4月分詳細予定献立表

羽曳野市立学校給食センター

●揚　▲焼

年間については年間保存版の原料配合表をご覧ください。
○印については月別の原料配合表をご覧下さい。

●印が付いた揚物に使用する油（菜種白絞油）の使用回数を料理名の横に表示します。

9日(火)

トック入りキムチチゲ			
	豚肉	25g	
	しょうが	0.1g	
	にんにく	0.1g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	トック	20g	年間
	にんじん	15g	
	キャベツ	20g	
	はくさいキムチ	10g	年間
	にら	3g	
	えのきたけ	5g	
	赤みそ	9g	年間
	コチジャン	0.2g	年間
	ごま油	0.2g	
	鶏がらスープ	8g	年間
	みりん	0.3g	年間
	日本酒	0.5g	年間
	水	70g	
鶏つくねの甘酢あんかけ▲			
	とりつくね	40g	年間
	濃口しょうゆ	2.2g	年間
	砂糖	2.2g	
	食酢	2.2g	年間
	ごま油	0.05g	
	馬鈴薯精製澱粉	0.3g	
	水	6g	
切干大根と塩昆布の炒め物			
	焼き豚	6g	年間
	ごま油	0.1g	
	切り干し大根	2g	
	水	6g	
	ホールコーン（冷）	5g	
	塩昆布B	0.8g	年間
	ごま油	0.2g	
	濃口しょうゆ	0.1g	年間
	みりん	0.1g	年間
ごはん			
	ごはん(60,70,80)	1杯	
	水	87.5g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

10日(水)

米粉豆乳クリームシチュー			
	鶏肉	15g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	じゃがいも	40g	
	たまねぎ	35g	
	にんじん	15g	
	えだまめ	5g	
	鶏がらスープ	7g	年間
	豚骨スープ	4g	年間
	並塩	0.7g	
	こしょう	0.04g	年間
	白ぶどう酒	1.8g	年間
	淡口しょうゆ	0.3g	年間
	脱脂粉乳	2g	
	牛乳	20g	
	ナチュラルチーズ	2g	年間
	生クリーム	1g	
	米粉豆乳ホワイトルウ	10g	年間
	水	55g	
ミンチカツ●1回目			
	ミンチカツ　40g	1個	年間
	菜種白絞油	2g	
マスタード風味サラダ			
	キャベツ	20g	
	にんじん	5g	
	食塩	0g	
	にんにく	0.05g	
	オリーブ油	0.4g	
	淡口しょうゆ	0.6g	年間
	洋からし	0.06g	年間
	並塩	0.06g	
	砂糖	1.3g	
	食酢	1.1g	年間
	荒びきこしょう	0.005g	
	水	1.5g	
りんごパン			
	りんごパン	1個	年間
	水	20g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

11日(木)

鶏肉とがんものごま風味			
	鶏肉	25g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	濃口しょうゆ	2g	年間
	砂糖	2g	
	日本酒	1g	年間
	がんもどき	25g	年間
	ごぼう	10g	
	たまねぎ	30g	
	にんじん	15g	
	青ねぎ	5g	
	ぶなしめじ	5g	
	こんにゃく	20g	年間
	しょうが	0.1g	
	白ごま	0.6g	
	すりごま	0.6g	
	濃口しょうゆ	4.5g	年間
	砂糖	1.3g	
	みりん	1g	年間
	水	60g	
あじの生姜醤油ダレ●2回目			
	あじB40g	1切	
	馬鈴薯精製澱粉	8g	
	菜種白絞油	2g	
	しょうが	0.6g	
	砂糖	0.18g	
	濃口しょうゆ	3.6g	年間
	日本酒	0.36g	年間
	みりん	1g	年間
	水	8g	
小松菜の煮浸し			
	平天	10g	年間
	こまつな	10g	
	キャベツ	15g	
	濃口しょうゆ	2g	年間
	砂糖	0.3g	
	みりん	0.7g	年間
	削りぶし	0.5g	年間
	水	13g	
ごはん			
	ごはん(60,70,80)	1杯	
	水	87.5g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

