

令和7年5月分学校給食基準献立表

給食時間における食に関する指導について

○ 主題とねらい

- ・ 食事のマナー
食事のマナーの大切さを知り、身に付けることができる
- ・ 食べ物の働き
食べ物の体の中での働きを知る

○ 給食指導の内容

- ・ 魚の上手な食べ方や食器や食具の正しい使い方を知る
- ・ よい姿勢で食べる

○ バランスイ〜ナカードの指導内容

- ・ 食べ物は体の中での働きによって3つのグループに分けられることを知る

献立について

○ 献立の特色

- ・ 旬の食品を多く取り入れました。
(かつお・あじ・わかめ・さやえんどう・キャベツ・アスパラガス・ごぼう・にら・チンゲンサイ・じゃがいも・メロン・あまなつみかん・パセリ)
- ・ こどもの日にちなみ、行事食として五目ずしの具を取り入れました。
- ・ 開港記念日(6月2日)にちなみ、横浜にゆかりの深い献立を取り入れました。
(塩焼きそば・麻婆豆腐・スパゲティナポリタン・回鍋肉・アイスクリーム)

○ ばくばくだより(主な内容例)

- ・ こどもの日を祝う献立
- ・ 横浜開港菜について
- ・ 食べ物の体内での働きについて
- ・ 食器の置き方について

1 か月平均栄養量と平均価格 (実施回数 20 回)

区 分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)		脂質 (g) (脂質エネルギー比)	ナトリウム (mg) 食塩相当量 (g)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	ビ タ ミ ン				食物繊維 (g)	予定価格 税抜 (円)
		総量	動物性							A (μgRE)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)		
低学年	503	22.0	13.2	17.6 (32%)	704 (1.72)	329	81	2.3	2.6	191	0.35	0.47	19	4.4	274.32
中学年	611	26.2	14.9	20.3 (30%)	865 (2.15)	355	97	2.9	3.1	220	0.42	0.52	24	5.6	
高学年	684	29.3	16.1	22.5 (30%)	1013 (2.49)	378	111	3.2	3.5	247	0.47	0.56	28	6.5	

横 浜 市 教 育 委 員 会

5月 衛生管理のポイント【検収と検品】

1 検収・検品の定義

検収とは・・・発注した物資が正しく納品されたことを業者の前で確認すること

検品とは・・・調理前に物資に異常がないかを確認すること

2 検収の目的

検収は発注した物資が正しく納品されたことや品質及び異物混入の有無を確認する重要な作業である。確実な検収を行うことは、調理作業のスムーズな進行につながり、食中毒や異物混入防止の第一歩となる。

3 検収の留意点

- (1) 検収責任者を定め、納入業者立ち会いのもと、できるだけ複数で確実に行う。
- (2) 検収時は下処理用前掛けを着用する。(但し汚染度の高い食品の検収は専用前掛け・使い捨て衛生手袋を使用する。)
- (3) 検収時に用意しておくもの

① 60cm以上の高さの検収台 (台秤は60cm以上の高さに置く)	④ 食品を移し替えるための専用容器
② 検収簿・発注(変更)依頼票・納品書	⑤ 清潔な保存食容器(ビニル袋等)
③ 温度計(非接触式の温度計等)	⑥ 清潔な保存食採取器具(食品毎に交換するか、あるいは洗浄・消毒したものを使用する)

- (4) 検収簿に検収内容を記録する。(検収簿の保存は1年間)

4 検収や検品で不良品等が確認されたときの対応

＜検収時＞

- ・検収項目(※掲示資料参照)に不備があった場合は、速やかに管理職に報告するとともに、よこはま学校食育財団へも報告する

＜検品時＞

- ・不良が判明した時点で速やかに、管理職および、よこはま学校食育財団に連絡し、協議の上適切な対応を図る(使えるところはできるだけ使う)

不良品は業者が引き取り時に確認できるように、現状のまま保管する。

5 物資の衛生的な取り扱いと保管

品 名	取 り 扱 い 方	注 意 事 項
米飯	配食時間まで、専用台に重ねて置く	・容器は直接床に置かないなど、清潔に取扱う
野菜・果物	検収後、専用の容器に移し替える 	・下処理室に段ボールを持ち込まない ・予冷された野菜などが納入された場合は、冷蔵庫で保管する
冷蔵品(肉・肉加工品・魚加工品等)	温度を確認し、専用容器に移し替えて、冷蔵庫の肉・魚専用コーナーに保管する	・冷蔵保管時は庫内に食品を詰めすぎないようにする ・別容器に移し替えながら異物・異味・異臭・ネットはないか確認する
冷凍食品	温度を確認し、段ボール・ビニル袋等から専用容器に移し替え冷凍庫に保管する	・釜に入れる量をその都度冷凍庫より取り出して使用する
豆腐	専用のふた付き容器に移し替えて、水を入れ替える。豆腐が空気にふれないように十分に水を入れる 	・涼しい場所で保管する ・可能ならば冷蔵庫保管
乾物(開封後)	開封日を記入し密閉保管する	・湿気を嫌うものや開封後の乾物類等は専用の密閉容器に移し替える

正しく検収・検品を行いましょう

検収は複数人で行うことが望ましい。

【検収】

汚染作業区域用の前掛けを着用する。特に、肉・冷凍魚介類を詰め替えるときは、汚染度の高い食品用前掛けと使い捨て衛生手袋を着用する。

段ボール等から専用容器に移し替える。



検収簿に記録する。

正しく納品されたか納品伝票だけでなく、最新の物資発注(変更)依頼票や検収簿で確認する。

計量するときは、秤の上に肉や魚のビニル袋を直接置かず、専用のトレイの上に置く。



※検収項目

- ア 数量、重量、鮮度、品質、容器包装の汚れや破れの有無
- イ 温度管理の必要な物資の品温(納入業者が運搬時に適切な温度管理を行っていたかを確認する)
- ウ 産地、製造者、ロット番号、消費・賞味期限、成分表示(アレルギー物質を含む)
- エ 異物混入の有無

【検品】

異物や夾雑物などがないか、同一物資を複数人で交代し点検・確認する。

異物は
ないか？

異臭は
ないか？

乾物は、よく乾燥し
カビなど発生して
いないか？

変色して
いないか？



交代してダブルチェック

当日または前日、洗浄後の下処理室で、白衣・帽子・マスク・手袋(必要に応じて)を着用する。

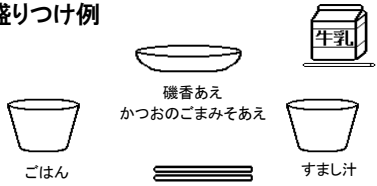
夾雑物(きょうざつぶつ)

