

令和7年10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

- ・ 食事の前後の過ごし方
食事の前後の過ごし方を工夫できる
- ・ 丈夫な体をつくる赤の食べ物
丈夫な体をつくる赤の食べ物を知る

○ 給食指導の内容

- ・ 食事前は、落ち着いて食事ができるように準備をする
- ・ 食後は、食事にふさわしい会話をしながら静かに休む習慣を身に付ける

○ バランスイ〜ナカードの指導内容

- ・ 赤の食べ物の体の中での働きやその仲間の食べ物を知る

献立について

○ 献立の特色

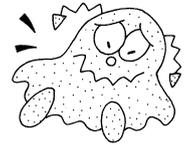
- ・ 食欲の秋、収穫の秋を感じられる献立にしました。
(かつおのおあんかけ、煮魚(さば)、ふくめ煮、きのこスパゲティ、秋味ごはんの具、さけのクリームシチュー)
- ・ 十五夜(10/6)にちなんだ献立として、「月見汁」を取り入れました。
- ・ 旬の食品を多く取り入れました。
(さば、かつお、さけ、さつまいも、さといも、しめじ、えのきたけ、りんご、みかん)
- ・ 食品ロス削減月間にちなみ、新献立として「おかかのだしふりかけ」を取り入れました。

○ ばくばくだより(主な内容例)

- ・ 十五夜にちなんだ料理
- ・ 赤の食べ物について知る
- ・ 食事前後の過ごし方について知る
- ・ 食品ロスについて知る

1か月平均栄養量と平均価格 (実施回数 22回)

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)		脂質 (g) <small>(脂質エネルギー比)</small>	ナトリウム (mg) <small>食塩相当量 (g)</small>	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	518	21.8	13.1	17.0 (30%)	708 (1.73)	316	79	2.2	2.6	193	0.33	0.46	19	4.5	293.28
中学年	611	25.4	14.5	19.4 (29%)	870 (2.14)	340	93	2.8	3.0	222	0.40	0.51	24	5.7	
高学年	686	28.5	15.7	21.5 (28%)	1022 (2.48)	359	105	3.1	3.4	249	0.45	0.55	28	6.6	



「学校における感染性胃腸炎および食中毒発生時対応マニュアル【給食室編】」 P21～参照

感染性胃腸炎

細菌、ウイルスなどによる下痢・嘔吐等の胃腸炎症状を起こす感染症の総称。原因となる病原体の多くがノロウイルスで、そのほかにもロタウイルス、サポウイルス、アデノウイルスなどがある。

○感染経路

- ・感染者の嘔吐物などを処理する際に、ノロウイルス等に汚染された手指を介して口に入り感染する場合、あるいは空中に浮遊したノロウイルス等を吸い込んで感染する場合
- ・感染者が調理時に食べ物にノロウイルス等を付け、その食べ物を食べた人が感染する場合
- ・ノロウイルスを蓄積した二枚貝などを生または十分加熱せずに食べて感染する場合

○症状

1～2日の潜伏期間の後、嘔吐・下痢・発熱等の症状がみられる。感染しても発症しない場合や、軽い風邪のような症状の場合もある。

(不顕性感染)

横浜市健康福祉局HPより

集団発生への対応期間の留意点

給食室の対応

(P24【給食室編】)

○調理作業時

- ・パン・米飯・牛乳等の配膳は手袋を着用する。
- ・加熱調理は温度確認を徹底
- ・複数級で多数欠席や体調不良が出ている場合は、献立内容について健康教育・食育課と相談し指示を受ける。(サラダ・あえ物、中止等)
- ・切って提供する果物・手作りデザート(ゼリーやミックスフルーツ等)は終息宣言が出るまで延期する。(健康教育・食育課と対応を協議)

○運搬

- ・原則、児童をホールに入れない。出入口で受け渡しを行う。調理従事者による運搬は中止する。
- ・発症者が多数いる学級の運搬配膳は教職員が行う。(配膳時は手袋を着用する)



○返却以降

- ・当該学級の残さいは、ビニル袋等を用意し、直接食缶等に返さないようにする。
- ・当該学級の食器等は他の学級が終わった最後に洗浄する。
- ・残さいや食器を受け取る際には手袋・マスクを着用し、残さいを処理した場所は、200ppm 次亜塩素酸ナトリウムで消毒を行う。
- ・午後の清掃作業(ホールを中心に)の際は、200ppm 次亜塩素酸ナトリウム溶液で確実に消毒する。(ホールの床・ドアノブ・保冷庫・保管庫の取手等)

給食従事者の健康管理(P21【給食室編】)

- 毎日の個人別健康観察票で異常がないか確認する。異常がある場合はすみやかに管理職に報告する。本人や家族に感染性胃腸炎が疑われる場合は、管理職より健康教育・食育課に連絡し、対応を協議する。
- 本人やその家族がノロウイルス等と診断された場合は、調理従事者は高感度の検便検査(リアルタイムPCR法、RT-PCR法等)により、陰性を確認するまで、調理作業に直接従事することを控えさせる等適切な処置をとる。
- 検便で陽性となった場合は、他の調理従事者も全員検便を行う。
- 他の調理従事者は未発症であっても、検査結果が判明するまで、手洗いを念入りにし、手袋を着用する。

