[詳 細 献 立 表]

0:通常献立

2026年11月 1日 ～ 2026年11月30日

船橋市立坪井小学校

11月 2日(月)		11月 4日(水)		11月 5日(木)		11月 6日(金)		11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
【ご飯】		**【麦ご飯】**		**【ライス】**		**【ご飯】**		**【茶飯】**	
水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	64.00	水稲穀粒(精白米)	67.00	水稲穀粒(精白米)	69.00
水	89.09	水	78.57	水	82.87	水	83.32	清酒(上撰)	1.98
清酒(上撰)	0.97	清酒(上撰)	0.96	清酒(上撰)	0.97	清酒(上撰)	0.94	水	79.27
		白麦 米粒麦	5.79					こいくちしょうゆ	2.41
【牛乳】				**【坪井小カレー】**				食塩	0.15
牛乳（飲）	206.00	**【牛乳】**		豚もも皮下脂肪なし1.5角	25.00	**【かつおふりかけ】**		だし用昆布	0.70
【鮭のムニエル】		牛乳（飲）	206.00	豚かた皮下脂肪なし1.5角	0.00	糸削り	1.80		
しろさけ 30g	0.00			豚かた(脂身付き)1.5角	0.00	焼きのり きざみ	0.45	**【牛乳】**	
しろさけ 40g	0.00	**【コノシロのさんが焼き】**		食塩	0.22	三温糖	0.45	牛乳（飲）	206.00
しろさけ 50g	50.00	このしろ	37.00	白こしょう	0.02	こいくちしょうゆ	0.90	**【ぼらの甘酢あんかけ】**	
白ワイン	2.00	豚もも皮下脂肪なし	18.00	カレー粉	0.20	本みりん	0.90	ぼら	0.00
白こしょう	0.02	豚かた(脂身付き)挽き肉	0.00	サラダ油	0.50	ごま(いり) 白	1.00	ぼら 40g	0.00
食塩	0.30	ねぎ	10.00	にんにく(りん茎)	0.20			ぼら 50g	50.00
有塩バター	2.50	パン粉(生)	5.00	しょうが	0.30	**【牛乳】**		食塩	0.10
カレー粉	0.35	米みそ(淡色辛みそ)	4.00	むき玉葱	38.00	牛乳（飲）	206.00	白こしょう	0.02
薄力粉	4.00	しょうが	0.70	サラダ油	0.30			清酒(上撰)	0.70
		上白糖	2.00	にんじん	13.00	**【生揚げのあまから焼き】**		でんぷん	6.00
【バジリコサラダ】		清酒(上撰)	1.00	むきじゃがいも	0.00	生揚げ 1/4切	0.00	大豆油	3.00
じゃがいも	0.00	本みりん	1.00	じゃがいも	28.00	生揚げ 1/3切	80.00	にんにく(りん茎)	0.27
むきじゃがいも	27.00	ごま(いり) 白	1.00	マッシュルーム(水煮缶詰)	4.00	生揚げ 1/2切	0.00	しょうが	0.36
にんじん	4.00			レンズまめ(乾)	5.00	上白糖	3.00	ねぎ	4.40
きゅうり	8.00			サラダ油	1.00	こいくちしょうゆ	4.00	上白糖	2.10
こまつな	25.00			トマトピューレ	2.00	清酒(上撰)	1.50	食塩	0.04
とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)	5.00			中濃ソース	1.50	本みりん	1.00	トマトケチャップ	3.00
オリーブ油	1.50	**【白菜の塩昆布和え】**		こいくちしょうゆ	1.00	水	1.50	こいくちしょうゆ	0.71
サラダ油	1.50	はくさい	30.00	食塩	0.70	ごま油	0.50	穀物酢	1.34
穀物酢	2.64	きゅうり	8.00	上白糖	0.30	でんぷん	0.20	サラダ油	0.44
食塩	0.45	にんじん	5.00	ローリエ	0.01	水	0.40	水	8.94
玉葱	1.20	塩昆布	0.40	カレー粉	0.20			でんぷん	0.26
上白糖	0.53	ごま油	1.00	薄力粉	3.71	**【大根の和え物】**			
ガーリックパウダー	0.01	上白糖	0.44	有塩バター	3.50	ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	13.00	**【ごま和え】**	