製造過程で物資に混じり込んだ不純物で、簡単に除去でき取り除けば使用可能と判断できるもの。

例) 虫・ごまのさや・えびかになど

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
5月	7 (水)	1 (木)	8 (木)	2 (金)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい
児童					教室	調理室	倉庫	こどもの日を祝う献立について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
ごはん	【低】ごはん	※132			60		●五目ずしの具 1 きざみ油揚げ(冷凍)を熱湯に通す。 2 さやいんげんを切り、ゆでる。【じゅうぶん水冷する。加熱した食材は素手で扱わない】 3 にんじんを切る。 4 凍り豆腐をもどし、しぼる。 5 ごまを切る。 6 酢を除く調味料と水を煮立たせ、にんじん・油揚げ・凍り豆腐を入れて煮る。(汁が少し残る程度) 7 酢・さやいんげん・ごまを入れる。 ●鶏肉の甘辛煮 1 にんにく・しょうがを切る。 2 釜にしょうが・にんにくと調味料・水を入れ、煮立たせる。 3 鶏肉を入れ、沸騰するまで強火で煮る。 4 煮汁が上がったら、落としぶたをし、弱火で30分以上煮る。 5 煮えたら火を止め、冷ます。【中心温度75℃以上1分間または85℃達温を確認する】(低学年1本、中・高学年2本) ●すまし汁 1 削り節・昆布でだしをとる。 2 うずら卵缶をザルにあける。【一缶ずつ異物混入がないか確認する】 3 こまつなを切り、下ゆでする。 4 えのきたけ・ねぎを切る。≪卵(ア)別鍋にだし汁を取り分け、ねぎ・えのきたけを入れ調味し、こまつなを入れる≫ 5 だし汁にうずら卵を入れ、煮えたら調味する。 6 ねぎ・えのきたけを入れる。 7 こまつなを入れる。	
		【中】ごはん	※176			80		
		【高】ごはん	※198			90		
牛乳	牛乳				206			
五目ずしの具	きざみ油揚げ(冷凍)				8			
	凍り豆腐(細)				2.5			
	にんじん	せん	13.34	10	12			
	さやいんげん	ななめ	3.1	3	3			
	炒りごま(白)	切る			2			
	しょうゆ				2			
	砂糖(上白)				1.7			
	穀物酢				2			
	みりん				1			
	食塩				0.3			
	水				13			
鶏肉の甘辛煮	【低】鶏肉(手羽元)		55	30	38.5			
	【中】【高】鶏肉(手羽元)		110	30	77			
	しょうが	みじん	1.25	20	1			
	にんにく	みじん	0.11	9	0.1			
	しょうゆ				4.5			
	砂糖(上白)				2			
	穀物酢				3.5			
	みりん				1			
	酒				1.5			
	水				5			
	すまし汁	うずら卵缶				18		
ねぎ		小口	12.5	20	10			
こまつな		2cm	10.59	15	9			
えのきたけ		2cm	8.24	15	7			
しょうゆ					0.4			
食塩					0.7			
削り節(薄)					1.5			
だし昆布					0.3			
水					120			
おかずの総量(配食量)								
			五目ずしの具	鶏肉の甘辛煮	すまし汁			
			43	0	140			
			()	()	()			

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
5月	12 (月)	8 (木)	13 (火)	9 (金)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい
児童					教室	調理室	倉庫	日本でのアイスクリームの歴史について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
麦ごはん	【低】麦ごはん	※132			60		●回鍋肉 1 キャベツを切り、下ゆでする。 2 赤ピーマン・ねぎ・にんにく・しょうがを切る。 3 調味料を合わせておく。 4 釜に油を入れ、弱火でにんにく・しょうがを炒め、トウバンジャンを炒める。 5 豚肉を炒め、酒・しょうゆをふり入れる。 6 ねぎ・赤ピーマンを入れて炒め、合わせ調味料を入れる。 7 キャベツを入れ、水溶きでんぷんを入れる。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】 ●茎わかめスープ 1 チキンブイオンを別容器にあける。 【一袋ずつ異物混入がないか確認する】 2 たまねぎ・にんじんを切る。 3 くきわかめを洗い、切る。 4 水・チキンブイオン・にんじん・たまねぎを入れ、煮る。 5 もやしを入れ、煮えたら調味する。 6 くきわかめを入れる。 7 ごま・ごま油を入れる。 ●アイスクリーム 1 アイスクリームをクラスごとに配食し、冷凍庫に保管する。 ≪(ア)食育財団HPアレルギー情報参照≫	
	【中】麦ごはん	※176			80			
	【高】麦ごはん	※198			90			
牛乳	牛乳				206			
回鍋肉	豚肉				30			
	しょうゆ				0.5			
	酒				0.5			
	キャベツ	3cm角	76.48	15	65			
	ねぎ	ななめ	12.5	20	10			
	赤ピーマン	1.5cm角	4.45	10	4			
	しょうが	みじん	0.25	20	0.2			
	にんにく	みじん	0.11	9	0.1			
	米白絞油				0.7			
	◆しょうゆ				3			
	◆砂糖(上白)				0.9			
	◆赤色辛みそ				2			
	◆酒				1			
	◆テンメンジャン				1			
	トウバンジャン				0.2			
	でんぷん				1			
	水				2			
茎わかめスープ	もやし		25.78	3	25			
	たまねぎ	うす	10.64	6	10			
	にんじん	せん	8.89	10	8			
	くきわかめ(生)	2cm			5			
	炒りごま(白)				2			
	しょうゆ				0.7			
	酒				1			
	食塩				0.5			
	こしょう				0.01			
	ごま油				0.3			
	チキンブイオン				10			
	水				100			
	アイスクリーム	アイスクリーム				33		
おかずの総量(配食量)								
回鍋肉							茎わかめスープ	
95							142	
()							()	()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
5月	21 (水)	14 (水)	23 (金)	29 (木)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい
児童					教室	調理室	倉庫	旬の食品(かつお)の出回る時期について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
ごはん	[低]ごはん	※132			60		●かつおのごまみそあえ 1 しょうがをすり、汁にする。 2 凍り豆腐をもどし、しぼる。 3 ごまを炒って切りごまにする。 4 凍り豆腐・かつおにでんぶん・米粉をまぶし、油の温度160℃～170℃で揚げる。 【中心温度75℃以上1分間または85℃達温を確認する】	
	[中]ごはん	※176			80			
	[高]ごはん	※198			90			
牛乳	牛乳				206		5 調味料・水を煮立て、しょうが汁・凍り豆腐・かつおを入れる。 6 ごまを入れる。	
かつおのごまみそあえ	かつお(角)				45		●磯香あえ 1 キャベツを切り、ゆでる。 【じゅうぶん水冷する。 加熱した食材は素手で扱わない】 2 きざみのりを弱火でから炒りする。 【乾燥剤を確実に取り除く】 【じゅうぶん加熱されたか確認する】 【加熱した食材は素手で扱わない】 3 配食直前にキャベツの水をきり、塩をふり、きざみのりをふり入れ、しょうゆであえる。	
	凍り豆腐				6			
	でんぶん				3			
	米粉				3			
	米白絞油(揚)		30	80	6			
	炒りごま(白)	切る			3			
	◆しょうが	汁	1.13	20	0.9			
	◆しょうゆ				2.1			
	◆砂糖(上白)				1.5			
	◆甘みそ				5			
磯香あえ	キャベツ	短冊	58.83	15	50		●すまし汁 1 削り節・昆布でだしをとる。 2 豆腐を切り、流水に通す。 3 こまつなを切り、下ゆでする。 4 にんじん・ねぎを切る。 5 だし汁ににんじんを入れる。 6 煮えたら調味し、豆腐・ねぎを入れる。 7 こまつなを入れる。	
	きざみのり				0.2			
	しょうゆ				1.7			
	食塩				0.15			
すまし汁	絹ごし豆腐	1cm角			20			
	こまつな	2cm	10.59	15	9			
	にんじん	せん	5.56	10	5			
	ねぎ	小口	6.25	20	5			
	しょうゆ				0.4			
	食塩				0.7			
	削り節(薄)				1.5			
	だし昆布				0.3			
	水				120			
おかずの総量(配食量)								
かつおのごまみそあえ		磯香あえ		すまし汁				
84		44		136				
()		()		()				