調理従事者、栄養教諭・学校栄養職員は

当該学級や嘔吐場所には近付かない。

嘔吐処理を行わない。

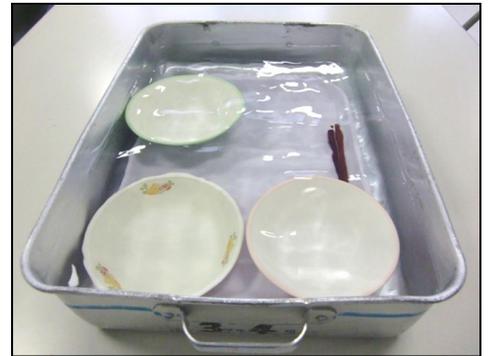
嘔吐発生情報等は必ず給食室に届くように連絡を密にする。

チェック！

おう吐物がついた食器等の洗浄方法

おう吐物がついた食器等の洗浄方法（P23【給食室編】）

□ おう吐物が付着した食器等は、マニュアルに従い、給食室外で、事前に塩素消毒され、すすいであるかを確認して受けとる



* 食器は捨てない

- ホールや洗浄室の下洗い場所等に消毒が終わった食器の置き場所を決めておく
- 洗浄作業を行う際は、マスク・手袋を必ず着用する
- 洗浄に使うシンクは、1か所を決めて作業を行う
- 洗浄作業の最後に食器を洗剤で洗浄し流水でよく洗い流す
- 使用後のシンクは、洗剤でよく洗い、流水で流した後、200ppm 次亜塩素酸ナトリウム溶液をオーバーフローまで満たし、5分間放置した後その溶液を抜き、流水で流す
（水返し部分など消毒液に触れない部分は、清潔な不織布等で消毒液をのばす）
- 使用したスポンジは、薬液消毒後、乾燥させる

200ppm 溶液の作り方

100 Lの水に、6%の次亜塩素酸ナトリウム 330 mLを入れる。

各学校でも、水槽に入る水の量を確認しておく
とよい。

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	21 (火)	6 (月)	9 (木)	7 (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	いwash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 <input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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)			
ごはん	【低】ごはん	※154			70	●いwashのかば焼き 1 しょうがをすり、汁にする。 2 たれを作る。 3 いwashにでんぷんをまぶし、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】 4 いwashが熱いうちにたれをからめる。 (一人2枚)(たれ一人12g) ●即席漬 1 きゅうり・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】 2 配食直前に野菜の水をきり、塩をふり、しょうゆ・酢であえる。 ●豚汁 1 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ねぎ・にんじん・だいこん・ごぼうを切り、ごぼうは水につける。 5 だし汁に豚肉を入れ、アクをとりながら煮る。 6 ごぼう・だいこん・にんじんを入れる。 7 煮えたら豆腐・みそ・ねぎを入れる。 8 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			
いwashのかば焼き	いwash				40			
	でんぷん				1.6			
	米粉				0.8			
	米白絞油(揚)		20	80	4			
	◆しょうが	汁	0.63	20	0.5			
	◆しょうゆ				3			
	◆砂糖(上白)				2			
	◆みりん				1.4			
	◆でんぷん				0.3			
◆水				8				
即席漬	キャベツ	短冊	47.06	15	40			
	きゅうり	2mm輪	10.21	2	10			
	しょうゆ				1			
	穀物酢				1			
	食塩				0.2			
豚汁	木綿豆腐	1cm角			20			
	豚肉				10			
	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			
	ごぼう	ささがき	8.89	10	8			
	にんじん	3mmいちょう	5.56	10	5			
	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)								
						いwashのかば焼き	即席漬	豚汁
						0	45	162
						()	()	()

