

令和8年度7月 詳細献立表 (通常給食)

7/16 (木)	
梅ちりご飯	
牛乳	
じゃが芋と玉ねぎのみそ汁	
あじの蒲焼き【揚げ油⑥】	
ゴーヤチャンプル	
食品名	純使用g
梅ちりご飯	
精白米(慣行)	65.00
サラダ油(米) 16.5kg	0.50
ちりめんじゃこ	1.00
サラダ油(米) 16.5kg	0.20
月 乾燥カリカリ梅 200g	1.00
牛乳	
飲用牛乳 200ml	206.00
じゃが芋と玉ねぎのみそ汁	
水	100.00
煮干し だし用	2.20
たまねぎ	20.00
じゃがいも	18.00
にんじん	5.00
冷凍生揚げ(さいの目)	30.00
白味噌(減塩)	3.80
赤味噌(減塩)	3.80
こまつな	10.00
あじの蒲焼き【揚げ油⑥】	
あじフィレ 30g	30.00
あじフィレ 30g	30.00
あじフィレ 30g	30.00
あじフィレ 40g	40.00
清酒	2.00
でん粉	5.00
揚げサラダ油	4.00
こいくちしょうゆ	2.50
本みりん	1.00
上白糖	2.00
一味唐辛子 10g	0.004
でん粉	0.20
水	8.50
ゴーヤチャンプル	
豚ばら小間	12.50
しょうが	0.30
清酒	1.00
にがうり	10.00
にんじん	7.00
押し豆腐(80%)	15.00
三温糖	0.70
だし汁	5.00
こいくちしょうゆ	0.70
食塩	0.20
水	7.00
鶏卵 L	20.00
かつお削り節 碎片	0.20