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
5月	28 (水)	30 (金)	2 (金)	15 (木)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい	
児童					教室	調理室	倉庫	食器の正しい置き方について知る	
教職員				温度	℃	℃	℃		
計				湿度	%	%	%		
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 	
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー-除去食》		
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)				
ごはん	[低]ごはん	※132			60		●さばのみそ煮 1 しょうがを切る。 2 調味料・水を煮立たせ、しょうが・さばを入れる。表面を平らにし、沸騰するまで強火で煮る。 3 煮汁が上がったら、落としぶたをし、釜を回転させながら中火から弱火で煮る。 4 煮えたら火を止め、冷ます。【中心温度75℃以上1分間または85℃達温を確認する】		
	[中]ごはん	※176			80				
	[高]ごはん	※198				90			
牛乳	牛乳				206		●きんぴら 1 つきこんにゃくを切り、下ゆでする。 2 にんじん・ごぼうを切り、ごぼうは水につける。 3 ごまを切る。 4 ごま油を熱し、ごぼう・にんじん・つきこんにゃくを炒める。 5 水を入れて、火が通ったら調味する。 6 ごまを入れる。【じゅうぶん加熱されたか確認する】		
さばのみそ煮	さば				60				
	しょうが	せん	1.25	20	1		●かきたま汁 1 削り節・昆布でだしをとる。 2 こまつなを切り、下ゆでする。 3 ねぎ・えのきたけを切る。 4 鶏卵を割る。【二次汚染に注意する】 5 だし汁を煮立て調味し、えのきたけ・水溶きでんぷんを入れる。≪卵(ア)別鍋に取り分け、ねぎ・こまつなを入れる≫ 6 鶏卵をといて流し入れ、ねぎを入れる。 7 こまつなを入れる。		
	しょうゆ				0.8				
	砂糖(上白)				3.5		おかずの総量(配食量)		
	淡色辛みそ				3				
	赤色辛みそ				1.8		さばのみそ煮	きんぴら	かきたま汁
	みりん				1.2		0	33	144
	酒				0.8		()	()	()
	水				8				
きんぴら	ごぼう	ささがき	22.23	10	20				
	にんじん	せん	13.34	10	12				
	つきこんにゃく	3cm			5				
	炒りごま(白)	切る			2				
	ごま油				0.5				
	しょうゆ				2				
	砂糖(上白)				0.9				
	酒				0.4				
	水				0.9				
	かきたま汁	鶏卵		29.07	14	25			
こまつな		2cm	10.59	15	9				
ねぎ		小口	10	20	8				
えのきたけ		2cm	5.89	15	5				
しょうゆ					0.8				
酒					1				
食塩					0.7				
でんぷん					1				
削り節(薄)					1.5				
だし昆布					0.3				
水					120				

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
5月	30 (金)	28 (水)	14 (水)	13 (火)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい
児童					教室	調理室	倉庫	ひじきの栄養について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》 ●ひじきごはんの具 1 ひじきをもどし、水をきる。 2 油揚げを油抜きし、切る。 3 にんじんを切る。 4 凍り豆腐をもどし、しぼる。 5 ごまを切る。 6 油を熱し、ひじき・にんじんを炒め、調味料・水・凍り豆腐・油揚げを入れ、煮含める。 (汁が少し残る程度) 7 ごまを入れる。 ●魚のから揚げ 1 塩を弱火で炒る。 2 スメルトに米粉・でんぷんをまぶし、油の温度160～170℃で揚げる。 【中心温度75℃以上1分間または85℃達温を確認する】 3 揚げたスメルトに塩をふる。 ●沢煮椀 1 だしをとる。 2 みずな・ねぎ・にんじん・ごぼうを切り、ごぼうは水につける。 3 しょうがをすり、汁にする。 4 だし汁に豚肉を入れ、アクをとりながら煮る。 5 ごぼう・にんじんを入れる。 6 煮えたら調味し、水溶きでんぷん・ねぎを入れる。 7 しょうが汁・みずなを入れる。	
ごはん	【低】ごはん	※132	使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
	【中】ごはん	※176			80			
	【高】ごはん	※198			90			
牛乳	牛乳				206			
ひじきごはんの具	油揚げ	せん			5			
	凍り豆腐(細)				3			
	にんじん	せん	13.34	10	12			
	ひじき				2			
	炒りごま(白)	切る			2			
	米白絞油				0.5			
	しょうゆ				3.5			
	砂糖(上白)				1.3			
	みりん				0.5			
水				10				
魚のから揚げ	スメルト				45			
	でんぷん				1.5			
	米粉				1.5			
	米白絞油(揚)		25	80	5			
	食塩				0.1			
沢煮椀	豚肉(細)				10			
	にんじん	せん	11.12	10	10			
	ねぎ	小口	12.5	20	10			
	ごぼう	さがき	11.12	10	10			
	みずな	3cm	9.42	15	8			
	しょうが	汁	0.38	20	0.3			
	しょうゆ				1.5			
	食塩				0.6			
	でんぷん				0.5			
	削り節(薄)				1.5			
	水				120			
	おかずの総量(配食量)							
ひじきごはんの具		魚のから揚げ		沢煮椀				
48		31		146				
()		()		()				

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
5月	19 (月)	7 (水)	12 (月)	26 (月)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい
児童					教室	調理室	倉庫	ぶどう豆の名前の由来について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)		●ツナそぼろ	
ごはん	【低】ごはん	※132			60		1 まぐろ油漬をザルにあける。	
	【中】ごはん	※176			80		2 まぐろ水煮をボールにあける。	
	【高】ごはん	※198			90		(汁も使用する) 【一袋ずつ異物混入がないか確認する】	
牛乳	牛乳				206		3 にんじん・しょうがを切る。	
ツナそぼろ	まぐろ油漬(フレーク)				25		4 凍り豆腐をもどし、しぼる。	
	まぐろ水煮(フレーク)				15		5 水・調味料・しょうが・	
	凍り豆腐(細)				3		にんじんを入れ火にかける。	
	にんじん	みじん	16.67	10	15		煮立ったら、まぐろ油漬・水煮・	
	しょうが	みじん	1.25	20	1		凍り豆腐を入れ、汁が	
	しょうゆ				2		なくなるまで炒りつける。	
	砂糖(上白)				1.4		●ぶどう豆	
	酒				1		1 だいずをやわらかくゆでる。	
ぶどう豆	水				3		2 だいずのゆで汁を捨て、	
	だいず				17		分量の水を加えて煮る。途中で	
	しょうゆ				0.6		砂糖を2～3回に分けて入れる。	
	砂糖(上白)				4		3 30分程火止めをする。	
	食塩				0.1		4 再び点火し、塩・しょうゆを	
	水				5		入れ、弱火で煮含める。	
みそ汁	キャベツ	短冊	29.42	15	25		●みそ汁	
	ねぎ	小口	12.5	20	10		1 だしをとる。	
	こまつな	2cm	10.59	15	9		2 こまつなを切り、下ゆでする。	
	えのきたけ	2cm	8.24	15	7		3 えのきたけ・キャベツ・	
	淡色辛みそ				5.5		ねぎを切る。	
	赤色辛みそ				1.5		4 だし汁にえのきたけ・	
	削り節(薄)				1.5		キャベツを入れる。	
	水				110		5 煮えたら、みそ・ねぎを入れる。	
							6 こまつなを入れる。	
	おかずの総量(配食量)							
ツナそぼろ		ぶどう豆		みそ汁				
63		40		150				
()		()		()				

