

## さぬき市新調理場 献立(案)

月		火		水		木		金	
1	箸	2	箸(幼スプーン)	3	箸	4	スプーン	5	スプーン
発芽玄米入りわかめごはん	炊 椀	ねぎどんぶり(麦ごはん)	炊 丼	ごはん	炊 椀	チキンとなすのカレー(麦ごはん)	炊 力	和三盆揚げパン	揚 皿
牛乳	直	牛乳	直	牛乳	直	牛乳	直	牛乳	直
鮭のごまだれかけ(幼小)	ス 皿	ねぎどんぶり(具)	釜 椀	揚げギョーザ(中)	揚 皿	チキンとなすのカレー(ルウ)	釜 椀	チリコンカン	釜 椀
鮭のごま揚げ(中)	揚 皿	鶏のから揚げ	揚 皿	八宝菜	釜 椀	グリーンサラダ	冷 椀	ひじきとれんこんのマリネ	冷 椀
野菜のこんぶあえ	冷 皿	おかかあえ	冷 皿	春雨の酢のもの	冷 皿	小魚アーモンド	ス 力	冷凍みかん	果 盆
かきたま汁	釜 椀	りんご 1/4切	果 盆	冷凍パイナップル	果 盆	ミニトマト(小中)	果 椀		
りんご(小中1/4個、幼1/6個皮むき)	果 盆					ミニトマト1/4切(幼)	果 椀		
6	箸・スプーン	7	箸・スプーン	8	箸	9	箸	10	スプーン
カレーピラフ	炊 皿	コッペパン	直 皿	しっぽうどん(袋うどん)	釜 皿	麦ごはん	炊 椀	黒糖パン	直 皿
牛乳	直	牛乳	直	牛乳	直	牛乳	直	牛乳	直
ポイルウインナー	ス 皿	白身魚のフライ	揚 皿	しっぽうどん(汁)	釜 丼	照り焼きハンバーグ	ス・釜 皿	鶏肉のトマト煮	釜 椀
海藻サラダ	冷 椀	ラタトゥイユ	釜 椀	かき揚げ	揚 皿	きんぴらごぼう	釜 皿	アーモンドサラダ	冷 椀
豆と押麦のスープ	釜 椀	コールスローサラダ	冷 椀	香りあえ	冷 椀	さつまいもとニラのみそ汁	釜 椀	大豆とかえりのごまがらめ(小中)	ス・釜 皿
キャラメル型チーズ(中)	配	不知火(1/4個)	果 盆			ブルーベリーゼリー	果 盆	かえりのごまがらめ(幼)	ス・釜 皿
								タカミロン	果 盆

<調理法> 炊ー炊飯 釜ー釜調理 スースチコン調理 揚ーフライヤー調理 冷ー冷却 配ー加工品 直ー学校直送 果ー果物カット

## &lt;使用予定食器&gt;

椀ーお椀(通常 2種類)  
(大きさは学校種別により異なる)  
皿ーパン皿  
盆ートレイ  
カーカレー皿  
丼ーどんぶり  
箸・スプーン・フォーク  
2種使用の場合有り

## &lt;献立に入れる要素&gt;

・魚や肉は下味をつけて揚げ焼き  
→ 鮭・鶏のから揚げ・魚のフライ  
・種から手作りする  
→ かき揚げ・ハンバーグ  
・幼小と中学校の献立を変更する  
→ 鮭のごまだれかけ(幼小)・鮭のごま揚げ(中)  
・卵は生を割卵する  
→ かきたま汁・親子どんぶり  
・炊き込みの具は別炊き後  
→ カレーピラフ・炊き込みごはん  
洗米後の米に入れて炊飯をする  
・泥付き野菜を使用し、カットをする  
→ じゃがいも・ごぼう・さつまいも(少量)  
・ルウは手作り  
→ クリームシチュー・ハヤシライス  
・パスタとソースは一部別配缶  
→ スパゲティミートソース・クリームペンネ  
・果物は生をカット(へた取り)をする  
→ りんご・柑橘類・メロン・ミニトマト(幼)  
・幼稚園は味付けをうす味に、中学校はスパイスを利かせた味付けにする。(学校種別 釜割り)  
・揚げ焼き料理のソースは、献立により別に配缶する。

