		大根				白みそ							
				精製塩				こんにゃく				赤みそ							
				こしょう				豆腐		年		煮干し							
								ねぎ				かつお節							
								煮干し											
								かつお節											
								白みそ											