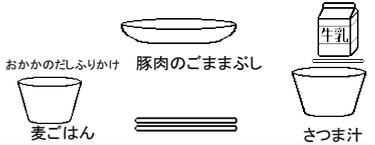
実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
10月	27 (月)	23 (木)	15 (水)	22 (水)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい 旬の食品(さといも)の名前の由来について知る	
児童					教室	調理室	倉庫		
教職員				温度	℃	℃	℃		
計				湿度	%	%	%		
検食状況 (時分) 検食者名								<div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="text-align: center;"> のりのつくだ煮 麦ごはん </div> <div style="text-align: center;"> ごまじょうゆあえ </div> <div style="text-align: center;"> 牛乳 ふくめ煮 </div> </div>	
<input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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	●ふくめ煮 1 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 にんじん・さといもを切り、さといもは下ゆでする。 4 凍り豆腐をもどし、しぼる。 5 だし汁を煮立て、鶏肉・にんじんを入れ、調味し、煮る。 6 さといも・凍り豆腐を入れる。 <卵(ア)別鍋に取り分け、煮含める> 7 うずら卵を入れて煮含める。 ●ごまじょうゆあえ 1 ごまを炒って切りごまにする。 【じゅうぶん冷ます】 2 ごまつなを切り、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】 3 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】 4 配食直前に野菜の水をきり、塩をふり、しょうゆ・ごまを入れあえる。 ●のりのつくだ煮 1 だしをとる。 2 のりをだし汁に30分以上つける。 【乾燥剤を確実に取り除く】 3 調味料を加え、弱火で煮つめる。			
	【中】麦ごはん	※ 198			90				
	【高】麦ごはん	※ 220			100				
牛乳	牛乳				206				
ふくめ煮	鶏肉				30				
	うずら卵缶				18				
	凍り豆腐				5				
	さといも	乱	35.3	15	30				
	にんじん	小さめ乱	22.23	10	20				
	しょうゆ				4				
	砂糖(上白)				1.7				
	みりん				1.2				
	酒				0.8				
	食塩				0.15				
ごまじょうゆあえ	削り節(薄)				0.5				
	水				30				
	もやし		30.93	3	30				
	ごまつな	2cm	11.77	15	10				
	炒りごま(白)	切る			3				
のりのつくだ煮	しょうゆ				1.4				
	食塩				0.1				
	きざみのり				1.5				
	しょうゆ				2.5				
	砂糖(上白)				0.1				
	みりん				2.5				
削り節(薄)				0.2					
水				15					
							おかずの総量(配食量)		
							ふくめ煮	ごまじょうゆあえ	のりのつくだ煮
							122	33	17
							()	()	()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	24 (金)	29 (水)	21 (火)	17 (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	はっこう乳について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	盛りつけ例
検食状況 (時分) 検食者名 <input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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)			
高いがごはん	【低】高いがごはん	※ 154			70	●ポークカレー 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。 2 カレールーを作る。 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。 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。 5 煮えたら調味料を入れる。 <乳小麦(ア)別鍋に取り分け、弱火でよく煮込む> 6 ルーを入れて弱火でよく煮込む。		
	【中】高いがごはん	※ 198			90			
	【高】高いがごはん	※ 220			100			
ポークカレー	豚肉				20			
	じゃがいも	1.5cm角	55.56	10	50			
	たまねぎ	2cm角	63.83	6	60			
	にんじん	8mmいちょう	22.23	10	20			
	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			
	◆小麦粉				8			
	◆調理用マーガリン				7			
	◆カレー粉				1			
	トマトケチャップ				2			
	中濃ソース				3			
しょうゆ				1.5				
食塩				0.8				
水				80				
ごま酢あえ	きゅうり	2mm輪	20.41	2	20	●ごま酢あえ 1 甘酢を作る。 【じゅうぶん冷ます】 2 切干しだいこんをもどして切り、再沸騰するまでゆでる。 【じゅうぶん水冷する。加熱した食材は素手で扱わない】 3 ごまを炒って切りごまにする。 【じゅうぶん冷ます】 4 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】 5 切干しだいこんを甘酢であえ、30分程度つける。 6 配食直前にきゅうりの水をきり、ごまを入れあえる。		
	切干しだいこん	2cm			3			
	炒りごま(白)	切る			3			
	◆しょうゆ				2.2			
	◆砂糖(上白)				1.5			
	◆穀物酢				2.2			
	◆食塩				0.1			
プルーンはっこう乳	はっこう乳(プルーン)				212	●プルーンはっこう乳 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。 <乳(ア)提供しない>		
							おかずの総量(配食量)	
					ポークカレー	ごま酢あえ		
					201	42		
					()	()	()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	16 (木)	14 (火)	30 (木)	21 (火)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい かつおの栄養について知る
児童					教室	調理室	倉庫	
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	盛りつけ例
検食状況 (時分)				検食者名				
<input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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》 ●かつおのあんかけ 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 凍り豆腐・かつおに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】 4 調味料・水を煮立て、しょうが汁・水溶きでんぷん・凍り豆腐・かつおを入れる。 ●おひたし 1 キャベツ・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 配食直前に野菜の水をきり、塩をふり、しょうゆであえる。 ●みそ汁 1 だしをとる。 2 だいこん・ねぎ・にんじんを切る。 3 わかめを切る。 4 だし汁にだいこん・にんじんを入れる。 5 煮えたら、みそ・ねぎ・わかめを入れる。	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
ごはん	[低]ごはん	※ 154			70			
	[中]ごはん	※ 176			80			
	[高]ごはん	※ 198			90			
牛乳	牛乳				206			
かつおのあんかけ	かつお(角)				45			
	凍り豆腐				5			
	でんぷん				5			
	米白絞油(揚)		25	80	5			
	◆しょうが	汁	1.25	20	1			
	◆しょうゆ				3			
	◆砂糖(上白)				2			
	◆みりん				1			
	◆酒				1			
	◆でんぷん				0.3			
◆水				15				
おひたし	キャベツ	短冊	52.95	15	45			
	こまつな	2cm	10.59	15	9			
	しょうゆ				1.4			
	食塩				0.1			
みそ汁	だいこん	せん	23.53	15	20			
	ねぎ	小口	12.5	20	10			
	にんじん	せん	5.56	10	5			
	わかめ(生)	2cm			2			
	淡色辛みそ				5.5			
	赤色辛みそ				1.5			
	削り節(薄)				1.5			
	水				120			
おかずの総量(配食量)								
	かつおのあんかけ				63			
	おひたし				47			
	みそ汁				149			
	()				()	()		