## &lt;食物アレルギー対応食&gt;

・主食・主菜について、除去によって献立が成り立たないものについては、代替食を実施する。  
・代替食については、1日1献立のみとする。  
ただし、パンの代替食(ごはん)については、1献立とカウントしない。  
・卵ーオムレツ(代替)、かきたま汁・八宝菜(除去)  
・乳ーパン・カレーライス(代替)、ポタージュ(除去)  
・小麦ーパン・かき揚げ(代替)、マカロニスープ(除去)  
・えびーかきまぜずし(代替)、八宝菜(除去)

## 調理指示書

令和 年 月 日 ( )

発芽玄米入りわかめごはん 牛乳 鮭のごまだれかけ(幼小) 鮭のごまあげ(中) 野菜のこんぶあえ かきたま汁 りんご1/4個(幼皮むき)

延人員3,590人 実人数3,286人

食品	正味重量	総数量	下 処 理	調理指示
発芽玄米入りわかめごはん				ごはん缶
精白米(くりや)	75	269 kg		①発芽玄米入りごはんを炊く。
ビタミン鉄強化米	0.23	0.8 kg		②炊きあがった釜に、わかめごはんの素を入れる。
発芽玄米	7	25.1 kg		
わかめごはんの素	1	3.6 kg		
★牛 乳				
★幼稚園牛乳100ml	0	55.0 本		
★幼稚園牛乳200ml	0	132.0 本		
★学校給食用牛乳	206	3099.0 本		
★鮭のごまだれかけ				①鮭に清酒で下味をつける。
★銀鮭 切り身 40g	0	210.0 個	幼稚園	②スチコンで焼く。温度確認
★銀鮭 切り身 50g	50	1950.0 個	小学校	③釜に水と調味料を熱しごまを加え、でんぷんととろみをつける。温度確認
清酒 上撰	2	4.8 kg	下味	④②のさばを数読みをして、③のたれをかける。
★ごま むき	2	4.8 kg	たれ	
★すりごま	1	2.4 kg		
みりん 本みりん	1.5	3.6 kg		フライ缶
希少糖入りシロップ	2.2	5.3 kg		
★こいくちしょうゆ	2.2	5.3 kg		
でんぷん	0.2	0.5 kg		
水	6	14.3 kg		
◆ ★鮭のごまあげ				①鮭に清酒と調味料で下味をつける。
★銀鮭 切り身 60g	60	1130.0 kg	中学校	②①の水をザルで切って、でんぷんとごまをまぶす。
清酒 上撰	2	2.4 kg	下味	③フライヤーで揚げる。温度確認
★こいくちしょうゆ	1.2	1.4 kg	下味	④③の鮭を数読みする。
食塩 5kg 大川	0.2	0.2 kg	下味	フライ缶
なたね白絞油	6	7.2 kg		
★ごま むき	3	3.6 kg		
★すりごま	1.5	1.8 kg		
でんぷん	3.6	4.3 kg		
★野菜のこんぶあえ				①サラダ用細切り昆布は水でもどしておく。
もやし 太	25	89.8 kg	ざく切り	②野菜と①をスチコンで蒸す。温度確認
キャベツ	20	71.8 kg	5mm	③冷却する。 温度確認
ほうれんそう	20	71.8 kg	1cm	④③を調味料で和える。
サラダ用細切り昆布	0.2	0.7 kg		⑤配缶 温度確認
★うすくちしょうゆ	2	7.2 kg		
穀物酢	0.6	2.2 kg		和え物缶
ボン酢 360ml	0.3	1.1 kg		
希少糖入りシロップ	0.6	2.2 kg		
★かきたま汁 卵除去食あり				①だし昆布と削り節でだしをとる。
★全卵 生	20	71.8 kg		②たまねぎ、しいたけ、豆腐、なるとを加えて加熱する。
たまねぎ	30	107.7 kg	1/4→5mm	③調味料、でんぷんの水ときを加える。
さぬき市産たまねぎ	5	18.0 kg	3mm	④ほぐした卵を加えて十分加熱し、ねぎを加える。
しいたけ さぬき市産	0.5	1.8 kg	1/2→3mm	⑤温度確認後、配缶。
★(冷)豆腐 鉄強化	15	53.9 kg		
なると	10	35.9 kg	スライス済みを1/3~1/2	汁缶
★うすくちしょうゆ	2	7.2 kg		
食塩	0.2	0.7 kg		
だし昆布	1	3.6 kg		
★削り節 徳バラ	3	10.8 kg		
でんぷん	0.5	1.8 kg		
水	140	502.6 kg		
りんご				①りんごは洗浄・消毒する。
りんご	50	290.0 個	1/4切り	②所定の大きさに切り芯を取り、数読みをする。幼稚園は皮をむく。
			幼稚園1/6 皮むき	フルーツ缶

