

11月分学校給食献立表(想定)

資料8

日	曜日	小学校献立名		中学校献立名			
1	木	ちやめし	牛乳	ほっけのいちやぼし おでん 小松菜のごまあえ	ツイストパン	牛乳	豚肉のバーベキューソースがけ 白菜のスープ フレンチサラダ ぶどう
2	金	こどもパン	コーヒー ミルク	ハンバーグのシャリアピンソース ABCスープ ごぼうサラダ	ご飯	牛乳	豆腐のナゲット(2こ) 八宝菜 ブロッコリーのにんにく醤油がけ
5	月	ごはん	牛乳	さんまのかばやき(揚げ) だいこんのみそしる ほうれん草のいそあえ みかん	ご飯	牛乳	あじの塩こうじ焼き さわにわん 切り干し大根の炒め煮
6	火	ちゅうかめん	牛乳	ちゃんぽんめん しゃくしなまん フルーツポンチ	かてめし	牛乳	いかの黄金揚げ かき玉汁 白菜の塩昆布和え
7	水	かてめし	牛乳	いかのおうごんあげ かきたまじる はくさいのしおこんぶあえ	中華麺	牛乳	ちゃんぽんめん しゃくし菜まん フルーツポンチ
8	木	ごはん	牛乳	ほきのパリパリあげ トッポギスープ チャプチェ	食パン いちごジャム	牛乳	鶏肉のはちみつ焼き じゃがいもとベーコンの煮物 ほうれん草のサラダ
9	金	コッペパン スライス	牛乳	やきウインナーケチャップだれ(2本) さつまいもシチュー みずなとツナのサラダ	ご飯	お茶	春巻き マーボー豆腐 大根のオイル漬け
12	月	ごはん	牛乳	ハヤシライス グリーンサラダ ヨーグルト	地粉うどん	牛乳	カレー南蛮 大学芋(2こ) おひたし
13	火	じごなうどん	牛乳	カレーなんばん だいがくいも(2こ) ほうれん草のおひたし	茶飯	牛乳	ほっけの一夜干し おでん 小松菜のごま和え
14	水	きなこあげパン	牛乳	ポトフ ブロッコリーのサラダ りんご	全校欠食		
15	木	ごはん	牛乳	あじのしおこうじやき さわにわん きりぼしだいこんのいために	ご飯	牛乳	さんまのかば焼き(揚げ) 豚汁 ほうれん草の磯和え りんご
16	金	ごはん	牛乳	しゅうまい(2こ) なまあげチャーサイ はるさめサラダ	ご飯	牛乳	チキンカツ ソース せんべい汁 ブロッコリーのおかかあえ
19	月	ツイストパン	牛乳	ぶたにくのバーベキューソースがけ はくさいのスープ フレンチサラダ ぶどう	ご飯	牛乳	ハヤシライス 水菜とツナのサラダ ヨーグルト
20	火	じごなうどん	牛乳	じばさんやさいたつぶりうどん ししゃものいそあげ からしあえ	ご飯	牛乳	鶏肉の照り焼き 大根のみそ汁 里芋のそぼろ煮
21	水	ごはん	牛乳	とりにくのてりやき せんべいじる さといものそぼろに	地粉うどん	牛乳	地場産野菜たつぶりうどん ししゃもの磯辺揚げ(2本) 辛子和え
22	木	ごはん	おちゃ	はるまき マーボーどうふ だいこんのオイルづけ	コッペパン スライス	牛乳	焼きウインナーケチャップだれ(2本) さつまいもシチュー グリーンサラダ
26	月	ごはん	牛乳	チキンカツ ソース せんべいじる ブロッコリーのおかかあえ	ご飯	牛乳	しゅうまい(2こ) 生揚げチャーサイ 春雨サラダ
27	火	ごはん	牛乳	ポークカレーライス ふくじんづけ りんご	ご飯	牛乳	さばのおろしソース きのこ汁 ひじきと大豆の炒め煮
28	水	ごはん	牛乳	とうふのナゲット(2こ) はっぼうさい ブロッコリーのにんにくじょうゆがけ	子どもパン	コーヒー ミルク	ハンバーグのシャリアピンソース ABCスープ ごぼうサラダ
29	木	しよくパン いちごジャム	牛乳	とりにくのはちみつやき じゃがいもとベーコンのもの ほうれん草のサラダ	ご飯	牛乳	ほきのパリパリ揚げ トッポギスープ チャプチェ
30	金	ごはん	牛乳	さばのおろしソース きのこじる ひじきとだいずのいために	ご飯	牛乳	ポークカレーライス 福神漬け りんご

