

# [ 詳細献立表 ]

0:通常献立

2024年 7月 1日 ~ 2024年 7月31日

船橋市立坪井小学校

7月 1日(月)		7月 2日(火)		7月 3日(水)		7月 4日(木)		7月 5日(金)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
<b>【わかめご飯】</b>		<b>【にんじんご飯】</b>		<b>【ライス】</b>		<b>【抹茶きなこ揚げパン】</b>		<b>【枝豆ごはん】</b>	
水稲穀粒(精白米)	59.50	水稲穀粒(精白米)	56.95	水稲穀粒(精白米)	59.50	給食用 コッペパン 40g	0.00	水稲穀粒(精白米)	56.95
強化米	0.19	強化米	0.18	強化米	0.19	給食用 コッペパン 50g	74.00	強化米	0.20
水	86.02	清酒(上撰)	0.85	水	72.25	大豆油	2.55	水	73.10
清酒(上撰)	0.94	食塩	0.30	清酒(上撰)	1.09	上白糖	3.83	昆布だし(煮出し)	0.17
花むすび	1.28	水	83.30	<b>【ドライカレー(ルウ)】</b>		きな粉(脱皮大豆、青大豆)	5.10	清酒(上撰)	1.09
		にんじん	13.60	サラダ油	2.04	食塩	0.03	うすくちしょうゆ	0.34
<b>【牛乳】</b>				しょうが	0.20	抹茶	0.17	えだまめ 冷凍	8.50
牛乳(飲)	206.00			にんにく(りん茎)	0.20	<b>【牛乳】</b>		食塩	0.14
				豚かた(脂身付き)挽き肉	12.75	牛乳(飲)	206.00	ごま(いり)白	0.60
<b>【生あげのあまから焼き】</b>				豚かた皮下脂肪なし挽肉	17.00			<b>【牛乳】</b>	
生揚げ 1/3切	80.00	<b>【牛乳】</b>		豚肝臓	4.25	<b>【鶏肉と野菜のスープ煮】</b>		牛乳(飲)	206.00
生揚げ 1/4切	0.00	牛乳(飲)	206.00	むき玉葱	34.00	若鶏肉胸(皮付き)1.5cm角	0.00		
上白糖	2.55	<b>【鮭とチーズの春巻き】</b>		にんじん	17.00	若鶏肉胸(皮なし)1.5cm角	12.75	<b>【いーとごぼうのみそ風味】</b>	
こいくちしょうゆ	3.40	しろさけ 30g	30.00	むきじゃがいも	25.50	大豆(国産、乾)	11.90	じゃがいも	29.75
清酒(上撰)	1.28	プロセスチーズ 15g	15.00	マッシュルーム(水煮缶詰)	2.55	むきじゃがいも	42.50	ごぼう	8.50
本みりん	0.85	春巻の皮 18cm	20.00	レンズまめ(乾)	10.20	にんじん	11.05	大豆油	2.55
水	1.28	薄力粉	0.85	青ピーマン	4.25	玉葱	15.30	豚レバー 10g	28.05
ごま油	0.43	大豆油	2.98	こいくちしょうゆ	1.53	キャベツ	17.00	こいくちしょうゆ	0.68
でんぷん	0.17			トマトケチャップ	3.06	セロリー	0.45	しょうが	0.85
水	0.34	<b>【中華ツナサラダ】</b>		ウスターソース	2.55	こまつな	10.20	でんぷん	4.25
<b>【小松菜のおかか和え】</b>		まぐろ缶詰(水煮フレーイト)	6.80	食塩	0.64	レンズまめ(乾)	6.97	大豆油	3.40
こまつな	12.75	とうもろこし缶詰(ホル)	4.25	オールスパイス(粉)	0.02	水	17.00	トマトケチャップ	2.99