バジル(粉)	0.09	穀物酢	1.20	カレー粉	0.13	こまつな	16.10	こまつな	26.00
【ＡＢＣスープ】		こいくちしょうゆ	1.50	水	60.00	こいくちしょうゆ	0.83	にんじん	5.00
マカロニ ABC	7.00			コク鶏スープ	5.00	だいこん	19.00	ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	25.00
にんじん	7.00	**【のっぺい汁】**		赤ワイン	1.00	食塩	0.11	上白糖	1.20
玉葱	12.00	豚もも皮下脂肪なし	0.00	ローリエ	0.01	にんじん	4.00	こいくちしょうゆ	2.40
キャベツ	14.00	豚かた(脂身付き)小間	9.00	玉葱(香味)	1.00	ボンレスハム千切り	4.00	ごま(いり) 白すりごま	1.50
こまつな	20.00	こいくちしょうゆ	0.10	にんじん(香味)	0.50	こいくちしょうゆ	1.65		
マッシュルーム(水煮缶詰)	5.00	しょうが	0.18	セロリ(香味)	0.50	上白糖	0.33		
ベーコン 千切り	5.00	ごぼう	7.00	プロセスチーズ 粉	2.20	食塩	0.05	**【煮込みおでん】**	
食塩	0.40	干し椎茸 ｽﾗｲｽ	0.58	グリンピース(冷凍)	3.00	サラダ油	1.30	水	50.00
白こしょう	0.02	水	0.00	**【牛乳】**		とうがらし(粉) 一味	0.02	だし用昆布	0.82
こいくちしょうゆ	1.03	板こんにゃく黒	8.12	牛乳（飲）	206.00			削り節（だし用）	0.22
水	85.00	にんじん	8.00	**【ひじきのマリネ】**		**【肉じゃが】**		こいくちしょうゆ	1.72
コク鶏スープ	9.00	だいこん	15.00	干ひじき(鉄釜、乾)	2.00	豚かた(脂身付き)小間	0.00	本みりん	1.60
にんじん(香味)	0.90	じゃがいも	14.00	水	18.00	豚かた皮下脂肪なし小間	15.00	清酒(上撰)	1.60
玉葱(香味)	0.90	油揚げ	6.00	こいくちしょうゆ	1.50	清酒(上撰)	1.00	食塩	0.15
セロリ(香味)	0.18	ねぎ	10.00	上白糖	0.50	むきじゃがいも	45.00	板こんにゃく黒	15.00
ローリエ	0.02	こまつな	10.00	本みりん	0.50	にんじん	20.00	だいこん	33.00
		サラダ油	1.16	清酒(上撰)	0.50	むき玉葱	30.00	にんじん	15.00
【パイナップル】		食塩	0.35	にんじん	4.00	干し椎茸 ｽﾗｲｽ	0.50	じゃがいも	30.00
パイナップル ５玉	72.00	こいくちしょうゆ	1.10	きゅうり	5.00	板こんにゃく黒つき	20.00	むきじゃがいも	0.00
		水	85.00	こまつな	23.00	さやいんげん	3.00	さつま揚げ	8.00
		だし用昆布	0.58	とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)	5.00	サラダ油	0.50	焼き竹輪	7.00
		削り節（だし用）	2.32	キャベツ	7.00	上白糖	2.00	つみれ	7.00
				まぐろ缶詰(水煮ﾌﾚｰｸﾎﾜｲﾄ)	5.00	こいくちしょうゆ	4.00	生揚げ	13.00
				サラダ油	1.20	清酒(上撰)	1.00		
		【グレープフルーツ】		レモン果汁	1.30	本みりん	1.00		
		ｸﾞﾚｰﾌﾟﾌﾙｰﾂ	50.40	穀物酢	2.00			**【りんご】**	
				食塩	0.10			りんご	41.60
				白こしょう	0.03				
				上白糖	1.00				
				玉葱	5.00				
				【フルーツポンチ】					
				黄桃ダイス	15.00				
				温州蜜柑缶詰(果肉)	15.00				
				パイン缶詰(果肉のみ)1号	15.00				
				冷凍 白玉もち	20.00				
				水	34.20				
				上白糖	8.15				
				レモン果汁	0.30				
				温州蜜柑缶詰(液汁)	5.00				
				食塩	0.01				