調理指示書

担当 所沢市立第三学校給食センター 学区 小学校

実施日		11月5日(月) ごはん11月～3月(70), 牛乳(冬), 大根のみそ汁, さんまの蒲焼き, ほうれん草の磯あえ, みかん												
給食	学校	伸栄小学校	美原小学校	西富小学校	上新井小学校	並木小学校	安松小学校	北秋津小学校	若松小学校		給食センター		合計	
	当初予定	675	555	372	891	245	537	497	367		60		4199	
人員	欠員実施													
業者名	献立名/材料名			一人当りの可食量	発注及び使用量	単位	切り方							
	さんまの蒲焼き(揚げ)													
	さんま開き40g			1(40)	4290	こ								
	清酒(本醸造) } 下味			1.0	2	本								
	食塩			0.3	1.2	kg								
	小麦粉			2	8.4	kg								
	でんぷん			2	8.4	kg								
	米白絞油			3.5	15	kg								
	三温糖			1.3	5.6	kg								
	みりん			1.7	4	本								
	清酒(本醸造) } タレ			0.50	2	本								
	しょうゆ			1.4	6	kg								
	でんぷん			0.40	1.7	kg								
	水			10	43	kg								
	ほうれん草の磯和え(冷却)													
	ほうれん草			20	100	kg	2cm	釜でボイル						
	人参			5	22	kg	千切り	スチコンでスチーム						
	緑豆もやし			25	108	kg		スチコンでスチーム						
	ゆで塩			0.30		kg								
	しょうゆ・たれ			1.6	4	本								
	三温糖・たれ } タレ			0.70	3	kg		※タレ 加熱し、冷やす						
	食塩・たれ			0.05	0.2	kg								
	素干し風焼きのり			0.7	2.9	kg		スチコンで加熱						
	みかん													
	みかん			1	530	個	3回洗い							
配食量		釜数	釜	クラス										
			釜	クラス										

調理指示書

担当 所沢市立第三学校給食センター		学区 中学校											
実施日 11月5日(月)		ごはん11月～3月(70), 牛乳(冬), 沢煮椀, あじの塩こうじ焼き, 切干大根の炒め煮											
給食 人員	学校 当初 予定	所沢中学校 753	向陽中学校 756	美原中学校 653	富岡中学校 281	中央中学校 441		東中学校 537					合計 3421
	欠員 実施												
業者名		献立名/材料名			一人当りの 可食量	発注及び 使用量	単位	切り方					
		ごはん11月～3月(70)											
		白飯・委託11月～3月			95	328.24	kg						
		牛乳(冬)											
		普通牛乳 200ml			1(206)	3421	本						
		沢煮椀											
		豚中肉(千切り)			18	64	kg						
		人参			8.4	30	kg	千切り					
		切りごぼう			12	40	kg						
		干しいたけ(スライス)			0.60	2	kg	もどす					
		たけのこ(水煮)			12	4	缶	千切り					
		糸かまぼこ			12	40	kg	ほぐす					
		みずな			12	46	kg	2cm					
		清酒(本醸造)			1.2	2	本						
		みりん			1.8	4	本						
		食塩			0.96	2.8	kg						
		薄口しょうゆ			1.2	4	本						
		かつおだしパック			4.8	16	kg						
		水			150	520	kg						
		あじの塩こうじ焼き											
		あじの塩こうじ漬け			1(50)	3500	こ						
配食量		釜数	釜	クラス									
			釜	クラス									