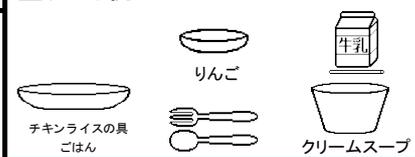
実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	15 (水)	20 (月)	17 (金)	1 (水)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい 米の栽培について知る
児童					教室	調理室	倉庫	
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	
検食状況 (時分) 検食者名								
<input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 野菜・果物等は十分洗浄されている。								
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》 ●肉じゃが 1 しらたきを切り、下ゆでする。 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。 ●だいでとじゃこの炒り煮 1 だいでを別容器にあげる。 【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、だいでを炒め、調味料・水を入れる。 4 調味料が煮ついたら、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)	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
麦ごはん	【低】麦ごはん ※132 【中】麦ごはん ※176 【高】麦ごはん ※198				60 80 90			
牛乳	牛乳				206			
肉じゃが	豚肉				30			
	じゃがいも	2cm角	66.67	10	60			
	たまねぎ	くし	58.52	6	55			
	にんじん	乱	22.23	10	20			
	しらたき	3cm			20			
	米白絞油				0.7			
	しょうゆ				5			
	砂糖(上白)				2			
	みりん				1			
	食塩				0.1			
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				1.8			
	◆からし				0.04			
	食塩				0.05			
だいでとじゃこの炒り煮	だいで(水煮)				13			
	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			
	砂糖(上白)				0.7			
	酒				1			
	水				0.8			
おかずの総量(配食量)								
	肉じゃが	からししょうゆあえ	だいでとじゃこの炒り煮					
	155	40	18					
	()	()	()					

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	10 (金)	31 (金)	3 (金)	23 (木)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい だし汁について知る
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 <input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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)			
ごはん	【低】ごはん	※ 154			70	●秋味ごはんの具 1 しめじをほぐす。 2 にんじんを切る。 3 さけフレークを解凍し、別容器にあける。 【一袋ずつ異物混入がないか確認する】 4 凍り豆腐をもどし、しぼる。 5 油を熱し、にんじんを炒め、調味料・水・凍り豆腐・しめじを入れて煮る。 6 さけを入れて煮含める。		
	【中】ごはん	※ 198			90			
	【高】ごはん	※ 220			100			
牛乳	牛乳				206			
秋味ごはんの具	さけ(冷凍フレーク)				30		●きんぴら 1 にんじん・ごぼうを切り、ごぼうは水につける。 2 ごま油を熱し、ごぼう・にんじんを炒める。 3 水を入れて、火が通ったら調味する。 4 ごまを入れる。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】	
	凍り豆腐(細)				3			
	にんじん	みじん	11.12	10	10			
	しめじ	ほぐす	5.56	10	5			
	米白絞油				0.5			
	しょうゆ				2			
	砂糖(上白)				1			
	みりん				1			
	酒				1.5			
	食塩				0.4			
きんぴら	ごぼう	ささがき	22.23	10	20	●かきたま汁 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 ねぎを切る。 5 鶏卵を割る。 【二次汚染に注意する】 6 だし汁に調味料・豆腐を入れる。 7 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≫ 8 鶏卵をといて流し入れ、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			
	炒りごま(白)				2			
	ごま油				0.5			
	しょうゆ				2			
	砂糖(上白)				1			
	酒				0.5			
	水				3			
	かきたま汁	鶏卵		23.26	14		20	
		絹ごし豆腐	1cm角				15	
ねぎ		小口	12.5	20	10			
こまつな		2cm	10.59	15	9			
しょうゆ					0.8			
食塩					0.7			
でんぷん					1			
削り節(薄)					1.5			
だし昆布					0.3			
水					110			
おかずの総量(配食量)								
						秋味ごはんの具	きんぴら	かきたま汁
						61	35	139
						()	()	()

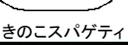
実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	20 (月)	27 (月)	10 (金)	9 (木)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい
児童					教室	調理室	倉庫	食品ロスについて知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	
検食状況 (時分)				検食者名				
<input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 野菜・果物等は十分洗浄されている。								
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》 ●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 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】 3 にんじん・しょうが・ごぼうを切り、ごぼうは水につける。 4 ごまを切る。 5 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。 6 ごまを入れる。 7 こまつなを入れる。 ●さつまいも汁 1 だしをとる。 (だしをとった削り節は、おかかのだしふりかけに使用。汁気をきって取っておく。) 2 油揚げを油抜きし、切る。 3 ねぎ・だいこん・さつまいもを切り、さつまいもは水につける。 4 だし汁に鶏肉を入れ、アクをとりながら煮る。 5 だいこん・さつまいもを入れる。 6 煮えたら油揚げを入れ、みそ・ねぎを入れる。 ●おかかのだしふりかけ 1 だしをとった後の削り節を釜で炒りする。 2 分量の削り節を入れて、さらに炒る。 3 火を止めてから、調味料(酢以外)を入れ、再度点火し、弱火で炒りつける。 4 削り節全体に味が行きわたったら、酢を入れる。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】 (おかかのだしふりかけ一人3.6g)	
麦ごはん	【低】麦ごはん 【中】麦ごはん 【高】麦ごはん	※ 154 ※ 176 ※ 198		使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)		
牛乳	牛乳							206
豚肉のごままぶし	豚肉							40
	ごぼう	ささがき	16.67	10	15			
	にんじん	せん	11.12	10	10			
	こまつな	2cm	10.59	15	9			
	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		
	砂糖(上白)					2		
	みりん					1		
さつまいも汁	鶏肉							10
	油揚げ	短冊						5
	さつまいも	7mmいちよう	15.31	2	15			
	だいこん	5mmいちよう	11.77	15	10			
	ねぎ	小口	12.5	20	10			
	淡色辛みそ					5.5		
	赤色辛みそ					1.5		
	削り節(薄)					1.5		
水					110			
おかかのだしふりかけ	だしをとった後の削り節					全量		
	しょうゆ					1.2		
	砂糖(上白)					0.4		
	穀物酢					0.26		
	みりん					1.4		
	削り節(薄)					0.1		
おかずの総量(配食量)								
						豚肉のごままぶし	さつまいも汁	
						81	141	() () ()