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
5月	13 (火)	12 (月)	9 (金)	22 (木)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい
児童					教室	調理室	倉庫	旬の食品(じゃがいも)の特徴について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー-除去食》	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
麦ごはん	【低】麦ごはん	※132			60		●肉じゃが 1 しらたきを切り、下ゆです。 2 にんじん・たまねぎ・じゃがいもを切る。 3 油を熱し、1/3量のたまねぎ・豚肉を炒め、にんじん・じゃがいも・しらたき・残りのたまねぎを入れ炒める。 4 調味料を加えてさらに炒め、水を加え煮くずれないように弱火で煮込む。 ●からししょうゆあえ 1 こまつなを切り、ゆでる。 【じゅうぶん水冷する。加熱した食材は素手で扱わない】 2 もやしをゆでる。 【じゅうぶん水冷する。加熱した食材は素手で扱わない】 3 からししょうゆを作る。 4 配食直前に野菜の水をきり、塩をふり、からししょうゆであえる。 ●だいずとじゃこの炒り煮 1 だいずを別容器にあける。 【一袋ずつ異物混入がないか確認する】 2 ちりめんじゃこを熱湯に通し、弱火でから炒りする。 【熱湯に通した後、放置しない】 3 油を熱し、だいずを炒め、調味料・水を入れる。 4 調味料が煮つまつたら、ちりめんじゃこを入れ、混ぜ合わせる。 5 ごまを入れる。 (やわらかめに仕上げる)	
	【中】麦ごはん	※176			80			
	【高】麦ごはん	※198			90			
牛乳	牛乳				206			
肉じゃが	豚肉				25			
	じゃがいも	2cm角	72.23	10	65			
	たまねぎ	くし	58.52	6	55			
	にんじん	乱	16.67	10	15			
	しらたき	3cm			15			
	米白絞油				0.7			
	しょうゆ				5.3			
	砂糖(上白)				2			
	みりん				1			
	酒				1.5			
	食塩				0.1			
	水				5			
からししょうゆあえ	もやし		46.4	3	45			
	こまつな	2cm	10.59	15	9			
	◆しょうゆ				1.7			
	◆からし				0.04			
	食塩				0.1			
だいずとじゃこの炒り煮	だいず(水煮)				14			
	ちりめんじゃこ(半生)				3			
	炒りごま(白)				2			
	米白絞油				0.2			
	しょうゆ				1.4			
	砂糖(上白)				0.7			
	酒				1			
	水				1			
	おかずの総量(配食量)							
	肉じゃが	からししょうゆあえ	だいずとじゃこの炒り煮					
149	40	19						
()	()	()						

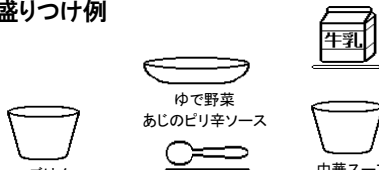
実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
5月	22 (木)	21 (水)	16 (金)	20 (火)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい
児童					教室	調理室	倉庫	旬の食品(あまなつみかん)の栄養について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 あまなつみかん 親子丼の具 はいがごはん みそ汁
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー-除去食》 ●親子丼の具 1 だしをとる。 2 にんじん・たまねぎを切る。 3 凍り豆腐をもどし、しぼる。 4 鶏卵を割る。 【二次汚染に注意する】 5 だし汁と調味料を煮立て、鶏肉・にんじんを入れて煮る。 6 にんじんが煮えたら、たまねぎ・凍り豆腐を入れる。 《卵(ア) 別鍋に取り分ける》 7 鶏卵をといて流し入れ、静かにへらをいれる。 【鶏卵に火が通ったことを確認する】 ●みそ汁 1 だしをとる。 2 こまつなを切り、下ゆでする。 3 じゃがいも・たまねぎを切る。 4 だし汁にじゃがいも・たまねぎを入れる。 5 煮えたらみそを入れる。 6 こまつなを入れる。 ●あまなつみかん 1 1/6に切る。 【包丁・まな板は洗浄・消毒したものを使用する】 【素手で扱わない】	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
はいがごはん	[低]はいがごはん	※132			60			
	[中]はいがごはん	※176			80			
	[高]はいがごはん	※198			90			
牛乳	牛乳				206			
親子丼の具	鶏卵		46.52	14	40			
	鶏肉				20			
	凍り豆腐(細)				3			
	たまねぎ	うす	42.56	6	40			
	にんじん	5mmいちよう	11.12	10	10			
	しょうゆ				2.8			
	砂糖(上白)				1.3			
	みりん				0.8			
	食塩				0.3			
	削り節(薄)				0.5			
水				5				
みそ汁	じゃがいも	7mmいちよう	22.23	10	20			
	たまねぎ	うす	21.28	6	20			
	こまつな	2cm	10.59	15	9			
	淡色辛みそ				5.5			
	赤色辛みそ				2			
	削り節(薄)				1.5			
	水				110			
あまなつみかん	あまなつみかん	1/6	60	45	33			
								おかずの総量(配食量)
						親子丼の具	みそ汁	
						105	149	
						()	()	()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
5月	20 (火)	26 (月)	30 (金)	19 (月)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい
児童					教室	調理室	倉庫	旬の食品(わかめ)の産地について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)		●チリコンカーン	
はいがごはん	【低】はいがごはん	※154			70		1 だいずをやわらかくゆでる。	
	【中】はいがごはん	※176			80		2 トマト缶(カット)を汁ごと別容器にあける。	
	【高】はいがごはん	※198			90		【一缶ずつ異物混入がないか確認する】	
牛乳	牛乳				206		3 にんじん・たまねぎ・にんにくを切る。	
チリコンカーン	豚肉				20		4 小麦粉を色づくまでから炒りする。	
	だいず				17		5 釜に油を入れ、弱火でにんにくを炒め、豚肉を炒める。	
	たまねぎ	1.5cm角	63.83	6	60		6 たまねぎ・にんじんを入れ、よく炒め水を加えて煮る。	
	トマト缶(カット)				35		7 煮えたらカットトマトを入れ調味し、だいずを入れ煮る。	
	にんじん	1cm角	22.23	10	20		《小麦(ア)別鍋に取り分け、ワイン・チリパウダーを入れる》	
	にんにく	みじん	0.22	9	0.2		8 小麦粉をふり入れ、弱火で煮込み、ワイン・チリパウダーを入れる。	
	米白絞油				0.7			
	小麦粉				2.2			
	トマトケチャップ				6			
	中濃ソース				3			
	しょうゆ				1.4			
	ワイン(赤)				0.5			
	食塩				0.5			
	こしょう				0.03			
	チリパウダー				0.3			
水				12				
わかめサラダ	キャベツ	せん	47.06	15	40		●わかめサラダ	
	わかめ(生)	2cm			2.5		1 甘酢を作る。	
	◆しょうゆ				2.6		【じゅうぶん冷ます】	
	◆砂糖(上白)				1.2		2 キャベツ切り、加熱処理する。	
	◆穀物酢				2		【じゅうぶん水冷する。	
	◇ちりめんじゃこ(半生)				2.5		加熱した食材は素手で扱わない】	
	◇ごま油				0.25		4 配食直前にキャベツの水をきり、わかめ・甘酢を入れ、あえる。	
							5 ちりめんじゃこを熱湯に通し、ごま油で炒め、クラスごとに配食する。	
							【熱湯に通した後、放置しない】(ちりめんじゃこー人2.5g)	
	おかずの総量(配食量)							
							チリコンカーン	わかめサラダ
							159	45
							()	()