調理指示書

担当 所沢市立第三学校給食センター		学区 中学校											
実施日 11月7日(水)		牛乳(冬), ちゃんぽんめん, しゃくし菜まん, フルーツポンチ(寒天)											
給食 人員	学校 当初 予定	所沢中学校 754	向陽中学校 756	美原中学校 653	富岡中学校 281	中央中学校 442		東中学校 537					合計 3423
	欠員 実施												
業者名		献立名/材料名			一人当りの 可食量	発注及び 使用量	単位	切り方					
		牛乳(冬)											
		普通牛乳 200ml			1(206)	3423	本						
		ちゃんぽんめん											
		ホット中華めん(学校配送)			1(90)	3423	こ						
		豚中肉			15.6	52	kg						
		清酒(本醸造)			1.2	2	本						
		いか短冊			12	36	kg						
		むきえび 61/70			12	36	kg						
		キャベツ			24	80	kg	短冊					
		たまねぎ(皮むき)			24	73	kg	スライス					
		干しいたけ(スライス)			0.60	2	kg	もどす					
		人参			8	30	kg	短冊					
		黒きくらげ(乾)			0.60	2	kg	もどして、刻む					
		なると			8	28	kg	ほぐす					
		ごま油			0.60	2	本						
		ガラスープ(鶏)			8.4	12	缶						
		ガラスープ(豚)			3.6	4	缶						
		にんにく			0.36	1	kg	みじん切り					
		しょうが			0.60	2	kg	みじん切り					
		しょうゆ			3.6	12.4	kg						
		食塩			1.2	4	kg						
		こしょう(白)			0.02	0.04	kg						
		でんぷん			1.9	6.6	kg						
		水			150	520	kg						
配食量		釜数	釜	クラス									
			釜	クラス									

調理指示書

担当 所沢市立第三学校給食センター 学区 小学校

実施日 11月14日(水) きなこ揚げパン, 牛乳(冬),ポトフ, つぼみサラダ, りんご

給食	学校	伸栄小学校	美原小学校	西富小学校	上新井小学校	並木小学校	安松小学校	北秋津小学校	若松小学校		給食センター		合計
	当初予定	675	556	372	892	245	540	501	368		60		4209
人員	欠員実施							担外+5					

業者名	献立名/材料名	一人当りの 可食量	発注及び 使用量	単 位	切り方				
	牛乳(冬)								
	普通牛乳 200ml	1(206)	4252	本					
	きな粉揚げパン(米粉パン)				各クラス 角バット2個使用(1個は中学校用を使用)				
	揚げパン用米粉パン30g	1(30)	1318	こ					
	揚げパン用米粉パン40g	1(40)	1297	こ					
	揚げパン用米粉パン50g	1(50)	1582	こ					
	米白絞油	4	12	kg					
	きな粉	5	21	kg					
	三温糖	5	21	kg					
	食塩	0.01	0.04	kg					
	ポトフ								
	カットウインナー	25	105	kg					
	たまねぎ	40	175	kg	厚めスライス				
	じゃが芋(生)	40	183	kg	ひと口大				
	人参	20	85	kg	厚めいちよう切				
	セロリー	4	20	kg	スライス				
	キャベツ	35	170	kg	2cm幅				
	にんにく	0.1	0.43	kg	みじん切り				
	ブイヨン	12	49	kg					
	食塩	0.5	2.1	kg					
	こしょう(白)	0.02	0.08	kg					
	ローリエ	0.01	0.04	kg					
	オレガノ	0.01	0.04	kg					
	ぶどう酒(白)	1.0	4.2	kg					
	水	55	231	kg					

配食量	釜数	釜	クラス	
		釜	クラス	

調理指示書

担当 所沢市立第三中学校給食センター 学区 小学校

実施日 11月19日(月) 牛乳(冬), ツイストパン, 白菜のスープ, 豚肉のバーベキューソースかけ, フレンチサラダ

給食	学校	伸栄小学校	美原小学校	西富小学校	上新井小学校	並木小学校	安松小学校	北秋津小学校	若松小学校		給食センター	合計
	当初予定	676	555	312	891	245	537	497	366		60	4139
人員	欠員実施			3年欠								

業者名	献立名/材料名	一人当りの 可食量	発注及び 使用量	単 位	切り方			
	豚肉のバーベキューソースかけ(揚げ)							
	豚肉ロース切身40g	1(40)	4220	こ				
	しょうゆ	2	1	缶				
	清酒(本醸造)	下味 1.00	5	本				
	すりおろし生姜		0.70	3	本			
	でんぷん	8	34	kg				
	米白絞油	4	17	kg				
	米サラダ油	0.50	3	kg				
	ウスターソース	2.5	6	本				
	ケチャップ	4	5	袋				
	ぶどう酒(赤)	0.50	2	本				
	すりおろしりんご	0.40	2	袋				
	たまねぎ(皮むき)	タレ 1.5	7	kg	スライス			
	にんにく		0.01	0.5	kg	ミキサーでする		
	パセリ(粉)	0.01	0.04	kg				
	水	10	42	kg				
	でんぷん	0.20	0.8	kg				
	三温糖	0.40	1.7	kg				
	フレンチサラダ(冷却)							
	キャベツ	25	124	kg	1cm幅	スチコンでスチーム		
	人参	10	43	kg	千切り	スチコンでスチーム		
	とうもろこし(冷凍)	5	20	kg		スチコンでスチーム		
	きゅうり	5	22	kg	半月スライス	釜でボイル		
	ゆで塩	0.10		kg				
	オリーブオイル	1.00	5	本		※タレ 加熱し、冷やす		
	食塩・たれ	0.32	1.4	kg				
	こしょう(白)・たれ	タレ 0.02	0.02	kg				
	ワインビネガー		1.00	4	本			
	三温糖・たれ	0.15	1	kg				