[詳 細 献 立 表]

0:通常献立

2026年11月 1日 ～ 2026年11月30日

船橋市立坪井小学校

11月10日(火)		11月11日(水)		11月13日(金)		11月17日(火)		11月18日(水)	
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
【きなこ揚パン】		**【チキンライス】**		**【ご飯】**		**【ソフト麺】**		**【ご飯】**	
給食用 コッペパン 40g	0.00	水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	70.00	ソフト麺 70g	140.00	水稲穀粒(精白米)	70.00
給食用 コッペパン 50g	0.00	水	62.48	水	86.00	ソフト麺 80g	0.00	水	82.62
給食用 コッペパン 60g	88.80	白ワイン	0.94	清酒(上撰)	1.29	ソフト麺 90g	0.00	清酒(上撰)	0.97
大豆油	4.20	若鶏肉モモ(皮付き)1cm角	26.00						
三温糖	3.85	若鶏肉胸(皮付き)1cm角	0.00			**【ほうとううどん(具)】**		**【牛乳】**	
上白糖	0.55	白ワイン	0.90			豚かた(脂身付き)小間	14.00	牛乳 (飲)	206.00
きな粉(大豆)	5.50	玉葱	15.00	**【牛乳】**		清酒(上撰)	0.15	**【ぎょうざ丼 (具) 】**	
食塩	0.03	にんじん	3.00	牛乳 (飲)	206.00	にんじん	6.00	豚かた(脂身付き)挽き肉	30.00
		マッシュルーム(水煮缶詰)	4.00			ごぼう	8.00	豚かた皮下脂肪なし挽肉	0.00
【牛乳】		グリンピース(冷凍)	4.00	**【鰤のかば焼き風】**		ねぎ	8.00	こいくちしょうゆ	1.03
牛乳 (飲)	206.00	食塩	0.45	まいわし 30gフィーレ	0.00	はくさい	10.00	清酒(上撰)	1.03
		白こしょう	0.04	まいわし 40g開き	0.00	西洋かぼちゃ	18.00	マメプラスM	6.00
【ワンタンスープ】		トマトピューレ	3.42	まいわし 50g開き	50.00	油揚げ	5.00	干し椎茸 ｽﾗｲｽ	0.33
ワンタンの皮 10.5cm	11.00	トマトケチャップ	5.99	しょうが	1.00	えのきたけ	5.50	たけのこ(水煮缶詰)	4.00
豚かた(脂身付き)挽き肉	7.60	サラダ油	1.20	清酒(上撰)	1.00	水	90.00	玉葱	14.00
しょうが	0.16			でんぷん	4.00	削り節 (だし用)	1.10	キャベツ	20.00
こいくちしょうゆ	0.24			米粉	4.00	だし用昆布	1.00	ねぎ	10.00
清酒(上撰)	0.08	**【牛乳】**		大豆油	2.20	米みそ(赤色辛みそ)	1.50	にら	6.00
食塩	0.04	牛乳 (飲)	206.00	こいくちしょうゆ	3.00	米みそ(淡色辛みそ)	8.00	にんにく(りん茎)	0.72
ねぎ	1.00			上白糖	2.50	清酒(上撰)	1.00	しょうが	0.72
豚かた(脂身付き)千切り	10.00	**【水菜とごぼうのサラダ】**		水	8.00	本みりん	1.00	サラダ油	0.80
しょうが	0.32	みずな	15.00	本みりん	0.80	こまつな	8.00	食塩	0.28
こいくちしょうゆ	0.48	ごぼう	6.00	でんぷん	0.30			白こしょう	0.02
清酒(上撰)	0.16	こいくちしょうゆ	0.93	水	0.60	**【牛乳】**		清酒(上撰)	1.82
食塩	0.04	穀物酢	0.58			牛乳 (飲)	206.00	こいくちしょうゆ	2.41
にんじん	5.00	にんじん	5.00					オイスターソース	2.60
ねぎ	14.00	きゅうり	8.00			**【辛子和え】**		でんぷん	0.90