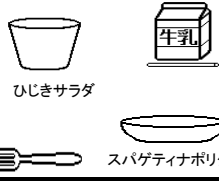
実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
5月	9 (金)	15 (木)	20 (火)	1 (木)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい	
児童					教室	調理室	倉庫	麻婆豆腐の特徴について知る	
教職員				温度	℃	℃	℃		
計				湿度	%	%	%	盛りつけ例	
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。									
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》		
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)				
麦ごはん	【低】麦ごはん	※154			70		●麻婆豆腐 1 乾燥大豆をもどす。 2 豆腐を切り、流水に通す。 3 ねぎ・にんじん・にんにく・しょうがを切る。 4 釜に油を入れ、弱火でにんにく・しょうがを炒め、トウバンジャン・ねぎを炒める。 5 ひき肉・乾燥大豆・にんじんを炒める。 6 水・調味料を入れて煮立ったら、豆腐を入れ、煮込む。 7 水溶きでんぷんを入れる。 8 ごま油を入れる。 【豆腐の温度を確認する】		
	【中】麦ごはん	※198			90				
	【高】麦ごはん	※220			100				
牛乳	牛乳				206		●中華あえ 1 甘酢を作る。 【じゅうぶん冷ます】 2 ごまを炒って、切りごまにする。 【じゅうぶん冷ます】 3 きゅうり・にんじんを切り、加熱処理する。 【じゅうぶん水冷する。 加熱した食材は素手で扱わない】 4 もやしをゆでる。 【じゅうぶん水冷する。 加熱した食材は素手で扱わない】 5 配食直前に野菜の水をきり、甘酢・ごま・ごま油・ラー油を入れあえる。		
麻婆豆腐	木綿豆腐	1cm角			120				
	豚肉(ひき)				15				
	乾燥大豆(粒状)				2.5				
	ねぎ	小口	25	20	20				
	にんじん	みじん	16.67	10	15				
	しょうが	みじん	1	20	0.8				
	にんにく	みじん	0.11	9	0.1				
	米白絞油				0.7				
	トマトケチャップ				2				
	しょうゆ				3				
	砂糖(上白)				0.8				
	淡色辛みそ				2.5				
	赤色辛みそ				1.5				
	テンメンジャン				1				
	トウバンジャン				0.3				
	ごま油				0.3				
	でんぷん				1.5				
	水				20				
	中華あえ	もやし		46.4	3		45		
		きゅうり	2mm輪	10.21	2		10		
にんじん		せん	5.56	10	5				
炒りごま(白)		切る			2				
◆しょうゆ					2.4				
◆砂糖(上白)					1				
◆穀物酢					2				
◆食塩					0.1				
ごま油					0.2				
ラー油					0.05				
							おかずの総量(配食量)		
					麻婆豆腐	中華あえ			
					169	53			
					()	()	()		

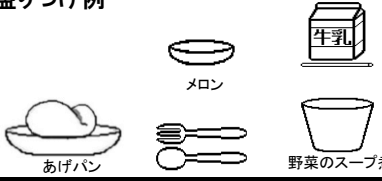
実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
5月	1 (木)	16 (金)	21 (水)	8 (木)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい
児童					教室	調理室	倉庫	さつき汁の名前の由来について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)		●肉そぼろ	
ごはん	【低】ごはん	※154			70		1 乾燥大豆をもどす。	
	【中】ごはん	※198			90		2 にんじん・しょうがを切る。	
	【高】ごはん	※220			100		3 調味料にしょうが・にんじん・ひき肉を入れ、ほぐして火をつける。	
牛乳	牛乳				206		4 乾燥大豆を入れ、汁がなくなるまで炒る。	
肉そぼろ	豚肉(ひき)				30		●卵そぼろ	
	乾燥大豆(粒状)				3.5		1 鶏卵を割る。	
	にんじん	みじん	20	10	18		【二次汚染に注意する】	
	しょうが	みじん	0.63	20	0.5		2 油を熱し、鶏卵をといて流し入れ、調味料を入れて炒り卵にする。	
	しょうゆ				4.5		【じゅうぶん加熱されたか確認する】	
	砂糖(上白)				1.8		【釜からあげた後は手早く冷ます】	
	みりん				1		《卵(ア)提供しない》	
	酒				1			
卵そぼろ	鶏卵		46.52	14	40		●さつき汁	
	米白絞油				0.7		1 だしをとる。	
	砂糖(上白)				2.1		2 豆腐を切り、流水に通す。	
	食塩				0.04		3 さやえんどうを切り、下ゆでする。	
さつき汁	木綿豆腐	1cm角			25		4 にんじん・たまねぎを切る。	
	たまねぎ	うす	26.6	6	25		5 わかめを切る。	
	にんじん	3mmいちょう	5.56	10	5		6 だし汁ににんじん・たまねぎを入れる。	
	さやえんどう	ななめ	5.5	9	5		7 煮えたら豆腐・みそ・わかめを入れる。	
	わかめ(生)	2cm			2		8 さやえんどうを入れる。	
	淡色辛みそ				7.5			
	削り節(薄)				1.5			
	水				105			
							おかずの総量(配食量)	
			肉そぼろ	卵そぼろ	さつき汁			
			57	34	150			
			()	()	()			

