

R 6 夏休み元気応援ランチ 献立表



★29日・31日は小麦を使用します。(卵・乳・えび・かに・落花生・そば・くるみは使用しません)

2024年 7月 29日 ~ 2024年 8月 2日

給食センター共通

7月29日(月)		7月30日(火)		7月31日(水)		8月1日(木)		8月2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
【スパゲティミートソース】		【ウインナーピラフ】		【はちっこつけ麺】		【夏野菜ドライカレー】		【牛丼】	
スパゲティ	70.00	米	65.00	むし中華めん	110.00	米	70.00	米	70.00
オリーブ油	2.50	チンタンスープ	4.00	油	1.00	水	0.00	水	0.00
ベーコン千切り	3.50	水	0.00	しょうゆ	2.50				
塩	0.15	鶏もも皮なしこま肉	10.00	水(だし汁)	1.50	なす	20.00	牛肩こま肉	55.00
		ウインナー1cm輪切り	10.00	豚バラこま肉	20.00	サラダ油	0.70	しらたき	20.00
豚もも挽肉	25.00	にんじん	10.00	たけのこ水煮	6.00	豚もも挽肉	45.00	たまねぎ	20.00
牛肩挽肉	15.00	たまねぎ	20.00	根しょうが	0.30	たまねぎ	100.00	ねぎ	20.00
赤ワイン	2.00	(冷)ホールコーン	5.00	ごま油	0.45	にんじん	15.00	根しょうが	0.80
たまねぎ	85.00	ピーマン	5.00	しょうゆ	0.45	ピーマン	5.00	さとう	2.50
にんじん	23.00	にんにく	0.35	さとう	0.15	にんにく	0.25	みりん	2.00
セロリー	1.20	油	0.60	酒	0.35	根しょうが	0.45	しょうゆ	6.50
にんにく	0.40	塩	0.75	なると	5.00	油	0.90		
油	1.00	こしょう	0.02	もやし	15.00	トマトケチャップ	5.00	【八王子野菜のみそ汁】	
ホールのトマト	12.00	しょうゆ	1.00	(冷)ホールコーン	6.00	ウスターソース	1.00	じゃがいも	15.00
トマトケチャップ	10.00			こまつな	10.00	塩	0.70	なす	15.00
トマトピューレ	23.00	【八王子産はちみつマスタードチキン】		塩	0.35	こしょう	0.03	たまねぎ	20.00
ウスターソース	3.50	鶏もも皮なし切身70g	1.00	こしょう	0.01	カレー粉	0.40	とうがん	20.00
塩	0.45	粒入りマスタード	2.00	しょうゆ	3.00			こまつな	10.00
こしょう	0.03	はちみつ	2.00	煮干し	2.00	【コールスロー】		油揚げ	3.50
		しょうゆ	2.00	けずり節	2.00	キャベツ	30.00	みそ	6.00
【ツナと大根のじゃこサラダ】		酒	1.40	水	56.00	きゅうり	10.00	赤みそ	5.50
きゅうり	10.00	鉄板油	0.00	たまねぎ	15.00	(冷)ホールコーン	5.00	けずり節	4.00
にんじん	5.00					にんじん	4.00	水	100.00
(冷)ホールコーン	5.00	【ミネストローネ】		【棒餃子】		酢	1.50		
だいこん	25.00	じゃがいも	10.00	豚もも挽肉	20.00	サラダ油	1.10	【手作りフルーツ白玉】	
ツナ	4.50	ベーコン色紙	8.00	にら	3.00	からし(粉)	0.04	白玉粉	10.00
しょうゆ	1.56	油	0.30	はくさい	5.00	さとう	1.00	豆腐(絹ごし)	10.00
さとう	0.78	たまねぎ	30.00	根しょうが	0.10	塩	0.30	水	0.00
サラダ油	0.78	にんじん	10.00	にんにく	0.10			さとう	5.00
ごま油	0.42	キャベツ	25.00	はるさめ	1.00	【果物(小玉すいか1/16)】		水	30.00
酢	0.78	ホールのトマト	30.00	でんぱん	1.00	すいか	70.00	フルーツミックス缶	40.00
塩	0.06	セロリー	0.80	しょうゆ	1.50				
こしょう	0.01	塩	0.80	塩	0.20				
ちりめんじゃこ	3.00	こしょう	0.03	ごま油	0.10				
ごま油	0.50	けずり節	3.00	春巻きの皮15×15	15.00				
		水	80.00	鉄板油	1.00				
【みかんゼリー】									
粉寒天	0.50	【りんごジュース】		【ピリカラきゅうり】					
さとう	6.00	りんごジュース	200.00	きゅうり	35.00				
水	20.00			ごま油	1.00				
オレンジジュース	45.00			酢	2.00				
フルーツミックス缶	30.00			しょうゆ	2.50				
				塩	0.10				
				さとう	0.30				
				一味唐辛子	0.01				