配食量	釜数	釜	クラス	
		釜	クラス	

調理指示書

担当 所沢市立第三中学校給食センター 学区 中学校

実施日 11月19日(月) ごはん11月～3月(70), 牛乳(冬), ハヤシライス, 水菜とツナのサラダ, ヨーグルト

給食 人員	学校	所沢中学校	向陽中学校	美原中学校	富岡中学校	中央中学校		東中学校					合計
	当初 予定		753	756	653	280	441		537				
欠員 実施													
業者名		献立名/材料名			一人当りの 可食量	発注及び 使用量	単位	切り方					
		ごはん11月～3月(70)											
		白飯・委託11月～3月			95	328.15	kg						
		牛乳(冬)											
		普通牛乳 200ml			1(206)	3420	本						
		ハヤシライス											
		豚中肉			24	84	kg						
		ぶどう酒(赤)			1.8	2	本						
		人参			18	64	kg	いちよう切り					
		たまねぎ(皮むき)			54	198	kg	スライス					
		にんにく			0.36	1.3	kg	みじん切り					
		しょうが			0.48	1.8	kg	みじん切り					
		ケチャップ			6	8	袋						
		ローストオニオン			4.8	16	袋						
		ハヤシフレーク			7.2	24	袋						
		ブイヨン			6	8	袋						
		中濃ソース			1.8	4	本						
		こしょう(白)			0.02	0.04	kg						
		三温糖			0.60	2	kg						
		デミグラスソース			4.8	8	袋						
		トマトソース			3.6	4	袋						
		食塩			0.60	2	kg						
		しょうゆ			0.84	2.9	kg						
		米サラダ油			0.24	1	kg						
		水			108	376	kg						
		小麦粉			3.6	12	kg						
		バター } ルウ			1.6	5	本						
		米サラダ油 }			1.6	7.4	kg						
配食量		釜数	釜	クラス									
			釜	クラス									

調理指示書

担当 所沢市立第三学校給食センター		学区 中学校											
実施日 11月26日(月)		ごはん11月～3月(70), 牛乳(冬), 生揚げ炒菜, シュウマイ18g, 春雨サラダ(人,きゅ,もやし)											
給食 人員	学校 当初 予定	所沢中学校 753	向陽中学校 756	美原中学校 653	富岡中学校 280	中央中学校 441		東中学校 537					合計 3420
	欠員 実施												
業者名		献立名/材料名			一人当りの 可食量	発注及び 使用量	単位	切り方					
		ごはん11月～3月(70)											
		白飯・委託11月～3月			95	328.15	kg						
		牛乳(冬)											
		普通牛乳 200ml			1(206)	3420	本						
		生揚げ炒菜											
		豚中肉			24	84	kg						
		生揚げ			30	108	kg	縦半分にし1cm幅					
		人参			24	85	kg	短冊					
		キャベツ			36	146	kg	短冊					
		たまねぎ(皮むき)			30	110	kg	スライス					
		たけのこ(水煮)			18	6	缶	短冊					
		干しいたけ(スライス)			0.60	2	kg	もどす					
		しょうが			0.60	1.5	kg	みじん切り					
		ガラスープ(豚)			6	8	缶						
		米みそ(淡色辛みそ)			8.1	28	kg						
		てんめん醬			3.6	16	本						
		豆板醬			0.12	2	本						
		三温糖			0.96	3.3	kg						
		しょうゆ			1.4	5	kg						
		食塩			0.12	0.4	kg						
		清酒(本醸造)			1.2	2	本						
		米サラダ油			0.60	3	kg						
		オイスターソース			0.96	4	本						
		でんぷん			1.7	5.8	kg						
		水			36	120	kg						
配食量		釜数	釜	クラス									
			釜	クラス									