干し椎茸 ｽﾗｲｽ	0.40	とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)	5.00	**【酢みそ和え】**		こまつな	15.00	水	1.82
ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	16.00	エッグフリーマヨネーズ	4.50	カットわかめ	0.35	にんじん	3.00	ごま油	0.80
たけのこ(水煮缶詰)	4.80	こいくちしょうゆ	1.39	キャベツ	15.00	ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	30.00	**【千草和え】**	
こまつな	16.10	ごま(いり) 白	0.94	こまつな	22.00	キャベツ	10.00	キャベツ	22.00
水	90.00	ごま(ねり・白)	1.00	きゅうり	13.00	こいくちしょうゆ	0.34	にんじん	3.50
湯菜譜	9.80			ごま(いり) 白すりごま	1.20	こいくちしょうゆ	1.70	きゅうり	10.00
しょうが(香味)	0.72			米みそ(淡色辛みそ)	2.00	からし(粉)	0.10	とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)	6.00
ねぎ(香味)	1.44	**【カラフル野菜の卵スープ】**		上白糖	1.10			こまつな	20.00
清酒(上撰)	0.72	若鶏肉モモ(皮なし)千切り	0.00	穀物酢	2.00			こいくちしょうゆ	0.39
こいくちしょうゆ	1.80	若鶏肉モモ(皮付き)千切	8.00					ボンレスハム千切り	3.00
食塩	0.31	若鶏肉胸(皮付き)千切り	0.00	**【さつま汁】**		**【サーターアンダギー】**		緑豆はるさめ	2.00
白こしょう	0.02	白ワイン	0.42	若鶏肉胸(皮付き)小間	8.00	サラダ油	2.30	水	6.60
		玉葱	18.00	しょうが	0.40	薄力粉	21.00	上白糖	1.20
【大根のサラダ】		にんじん	10.00	にんじん	10.00	ベーキングパウダー	0.33	食塩	0.25
だいこん	15.00	とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)	7.00	だいこん	11.00	三温糖	6.20	こいくちしょうゆ	2.20
にんじん	3.60	こまつな	15.00	ごぼう	5.00	黒砂糖	2.10	ごま油	0.77
きゅうり	3.00	レンズまめ(乾)	2.00	板こんにゃく黒	5.00	たまご 2Lｻｲｽﾞ	11.00	穀物酢	1.55
キャベツ	18.00	パルメザンチーズ 粉	1.50	さつまいも	31.00	大豆油	1.00	からし(粉)	0.03
こまつな	15.00	たまご 2Lｻｲｽﾞ	21.00	こまつな	19.00			**【ココア豆】**	
ボンレスハム千切り	3.00	パン粉(乾燥)	0.80	米みそ(淡色辛みそ)	2.80			いり大豆(黄大豆)	14.00
サラダ油	1.10	清酒(上撰)	0.42	米みそ(赤色辛みそ)	2.80			大豆油	2.50
穀物酢	1.35	食塩	0.35	水	85.00			ピュアココア	0.60
食塩	0.30	白こしょう	0.02	削り節 (だし用)	2.20			上白糖	1.20
白こしょう	0.02	水	85.00	**【みかん】**				グラニュー糖	1.20
上白糖	0.36	コク鶏スープ	4.00	みかん L	54.00			食塩	0.02
からし(粉)	0.04	玉葱(香味)	1.25						
玉葱	2.20	にんじん(香味)	0.83						
		セロリ(香味)	0.25						
【みかん】		ローリエ	0.01						
みかん L	54.00								
		【グレープゼリー】							
		水	40.00						
		寒天	0.33						
		赤ワイン	1.00						
		上白糖	6.39						
		ぶどうストレートジュース	15.00						
		プリンカップ60cc	1.00						