にんじん	4.25	にんじん	4.25	カレー粉	0.85	ブイヨン	8.50	中濃ソース	2.79
ブラックマッパ もやし	25.50	こまつな	17.00	<b>【牛乳】</b>		玉葱(香味)	0.46	上白糖	2.45
水	0.60	キャベツ	13.60	牛乳(飲)	206.00	にんじん(香味)	0.35	米みそ(赤色辛みそ)	1.50
糸削り	1.28	きゅうり	4.25	<b>【ひじきのマリネ】</b>		セロリ(香味)	0.17	清酒(上撰)	0.53
こいくちしょうゆ	1.45	こいくちしょうゆ	1.53	干ひじき(鉄釜、乾)	1.70	ローリエ	0.01		
		上白糖	1.02	水	15.30	食塩	0.38	<b>【磯香和え】</b>	
<b>【あとひきお煮しめ】</b>		ごま油	0.43	こいくちしょうゆ	1.45	白こしょう	0.03	こまつな	17.00
豚かた(脂身付き)小間	15.30	ごま(いり)白	1.28	上白糖	0.43	カレー粉	0.09	ブラックマッパ もやし	29.75
ごぼう	15.30			本みりん	0.43	こいくちしょうゆ	0.68	にんじん	2.55
水	0.13	<b>【豆乳スープ】</b>		清酒(上撰)	0.43			こいくちしょうゆ	0.26
板こんにゃく黒つき	21.25	サラダ油	0.43	にんじん	4.25	<b>【ツナとわかめのサラダ】</b>		こいくちしょうゆ	1.45
れんこん	8.50	若鶏肉胸(皮付き)小間	4.25	きゅうり	5.95	まぐろ缶詰(油漬フレーイト)	10.20	焼きのり きざみ	0.68
水	0.13	にんじん	5.95	こまつな	17.00	まぐろ缶詰(水煮フレーイト)	0.00		
にんじん	8.50	にんじん	5.95	レタス	5.10	きゅうり	6.12	<b>【七ヶ素麺汁】</b>	
たけのこ(水煮缶詰)	13.60	むきじゃがいも	17.00	まぐろ缶詰(水煮フレーイト)	6.80	キャベツ	17.17	そうめん(乾)	3.40
干し椎茸 スライス	0.85	こまつな	17.00	サラダ油	1.02	にんじん	4.34	水	5.10
青ピーマン	3.40	食塩	0.47	レモン果汁	1.11	食塩	0.13	油揚げ	3.40
サラダ油	0.85	白こしょう	0.02	穀物酢	1.70	こまつな	10.63	たまご 2Lサイズ	8.50
とうがらし(粉) 鷹のツメ	0.03	水	51.00	食塩	0.09	カットわかめ	0.30	にんじん	6.80
三温糖	1.70	ブイヨン	6.80	白こしょう	0.03	サラダ油	1.19	えのきたけ	5.95
本みりん	1.87	にんじん(香味)	0.78	上白糖	0.85	上白糖	0.12	カットわかめ	0.17
清酒(上撰)	1.87	玉葱(香味)	1.46	玉葱	4.25	食塩	0.08	オクラ	2.55
こいくちしょうゆ	2.13	ローリエ	0.01	<b>【冷凍みかん】</b>		穀物酢	1.59	ねぎ	8.50
		いんげんまめ(乾)	5.95	冷凍みかん M	84.00	こいくちしょうゆ	1.46	こまつな	7.65
		無調整豆乳	21.25			玉葱	1.23	水	72.25
<b>【メロン】</b>						<b>【オレンジ】</b>		削り節(だし用)	1.53
メロン(温室)	65.60	<b>【オレンジ】</b>				オレンジ	26.00	だし用昆布	0.77
		オレンジ	32.00					うすくちしょうゆ	0.26
								食塩	0.34
								清酒(上撰)	0.69
								<b>【スイカ】</b>	
								小玉すいか L	80.00