12日(金)

トンじゃが			
	豚肉	35g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	じゃがいも	50g	
	たまねぎ	30g	
	にんじん	10g	
	糸こんにゃく	30g	年間
	濃口しょうゆ	6.7g	年間
	砂糖	2.8g	
	みりん	1g	年間
	日本酒	1g	年間
	水	50g	
鶏レバーのソースあえ●3回目(廃油)			
	鶏肉	30g	
	しょうが	0.2g	
	濃口しょうゆ	0.6g	年間
	日本酒	0.4g	年間
	馬鈴薯精製澱粉	6g	
	菜種白絞油	1.5g	
	味付鶏レバー	10g	年間
	菜種白絞油	0.5g	
	濃口しょうゆ	0.4g	年間
	砂糖	0.8g	
	ウスターソースA	2.4g	年間
	日本酒	0.4g	年間
	馬鈴薯精製澱粉	0.2g	
	水	10g	
くきわかめの佃煮			
	くきわかめ	0.6g	
	水	5.4g	
	白ごま	0.6g	
	砂糖	0.8g	
	濃口しょうゆ	1.7g	年間
	日本酒	0.4g	年間
	みりん	0.4g	年間
ごはん			
	ごはん(60,70,80)	1杯	
	水	87.5g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

15日(月)

豚汁			
	豚肉	20g	
	京揚げ	8g	年間
	たまねぎ	15g	
	にんじん	10g	
	ごぼう	5g	
	青ねぎ	5g	
	こんにゃく	10g	年間
	赤みそ	8g	年間
	白みそ	2g	年間
	削りぶし	2g	年間
	出し昆布	0.5g	
	水	100g	
さばの甘辛あんかけ▲			
	さばB40g	1切	
	濃口しょうゆ	3.2g	年間
	砂糖	2g	
	みりん	2g	年間
	馬鈴薯精製澱粉	0.3g	
	水	8g	
ひじきと高野豆腐の煮物			
	高野豆腐C	0.5g	年間
	芽ひじき	1g	
	水	3g	
	ホールコーン（冷）	3g	
	えだまめ	5g	
	にんじん	5g	
	濃口しょうゆ	1.2g	年間
	砂糖	0.5g	
	みりん	0.4g	年間
	ごま油	0.2g	
	日本酒	0.2g	年間
	水	3g	
ごはん			
	ごはん(60,70,80)	1杯	
	水	87.5g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

4月分詳細予定献立表　●揚　▲焼

羽曳野市立学校給食センター

年間については年間保存版の原料配合表をご覧ください。
○印については月別の原料配合表をご覧下さい。

●印が付いた揚物に使用する油（菜種白絞油）の使用回数を料理名の横に表示します。

16日(火)

厚揚げと春雨のピリカラ炒め			
	豚肉	20g	
	ごま油	0.2g	
	しょうが	0.2g	
	にんにく	0.2g	
	濃口しょうゆ	2g	年間
	砂糖	0.5g	
	日本酒	0.5g	年間
	みりん	0.5g	年間
	厚揚げ	40g	年間
	たまねぎ	30g	
	にんじん	15g	
	キャベツ	30g	
	干ししいたけ	0.3g	
	はるさめ	3g	年間
	ごま油	0.2g	
	粉唐辛子	0.02g	
	コチジャン	0.2g	年間
	豚骨スープ	5g	年間
	濃口しょうゆ	3.8g	年間
	砂糖	1.5g	
	水	60g	
揚げ竹輪●1回目			
	ミニちくわ25g	1個	年間
	菜種白絞油	1.3g	
チンゲンサイの甘酢炒め			
	焼き豚	5g	年間
	ごま油	0.1g	
	チンゲンサイ	15g	
	にんじん	10g	
	淡口しょうゆ	1g	年間
	並塩	0.04g	
	砂糖	1.6g	
	食酢	2.2g	年間
	ごま油	0.2g	
ごはん			
	ごはん(60,70,80)	1杯	
	水	87.5g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

