

令和7年度			7 月 月 間 献 立 表										橿原市立中学校														
日・曜	1日(火)			2日(水)			3日(木)			4日(金)			7日(月)			8日(火)			9日(水)			10日(木)			11日(金)		
献立名	パン牛乳 フランクフルトのトマトソース煮 クリームスープ ヨーグルト			ごはん牛乳 野菜とツナの炒め物 はくたく汁 抹茶わらびもち			ごはん牛乳 ゴーヤ入りスタミナライス 汁ビーフン 小魚			パン牛乳 アドボ マカロニフルーツサラダ シニガンスープ 牛乳混入粉末ココア			ごはん牛乳 いわしの生姜煮 みそにゅうめん 星形かりんとう 納豆			パン牛乳 ハンバーグ彩りソースがけ 野菜たっぷりスープ チーズ			麦ごはん牛乳 ジュリのキンパ(肉炒め 錦糸卵) 焼きのり トックスープ			麦ごはん牛乳 夏野菜カレー 枝豆とコーンのサラダ			きなこ揚げパン牛乳 チキンとキャベツのソテー トマトスープ		
材料名および使用量 (g)	パン	1こ	5	ごはん牛乳	1食	5	ごはん牛乳	1食	5	パン	1こ	5	ごはん牛乳	1食	5	パン	1こ	5	麦ごはん	1食	5	麦ごはん	1食	5	パン油	1こ	5
	牛乳	1本	2	小松菜(JA)	13g	3	ゴーヤスライス	26g	4	牛乳	1本	2	いわしの生姜煮	1切	1	牛乳	1本	2	豚肉	1本	2	豚肉	1本	2	上白糖	2.6g	5
	フランクフルト	1本	1	まぐろ油漬け	12g	1	牛ひき肉	13g	1	鶏肉	52g	1	鶏ささみほぐし	9.1g	5	星型ハンバーグ	1こ	1	大豆	13g	1	じゃがいも(JA)	32.5g	1	豚肉	25g	1
	玉ねぎ(JA)	20g	4	切干大根	2.6g	4	豚ひき肉	19.5g	1	油	0.65g	6	薄揚げ	7.8g	1	ホールコーン	10.4g	4	料理酒	13g	1	にんにく(JA)	0.39g	4	きな粉	3.25g	1
	にんじん	3g	3	キャベツ	26g	4	大豆	19.5g	1	料理酒	1.3g	9	わかめ	0.26g	2	パプリカ(赤)	6.5g	3	にんにく	0.78g	1	にんじん	15.6g	3	塩	0.01g	
	油	0.3g	6	濃口しょうゆ	1.3g	3	ごぼう	19.5g	4	にんにく(JA)	0.07g	4	豆腐	0.26g	1	むき枝豆	6.5g	4	にんにく	0.04g	4	玉ねぎ(JA)	78g	4			
	トマトピューレ	4g	4	三温糖	0.26g	5	むき枝豆	6.5g	4	こしょう	0.04g	9	豆腐	23.4g	1	コンソメ	0.13g	3	にんじん	15.6g	3	ズッキーニ	15.6g	3			
	ケチャップ	2g	2	油	0.26g	6	にんにく(JA)	0.26g	4	玉ねぎ(JA)	26g	4	にんじん	6.5g	3	濃口しょうゆ	2.6g	5	ほうれんそう	13g	3	切干大根	13g	4	牛乳	1本	2
	とんかつソース	2g	2	いりごま	1.5g	6	にんじん	9.1g	3	ローリエ	0.03g	3	たまねぎ	19.5g	4	三温糖	2.6g	5	切干大根	1.95g	4	大豆	10.4g	1	鶏肉	39g	1
	三温糖	1.5g	5	水	1.3g	3	一味唐辛子	0g	3	濃口しょうゆ	2.6g	5	えのきたけ	6.5g	4	料理酒	1.3g	9	玉ねぎ(JA)	32.5g	4	カットトマト	10.4g	3	キャベツ	48g	4
	コンソメ	0.1g	9	はくたくうどん	26g	5	三温糖	2.6g	5	酢	1.3g	9	小松菜(JA)	13g	3	でん粉	1.04g	5	ごま油	0.65g	6	トマト(JA)	9.1g	3	小松菜	19.62g	3
	パセリ	0.02g	3	豚肉	20g	1	濃口しょうゆ	5.2g	9	三温糖	1.69g	5	青ねぎ(JA)	5.2g	3	水	13g	1	三温糖	3.9g	5	カレーパウダー	19.5g	6	しめじ	6.5g	4
	水	10g	3	薄揚げ	12g	1	料理酒	1.3g	9	みりん風調味料	0.65g	9	みそ	7.8g	1	ベーコン	13g	1	みりん風調味料	1.3g	3	ウスターソース	1.04g	4	淡口しょうゆ	1.3g	9
	鶏肉	15g	1	かまぼこ	7.8g	1	油	0.52g	6	水	2.6g	9	だしパック	6.5g	5	じゃがいも(JA)	39g	5	濃口しょうゆ	5.2g	5	とんかつソース	1.04g	4	コンソメ	0.39g	6