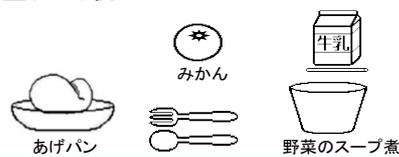
実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	17 (金)	7 (火)	22 (水)	28 (火)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい
児童					教室	調理室	倉庫	卵の栄養について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	盛りつけ例
検食状況 (時分) 検食者名 <input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 野菜・果物等は十分洗浄されている。								
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	●親子丼の具 1 だしをとる。 2 にんじん・たまねぎを切る。 3 凍り豆腐をもとし、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、静かにへらを入れる。 【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 だし汁にたまねぎ・じゃがいもを入れる。 5 煮えたらみそを入れる。 6 こまつなを入れる。 ●黒みつかん 1 水に粉寒天を加えよく混ぜてから点火し、沸騰後、完全に溶けるまで煮る。 2 含蜜糖を加え、煮る。 【中心温度75℃以上1分間または85℃達温を確認する】 3 バットに流し入れて、粗熱がとれたら冷蔵庫に入れる。 4 きな粉・砂糖・食塩を混ぜ合わせ、クラスごとに配食する。 (黒みつかん一人44g) (きな粉一人2.6g)		
	【中】麦ごはん	※ 176			80			
	【高】麦ごはん	※ 198			90			
牛乳	牛乳				206			
親子丼の具	鶏卵		34.89	14	30			
	鶏肉				20			
	凍り豆腐(細)				3			
	たまねぎ	うす	42.56	6	40			
	にんじん	3mmいちょう	11.12	10	10			
	しょうゆ				4.3			
	砂糖(上白)				1.5			
	みりん				0.6			
	食塩				0.1			
	削り節(薄)				0.2			
水				10				
みそ汁	じゃがいも	7mmいちょう	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				1.5			
	削り節(薄)				1.5			
	水				110			
黒みつかん	含蜜糖				7			
	粉寒天				0.2			
	水				40			
	◆きな粉				2			
	◆砂糖(上白)				0.6			
	◆食塩				0.01			
おかずの総量(配食量)								
		親子丼の具		みそ汁				
		102		147				
		()		()		()		

