

[ 詳細献立表 ]

0: 通常献立

2024年12月 1日 ~ 2024年12月31日

船橋市立坪井小学校

12月 3日(火)		12月 4日(水)		12月 5日(木)		12月 6日(金)		12月 9日(月)	
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>【ゆかりご飯】</b>		<b>【麦ご飯】</b>		<b>【ご飯】</b>		<b>【ライス】</b>		<b>【ご飯】</b>	
水稲穀粒(精白米)	67.00	水稲穀粒(精白米)	69.00	水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	68.00	水稲穀粒(精白米)	67.25
水	88.68	水	88.08	水	86.00	水	85.00	清酒(上撰)	0.96
清酒(上撰)	0.97	清酒(上撰)	1.00	清酒(上撰)	1.28	清酒(上撰)	1.28	水	82.87
ゆかり	1.45	白麦 米粒麦	5.81						
減塩しらす	1.50								
				<b>【牛乳】</b>		<b>【ドライカレー (ルウ)】</b>		<b>【牛乳】</b>	
<b>【牛乳】</b>		<b>【牛乳】</b>		牛乳 (飲)	206.00	サラダ油	2.40	牛乳 (飲)	206.00
牛乳 (飲)	206.00	牛乳 (飲)	206.00	<b>【ヘルシーハンバーグ】</b>		しょうが	0.24	<b>【豆腐のカレー煮】</b>	
<b>【生揚げのあまから焼き】</b>		牛乳 (飲)	206.00	豚もも脂身つき挽肉	26.00	にんにく(りん茎)	0.24	木綿豆腐 カット	80.00
生揚げ 1/4切	0.00	<b>【鯖のねぎ山椒焼き】</b>		豚かた(脂身付き)挽き肉	0.00	豚かた(脂身付き)挽き肉	18.00	しょうが	0.60
生揚げ 1/3切	80.00	木綿豆腐	35.00	木綿豆腐	35.00	豚かた皮下脂肪なし挽肉	8.00	にんにく(りん茎)	0.30
生揚げ 1/2切	0.00	まさば 30g	0.00	ママプラスM	3.00	豚かた(脂身付き)小間	5.00	豚かた(脂身付き)小間	17.00
上白糖	3.00	まさば 40g	40.00	パン粉(乾燥)	3.00	むき玉葱	40.00	こいくちしょうゆ	0.60
こいくちしょうゆ	4.00	まさば 50g	0.00	無調整豆乳	3.60	にんじん	20.00	清酒(上撰)	0.60
清酒(上撰)	1.50	まさば 60g	0.00	玉葱	20.00	むきじゃがいも	0.00	きくらげ(乾)	0.75
本みりん	1.00	ねぎ	10.00	サラダ油	0.50	じゃがいも	25.00	玉葱	23.00
水	1.50	こいくちしょうゆ	3.70	白こしょう	0.02	マッシュルーム(水煮缶詰)	3.00	にんじん	8.00
ごま油	0.50	本みりん	1.00	食塩	0.20	レンズまめ(乾)	12.00	たけのこ(水煮缶詰)	11.00
でんぶん	0.20	しょうが	0.18	ナツメグ(粉)	0.01	青ピーマン	5.00	こまつな	13.00
水	0.40	粉さんしょう	0.03	トマトケチャップ	5.60	こいくちしょうゆ	1.80	サラダ油	1.00
		<b>【茎わかめのきんぴら】</b>		中濃ソース	2.80	トマトケチャップ	3.60	食塩	0.25
<b>【おかか和え】</b>		冷凍細切り茎わかめ	9.90	上白糖	0.17	ウスターソース	3.00	白こしょう	0.03
こまつな	18.00	板こんにやく黒つき	20.00	からし(粉)	0.03	食塩	0.75	カレー粉	0.33
にんじん	8.00	にんじん	16.00	<b>【ミックスソテー】</b>		オールスパイス(粉)	0.02	三温糖	3.00
ブラックマッペ もやし	30.00	れんこん	5.00	むきじゃがいも	33.00	カレー粉	1.00	こいくちしょうゆ	4.00