17日(水)

ポトフ			
	鶏肉	30g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	じゃがいも	40g	
	たまねぎ	30g	
	にんじん	20g	
	セロリー	2g	
	にんにく	0.02g	
	鶏がらスープ	5g	年間
	並塩	0.1g	
	こしょう	0.01g	年間
	白ぶどう酒	1.8g	年間
	淡口しょうゆ	5g	年間
	水	50g	
ケチャップハンバーグ▲			
	ハンバーグ　50g	1個	年間
	砂糖	0.4g	
	濃口しょうゆ	0.4g	年間
	ウスターソースA	1.2g	年間
	赤ぶどう酒	1g	年間
	トマトケチャップA	4g	年間
	トマトピューレ	1.2g	
	馬鈴薯精製澱粉	0.1g	
	水	3g	
キャベツとコーンのレモン風味サラダ			
	キャベツ	20g	
	ホールコーン（冷）	5g	
	食塩	0g	
	オリーブ油	0.3g	
	濃口しょうゆ	1.1g	年間
	食酢	0.4g	年間
	レモン汁	0.4g	
	砂糖	0.9g	
	みりん	0.2g	年間
	こしょう	0.01g	年間
黒糖パン			
	黒糖パン	1個	年間
	水	13g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

18日(木)

豚肉のすきやき			
	豚肉	35g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	濃口しょうゆ	2g	年間
	砂糖	2g	
	日本酒	1g	年間
	焼き豆腐	30g	年間
	たまねぎ	35g	
	にんじん	20g	
	青ねぎ	5g	
	えのきたけ	5g	
	ぶなしめじ	5g	
	糸こんにゃく	30g	年間
	濃口しょうゆ	5.5g	年間
	砂糖	1.5g	
	水	30g	
いわしのカリカリ揚げ●2回目			
	いわしのカリカリ揚げ　21g	1匹	年間
	菜種白絞油	1.5g	
若竹煮			
	たけのこ水煮（ホール）	25g	年間
	干しわかめ	0.2g	
	水	2.2g	
	削りぶし	0.5g	年間
	淡口しょうゆ	2g	年間
	砂糖	0.7g	
	みりん	0.5g	年間
	並塩	0.025g	
	水	25g	
さくらゼリー			
	さくらゼリー　30g	1個	○
ごはん			
	ごはん(60,70,80)	1杯	
	水	87.5g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

19日(金)

チキンカレー			
	鶏肉	40g	
	にんにく	0.3g	
	しょうが	0.2g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	カレー粉	0.5g	年間
	クミン	0.1g	
	コリアンダー	0.1g	
	ターメリック	0.4g	
	こしょう	0.02g	年間
	赤ぶどう酒	1.8g	年間
	じゃがいも	40g	
	たまねぎ	30g	
	にんじん	10g	
	りんごピューレ	6g	年間
	ソテーたまねぎ	20g	年間
	砂糖	0.3g	
	並塩	0.7g	
	ウスターソースA	2.5g	年間
	濃口しょうゆ	1.5g	年間
	トマトケチャップA	3g	年間
	トマトピューレ	1g	
	濃厚ソース	3g	年間
	鶏がらスープ	15g	年間
	豚骨スープ	8g	年間
	馬鈴薯精製澱粉	1.5g	
	水	60g	
福神漬け			
	福神漬け	7g	年間
小松菜のサラダ			
	まぐろ油漬け	5g	年間
	こまつな	10g	
	キャベツ	10g	
	食塩	0g	
	砂糖	0.8g	
	濃口しょうゆ	1g	年間
	みりん	0.2g	年間
	食酢	0.7g	年間
	菜種サラダ油	0.3g	
ごはん			
	ごはん(60,70,80)	1杯	
	水	87.5g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

22日(月)