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
5月	16 (金)	22 (木)	27 (火)	14 (水)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい	
児童					教室	調理室	倉庫	カレーの種類について知る	
教職員				温度	℃	℃	℃		
計				湿度	%	%	%		
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 	
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法(衛生のポイント)《アレルギー除去食》		
はいがごはん	[低]はいがごはん	※154	使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)		●ポークカレー		
	[中]はいがごはん	※198			90		1 にんじん・たまねぎ・じゃがいも・にんにく・しょうがを切る。		
	[高]はいがごはん	※220			100		2 カレールーを作る。		
ポークカレー	豚肉				20		3 釜に油を入れ、弱火でにんにく・しょうがを炒め、たまねぎを入れてよく炒め、豚肉と1/3量のカレー粉・少量の塩を加えて炒める。		
	じゃがいも	1.5cm角	55.56	10	50		4 にんじん・じゃがいもを入れ、さらに炒め、水を加えて煮込む。		
	たまねぎ	2cm角	63.83	6	60		5 煮えたら調味料を入れる。		
	にんじん	7mmいちよう	22.23	10	20		《乳小麦(ア) 別鍋に取り分け、弱火でよく煮込む》		
	しょうが	みじん	0.63	20	0.5		6 ルーを入れて弱火でよく煮込む。		
	にんにく	みじん	0.22	9	0.2		●ごま酢あえ		
	米白絞油				0.7		1 甘酢を作る。		
	◆小麦粉				8		【じゅうぶん冷ます】		
	◆調理用マーガリン				7		2 ごまを炒って切りごまにする。		
	◆カレー粉				1		【じゅうぶん冷ます】		
	トマトケチャップ				2		3 きゅうり・キャベツを切り、加熱処理する。		
	中濃ソース				2		【じゅうぶん水冷する。		
	しょうゆ				2		加熱した食材は素手で扱わない】		
	食塩				0.85		4 配食直前に野菜の水をきり、甘酢・ごまを入れあえる。		
	水				80		●プルーンはっこう乳		
ごま酢あえ	キャベツ	短冊	52.95	15	45		1 プルーンはっこう乳をクラスごとに配食し、冷蔵庫に保管する。		
	きゅうり	2mm輪	10.21	2	10		《乳(ア)提供しない》		
	炒りごま(白)	切る			3				
	◆しょうゆ				2.6				
	◆砂糖(上白)				1.4				
	◆穀物酢				1.8				
	◆食塩				0.1				
プルーンはっこう乳	はっこう乳(プルーン)				212				
								おかずの総量(配食量)	
							ポークカレー	ごま酢あえ	
							201	56	
							()	()	()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
5月	15 (木)	2 (金)	29 (木)	23 (金)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい 旬の食品(あじ)の食べ方について知る	
児童					教室	調理室	倉庫		
教職員				温度	℃	℃	℃		
計				湿度	%	%	%		
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 	
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》 ●あじのピリ辛ソース 1 ねぎ・にんにく・しょうがを切る。 2 釜にごま油を入れ、弱火でにんにく・しょうが・トウバンジャン・ねぎを炒め、水・調味料を入れて、ソースを作る。 3 あじにでんぷん・米粉をまぶし、油の温度160～170℃で揚げる。【中心温度75℃以上1分間または85℃達温を確認する】 4 あじが熱いうちに、ソースをかける。(ピリ辛ソース一人18g) ●ゆで野菜 1 キャベツを切り、ゆでる。【じゅうぶん水冷する。加熱した食材は素手で扱わない】 2 もやしをゆでる。【じゅうぶん水冷する。加熱した食材は素手で扱わない】 3 配食直前に野菜の水をきり、塩をふり、ごま油を入れあえる。 ●中華スープ 1 豆腐を切り、流水に通す。 2 チキンブイオンを別容器にあける。【一袋ずつ異物混入がないか確認する】 3 スイートコーン(ホール)をザルにあける。【一袋ずつ異物混入がないか確認する】 4 チンゲンサイを葉とともに分けて切る。 5 たまねぎを切る。 6 鶏卵を割る。【二次汚染に注意する】 7 水・チキンブイオンにたまねぎを入れ、煮えたらコーン・豆腐・チンゲンサイのもとを入れ、調味する。 8 水溶きでんぷんを入れる。《卵(ア)別鍋に取り分け、チンゲンサイの葉・ごま油を入れる》 9 鶏卵をといて流し入れる。 10 チンゲンサイの葉を入れる。 11 ごま油を入れる。		
ごはん	【低】ごはん 【中】ごはん 【高】ごはん	※132 ※176 ※198			60 80 90				
牛乳	牛乳				206				
あじのピリ辛ソース	【低】あじフィレ				40				
	【中】【高】あじフィレ				50				
	でんぷん				1.5				
	米粉				1.5				
	米白絞油(揚)		25	80	5				
	◆ねぎ	小口	7.5	20	6				
	◆しょうが	みじん	0.63	20	0.5				
	◆にんにく	みじん	0.11	9	0.1				
	◆ごま油				0.2				
	◆しょうゆ				1.8				
	◆砂糖(上白)				2				
	◆穀物酢				2				
	◆トウバンジャン				0.08				
	◆水				10				
ゆで野菜	もやし		25.78	3	25				
	キャベツ	短冊	23.53	15	20				
	食塩				0.25				
	ごま油				0.2				
中華スープ	鶏卵		29.07	14	25				
	木綿豆腐	1cm角			20				
	たまねぎ	うず	15.96	6	15				
	スイートコーン(ホール)				10				
	チンゲンサイ	2cm	8.24	15	7				
	しょうゆ				0.6				
	酒				0.5				
	食塩				0.9				
	こしょう				0.02				
	ごま油				0.2				
	でんぷん				1				
	チキンブイオン				10				
	水				100				
	おかずの総量(配食量)							あじのピリ辛ソース	ゆで野菜
							0	35	161
							()	()	()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
5月	27 (火)	19 (月)	26 (月)	28 (水)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい 食べ物の体内でのはたらきについて知る	
児童					教室	調理室	倉庫		
教職員				温度	℃	℃	℃		
計				湿度	%	%	%		
検食状況 (時分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例	
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》 ●豚肉のごままぶし 1 つきこんにやくを切り、下ゆでする。 2 にんじん・しょうが・ごぼうを切り、ごぼうは水につける。 3 ごまを切る。 4 調味料を煮立たせ、しょうが・豚肉を入れてほぐし、つきこんにやく・ごぼう・にんじんを入れ、汁がなくなるまで炒りつける。 5 ごまを入れる。		
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)				
ごはん	【低】ごはん	※ 132			60				
	【中】ごはん	※ 176			80				
	【高】ごはん	※ 198			90				
牛乳	牛乳				206				
豚肉のごままぶし	豚肉				40		●呉汁 1 だいずをやわらかくゆでる。 2 だしをとる。 3 油揚げを油抜きし、切る。 4 こまつなを切り、下ゆでする。 5 ねぎ・にんじん・だいこんを切る。 6 だいずをミキサーですりつぶす。 7 だし汁ににんじん・だいこんを入れる。 8 煮えたら油揚げを入れ、だいず・みそ・ねぎを入れる。 9 こまつなを入れる。		
	にんじん	せん	16.67	10	15				
	ごぼう	さがさき	11.12	10	10				
	しょうが	みじん	1.5	20	1.2				
	つきこんにやく	3cm			10				
	炒りごま(白)	切る			5				
	しょうゆ				4.5				
	砂糖(上白)				2				
	みりん				1				
	酒				2				
呉汁	だいず				10				
	油揚げ	短冊			7				
	だいこん	5mmいちょう	17.65	15	15				
	こまつな	2cm	10.59	15	9				
	ねぎ	小口	10	20	8				
	にんじん	3mmいちょう	8.89	10	8				
	淡色辛みそ				5.5				
	赤色辛みそ				2				
	削り節(薄)				1.5				
	水				110				
								おかずの総量(配食量)	
							豚肉のごままぶし	呉汁	
							65	157	
							()	()	()