水	0.70	ごぼう	11.00	にんじん	10.00	<b>【牛乳】</b>		清酒(上撰)	2.00
糸削り	1.50	穀物酢	1.50	玉葱	10.00	牛乳 (飲)	206.00	水	20.00
こいくちしょうゆ	1.60	豚もも皮下脂肪なし千切り	0.00	さやいんげん	5.00			湯菜譜	3.00
		豚かた(脂身付き)千切り	10.00	オリーブ油	1.00	<b>【こまつなサラダ】</b>		ねぎ(香味)	1.00
		サラダ油	0.80	にんにく(りん茎)	0.16	まぐろ缶詰(油漬フレーク)	12.00	しょうが(香味)	0.50
		とうがらし(粉) 一味	0.01	とうもろこし缶詰(ホ-ル)	8.00	キャベツ	18.00	でんぶん	1.00
<b>【肉じゃが】</b>		こいくちしょうゆ	3.00	食塩	0.20	きゅうり	5.00	水	2.00
豚かた(脂身付き)小間	0.00	本みりん	1.00	白こしょう	0.02	にんじん	5.00	<b>【干草和え】</b>	
豚かた皮下脂肪なし小間	15.00	三温糖	2.00	こいくちしょうゆ	0.59	こまつな	12.00	キャベツ	20.00
清酒(上撰)	1.00	清酒(上撰)	1.50			サラダ油	1.40	にんじん	3.50
むきじゃがいも	45.00			<b>【豆乳スープ】</b>		穀物酢	1.87	きゅうり	4.00
にんじん	20.00	<b>【具沢山味噌汁】</b>		サラダ油	0.50	上白糖	0.14	とうもろこし缶詰(ホ-ル)	4.00
むき玉葱	30.00	じゃがいも	25.00	若鶏肉胸(皮付き)小間	6.00	食塩	0.09	こまつな	15.00
干し椎茸 ｽﾗｲｽ	0.50	キャベツ	23.00	玉葱	10.00	こいくちしょうゆ	1.45	ボンレスハム千切り	3.00
板こんにやく黒つき	20.00	にんじん	5.00	にんじん	10.00	玉葱	1.45	緑豆はるさめ	2.00
さやいんげん	3.00	玉葱	15.00	じゃがいも	0.00	ごま(いり) 白	1.00	水	6.60
サラダ油	0.50	ぶなしめじ	4.00	むきじゃがいも	20.00	<b>【フルーツヨーグルト】</b>		上白糖	1.20
上白糖	2.00	こまつな	10.00	こまつな	15.00	パイン缶詰(果肉のみ)1号	10.00	食塩	0.25
こいくちしょうゆ	4.30	生揚げ 1/2切	18.00	食塩	0.55	みかん缶(果肉のみ)1号缶	12.00	こいくちしょうゆ	2.20
清酒(上撰)	1.00	米みそ(淡色辛みそ)	2.80	白こしょう	0.02	もも(缶詰果肉)	10.00	ごま油	0.77
本みりん	1.00	米みそ(赤色辛みそ)	2.80	水	60.00	ヨーグルト(全脂無糖)	42.00	穀物酢	1.55
		削り節(だし用)	2.80	ブイヨン	8.00			からし(粉)	0.03
		水	85.00	にんじん(香味)	0.92				
<b>【りんご】</b>				玉葱(香味)	1.72			<b>【ポテトのどらやき】</b>	
りんご	41.60	<b>【みかん】</b>		ローリエ	0.01			むきじゃがいも	55.00
		みかん L	54.00	いんげんまめ(乾)	11.00			食塩	0.25
				無調整豆乳	25.00			有塩バター	0.00
								無塩バター	2.00
								脱脂粉乳	0.40
				<b>【オレンジ】</b>				水	4.00
				オレンジ	50.00			白こしょう	0.02
								玉葱	10.00
								サラダ油	0.20
								パセリ	1.00
								干ひじき(鉄釜、乾)	0.60
								まぐろ缶詰(油漬フレーク)	10.00
								紙皿 丸12A 60ml	1.00
								トマトケチャップ	0.00
								無塩トマトケチャップ	2.40
								中濃ソース	0.90
								トマトピューレ	1.80
								三温糖	0.50