若竹汁			
	ちらしかまぼこ(桜)	7g	○
	ビーフン	5g	年間
	干しわかめ	0.5g	
	にんじん	10g	
	たけのこ水煮（スライス）	25g	年間
	えのきたけ	10g	
	青ねぎ	3g	
	並塩	0.3g	
	淡口しょうゆ	3g	年間
	日本酒	0.5g	年間
	みりん	0.5g	年間
	削りぶし	2.5g	年間
	出し昆布	0.5g	
	水	130g	
豚肉のからあげあんかけ●3回目(廃油)			
	豚肉	50g	
	馬鈴薯精製澱粉	9g	
	菜種白絞油	2.3g	
	濃口しょうゆ	3.2g	年間
	砂糖	2g	
	みりん	2g	年間
	馬鈴薯精製澱粉	0.3g	
	水	8g	
五目豆			
	だいずB	8g	○
	焼きちくわA	5g	年間
	にんじん	5g	
	角切昆布	0.13g	
	砂糖	1g	
	日本酒	0.4g	年間
	濃口しょうゆ	0.9g	年間
	みりん	0.3g	年間
	削りぶし	0.6g	年間
	水	4.3g	
ごはん			
	ごはん(60,70,80)	1杯	
	水	87.5g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

4月分詳細予定献立表

羽曳野市立学校給食センター

●揚　▲焼

年間については年間保存版の原料配合表をご覧ください。
○印については月別の原料配合表をご覧下さい。

●印が付いた揚物に使用する油（菜種白絞油）の使用回数を料理名の横に表示します。

23日(火)

豚肉と厚揚げの五目煮			
	豚肉	20g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	厚揚げ	40g	年間
	じゃがいも	35g	
	こんにゃく	20g	年間
	にんじん	15g	
	干ししいたけ	0.5g	
	えだまめ	6g	
	砂糖	2.5g	
	みりん	1g	年間
	濃口しょうゆ	4.2g	年間
	削りぶし	0.5g	年間
	水	40g	
たこ焼き●1回目			
	たこやき　1個20g	2個	年間
	菜種白絞油	1.8g	
	砂糖	0.7g	
	濃口しょうゆ	0.5g	年間
	ウスターソースA	2g	年間
	トマトケチャップA	3g	年間
	馬鈴薯精製澱粉	0.3g	
	水	8g	
平天の炒め物			
	平天	10g	年間
	切り干し大根	1.5g	
	水	4.5g	
	にんじん	5g	
	ごま油	0.3g	
	濃口しょうゆ	1.6g	年間
	砂糖	0.7g	
	みりん	0.3g	年間
	一味唐辛子	0.002g	
ごはん			
	ごはん(60,70,80)	1杯	
	水	87.5g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

24日(水)

ふとっちょエルシーさんのキャベツスープ			
	ベーコン	10g	年間
	にんにく	0.05g	
	新キャベツ	30g	
	じゃがいも	20g	
	たまねぎ	20g	
	にんじん	10g	
	さやいんげん	5g	
	トマト水煮	7g	年間
	鶏がらスープ	10g	年間
	セロリー	2g	
	赤ぶどう酒	1g	年間
	並塩	0.2g	
	砂糖	0.2g	
	こしょう	0.03g	年間
	白ぶどう酒	1.8g	年間
	淡口しょうゆ	3g	年間
	水	90g	
ホキのレモン漬け●2回目			
	ホキ(角切り)	40g	
	馬鈴薯精製澱粉	8g	
	菜種白絞油	4g	
	レモン汁	1.1g	
	濃口しょうゆ	2.2g	年間
	砂糖	1.8g	
	食酢	1.3g	年間
	水	4.3g	
ドレッシングサラダ			
	チンゲンサイ	25g	
	にんじん	5g	
	食塩	0g	
	砂糖	0.8g	
	濃口しょうゆ	1g	年間
	みりん	0.2g	年間
	食酢	0.7g	年間
	菜種サラダ油	0.3g	
ランチパン			
	ランチパン	1個	年間
	水	19g	
いちごジャム			
	いちごジャムA　10g	1個	○
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