[詳 細 献 立 表]

0:通常献立

2026年11月 1日 ～ 2026年11月30日

船橋市立坪井小学校

11月19日(木)		11月20日(金)		11月24日(火)		11月25日(水)		11月26日(木)	
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
【鶏ごぼうめし】		**【わかめご飯】**		**【ご飯】**		**【麦ご飯】**		**【ご飯】**	
水稲穀粒(精白米)	67.00	水稲穀粒(精白米)	68.00	水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	67.00	水稲穀粒(精白米)	70.00
水	84.00	水	101.20	水	83.21	水	79.57	水	83.21
清酒(上撰)	1.00	清酒(上撰)	1.10	清酒(上撰)	0.99	清酒(上撰)	0.94	清酒(上撰)	0.99
若鶏肉胸(皮付き)1.5㎝角	0.00	花むすび	1.50			白麦 米粒麦	5.00		
若鶏肉モモ(皮付き)1.5角	12.00								
清酒(上撰)	1.00					**【牛乳】**			
にんじん	6.00					牛乳 (飲)	206.00	**【牛乳】**	
干し椎茸 ｽﾗｲｽ	0.50	**【牛乳】**						牛乳 (飲)	206.00
油揚げ	3.00	牛乳 (飲)	206.00	**【牛乳】**		**【レバーのﾚﾓﾝｿｰｽ】**			
ごぼう	12.00			牛乳 (飲)	206.00	豚レバー 10ｇ	40.00	**【厚焼き卵】**	
サラダ油	1.00	**【生揚げの中華煮】**				しょうが	0.90	たまご 2Lｻｲｽﾞ	48.00
こいくちしょうゆ	2.40	生揚げ 1/2切	35.00	**【鯖のねぎ味噌焼き】**		清酒(上撰)	0.60	水	8.00
清酒(上撰)	2.00	豚かた(脂身付き)小間	0.00	まさば 30g	0.00	こいくちしょうゆ	1.00	削り節 (だし用)	0.40
本みりん	1.40	豚もも皮下脂肪なし小間	27.00	まさば 40g	0.00	でんぷん	6.00	こいくちしょうゆ	1.60
三温糖	1.80	清酒(上撰)	0.93	まさば 50g	50.00	大豆油	2.00	上白糖	1.60
食塩	0.04	しょうが	0.65	ねぎ	5.00	むきじゃがいも	30.00	清酒(上撰)	0.40
【牛乳】		ねぎ	6.00	米みそ(淡色辛みそ)	2.00	大豆油	2.50	食塩	0.25
牛乳 (飲)	206.00	干し椎茸 ｽﾗｲｽ	0.30	こいくちしょうゆ	2.00	三温糖	2.00	にんじん	4.00
【ぼらのごまマヨ焼き】		たけのこ(水煮缶詰)	5.00	本みりん	1.86	こいくちしょうゆ	1.80	たけのこ(水煮缶詰)	4.00
ぼら	0.00	玉葱	20.00	上白糖	0.41	清酒(上撰)	0.80	玉葱	8.00
ぼら 40g	0.00	にんじん	7.00	ごま(いり) 白	2.00	本みりん	0.80	若鶏肉モモ(皮付き)挽肉	0.00
ぼら 50g	50.00	キャベツ	20.00			レモン(果汁､生)	1.10	若鶏肉胸(皮なし)挽肉	12.00
清酒(上撰)	1.50	こまつな	6.00	**【五目きんぴら】**		水	1.10	若鶏肉胸(皮付き)挽肉	0.00
食塩	0.12	サラダ油	0.80	豚もも脂身つき千切り	10.00			サラダ油	0.64
黒こしょう	0.02	こいくちしょうゆ	5.00	豚かた(脂身付き)千切り	0.00	**【中華ツナサラダ】**		グリンピース(冷凍)	3.00
ねぎ	5.00	上白糖	1.84	ごぼう	20.00	まぐろ缶詰(水煮ﾌﾚｰｸﾗｲﾄ)	9.00	穀物酢	1.44
ごま(いり) 白すりごま	2.60	食塩	0.10	板こんにゃく黒つき	20.00	とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)	4.00	こいくちしょうゆ	1.20
エッグフリーマヨネーズ	6.00	穀物酢	0.93	れんこん	15.00	にんじん	7.00	トマトケチャップ	0.00
こいくちしょうゆ	1.03	ごま油	0.30	にんじん	15.00	こまつな	20.00	無塩トマトケチャップ	1.44