	じゃがいも	45.5g	5	たまねぎ	32.5g	4	ビーフン	15.6g	5	きゅうり	15.6g	5	水	130g	1	玉ねぎ(JA)	26g	4	でん粉	0.39g	5	コンソメ	0.1g	9	油	0.52g	6
	玉ねぎ(JA)	58.5g	4	にんじん	10.4g	3	鶏ささみほぐし	10.4g	1	マカロニ	6.5g	5	米粉マカロニ	13g	5	にんじん	13g	3	いりごま	0.39g	5	カレー粉	0.26g	9	ベーコン	13.87g	1
	にんじん	9.1g	3	しめじ	7.8g	4	たまねぎ	19.5g	4	ホールコーン	13g	4	油	1.3g	6	かぼちゃ	26g	3	錦糸卵	15.6g	1	ローリエ	0.01g	9	玉ねぎ(JA)	39g	4
	しめじ	6.5g	4	青ねぎ(JA)	6.5g	3	にんじん	10.4g	3	パイナップル	10.4g	4	濃口しょうゆ	0.78g	5	キャベツ	13g	4	焼きのり	1袋	2	ガラマサラ	0.01g	9	にんじん	10.4g	3
	ホールコーン	6.5g	4	だしパック	6.5g	9	キャベツ	13g	4	干しブドウ	2g	4	上白糖	5.2g	5	エリンギ	6.5g	4	トック	26g	5	にんじん	10.4g	1	じゃがいも(JA)	32.5g	5
	むき枝豆	3.9g	4	淡口しょうゆ	3.9g	9	切干大根	1.3g	4	淡口しょうゆ	0.78g	9	みりん風調味料	0.65g	9	ブロックリー	15.6g	3	鶏ささみほぐし	10.4g	1	ホールコーン	19.5g	4	セロリ	5.2g	4
	牛乳	10.4g	2	みりん風調味料	1.3g	3	豆腐	13g	1	淡口しょうゆ	0.78g	9	卵抜きマヨネーズ	10.4g	6	コンソメ	1.56g	3	豆腐	19.5g	1	にんじん	3.9g	3	麦	6.5g	5
	スキムミルク	5.2g	2	料理酒	0.65g	9	干し椎茸	0.52g	4	水	2.6g	9	ベーコン	7.8g	1	こしょう	0.01g	9	玉ねぎ(JA)	26g	4	むき枝豆	19.5g	4	大豆	6.5g	1
	米粉	6.5g	5	水	130g	5	ホールコーン	6.5g	4	じゃがいも(JA)	26g	5	水	2.6g	9	淡口しょうゆ	1.95g	5	チンゲンサイ	15.6g	3	淡口しょうゆ	0.78g	9	カットトマト	19.5g	3
	みそ	1.95g	1	抹茶わらびもち	1こ	5	にら	3.9g	3	大根	13g	4	納豆	1こ	1	水	117g	2	にんじん	6.5g	3	卵抜きマヨネーズ	6.5g	6	にんにく(JA)	0.39g	4
	コンソメ	1.95g	9				チンゲンサイ	13g	3	玉ねぎ(JA)	39g	4				チーズ	117g	2	青ねぎ	6.5g	3				トマトピューレ	7.8g	
こしょう	0.01g	9				液体ガラスープ	13g	3	ほうれんそう	13g	3							粉未ガラスープ	1.56g	3				スキムミルク	5.2g	2	
水	104g	2				粉末ガラスープ	1.56g	9	にんじん	10.4g	3							液体ガラスープ	13g	3				コンソメ	2.21g		
ヨーグルト	1こ	2				淡口しょうゆ	3.25g	9	カットマト	19.5g	3							淡口しょうゆ	1.3g	3				オリーブ油	0.26g	6	
						こしょう	0.01g	9	にんにく(JA)	0.39g	4							水	130g	5				こしょう	0.01g		
						水	130g	9	レモン果汁	0.91g	4													水	104g		
						小魚	1袋	2	オリーブ油	0.26g	6																
									コンソメ	1.56g	9																
									こしょう	0.01g	9																
									ローリエ	0.03g	3																
									料理酒	0.65g	9																
									水	117g	2																
									牛乳混入粉末	1袋	5																
													</														