

食事材料表[30年度 夏休み一般用 朝食]

◆食物アレルギーの対応として、★印 の材料を除去して調理することができます。

◆野外食の材料は別紙「野外食・副食価格表」をご覧ください。

朝食 No. 1	
献立	材料
ごはん	米
焼き魚	さけ
きんぴら	千切りごぼう
	にんじん
	こんにゃく
	豚肉
	砂糖
	醤油
	ごま油
みそ汁	わかめ
	とうふ
	ねぎ
	みそ
	だしの素
味付けのり	
ジョア	
/	

朝食 No. 2	
献立	材料
ごはん	米
オムレツ	チキンオムレツ
ほうれん草のソテー	★ベーコン
	ほうれん草
	ホールコーン
	醤油
	塩
	こしょう
	サラダ油
ミートボール	味付ミートボール
みそ汁	じゃがいも
	たまねぎ
	わかめ
	ねぎ
	みそ
	だしの素
	ゆかり
パイン缶	
ケチャップ	(セルフサービス)
/	

朝食 No. 3	
献立	材料
ごはん	米
目玉焼き (アルミカップ)	たまご
	塩
牛肉と小松菜のソテー	小松菜
	牛肉
	サラダ油
	砂糖
	醤油
みそ汁	厚あげ
	もやし
	にんじん
	ねぎ
	みそ
	だしの素
ふりかけ	
ヨーグルト	
黄桃缶	
/	

朝食 No. 4	
献立	材料
ごはん	米
コロッケ	野菜コロッケ
	サラダ油(天ぷら用)
キャベツと ウインナーの ソテー	キャベツ
	★ポークウインナー
	サラダ油
	塩
	こしょう
みそ汁	じゃがいも
	たまねぎ
	ねぎ
	みそ
	だしの素
牛乳	代替え可
くだもの	バナナ
うめぼし	
/	

食事材料表[30年度 夏休み一般用 昼食]

◆食物アレルギーの対応として、★印 の材料を除去して調理することができます。

◆野外食の材料は別紙「野外食・副食価格表」をご覧ください。

昼食 No. 1	
献立	材料
ごはん	米
きつねうどん	うどん玉
	かまぼこ
	油あげ
	(砂糖)
	(醤油)
	(だしの素)
	ねぎ
	だし汁
	(醤油)
	(みりん風調味料)
鶏肉の照り焼き (アルミカップ)	鶏モモ肉
	醤油
	しょうが
	料理酒
みりん風調味料	
コールスローサラダ	★マヨネーズ
	キャベツ
	コーン缶
	にんじん
	サラダ油
	酢
	砂糖
	こしょう
	牛乳

昼食 No. 2	
献立	材料
夏野菜カレー	米
	牛肉
	たまねぎ
	にんじん
	なす
	かぼちゃ
	トマト
	ピーマン
	しょうが
	ガーリックパウダー
	カレールー
	ケチャップ
	ウスターソース
グリーンピース	
サラダ油	
ミックスフルーツ	みかん缶
	バナナ
	パイン缶
チキンソーセージ	
福神漬	
牛乳	代替え可

昼食 No. 3	
献立	材料
わかめごはん	米
	わかめ
フランクソーセージ	フランクフルト
すまし汁	とうふ
	かまぼこ
	ほうれん草
	醤油
	だしの素
キャベツのサラダ	キャベツ
	ブロッコリー
	ハム
	★マヨネーズ
	塩
ホキのフライ	こしょう
	ホキ
	塩
	こしょう
	小麦粉
	★たまご(つなぎ用)
	パン粉
サラダ油(天ぷら用)	
牛乳	代替え可
ケチャップ	(セルフサービス)

昼食 No. 4	
献立	材料
ソースカツ丼	米
	豚肉ロース
	塩
	こしょう
	小麦粉
	★たまご(つなぎ用)
	パン粉
	キャベツ
	ウスターソース
	醤油
砂糖	
みりん風調味料	
シーチキンの 和え物	シーチキン缶
	もやし
	ほうれん草
	にんじん
	醤油
	砂糖
レモン汁	
みそ汁	えのき
	とうふ
	わかめ
	ねぎ
	みそ
	だしの素
ゼリー	

食事材料表[30年度 夏休み一般用 夕食]

◆食物アレルギーの対応として、★印 の材料を除去して調理することができます。

◆野外食の材料は別紙「野外食・副食価格表」をご覧ください。

夕食 No. 1	
献立	材料
ごはん	米
さばのムニエル	生さば 塩 こしょう 小麦粉
おでん	★たまご ★ちくわ 大根 こんにゃく 砂糖 醤油 みりん風調味料
揚げ餃子	餃子 サラダ油
ひたし	★すりごま ほうれん草 もやし 砂糖 醤油
すまし汁	チンゲン菜 鶏肉 たまねぎ 醤油 片栗粉 だしの素
オレンジ	
/	

夕食 No. 2	
献立	材料
ごはん	米
チンジャオロース	牛肉 にんじん たけのこ ピーマン にんにく 料理酒 塩 こしょう 醤油 ごま油 片栗粉
サワラの塩焼き	サワラ 塩
春巻	春巻 サラダ油(天ぷら用)
春雨サラダ	キャベツ 緑豆春雨 シーチキン缶 酢 醤油 砂糖、塩
中華スープ	焼豚 えのき もやし にら にんじん 中華スープ 醤油
グレープフルーツ	

夕食 No. 3	
献立	材料
ごはん	米
煮込みハンバーグ	チキンとポークのハンバーグ ケチャップ ウスターソース 砂糖 にんにく
グラタン	グラタン(とうもろこし)
棒棒鶏(バンバンジー)	★ごまドレッシング 鶏肉 きゅうり キャベツ
けんちん汁	鶏肉 とうふ にんじん こんにゃく 大根 ごぼう ねぎ 醤油 みそ だしの素
オレンジ	
/	

夕食 No. 4	
献立	材料
ごはん	米
エビフライ	エビフライ サラダ油(天ぷら用)
荒挽きウインナー	
スパゲティナポリタン	★ベーコン スパゲティ たまねぎ ピーマン ケチャップ コンソメ こしょう
かきたま汁	★たまご たまねぎ とうふ にんじん ねぎ 醤油 片栗粉 だしの素
カットコーン	
グレープフルーツ	
/	