

令和7年11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

- ・ 係や当番に進んで協力
楽しい給食時間にするために進んで仕事ができる
- ・ 好き嫌いなく食べることの大切さ
好き嫌いしないで黄・赤・緑の食べ物をそろえて食べることが大切であることが分かる

○ 給食指導の内容

- ・ 机や配膳台をきれいに拭き、すぐに配膳が始められるように協力する
- ・ 盛付けは、サンプルケースでしっかり確認して、配り残しのないように上手に盛り付ける

○ バランスイ〜ナカードの指導内容

「バランスイ〜ナ」には、「ごはん(日本型の食事)を基本に黄・赤・緑の3つの色の食べ物を組み合わせて、バランスのよい食事をとろう」という意味が込められていることを知る

献立について

○ 献立の特色

- ・ 地産地消月間にちなんだ献立を取り入れました。
(けんちん汁・ツナとこまつなのスパゲティ・はまっ子キャベツナ)
- ・ 神奈川県 of 郷土料理を取り入れました。
(けんちん汁)
- ・ 旬の食品を多く取り入れ、季節感が味わえるように工夫しました。
(さば・さけ・ごぼう・だいこん・ねぎ・キャベツ・こまつな・にんじん・さといも・ほうれんそう・さつまいも・しめじ・えのきたけ・かき・りんご・みかん)
- ・ はま菜ちゃん料理コンクール受賞作品を取り入れました。
(はまっ子キャベツナ)

○ ばくばくだより(主な内容例)

- ・ 神奈川県 of 郷土料理「けんちん汁」
- ・ 横浜市内産のこまつなについて

1か月平均栄養量と平均価格 (実施回数 18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	523	22.2	13.1	17.4 (30%)	712 (1.71)	324	80	2.3	2.6	195	0.31	0.45	21	4.8	297.91
中学年	617	25.8	14.5	19.7 (29%)	868 (2.13)	350	94	2.9	3.0	223	0.38	0.50	26	6.0	
高学年	694	29.1	15.8	22.0 (28%)	1020 (2.51)	371	107	3.3	3.4	250	0.42	0.54	30	7.0	