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	23 (木)	15 (水)	29 (水)	16 (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	サンマー丼の名前の由来について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	盛りつけ例
検食状況 (時分) 検食者名 <input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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》 ●サンマー丼の具	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
ごはん	【低】ごはん	※154			70		1 チキンピヨ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 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】 3 たまねぎ・にんじんを切る。 4 油を熱し、豚肉を炒め、にんじん・たまねぎ・もやしの順に炒める。 5 水・チキンピヨン・調味料を入れる。 6 水溶きでんぷんを入れる。 7 ごま油・こまつなを入れる。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】	
	【中】ごはん	※198			90			
	【高】ごはん	※220			100			
牛乳	牛乳				206		●にらたまスープ 1 豆腐を切り、流水に通す。 2 チキンピヨ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 にらを切る。 4 はるさめをもどし、切る。 5 鶏卵を割る。 【二次汚染に注意する】 6 水に豚肉を入れ、アクをとりながら煮る。 7 チキンピヨン・調味料・豆腐・はるさめ・水溶きでんぷんを入れる。 <<卵(ア)別鍋に取り分け、にら・ごま油を入れる>> 8 鶏卵をといて流し入れ、にらを入れる。 9 ごま油を入れる。	
サンマー丼の具	豚肉(細)				30	●りんご 1 皮をむき、1/8に切り、芯を取る。 【包丁・まな板は洗浄・消毒したものを使用する】 2 塩水に通す。 【素手で扱わない】		
	もやし		36.09	3	35			
	たまねぎ	うす	21.28	6	20			
	にんじん	せん	11.12	10	10			
	こまつな	2cm	7.06	15	6			
	米白絞油				0.7			
	しょうゆ				3.4			
	砂糖(上白)				0.2			
	食塩				0.2			
	こしょう				0.02			
	ごま油				0.3			
	でんぷん				2			
	チキンピヨン				3			
	水				5			
にらたまスープ	豚肉				10			
	鶏卵		23.26	14	20			
	木綿豆腐	1cm角			20			
	にら	2cm	7.37	5	7			
	はるさめ	3cm			2			
	しょうゆ				1.5			
	酒				0.3			
	食塩				0.7			
	黒こしょう				0.02			
	でんぷん				1			
	ごま油				0.3			
	チキンピヨン				15			
	水				100			
	りんご	りんご	1/8	30	15	25.5		
		食塩				0.2		
おかずの総量(配食量)								
サンマー丼の具					91	にらたまスープ	150	
					()		()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	29 (水)	28 (火)	24 (金)	31 (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(りんご)の種類について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	盛りつけ例
検食状況 (時分) 検食者名								
<input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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)			
ごはん	【低】ごはん	※154			70	●チキンライスの具 1 にんじん・たまねぎ・エリンギを切る。 2 油を熱し、鶏肉を入れ、ワインをふり入れ炒める。 3 たまねぎ・にんじんを入れてよく炒め、エリンギを入れ調味し、煮込む。 ●クリームスープ 1 豚ガラスープを別容器にあける。 【一袋ずつ異物混入がないか確認する】 2 こまつなを切り、下ゆでする。 3 にんじん・たまねぎ・じゃがいもを切る。 4 油を熱し、豚肉・たまねぎ・にんじん・じゃがいもを炒め、水・豚ガラスープを入れる。 5 煮えたら調味する。 《乳(ア)別鍋に取り分け、豆乳を入れ、こまつなを入れる》 6 牛乳・溶いた脱脂粉乳・豆乳を入れる。 7 こまつなを入れる。 ●りんご 1 皮をむき、1/6に切り、芯を取る。 【包丁・まな板は洗浄・消毒したものを使用する】 2 塩水に通す。 【素手で扱わない】		
	【中】ごはん	※198			90			
	【高】ごはん	※220			100			
牛乳	牛乳				206			
チキンライスの具	鶏肉				30			
	ワイン(白)				0.5			
	たまねぎ	みじん	53.2	6	50			
	にんじん	みじん	16.67	10	15			
	エリンギ	4つ割うす	5.32	6	5			
	米白絞油				0.7			
	トマトケチャップ				20			
	トマトピューレー				5			
	ウスターソース				1.5			
	食塩				0.3			
こしょう				0.01				
クリームスープ	豚肉				10			
	じゃがいも	7mmいちょう	22.23	10	20			
	たまねぎ	うす	21.28	6	20			
	こまつな	2cm	10.59	15	9			
	にんじん	3mmいちょう	5.56	10	5			
	米白絞油				0.7			
	牛乳(調理用)				20			
	豆乳				20			
	脱脂粉乳				2			
	食塩				0.8			
	こしょう				0.01			
	豚ガラスープ(レトルト)				10			
	水				35			
りんご	りんご	1/6	40	15	34			
	食塩				0.2			
							おかずの総量(配食量)	
					チキンライスの具	クリームスープ		
					102	128		
					()	()	()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	3 (金)	17 (金)	2 (木)	29 (水)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい 食事前後の過ごし方について知る
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								盛りつけ例 
<input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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》 ●チリコンカーン	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