【梅おかか和え】		でんぷん	0.93	青ピーマン	5.00	こいくちしょうゆ	0.34	上白糖	2.00
きゅうり	15.00	水	1.86	サラダ油	1.00	キャベツ	10.00	食塩	0.02
キャベツ	19.00			三温糖	2.00	きゅうり	8.00	でんぷん	0.20
こまつな	5.00	**【ごま酢和え】**		清酒(上撰)	2.00	こいくちしょうゆ	1.70	水	0.80
ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	12.00	かんぴょう(乾)	2.00	本みりん	1.00	上白糖	1.20	**【茎わかめの和え物】**	
にんじん	4.50	こまつな	12.00	こいくちしょうゆ	3.04	ごま油	0.50	冷凍細切り茎わかめ	7.00
梅びしお	1.10	にんじん	3.00	とうがらし(粉) 一味	0.02	ごま(いり) 白	1.30	にんじん	7.00
こいくちしょうゆ	0.23	ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	15.00					ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	27.00
本みりん	0.12	ごま(いり) 白すりごま	2.00			**【キムチ鍋風味噌汁】**		こいくちしょうゆ	0.80
糸削り	0.80	三温糖	1.00	**【沢煮椀】**		はくさい	10.00	こまつな	14.00
【なめこ汁】		こいくちしょうゆ	2.00	若鶏肉モモ(皮付き)千切	0.00	豚かた(脂身付き)小間	5.00	きゅうり	7.00
削り節 (だし用)	2.32	穀物酢	1.00	若鶏肉胸(皮付き)千切り	10.00	にんじん	4.00	サラダ油	1.80
水	85.00	ごま油	0.60	干し椎茸 ｽﾗｲｽ	0.30	ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	12.00	穀物酢	0.72
なめこ	8.00			たけのこ(水煮缶詰)	10.00	はくさい(キムチ漬け)	5.10	上白糖	0.96
油揚げ	3.00	**【スイートポテト】**		にんじん	5.00	ぶなしめじ	5.00	食塩	0.15
木綿豆腐	30.00	むきさつまいも	40.00	えのきたけ	5.00	こまつな	10.00	こいくちしょうゆ	2.40
わかめ(乾燥､水戻し)	0.30	いんげんまめ(ゆで) ﾍﾟｰｽﾄ	10.00	ごぼう	4.00	木綿豆腐 押し30%	20.00	からし(粉)	0.02
こまつな	20.00	上白糖	4.00	こまつな	15.00	油揚げ	4.46		
ねぎ	10.00	食塩	0.20	糸みつば	3.00	ねぎ	7.00		
米みそ(赤色辛みそ)	2.80	有塩バター	2.00	こいくちしょうゆ	1.70	米みそ(淡色辛みそ)	4.00		
米みそ(淡色辛みそ)	2.80	バニラエッセンス	0.01	清酒(上撰)	0.70	こいくちしょうゆ	0.40	**【ごま仕立ての豚汁】**	
【オレンジ】		紙皿	1.00	食塩	0.45	削り節 (だし用)	2.70	豚もも皮下脂肪なし小間	0.00
オレンジ	26.00			でんぷん	0.70	水	85.00	豚かた皮下脂肪なし小間	12.00
				水	1.40			豚かた(脂身付き)小間	0.00
				水	85.00			清酒(上撰)	0.75
				だし用昆布	1.35	**【りんご】**		ごぼう	4.00
				削り節 (だし用)	2.30	りんご	45.00	板こんにゃく	10.00
								にんじん	7.00
								じゃがいも	20.00
				【みかん】				だいこん	18.00
				みかん L	54.00			木綿豆腐	20.00
								ねぎ	7.00
								こまつな	10.00
								米みそ(淡色辛みそ)	2.80
								米みそ(赤色辛みそ)	2.80
								ごま(いり) 白すりごま	1.00
								ごま(ねり・白)	2.00
								水	85.00
								削り節 (だし用)	2.10
								サラダ油	0.80
								【オレンジ】	
								オレンジ	32.00