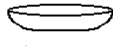
実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
5月	2 (金)	23 (金)	7 (水)	27 (火)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい	
児童					教室	調理室	倉庫	スパゲティナポリタンが横浜発祥の料理であることを知る	
教職員				温度	℃	℃	℃		
計				湿度	%	%	%		
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 	
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》		
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)		●スパゲティナポリタン		
チーズパン	【低】チーズパン(8mm)	※49			30		1 ピーマンを切り、ゆでる。		
	【中】チーズパン(8mm)	※66			40		【じゅうぶん水冷する。 加熱した食材は素手で扱わない】		
	【高】チーズパン(8mm)	※82			50		2 たまねぎ、にんにくを切る。		
牛乳	牛乳				206		3 釜に油を入れ、弱火で にんにくを炒め、たまねぎを 入れてよく炒める。		
	◆スパゲティ				30		4 ウィンナーをスライスを入れ炒め、 調味する。		
	◆食塩				0.5		《小麦(ア)別鍋に取り分け、 ピーマンを入れる》		
	ウィンナーをスライス(冷凍)				15		5 スパゲティをかためにゆでる。 【はね水による二次汚染に 注意する】		
	たまねぎ	うす	58.52	6	55		6 ソースにスパゲティを混ぜる。		
	ピーマン	せん	5.89	15	5		7 ピーマンを入れる。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】		
	にんにく	みじん	0.22	9	0.2		●ひじきサラダ		
	米白絞油				0.5		1 ひじきをもどし、ゆでて、水を きり、下味をつける。 【じゅうぶん水冷する。 加熱した食材は素手で扱わない】		
	トマトケチャップ				20		2 ごまを炒って、切りごまにする。 【じゅうぶん冷ます】		
	トマトピューレー				5		3 キャベツを切り、加熱処理する。 【じゅうぶん水冷する。 加熱した食材は素手で扱わない】		
中濃ソース				1		4 スイートコーン(ホール)を ザルにあける。 【食材は素手で扱わない】 【一袋ずつ異物混入がないか 確認する】			
食塩				0.05		5 配食直前にキャベツ・ひじきの 水をきり、コーン・ごまを 入れあえる。			
こしょう				0.02		6 ドレッシングソースを作り、 クラスごとに配食する。 (ドレッシング一人8.9g)			
ひじきサラダ	キャベツ	せん	29.42	15	25				
	スイートコーン(ホール)				5				
	◆ひじき				2				
	◆しょうゆ				1				
	炒りごま(白)	切る			2				
	◆米サラダ油				2.5				
	◆ごま油				1				
	◆しょうゆ				2.2				
	◆砂糖(上白)				0.7				
	◆穀物酢				2.5				
	◆からし				0.04				
	おかずの総量(配食量)								
		スパゲティ ナポリタン	ひじきサラダ						
	145	44							
	()	()							

