

学校給食献立原案

4年生

| 麦ごはん 手作りハンバーグ もりもりサラダ 中華スープ りんご | |
|---|------|
| 食品名 | 数量 |
| 米 | 60 |
| 米粒麦 | 15 |
| 牛乳 | 206 |
| 牛ももミンチ | 20 |
| 豚ももミンチ | 30 |
| エリンギ | 5 |
| ごぼう | 8 |
| れんこん | 8 |
| パン粉 | 5 |
| 塩 | 0.4 |
| こしょう | 0.04 |
| トマトケチャップ | 5 |
| にんじん | 7 |
| キャベツ | 15 |
| レタス | 15 |
| ハム | 4 |
| ホールコーン | 3 |
| サラダ昆布 | 0.4 |
| かつおぶし | 0.8 |
| キャノーラ油 | 2 |
| りんご酢 | 2 |
| 上白糖 | 0.02 |
| 塩 | 0.2 |
| 春雨 | 1.2 |
| ベーコン | 4 |
| 茎わかめ | 7 |
| たけのこ | 10 |
| なると | 5 |
| 乾 きくらげ | 2 |
| にんじん | 10 |
| 葉ねぎ | 3 |
| 中華スープの素 | 1 |
| ガラスープ | 2 |
| 薄口しょうゆ | 1 |
| ごま油 | 0.3 |
| 水 | 110 |
| りんご | 40 |

| 麦ごはん 手作りコロッケ 小松菜のごまドレッシングあえ みそ汁 みかん | |
|---|------|
| 食品名 | 数量 |
| 米 | 60 |
| 米粒麦 | 15 |
| 牛乳 | 206 |
| じゃがいも | 65 |
| 牛ももミンチ | 20 |
| にんじん | 8 |
| たまねぎ | 10 |
| キャノーラ油 | 0.1 |
| 塩 | 0.3 |
| こしょう | 0.01 |
| 小麦粉 | 3 |
| パン粉 | 10 |
| 菜種油 | 3 |
| こまつな | 40 |
| もやし | 7 |
| にんじん | 3 |
| ハム | 5 |
| キャノーラ油 | 1.5 |
| 酢 | 1.5 |
| 薄口しょうゆ | 1.2 |
| 三温糖 | 0.2 |
| ごま | 0.3 |
| 木綿豆腐 | 30 |
| 油あげ | 5 |
| しめじ | 8 |
| たまねぎ | 10 |
| カットわかめ | 0.5 |
| 葉ねぎ | 5 |
| だし煮干し | 3 |
| だし昆布 | 0.3 |
| 赤みそ | 3 |
| 白みそ | 3 |
| 水 | 110 |
| みかん | 70 |
| | |
| | |
| | |