[詳 細 献 立 表]

0:通常献立

2026年11月 1日 ～ 2026年11月30日

船橋市立坪井小学校

11月27日(金)		11月30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
【麦ご飯】		**【炒めそば】**							
水稲穀粒(精白米)	70.00	蒸し中華めん	125.00						
白麦 米粒麦	5.77	サラダ油	1.65						
水	80.53								
清酒(上撰)	0.96								
【牛乳】									
牛乳 (飲)	206.00								
【鶏肉のコーンフレーク揚げ】		**【あんかけ焼きそば(あん)】**							
若鶏肉胸(皮付き)30g	30.00	豚かた(脂身付き)小間	33.00						
若鶏肉胸(皮付き)40g	0.00	しょうが	0.25						
若鶏肉ささ身30g	0.00	清酒(上撰)	0.63						
若鶏肉ささ身40g	0.00	こいくちしょうゆ	1.03						
にんにく(りん茎)	0.50	サラダ油	1.30						
しょうが	0.50	しょうが	1.00						
こいくちしょうゆ	2.00	にんにく(りん茎)	0.55						
清酒(上撰)	1.00	干し椎茸 ｽﾗｲｽ	0.55						
薄力粉	8.00	にんじん	10.00						
水	5.00	たけのこ(水煮缶詰)	3.00						
コーンフレーク	11.00	ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	15.00						
大豆油	6.00	はくさい	8.00						
【磯香和え】		食塩	0.44						
こまつな	20.00	白こしょう	0.02						
ﾌﾞﾗｯｸﾏｯﾍﾟもやし	35.00	上白糖	0.20						
にんじん	5.00	清酒(上撰)	0.50						
こいくちしょうゆ	2.00	本みりん	0.50						
焼きのり きざみ	0.80	オイスターソース	3.20						
		湯菜譜	2.00						
		水	22.00						
【キャベツと生揚げの味噌汁】		清酒(上撰)	0.56						
削り節 (だし用)	2.70	ねぎ(香味)	0.55						
水	85.00	しょうが(香味)	0.55						
にんじん	5.00	冷凍むきえび L	15.00						
玉葱	10.00	清酒(上撰)	1.70						
キャベツ	23.00	でんぷん	0.50						
えのきたけ	5.00	でんぷん	2.50						
ぶなしめじ	5.00	水	4.40						
こまつな	9.00	こまつな	16.00						
生揚げ 1/2切	22.00	ごま油	0.60						
ねぎ	5.00								
米みそ(淡色辛みそ)	2.80	**【牛乳】**							
米みそ(赤色辛みそ)	2.80	牛乳 (飲)	206.00						
		【コーンサラダ】							
		こまつな	21.00						
		にんじん	5.00						
		キャベツ	15.00						
		きゅうり	8.00						
		とうもろこし缶詰(ﾎｰﾙ)	12.00						
		サラダ油	1.00						
		ぶどう酢	2.00						
		白こしょう	0.02						
		上白糖	1.20						
		食塩	0.30						
		玉葱	3.00						
		【さつまいもと大豆のｶﾘﾝﾄ】							
		さつまいもダイスカット	45.00						
		いり大豆(黄大豆)	8.00						
		大豆油	0.50						
		上白糖	2.20						
		黒砂糖	2.20						
		食塩	0.05						
		水	2.75						