調理指示書

担当 所沢市立第三中学校給食センター		学区 中学校											
実施日 11月26日(月)		ごはん11月～3月(70), 牛乳(冬), 生揚げ炒め, シュウマイ 春雨サラダ(人,きゅう,もやし)											
給食 人員	学校 当初 予定	所沢中学校 753	向陽中学校 756	美原中学校 653	富岡中学校 280	中央中学校 441		東中学校 537					合計 3420
	欠員 実施												
業者名		献立名/材料名			一人当りの 可食量	発注及び 使用量	単位	切り方					
		シュウマイ 2こ (蒸す)											
		ポークシューマイ			2(30)	6975	こ						
		春雨サラダ (冷却)											
		春雨			3.6	13	kg	もどす	釜でボイル				
		短冊ハム			6	20	kg		スチコンでスチーム				
		人参			4.8	17	kg	千切り	スチコンでスチーム				
		きゅうり			12	42	kg	半月スライス	釜でボイル				
		緑豆もやし			18	64	kg		スチコンでスチーム				
		ゆで塩			0.19		kg						
		三温糖・たれ			1.2	4	kg		※タレ 加熱し、冷やす				
		米酢			2	4	本						
		ごま油			1.00	2	本						
		しょうゆ・たれ			2.4	4	本						
		こしょう・たれ			0.01	0.02	kg						
配食量		釜数	釜	クラス									
			釜	クラス									

調理指示書

担当 所沢市立第三学校給食センター		学区 中学校													
実施日 11月29日(木)		ごはん11月～3月(70), 牛乳(冬), トッポギスープ, *ホキのパリパリ揚げ, チャプチェ(ハム)													
給食 人員	学校 当初 予定	所沢中学校 753	向陽中学校 533	美原中学校 441	富岡中学校 279	中央中学校 441		東中学校 535							合計 2982
	欠員 実施		担外+6 1年欠	担外+8 1年欠											
業者名		献立名/材料名			一人当りの 可食量	発注及び 使用量	単 位	切り方							
		ごはん11月～3月(70)													
		白飯・委託11月～3月			95	286.12	kg								
		牛乳(冬)													
		普通牛乳 200ml			1(206)	2982	本								
		トッポギスープ													
		豚中肉			12	36	kg								
		トッポギ			18	56	kg								
		にんにく			0.24	0.8	kg	みじん切り							
		しょうが			0.24	0.8	kg	みじん切り							
		豆腐(木綿)			18	54	kg	サイコロ							
		たまねぎ(皮むき)			18	58	kg	スライス							
		白菜キムチ(ごまなし)			12	36	袋								
		にら			4.8	15	kg	2cm							
		コチジャン			1.4	6	本								
		ガラスープ(豚)			12	12	缶								
		しょうゆ			4.6	13.7	kg								
		三温糖			0.48	1.4	kg								
		清酒(本醸造)			1.2	3	本								
		食塩			0.36	0.9	kg								
		水			130	390	kg								
配食量		釜数	釜	クラス											
			釜	クラス											

調理指示書

担当 所沢市立第三学校給食センター		学区 中学校											
実施日 11月29日(木)		ごはん11月～3月(70), 牛乳(冬), トッポギスープ, *ホキのパリパリ揚げ, チャプチェ(ハム)											
給食 人員	学校 当初 予定	所沢中学校 753	向陽中学校 533	美原中学校 441	富岡中学校 279	中央中学校 441		東中学校 535					合計 2982
	欠員 実施		担外+6 1年欠	担外+8 1年欠									
業者名	献立名/材料名		一人当りの 可食量	発注及び 使用量	単 位	切り方							
	ホキのパリパリ揚げ												
	ホキクリスピー		1(50)	3050	こ								
	米白絞油		4.2	13	kg								
	チャプチェ												
	春雨		6	19	kg	もどす							
	短冊ハム		6	18	kg								
	人参		9	30	kg	千切り							
	緑豆もやし		14.4	40	kg								
	干しいたけ(スライス)		0.60	1.5	kg	もどす							
	にんにく		0.36	0.8	kg	みじん切り							
	しょうが		0.24	0.8	kg	みじん切り							
	米サラダ油		0.48	2	kg								
	ガラスープ(鶏)		2.4	4	缶								
	食塩		0.05	0.1	kg								
	しょうゆ		1.8	5.4	kg								
	三温糖		0.60	1.8	kg								
配食量		釜数	釜	クラス									
		釜	釜	クラス									