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
5月	14 (水)	9 (金)	15 (木)	16 (金)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい	
児童					教室	調理室	倉庫	あげパンの作り方について知る	
教職員				温度	℃	℃	℃		
計				湿度	%	%	%		
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 	
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》		
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)				
あげパン	【低】コッペパン(包なし)	※58			40		●あげパン 1 パンを、油の温度180℃で揚げる。 2 グラニュー糖・砂糖・塩を混ぜ、パンが熱いうちにまぶす。 【加熱した食材は素手で扱わない】 ≪乳小麦(ア)提供しない≫ ●野菜のスープ煮 1 チキンブイオンを別容器にあける。 【一袋ずつ異物混入がないか確認する】 2 キャベツ・にんじん・たまねぎ・じゃがいもを切る。 3 水に豚肉を入れ、アクを取りながら煮る。 4 チキンブイオン・にんじん・たまねぎ・じゃがいもを入れて煮る。 5 キャベツを入れ、煮えたら調味する。 ●メロン 1 1/12に切る。 【包丁・まな板は洗浄・消毒したものを使用する】 【素手で扱わない】		
	【中】コッペパン(包なし)	※87			60				
	【高】コッペパン(包なし)	※101			70				
	米白絞油(揚)		30	80	6				
	グラニュー糖				3				
	砂糖(上白)				2				
	食塩				0.01				
牛乳	牛乳				206				
野菜のスープ煮	豚肉				25				
	じゃがいも	1.5cm角	55.56	10	50				
	たまねぎ	1.5cm角	53.2	6	50				
	キャベツ	短冊	35.3	15	30				
	にんじん	1cmいちょう	11.12	10	10				
	しょうゆ				0.5				
	酒				1				
	食塩				0.9				
	黒こしょう				0.02				
	チキンブイオン				10				
	水				55				
	メロン	メロン(青肉)	1/12	66	45	36.3			
							おかずの総量(配食量)		
							野菜のスープ煮		
							206		
							()	()	()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
5月	29 (木)	27 (火)	28 (水)	21 (水)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい 横浜開港菜について知る	
児童					教室	調理室	倉庫		
教職員				温度	℃	℃	℃		
計				湿度	%	%	%		
検食状況 (時分) 検食者名					 冷凍パインアップル 中華あえ 牛乳 ロールパン 塩焼きそば				
☐ 加熱調理は適切に行っている。									
☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。									
☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。					盛りつけ例				
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》 ●塩焼きそば 1 キャベツ・にら・セロリ・ねぎ・にんじん・にんにく・しょうがを切る。 2 いかを解凍し、酒につける。【二次汚染に注意する】 3 めんを油の温度180～200℃で揚げる。 4 釜にごま油を入れ、弱火でにんにく・しょうが・ねぎ・セロリを炒め、豚肉・にんじん・いかを入れさらに炒める。 5 もやし・キャベツ・にらを炒め、調味する。 ≪小麦(ア)別鍋に取り分ける。≫ 6 めんを入れる。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】 ●中華あえ 1 甘酢を作る。 【じゅうぶん冷ます】 2 きゅうりを切り、加熱処理する。 【じゅうぶん水冷する。 加熱した食材は素手で扱わない】 3 配食直前にきゅうりの水をきり、甘酢・ごま油・ラー油であえる。 ●冷凍パインアップル 1 冷凍パインアップルは配食時間を考慮し、クラスごとに配食する。		
ロールパン	【低】ロールパン ※45 【中】【高】ロールパン ※75		使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)				
牛乳	牛乳				206				
塩焼きそば	蒸し中華めん				45				
	米白絞油(揚げ)		25	80	5				
	豚肉				20				
	◆いか(短冊)				8				
	◆酒				0.8				
	キャベツ	短冊	47.06	15	40				
	もやし		36.09	3	35				
	にんじん	せん	16.67	10	15				
	ねぎ	ななめ	10	20	8				
	にら	2cm	8.43	5	8				
	セロリ	うす	4.62	35	3				
	しょうが	みじん	0.63	20	0.5				
	にんにく	みじん	0.33	9	0.3				
	ごま油				0.7				
	しょうゆ				1				
	食塩				0.65				
こしょう				0.03					
中華あえ	きゅうり	4mm輪	45.92	2	45				
	◆しょうゆ				0.7				
	◆砂糖(上白)				0.8				
	◆穀物酢				1.4				
	◆食塩				0.3				
	ごま油				0.1				
	ラー油				0.04				
	冷凍パインアップル	パインアップル(冷凍)40			40				
							おかずの総量(配食量)		
							塩焼きそば	中華あえ	
							162	43	
							()	()	()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
5月	26 (月)	29 (木)	1 (木)	12 (月)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい	
児童					教室	調理室	倉庫	旬の食品(アスパラガス)の種類について知る	
教職員				温度	℃	℃	℃		
計				湿度	%	%	%		
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 	
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》 ●マカロニのクリーム煮 1 にんじん・たまねぎ・パセリを切る。 2 マカロニをかためにゆでる。 【はね水による二次汚染に注意する】 3 ホワイトルーを作る。 4 油を熱し、鶏肉・たまねぎ・にんじんを炒め、水を入れて煮る。 5 煮えたら調味する。 《乳小麦(ア)別鍋に取り分け、豆乳・パセリを入れる》 6 ルーを入れ、牛乳・溶いた脱脂粉乳・豆乳を入れる。 7 マカロニ・パセリを入れる。 ●アスパラガスのソテー 1 スイートコーン(ホール)をザルにあげる。 【一袋ずつ異物混入がないか確認する】 2 アスパラガスを切り、下ゆでする。 3 にんじんを切る。 4 油を熱し、にんじん・コーン・アスパラガスを炒め、調味する。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】		
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)				
黒パン	【低】黒パン	※60			40				
	【中】黒パン	※75			50				
	【高】黒パン	※90			60				
牛乳	牛乳				206				
マカロニのクリーム煮	◆マカロニ				25				
	◆食塩				0.3				
	鶏肉				20				
	たまねぎ	うす	53.2	6	50				
	にんじん	5mmいちよう	11.12	10	10				
	パセリ	みじん	0.34	10	0.3				
	米白絞油				0.7				
	◆小麦粉				2				
	◆調理用マーガリン				2				
	牛乳(調理用)				25				
	豆乳				35				
	脱脂粉乳				5				
	食塩				0.6				
	こしょう				0.02				
	水				20				
アスパラガスのソテー	アスパラガス	2cmななめ	25	20	20				
	スイートコーン(ホール)				10				
	にんじん	せん	5.56	10	5				
	米白絞油				0.3				
	食塩				0.2				
	こしょう				0.01				
								おかずの総量(配食量)	
							マカロニのクリーム煮	アスパラガスのソテー	
							187	31	
							()	()	()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
5月	8 (木)	20 (火)	19 (月)	30 (金)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい	
児童					教室	調理室	倉庫	旬の食品(キャベツ)の特徴について知る	
教職員				温度	℃	℃	℃		
計				湿度	%	%	%		
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例 	
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》		
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)		●カレービーンズシチュー		
はいがパン	【低】はいがパン	※62			40		1 だいずをやわらかくゆでる。		
	【中】はいがパン	※78			50		2 にんじん・たまねぎ・にんにく・じゃがいもを切る。		
	【高】はいがパン	※93			60		3 カレールーを作る。		
							4 釜に油を入れ、弱火でにんにくを炒め、たまねぎを入れてよく炒め、豚肉と1/3量のカレー粉・少量の塩を入れて炒める。		
牛乳	牛乳				206		5 にんじん・じゃがいもを入れ、さらに炒め、水を入れて煮る。		
カレービーンズシチュー	豚肉				25		6 煮えたらだいずを入れ、調味する。		
	だいず				17		《乳小麦(ア)別鍋に取り分け、弱火でよく煮込む》		
	じゃがいも	1cm角	50	10	45		7 ルーを入れ、弱火でよく煮込む。		
	たまねぎ	1cm角	58.52	6	55		●キャベツサラダ		
	にんじん	8mm角	16.67	10	15		1 甘酢を作る。		
	にんにく	みじん	0.22	9	0.2		【じゅうぶん冷ます】		
	米白絞油				0.7		2 キャベツを切り、加熱処理する。		
	◆小麦粉				2		【じゅうぶん水冷する。		
	◆調理用マーガリン				2		加熱した食材は素手で扱わない】		
	◆カレー粉				0.8		3 配食直前にキャベツの水をきり、甘酢・黒こしょうであえる。		
	トマトケチャップ				1		●チーズ		
	中濃ソース				2		1 チーズをクラスごとに配食し、冷蔵庫に保管する。		
	しょうゆ				0.9		《乳(ア)提供しない》		
	食塩				0.8				
	水				40				
キャベツサラダ	キャベツ	せん	58.83	15	50				
	◆砂糖(上白)				0.8				
	◆穀物酢				1.6				
	◆食塩				0.35				
	黒こしょう				0.01				
チーズ	チーズ15				15				
								おかずの総量(配食量)	
							カレービーンズシチュー	キャベツサラダ	
							181	45	
							()	()	()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
5月	23 (金)	13 (火)	22 (木)	7 (水)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい	
児童					教室	調理室	倉庫	牛乳の栄養について知る	
教職員				温度	℃	℃	℃		
計				湿度	%	%	%		
検食状況 (時 分) 検食者名 ☐ 加熱調理は適切に行っている。 ☐ 異味・異臭・異物等の異常はない。 ☐ 野菜・果物等は十分洗浄されている。								盛りつけ例  ミックスフルーツ  イタリアンペスト  牛乳  丸パン   ノードルスープ	
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量	調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》		
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)				
丸パン	[低]丸パン	※58			40		●イタリアンペスト 1 トマト缶(カット)を汁ごと別容器にあける。 【一缶ずつ異物混入がないか確認する】 2 まぐろ油漬をザルにあける。 【一袋ずつ異物混入がないか確認する】 3 たまねぎ・にんじんを切る。 4 油を熱し、たまねぎ・にんじんを炒める。 5 まぐろ油漬・カットマト・調味料を入れて煮込む。 ≪乳(ア)別鍋に取り分ける≫ 6 チーズを入れる。 【じゅうぶん加熱されたかを確認する】		
	[中]丸パン	※72			50				
	[高]丸パン	※87			60				
牛乳	牛乳				206		●ヌードルスープ 1 チキンブイオンを別容器にあける。 【一袋ずつ異物混入がないか確認する】 2 パセリ・にんじん・たまねぎ・キャベツを切る。 3 フェットチーネを折り、かためにゆでる。 【はね水による二次汚染に注意する】 4 水・チキンブイオンに、たまねぎ・にんじんを入れる。 5 材料が煮えたら、キャベツを入れ、調味料を入れる。 ≪小麦(ア)別鍋に取り分け、パセリを入れる≫ 6 フェットチーネ・パセリを入れる。		
	イタリアンペスト	まぐろ油漬(フレーク)			40				
		チーズ(角)			3				
		たまねぎ	みじん	31.92	6			30	
		にんじん	みじん	5.56	10			5	
		トマト缶(カット)						5	
		米白絞油						0.5	
		トマトケチャップ						3	
		中濃ソース						1.2	
	こしょう				0.03				
ヌードルスープ	フェットチーネ	二つ折			10				
	キャベツ	短冊	29.42	15	25				
	たまねぎ	うす	21.28	6	20				
	にんじん	せん	16.67	10	15				
	パセリ	みじん	0.34	10	0.3				
	しょうゆ				1				
	食塩				0.95				
	こしょう				0.02				
	チキンブイオン				15				
	水				95				
	ミックスフルーツ	パイン缶(チビット)						20	
黄桃缶(ダイス)					20				
みかん缶					15				
◆砂糖(上白)					2				
◆水					20				
							おかずの総量(配食量)		
							イタリアンペスト	ヌードルスープ	
							74	175	
							()	()	()