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。 2 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】 3 にんじん・たまねぎ・にんにくを切る。 4 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】 5 小麦粉を色づくまでから炒りする。 6 釜に油を入れ、弱火でにんにくを炒め、ひき肉を炒める。 7 たまねぎ・にんじんを入れ、よく炒め水を加えて煮る。 8 材料が煮えたらカットトマトを入れて調味し、だいずを入れ煮る。 ≪小麦(ア)別鍋に取り分け、ワイン・チリパウダーを入れる≫ 9 小麦粉をふり入れ、弱火で煮込み、マカロニ・ワイン・チリパウダーを入れる。 ●野菜ソテー 1 キャベツを切り、下ゆでする。 2 たまねぎ・にんじん・にんにくを切る。 3 釜に油を入れ、弱火でにんにくを炒め、たまねぎ・にんじんを炒める。 4 火が通ったら、キャベツを入れ、調味する。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】 ●ミックスフルーツ 1 シロップを作る。 【じゅうぶん冷ます】 2 缶詰をザルにあける。 【一缶ずつ異物混入がないか確認する】 【食材は素手で扱わない】 3 フルーツをシロップであえる。 (ミックスフルーツ一人87g)		
	【中】はいがパン	※78			50			
	【高】はいがパン	※93			60			
牛乳	牛乳				206			
チリコンカーン	牛肉(4mmびき)涙ビーフ				20			
	だいず				17			
	たまねぎ	1cm角	63.83	6	60			
	トマト缶(カット)				35			
	にんじん	1cm角	16.67	10	15			
	にんにく	みじん	0.11	9	0.1			
	◆マカロニ(シェル)				8			
	◆食塩				0.2			
	米白絞油				0.7			
	小麦粉				2			
	トマトケチャップ				3			
	中濃ソース				2.5			
	しょうゆ				1			
	ワイン(赤)				1			
食塩				0.7				
こしょう				0.02				
チリパウダー				0.25				
水				10				
野菜ソテー	キャベツ	短冊	35.3	15	30			
	たまねぎ	うす	10.64	6	10			
	にんじん	せん	5.56	10	5			
	にんにく	みじん	0.11	9	0.1			
	米白絞油				0.5			
	食塩				0.2			
	こしょう				0.01			
ミックスフルーツ	黄桃缶(ダイス)				25			
	パイン缶(チビット)				20			
	みかん缶				20			
	◆砂糖(上白)				2			
	◆水				20			
おかずの総量(配食量)								
					チリコンカーン	野菜ソテー		
					165	30		
					()	()	()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	6 (月)	9 (木)	14 (火)	20 (月)				
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(きのこ)の栄養について知る
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								<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> チーズ</div> <div style="text-align: center;"> コーンサラダ</div> <div style="text-align: center;"> 牛乳</div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; margin-top: 10px;"> <div style="text-align: center;"> ぶどうパン</div> <div style="text-align: center;"></div> <div style="text-align: center;"> きのこスパゲティ</div> </div>
<input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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)			
ぶどうパン	【低】ぶどうパン	※49			30	●きのこスパゲティ 1 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】 2 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】 3 えのきたけを切り、しめじをほぐす。 4 たまねぎ・にんにくを切る。 5 釜にオリーブ油を入れ、弱火でにんにくを炒め、たまねぎを炒め、しめじ・えのきたけを入れる。 6 まぐろ油漬を入れ、調味する。 ≪小麦(ア)別鍋に取り分け、こまつなを入れる。≫ 7 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】 8 スパゲティを入れる。 9 こまつなを入れる。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】		
	【中】ぶどうパン	※66			40			
	【高】ぶどうパン	※82			50			
牛乳	牛乳				206			
きのこスパゲティ	◆スパゲティ				30			
	◆食塩				0.5			
	まぐろ油漬(フレーク)				20			
	たまねぎ	うす	53.2	6	50			
	しめじ	ほぐす	11.12	10	10			
	えのきたけ	2cm	11.77	15	10			
	こまつな	2cm	10.59	15	9			
	にんにく	みじん	0.22	9	0.2			
	米白絞油				0.7			
	しょうゆ				2			
	食塩				0.7			
黒こしょう				0.03				
コーンサラダ	キャベツ	せん	47.06	15	40	●コーンサラダ 1 甘酢を作る。 【じゅうぶん冷ます】 2 きゅうり・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】 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】 【食材は素手で扱わない】 4 配食直前に野菜の水をきり、コーンを入れ甘酢であえる。		
	スイートコーン(ホール)				15			
	きゅうり	2mm輪	7.15	2	7			
	◆砂糖(上白)				1.1			
	◆穀物酢				2.2			
	◆食塩				0.45			
	◆こしょう				0.01			
チーズ	チーズ15				15	●チーズ 1 チーズをクラスごとに配食し、冷蔵庫に保管する。 ≪乳(ア)提供しない≫		
おかずの総量(配食量)								
	きのこスパゲティ	コーンサラダ						
	152	59						
	()	()				()		