## 調理指示書

令和 年 月 日 ( )

コッペパン 牛乳 白身魚のフライ ラタトゥイユ コールスローサラダ びわ

延人員3,590人 実人数3,286人

	食 品	正味重量	総数量	下 処 理	調理指示
	コッペパン 小麦粉除去食あり				除去食
	★コッペパン		3286.0 個		アレルギー調理室炊飯器で、ご飯を炊く
	牛乳				
	★幼稚園牛乳100ml	0	55.0 本		
	★幼稚園牛乳200ml	0	132.0 本		
	★学校給食用牛乳	206	3099.0 本		
	白身魚のフライ 小麦粉除去食あり				①メルルーサ切り身に、塩・こしょうで下味をつける。 ②小麦粉・卵・パン粉の順で衣をつけ冷蔵庫に入れる。 ③フライヤーで揚げる。温度確認 ④数読みをする。
	メルルーサ 切り身 30g	0	210.0 個	幼稚園	フライ缶
	メルルーサ 切り身 40g	40	1950.0 個	小学校	
	メルルーサ 切り身 50g	0	1130.0 個	中学校	
	食塩	0.3	1.1 kg	下味付け	
	こしょう 白、粉	0.02	0.1 g	下味付け	
	★全卵 生	6	21.5 kg		
	★小麦粉 薄力粉	5	18.0 kg		
	★パン粉 乾燥	10	35.9 kg		
	サラダ油 (なたね油)	4	14.4 kg		
	ラタトゥイユ				
	★ぶた ベーコン類 ベーコン	10	35.9 kg		汁缶
	冷凍金時豆 ゆで	20	71.8 kg		
	なす	15	53.9 kg	いちよう1cm	
	さやいんげん 冷凍	5	18.0 kg	1.5cm	
	赤ピーマン	5	18.0 kg	1/6→1cm	
	ズッキーニ 果実、生	8	28.7 kg	半月1cm	
	かぼちゃ カット 汁用	20	71.8 kg		
	たまねぎ	30	107.7 kg	1/4→1cm	
	にんじん	10	35.9 kg	いちよう6mm	
	セロリー	3	10.8 kg	3mm	
	トマト缶 (ダイスカット)	22	79.0 缶		
	トマトピューレー	5	18.0 kg		
	オリーブ油	2	7.2 kg		
	にんにく おろし	0.3	1.1 kg		
	★チキンコンソメ	0.5	1.8 kg		
	食塩	0.2	0.7 kg		
	こしょう 白、粉	0.03	0.1 g		
	★がらスープ	8	28.7 kg		
	車糖 上白糖	0.5	1.8 kg		
	ローリエ	0.1	0.4 kg		
	ぶどう酒 赤	0.5	1.8 kg		
	水	35	125.7 kg		
	◆ コールスローサラダ				①野菜をスチコンで蒸す。温度確認 ②冷却する。 温度確認 ③②を調味料で和える。 ④配缶 温度確認
	キャベツ	35	125.7 kg	5mm	和え物缶
	きゅうり	10	35.9 kg	3mm	
	にんじん	7	25.1 kg	6mm×3mm	
	ホールコーン 冷凍	10	35.9 kg		
	希少糖入りシロップ	0.6	2.2 kg		
	こしょう 白、粉	0.02	0.1 kg		
	サラダ油 (なたね油)	1.3	4.7 kg		
	食塩 5kg 大川	0.3	1.1 kg		
	穀物酢	2	7.2 kg		
	◆ 不知火				①不知火は洗浄・消毒する。 ②所定の大きさに切り、数読みをする。
	不知火	40	810 個		フルーツ缶