25日(木)

マーボー豆腐			
	豆腐	45g	年間
	豆腐（冷）	45g	年間
	豚肉	25g	
	ごま油	0.2g	
	しょうが	0.3g	
	にんにく	0.2g	
	トウバンジャン	0.12g	年間
	こしょう	0.03g	年間
	たけのこ水煮（スライス）	15g	年間
	チンゲンサイ	10g	
	青ねぎ	5g	
	干ししいたけ	0.3g	
	赤みそ	1.7g	年間
	八丁みそ	1.7g	年間
	テンメンジャン	0.5g	年間
	砂糖	1.9g	
	濃口しょうゆ	4.2g	年間
	みりん	0.8g	年間
	ごま油	0.2g	
	馬鈴薯精製澱粉	1.3g	
	水	30g	
揚げシューマイ●3回目			
	シューマイA　1個18g	2個	年間
	菜種白絞油	1g	
きゅうりの甘酢			
	きゅうり	25g	
	食塩	0g	
	食酢	1.2g	年間
	砂糖	1.6g	
	淡口しょうゆ	1g	年間
	並塩	0.2g	
ごはん			
	ごはん(60,70,80)	1杯	
	水	87.5g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

26日(金)

豚肉の生姜煮			
	豚肉	25g	
	菜種サラダ油	0.2g	
	濃口しょうゆ	1.5g	年間
	砂糖	1g	
	日本酒	1g	年間
	平天	10g	年間
	じゃがいも	40g	
	たまねぎ	30g	
	にんじん	10g	
	こんにゃく	20g	年間
	しょうが	0.5g	
	濃口しょうゆ	5.5g	年間
	砂糖	2g	
	みりん	1g	年間
	水	60g	
さわらの香味焼き▲			
	さわらB40g	1切	
	濃口しょうゆ	3g	年間
	砂糖	2g	
	ゆず汁	0.5g	
	食酢	1g	年間
	馬鈴薯精製澱粉	0.2g	
	水	5g	
人参しりしり			
	まぐろ油漬け	5g	年間
	にんじん	15g	
	豚骨スープ	2g	年間
	濃口しょうゆ	1g	年間
	日本酒	0.2g	年間
	並塩	0.01g	
	こしょう	0.01g	年間
	ごま油	0.1g	
ごはん			
	ごはん(60,70,80)	1杯	
	水	87.5g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦

30日(火)

山菜うどん			
	京揚げ	10g	年間
	うどん	60g	年間
	にんじん	10g	
	山菜ミックス	15g	○
	えのきたけ	5g	
	青ねぎ	5g	
	干ししいたけ	0.3g	
	並塩	0.3g	
	濃口しょうゆ	0.5g	年間
	淡口しょうゆ	5g	年間
	砂糖	0.65g	
	みりん	1g	年間
	日本酒	1.3g	年間
	削りぶし	2.5g	年間
	出し昆布	0.7g	
	水	100g	
鶏肉のから揚げ●4回目(廃油)			
	鶏肉	50g	
	しょうが	0.15g	
	にんにく	0.1g	
	濃口しょうゆ	5g	年間
	砂糖	1.5g	
	日本酒	1.5g	年間
	カレー粉	0.03g	年間
	馬鈴薯精製澱粉	10g	
	菜種白絞油	2.5g	
春キャベツのごまあえ			
	新キャベツ	20g	
	にんじん	5g	
	食塩	0g	
	砂糖	1.3g	
	淡口しょうゆ	1.5g	年間
	みりん	0.7g	年間
	白ごま	0.6g	
	すりごま	0.3g	
	水	2.5g	
減量ごはん			
	減量ごはん(35,45,55)	1杯	
	水	56g	
牛乳（200cc）			
	牛乳	1本	

えび　卵　乳　小麦