[ 詳細献立表 ]

0:通常献立

2024年12月 1日 ~ 2024年12月31日

船橋市立坪井小学校

12月17日(火)		12月18日(水)		12月19日(木)		12月20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>【ガーリックトースト】</b>		<b>【ご飯】</b>		<b>【茶めし】</b>		<b>【ご飯】</b>			
給食用 食パン 80g	0.00	水稻穀粒(精白米)	68.00	水稻穀粒(精白米)	69.00	水稻穀粒(精白米)	70.00		
給食用 食パン 50g	74.00	水	82.50	清酒(上撰)	1.98	清酒(上撰)	0.96		
有塩バター	4.80	清酒(上撰)	1.07	水	79.27	水	88.41		
オリーブ油	2.00			こいくちしょうゆ	2.41				
にんにく(りん茎)	1.98	<b>【牛乳】</b>		食塩	0.15				
パセリ	0.55	牛乳(飲)	206.00	だし用昆布	0.70				
食塩	0.10								
		<b>【鮭の味噌マヨネーズ焼】</b>		<b>【牛乳】</b>		<b>【牛乳】</b>			
<b>【牛乳】</b>		しろさけ 30g	0.00	牛乳(飲)	206.00	牛乳(飲)	206.00		
牛乳(飲)	206.00	しろさけ 40g	0.00			<b>【ローストチキン】</b>			
<b>【ポークビーンズ】</b>		しろさけ 50g	50.00	<b>【煮込みおでん】</b>		若鶏肉モモ(皮付き)30g	0.00		
白いんげん豆(乾)	18.00	白ワイン	1.00	水	50.00	若鶏肉モモ(皮付き)40g	0.00		
にんにく(りん茎)	0.50	白こしょう	0.03	だし用昆布	0.82	若鶏肉モモ(皮付き)50g	0.00		
ショルダーベーコン	1.00	食塩	0.20	削り節(だし用)	0.22	若鶏肉モモ(皮付き)60g	60.00		
豚かた(脂身付き)1.5角	0.00	玉葱	15.00	こいくちしょうゆ	1.72	食塩	0.15		
豚もも皮下脂肪なし1.5角	15.00	にんじん	5.00	本みりん	1.60	白こしょう	0.04		
食塩	0.05	パセリ	0.30	清酒(上撰)	1.60	レモン果汁	4.20		
黒こしょう	0.01	米みそ(淡色辛みそ)	2.00	食塩	0.15	白ワイン	1.20		
サラダ油	0.80	エッグフリーマヨネーズ	7.00	板こんにやく黒	12.00	三温糖	2.43		
むき玉葱	21.00	サラダ油	0.44	だいこん	32.00	本みりん	1.08		
サラダ油	0.55	紙皿 小判3 100ml	1.00	にんじん	15.00	こいくちしょうゆ	3.78		
むき玉葱	15.00			じゃがいも	30.00	でんぷん	0.27		
サラダ油	0.30	<b>【コーンともやしのごま和え】</b>		さつま揚げ(乳・卵なし)	7.80	水	0.54		
にんじん	13.00	ブラックマッパ もやし	24.67	焼き竹輪(乳・卵なし)	4.00	清酒(上撰)	0.54		
むきじゃがいも	42.00	こまつな	19.70	つみれ(乳・卵なし)	5.00	クッキングホイル	1.00		
トマト缶詰(ホール)	9.61	こいくちしょうゆ	0.34	生揚げ	8.00				
ローリエ	0.01	とうもろこし缶詰(ホ-ル)	11.22			<b>【クリスマスサラダ】</b>			
トマトピューレ	3.00	ごま(いり) 白すりごま	1.00			ブロッコリー	10.00		
トマトケチャップ	5.00	三温糖	0.80			ブロッコリー(ゆで)	0.00		
食塩	0.35	こいくちしょうゆ	1.72			こまつな	20.00		
三温糖	1.00			<b>【鱈の辛子しょうゆかけ】</b>		きゅうり	15.00		
中濃ソース	2.00	<b>【豆乳入り味噌汁】</b>		さわら 30g	0.00	赤ピーマン	3.00		
パプリカ(粉)	0.22	じゃがいも	28.00	さわら 40g	0.00	キャベツ	20.00		
オールスパイス(粉)	0.01	にんじん	7.00	さわら 50g	50.00	穀物酢	1.40		
クリーム(乳脂肪)	1.60	板こんにやく黒	8.00	清酒(上撰)	1.00	上白糖	0.40		
プロセスチーズ 粉	2.00	木綿豆腐	35.00	しょうが	0.50	サラダ油	1.20		
さやいんげん	3.00	かつお節(だし用)	2.00	でんぷん	6.50	食塩	0.25		
水	33.00	水	81.00	大豆油	2.00	白こしょう	0.01		
コク鶏スープ	3.30	米みそ(淡色辛みそ)	2.50	こいくちしょうゆ	4.00	玉葱	2.00		
玉葱(香味)	0.40	米みそ(赤色辛みそ)	2.50	上白糖	3.00				
にんじん(香味)	0.30	豆乳	4.00	清酒(上撰)	2.00				
セロリ(香味)	0.10	こまつな	20.00	からし(粉)	0.17				
ローリエ	0.01	ねぎ	8.00	ねぎ	3.00	<b>【ABCスープ】</b>			
		ごま(ねり・白)	1.50			マカロニ ABC	6.00		
						にんじん	7.00		
<b>【コールスローサラダ】</b>		<b>【みかん】</b>		<b>【納豆和え】</b>		玉葱	12.00		
キャベツ	15.00	みかん L	108.00	挽きわり納豆	15.00	キャベツ	14.00		
にんじん	5.00			にんじん	6.00	こまつな	15.00		
とうもろこし缶詰(ホ-ル)	5.10			こまつな	25.00	レンズまめ(乾)	6.00		
きゅうり	8.00			キャベツ	15.00	マッシュルーム(水煮缶詰)	5.00		
こまつな	15.00			こいくちしょうゆ	0.30	ベーコン 千切り	3.00		
サラダ油	1.00			こいくちしょうゆ	1.70	カレー粉	0.22		
三温糖	0.50			からし(粉)	0.05	食塩	0.40		
レモン果汁	0.40					白こしょう	0.02		
穀物酢	1.50					こいくちしょうゆ	1.03		
食塩	0.30					水	85.00		
白こしょう	0.04					コク鶏スープ	9.00		
玉葱	2.55			<b>【りんご】</b>		にんじん(香味)	0.90		
				りんご	41.60	玉葱(香味)	0.90		
<b>【りんご】</b>						セロリ(香味)	0.18		
りんご	45.00					ローリエ	0.02		
						<b>【みかん】</b>			
						みかん L	54.00		