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	28 (火)	30 (木)	16 (木)	15 (水)				
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(みかん)の特徴について知る
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								盛りつけ例 
<input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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)			
あげパン	【低】コッペパン(包なし)	※72			50	●あげパン 1 パンを、油の温度180℃で揚げる。 2 きな粉・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≫		
	【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			
	きな粉				3			
	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 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。 ●みかん 1 流水で洗い、クラスごとに配食する。 【素手で扱わない】		
野菜のスープ煮	豚肉				20			
	じゃがいも	2cm角	55.56	10	50			
	たまねぎ	2cm角	42.56	6	40			
	キャベツ	短冊	41.18	15	35			
	にんじん	小さめ乱	22.23	10	20			
	食塩				0.9			
	黒こしょう				0.02			
	チキンブイオン				10			
水				55				
みかん	みかん		100	20	80			
								おかずの総量(配食量)
							野菜のスープ煮	
							196	
							() () ()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	14 (火)	1 (水)	7 (火)	6 (月)				
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(さけ)の特徴について知る
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 <input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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》 ●さけのクリームシチュー 1 こまつなを切り、下ゆでする。 2 たまねぎ・じゃがいも・にんにくを切る。 3 さけをゆで、ワインにつける。 【二次汚染に注意する】 【ゆでたあと放置しない】 4 ホワイトルーを作る。 5 釜に油を入れ、にんにくを炒め、たまねぎ・じゃがいもを炒め、水を入れる。 6 煮えたら調味する。 《乳小麦(ア)別鍋に取り分け、豆乳・さけ・こまつなを入れる》 7 ルーを入れ、弱火で煮込む。 8 牛乳・溶いた脱脂粉乳・豆乳を入れる。 9 さけ・粉チーズを入れる。 10 こまつなを入れる。 ●ひじきサラダ 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】 2 ごまを炒って切りごまにする。 【じゅうぶん冷ます】 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】 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】 5 配食直前に野菜・ひじきの水をきり、コーン・ごまを入れあえる。 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8.7g)	
			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		
さけのクリームシチュー	◆さけ(角)					20		
	◆ワイン(白)					1		
	じゃがいも	1.5cm角	44.45	10	40			
	たまねぎ	2cm角	42.56	6	40			
	こまつな	2cm	10.59	15	9			
	にんにく	みじん	0.11	9	0.1			
	米白絞油					0.7		
	◆小麦粉					2.5		
	◆調理用マーガリン					2.5		
	牛乳(調理用)					20		
	豆乳					20		
	脱脂粉乳					5		
	粉チーズ					2		
	食塩					0.8		
	こしょう					0.02		
	水					40		
ひじきサラダ	キャベツ	せん	35.3	15	30			
	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			
	◆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)								
						さけのクリームシチュー	ひじきサラダ	
						170	60	
						()	()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	22 (水)	21 (火)	23 (木)	10 (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(だいこん)の特徴について知る
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			
<input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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)			
ロールパン	【低】ロールパン	※45			30	●ソース焼きそば 1 キャベツ・にら・にんじん・たまねぎを切る。 2 めんを油の温度180~200℃で揚げる。 3 油を熱し、豚肉・にんじん・たまねぎ・もやし・キャベツ・にらを炒め、調味する。 ≪小麦(ア)別鍋に取り分け青のりを入れる。≫ 4 めん・青のりを入れる。 【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】 ●中華あえ 1 甘酢を作る。 【じゅうぶん冷ます】 2 ごまは炒って切りごまにする。 【じゅうぶん冷ます】 3 にんじん・だいこんを切り、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 配食直前に野菜の水をきり、甘酢・ごま・ごま油を入れあえる。 ●グレープゼリー 1 グレープゼリーをクラスごとに配食し、冷蔵庫に保管する。		
	【中】ロールパン	※60			40			
	【高】ロールパン	※75			50			
牛乳	牛乳				206			
ソース焼きそば	蒸し中華めん				45			
	米白絞油(揚)		25	80	5			
	豚肉				20			
	キャベツ	短冊	58.83	15	50			
	もやし		41.24	3	40			
	たまねぎ	うす	31.92	6	30			
	にんじん	せん	16.67	10	15			
	にら	2cm	5.27	5	5			
	青のり				0.2			
	米白絞油				0.7			
	中濃ソース				5			
	ウスターソース				8			
食塩				0.4				
こしょう				0.02				
中華あえ	だいこん	せん	47.06	15	40			
	にんじん	せん	8.89	10	8			
	炒りごま(白)	切る			2			
	◆しょうゆ				2			
	◆砂糖(上白)				0.9			
	◆穀物酢				2			
	◆食塩				0.16			
	ごま油				0.2			
グレープゼリー	グレープゼリー				40			
							おかずの総量(配食量)	
					ソース焼きそば	中華あえ		
					171	48		
					()	()	()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
10月	31 (金)	8 (水)	27 (月)	24 (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	凍り豆腐の作り方について知る
教職員				温度	℃	℃	℃	
計				湿度	%	%	%	盛りつけ例
検食状況 (時分)					検食者名			
<input type="checkbox"/> 加熱調理は適切に行っている。 <input type="checkbox"/> 異味・異臭・異物等の異常はない。 <input type="checkbox"/> 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)			
ロールパン	【低】ロールパン	※45			30	●変わり五目豆 1 だいずをやわらかくゆでる。 2 こんにゃくを切り、下ゆでする。 3 ピーマンを切り、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】 4 にんじんを切る。 5 じゃがいもを切り、油の温度160℃で揚げる。 6 凍り豆腐をもどし、しぼる。 7 油を熱し、豚肉を炒め、にんじん・こんにゃくを入れて炒める。 8 調味料・水を入れ、にんじんが煮えたら、凍り豆腐・だいずを入れて煮る。 9 材料に味がしみたら、じゃがいもを入れる。 10 ピーマンを入れる。 ●わかめスープ 1 だしをとる。 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 豆腐を切り、流水に通す。 4 えのきたけ・たまねぎ・にんじんを切る。 5 わかめを切る。 6 だし汁・チキンブイオンににんじん・たまねぎを入れ、煮えたら調味する。 7 豆腐・えのきたけを入れる。 8 わかめを入れる。 9 ごま油を入れる。		
	【中】ロールパン	※75			50			
	【高】ロールパン	※90			60			
牛乳	牛乳				206			
変わり五目豆	だいず				17			
	豚肉				15			
	凍り豆腐				3			
	じゃがいも	1.5cm角	55.56	10	50			
	米白絞油(揚)		15	80	3			
	にんじん	1cm角	16.67	10	15			
	ピーマン	1cm角	9.42	15	8			
	こんにゃく	1cm角			10			
	米白絞油				0.5			
	しょうゆ				5			
	砂糖(上白)				2			
	みりん				0.8			
水				20				
わかめスープ	木綿豆腐	1cm角			20			
	たまねぎ	うす	21.28	6	20			
	にんじん	せん	7.78	10	7			
	えのきたけ	2cm	5.89	15	5			
	わかめ(生)	2cm			3			
	しょうゆ				0.8			
	食塩				0.7			
	こしょう				0.02			
	ごま油				0.3			
	チキンブイオン				10			
	削り節(薄)				1.5			
	水				110			
おかずの総量(配食量)								
						変わり五目豆	わかめスープ	
						121	152	() () ()