[ 詳細献立表 ]

0: 通常献立

2024年 7月 1日 ~ 2024年 7月31日

船橋市立坪井小学校

7月16日(火)		7月17日(水)		7月18日(木)		献立名/食品名		献立名/食品名	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
<b>【ごまご飯】</b>		<b>【ご飯】</b>		<b>【炒めそば】</b>					
水稲穀粒(精白米)	59.50	水稲穀粒(精白米)	60.35	蒸し中華めん	102.00				
強化米	0.19	強化米	0.17	サラダ油	1.40				
水	73.10	水	70.16						
清酒(上撰)	1.09	清酒(上撰)	0.82	<b>【あんかけ焼きそば(あん)】</b>					
ごま(いり) 白	1.06	<b>【牛乳】</b>		豚かた(脂身付き)小間	29.75				
<b>【牛乳】</b>		牛乳(飲)	206.00	しょうが	0.21				
牛乳(飲)	206.00			清酒(上撰)	0.54				
<b>【鶏の照り焼き】</b>		<b>【さわらの韓国焼き】</b>		こいくちしょうゆ	0.88				
若鶏肉モモ(皮付き)30g	0.00	さわら 30g	0.00	サラダ油	1.11				
若鶏肉モモ(皮付き)40g	40.00	さわら 40g	0.00	しょうが	0.85				
若鶏肉モモ(皮付き)50g	0.00	さわら 50g	0.00	にんにく(りん茎)	0.47				
しょうが	0.43	さわら 60g	60.00	干し椎茸 スライス	0.47				
こいくちしょうゆ	2.98	こいくちしょうゆ	2.30	にんじん	8.50				
本みりん	1.36	上白糖	0.85	たけのこ(水煮缶詰)	4.25				
清酒(上撰)	1.45	葉ねぎ 万能ねぎ	2.04	ブラックマッパ もやし	12.75				
三温糖	0.51	にんにく(りん茎)	0.14	はくさい	6.80				
サラダ油	0.85	しょうが	0.07	食塩	0.37				
		ごま油	0.20	白こしょう	0.02				
<b>【干草あえ】</b>		とうがらし(粉) 一味	0.01	上白糖	0.17				
キャベツ	23.47	ごま(いり) 白すりごま	0.34	清酒(上撰)	0.43				
にんじん	2.87			本みりん	0.43				
きゅうり	12.56	<b>【ナムル】</b>		オイスターソース	2.72				
とうもろこし缶詰(ホ-ル)	5.10	にんじん	2.81	湯菜譜	1.70				
こまつな	10.06	ボンレスハム千切り	3.40	水	18.70				
こいくちしょうゆ	0.00	こまつな	13.60	清酒(上撰)	0.48				
緑豆はるさめ	1.70	ブラックマッパ もやし	21.25	ねぎ(香味)	0.47				
上白糖	0.98	こいくちしょうゆ	0.26	しょうが(香味)	0.47				
食塩 いそしお	0.17	緑豆はるさめ	1.70	冷凍むきえび 2L	12.75				
こいくちしょうゆ	1.53	こいくちしょうゆ	1.45	清酒(上撰)	1.45				
ごま油	0.48	ごま油	0.94	でんぶん	0.43				
穀物酢	1.76	食塩	0.03	でんぶん	2.13				
からし(粉)	0.03	とうがらし(粉) 一味	0.01	水	3.74				
		上白糖	0.45	こまつな	15.30				
		穀物酢	0.45	ごま油	0.51				
				<b>【牛乳】</b>					
<b>【かきたま汁】</b>		<b>【キムチ鍋風味噌汁】</b>		牛乳(飲)	206.00				
干し椎茸 スライス	0.51	はくさい	4.25						
玉葱	6.80	豚ばら脂身つき 小間	5.95	<b>【コーンサラダ】</b>					
にんじん	5.95	豚かた(脂身付き)小間	0.00	こまつな	17.85				
たけのこ(水煮缶詰)	8.50	にんじん	2.55	にんじん	4.25				
木綿豆腐	17.00	ブラックマッパ もやし	6.80	キャベツ	12.75				
たまご 2Lサイズ	22.95	はくさい(キムチ漬け)	4.25	きゅうり	6.80				
ねぎ	5.10	ぶなしめじ	4.25	とうもろこし缶詰(ホ-ル)	10.20				
こまつな	5.10	こまつな	3.40	サラダ油	0.85				
食塩	0.34	木綿豆腐 押し30%	15.30	ぶどう酢	1.70				
こいくちしょうゆ	0.85	油揚げ	3.79	白こしょう	0.02				
でんぶん	0.34	ねぎ	4.25	上白糖	1.02				
水	0.68	米みそ(淡色辛みそ)	3.40	食塩	0.26				
水	68.00	こいくちしょうゆ	0.34	玉葱	2.55				
だし用昆布	0.17	削り節(だし用)	2.30						
削り節(だし用)	2.21	水	72.25						
<b>【スイカ】</b>				<b>【サワーポンチ】</b>					
小玉すいか L	120.00	<b>【ゆでとうもろこし】</b>		黄桃ダイス	17.00				
		とうもろこし	37.50	パイン缶詰(果肉のみ)1号	17.85				
		食塩(ゆで塩・下塩)	0.13	みかん缶(果肉のみ)1号缶	17.85				
				冷凍 白玉もち	24.65				
				水	18.70				
				三温糖	5.10				
				レモン果汁	0.17				
				温州蜜柑缶詰(液汁)	8.50				
				サイダー	11.05				