## 調理指示書

令和 年 月 日 ( )

麦ごはん 牛乳 照り焼きハンバーグ きんぴらごぼう さつまいもとニラのみそ汁 ブルーベリーゼリー

延人員3,590人 実人数3,286人

食 品	正味重量	総数量	切り方	調理指示
麦ごはん				ご飯缶
精白米	79	284 kg		
ビタミン鉄強化米	0.24	0.9 kg		
米粒麦	6	21.5 kg		
★牛 乳				
★幼稚園牛乳100ml	0	55.0 本		
★幼稚園牛乳200ml	0	132.0 本		
★学校給食用牛乳	206	3099.0 本		
★照り焼きハンバーグ				①ハンバーグの材料を混ぜる。 ②一人分の大きさに丸める。 幼稚園：○g 小学校1～3年：○g 小学校4～6年・職：○g 中学校：○g ③スチコンで焼く。温度確認 ④釜でたれをたく。温度確認 ⑤③のハンバーグを数読みをして、④のたれをかける。
★牛肉 赤身 ひき肉	15	53.9 kg		
★ぶた 中型種肉 もも 赤肉 ひき肉	25	89.8 kg		
★全卵 生	8	28.7 kg		
★冷凍炒めたまねぎ(ダイス) 70%	20	71.8 kg		
★パン粉 乾燥	5	18.0 kg		
食塩	0.2	0.7 kg		
ごしょう 白、粉	0.02	0.1 kg		
★ビーフコンソメ	0.2	0.7 kg		
★こいくちしょうゆ	1.5	5.4 kg	たれ	
希少糖入りシロップ	2.2	7.9 kg		
みりん 本みりん	0.5	1.8 kg		
でんぷん	0.15	0.5 kg		
水	7	25.1 kg		
★きんぴらごぼう				①ごぼうは切った後、水でさらしてアクを抜く。 ②つきこんにゃくは釜で下ゆでをする。 ③だしを取る。 ④釜にごま油を入れ、ごぼう・にんじん・②につきこんにゃくを炒める。 ⑤調味料を入れて味を調え、さやいんげんをいれて煮こむ。温度確認 ⑥配缶 温度確認
ごぼう 生	30	107.7 kg	ささがき	
にんじん	15	53.9 kg	せん切り 6×3	
さやいんげん 冷凍	5	18.0 kg	15	
てんぷら	6	21.5 kg	半分→10	
つきこんにゃく	10	35.9 kg		
★ごま油	0.5	1.8 kg		
中双糖	0.5	1.8 kg		
★こいくちしょうゆ	1.8	6.5 kg		
みりん 本みりん	0.8	2.9 kg		
清酒 上撰	1	3.6 kg		
だし昆布	0.2	0.7 kg		
★削り節 徳バラ	0.6	2.2 kg		
水	15	53.9 kg		
★さつまいもとニラのみそ汁				①煮干しでだしをとる。 ②さつまいもは、切った後水でさらしておく。 ③だしにたまねぎ、しいたけ、さつまいも、油揚げを加えて加熱する。 ④みそを入れて、ニラを加える。 ⑤温度確認後、配缶。
さつまいも生	30	107.7 kg	2cm角 皮あり	
たまねぎ	20	71.8 kg	半分→5	
★油揚げ	4	14.4 kg	3本線→5	
にら 葉、生	8	28.7 kg	15	
しいたけ さめき市産	2	7.2 kg	1/4→5mm	
★米みそ 中みそ 淡色辛みそ	4.5	16.2 kg		
★米みそ 白みそ 甘みそ	4.5	16.2 kg		
だし煮干し	4	14.4 kg		
水	130	466.7 kg		
★ブルーベリーゼリー				クラスごとに数読み、紙スプーンとビニール袋を1枚入れる。 フルーツ缶(保冷剤あり)
ブルーベリーゼリー	40	3286.0 個		