11月 衛生管理のポイント 【ドライ作業の実際】

ドライ作業とは

- ◎調理場を高温多湿にしない
- ◎調理場の床に水を落とさないように調理や洗浄をする
- ◎調理場の床に食品を落とさないように調理する

おさえないポイント

- 有機物、水分を絶つことで細菌の繁殖防止となる
- 床からの跳ね水による二次汚染を防止する
- 調理従事者の身体への負担軽減となる



豆腐の検収後は、水をこぼさないように別の容器に移す



納品された野菜は、床を汚さないよう段ボールからボールやパン缶等に詰め替える



ピーラーを使う際はふたをし、食材を出すときは、水がこぼれないようにザルの下はタライ等で受ける



トレーの上で割卵をしたり、水槽内を使用したりすることで汚染が広がらず作業後の洗浄がしやすくなる



まな板の下は、水受けや水槽を使用し、水や野菜くずを床に落とさないようにする



切裁後の野菜等もザルのまま置かず、水受け（おぼん等）を使用するか、ボールなどに入れる



- ・加熱した食材をザルに入れる際は、水がこぼれないよう、台車を釜に近づける
- ・ザルの下には、タライ、ボールなどの水受けを使用する



床にこぼれた野菜くずなどは、ほうきやちりとりを使って取り除く



裁断機を洗浄する際は、床に水がこぼれないようパン缶等で受ける

ドライ作業の実際

洗浄時もドライ運用を心がけて作業しましょう。



返却カウンターでの洗浄作業は、タライなどに入れて行う



水槽にタライやパン缶等を入れて食器を浸漬させる



シンクと移動台車は、ぴったりつける



すすいだ食器は、よく水を切ってから移動台等に移す



パンボックスやタライを活用して水だれを防ぐ



すすぎ槽にタライを入れて使用すると、水がシンクの外にこぼれない



レバーや蛇口は、洗浄剤液に浸したスポンジで洗い、水拭きをして乾燥させる



釜や台車等を洗浄後、すすぐときは水の勢いをペンの太さ程度に調節する



ホースを排水溝の間に通し、水を直接排水溝に流すようにする



水返しのない水槽では『水返し』の設置も効果的である

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	4 (火)	6 (木)	20 (木)	25 (火)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい はしの持ち方について知る
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								
<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	●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】 ●磯香あえ 1 キャベツを切り、下ゆでする。 2 調味料を煮立て、キャベツを入れる。 3 きざみのりを入れる。 【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】 ●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 ねぎ・えのきたけを切る。 5 だし汁にえのきたけを入れ、煮えたら調味する。 6 豆腐・ねぎを入れる。 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			
さばのみそ煮	さば				60			
	しょうが	せん	1.5	20	1.2			
	しょうゆ				1			
	砂糖(上白)				3.5			
	淡色辛みそ				3			
	赤色辛みそ				2			
	みりん				1.8			
	酒				1			
水				10				
磯香あえ	キャベツ	短冊	58.83	15	50			
	きざみのり				0.3			
	しょうゆ				2			
	食塩				0.1			
すまし汁	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			
	えのきたけ	2cm	5.89	15	5			
	しょうゆ				0.4			
	食塩				0.8			
	削り節(薄)				1.5			
	だし昆布				0.3			
	水				125			
おかずの総量(配食量)								
					さばのみそ煮	磯香あえ	すまし汁	
					0	40	140	
					()	()	()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
11月	28 (金)	12 (水)	5 (水)	19 (水)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい のっぺい汁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)				
麦ごはん	【低】麦ごはん	※154			70	●肉そぼろ 1 乾燥大豆をもどす。 2 にんじん・しょうがを切る。 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。 4 乾燥大豆を入れ、汁がなくなるまで炒る。 ●ごまじょうゆあえ 1 ごまを切る。 2 こまつなを切り、下ゆでする。 3 もやしを下ゆでする。 4 調味料を煮立て、もやしを入れる。 5 こまつなを入れ、ごまを入れる。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】 ●のっぺい汁 1 だしをとる。 2 さといも・だいこん・ねぎ・にんじんを切る。 3 だし汁に鶏肉を入れ、アクをとりながら煮る。 4 だいこん・にんじん・さといもを入れ、煮えたら調味する。 5 水溶きでんぷんを入れ、ねぎを入れる。			
	【中】麦ごはん	※198			90				
	【高】麦ごはん	※220			100				
牛乳	牛乳				206				
肉そぼろ	豚肉(ひき)				35				
	乾燥大豆(粒状)				3.5				
	にんじん	みじん	16.67	10	15				
	しょうが	みじん	0.63	20	0.5				
	しょうゆ				5				
	砂糖(上白)				1.8				
	みりん				1				
	酒				1				
ごまじょうゆあえ	もやし		46.4	3	45				
	こまつな	2cm	10.59	15	9				
	炒りごま(白)	切る			3				
	しょうゆ				1.2				
	食塩				0.2				
のっぺい汁	鶏肉				10				
	さといも	8mm半月	17.65	15	15				
	だいこん	5mmいちょう	23.53	15	20				
	ねぎ	小口	12.5	20	10				
	にんじん	5mmいちょう	8.89	10	8				
	しょうゆ				3				
	食塩				0.4				
	でんぷん				1				
	削り節(薄)				1.5				
	水				110				
おかずの総量(配食量)									
							肉そぼろ	ごまじょうゆあえ	のっぺい汁
							59	38	152
							()	()	()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	19 (水)	17 (月)	18 (火)	6 (木)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい 係や当番の仕事を協力して行うことについて知る
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》 ●チキンカレー	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
はいがごはん	【低】はいがごはん	※154			70		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 にんじん・たまねぎ・にんにく・しょうが・じゃがいもを切る。 3 カレールーを作る。 4 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、鶏肉と1/3量のカレー粉・少量の塩を加えて炒める。 5 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。 6 煮えたら、調味料・カットマトを入れる。 《乳小麦(ア)別鍋に取り分け、弱火でよく煮込む》 7 ルーを入れて弱火でよく煮込む。	
	【中】はいがごはん	※198			90			
	【高】はいがごはん	※220			100			
チキンカレー	鶏肉				25			
	じゃがいも	1.5cm角	55.56	10	50			
	たまねぎ	1.5cm角	63.83	6	60			
	にんじん	7mmいちょう	22.23	10	20			
	トマト缶(カット)				10			
	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				2			
	ウスターソース				0.5			
しょうゆ				2.5				
食塩				0.8				
水				65				
ごま酢あえ	だいこん	せん	47.06	15	40	●ごま酢あえ 1 ごまを切る。 2 だいこん・にんじんを切り、下ゆでする。 3 調味料を煮立て、にんじん・だいこんを入れ、ごまを入れる。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】 ●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》		
	にんじん	せん	4.45	10	4			
	炒りごま(白)	切る			3			
	しょうゆ				1.8			
	砂糖(上白)				1.2			
	穀物酢				1.4			
	食塩				0.15			
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)	
					チキンカレー	ごま酢あえ		
					201	40		
					()	()	()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	5 (水)	4 (火)	25 (火)	14 (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	大学いも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。					 ツナそぼろ 麦ごはん 大学いも みそ汁			調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》 ●ツナそぼろ 1 まぐろ油漬をザルにあける。 2 まぐろ水煮をボールにあける。 (汁も使用する) 【一袋ずつ異物混入がないか確認する】 3 にんじん・しょうがを切る。 4 凍り豆腐をもどし、しぼる。 5 調味料・しょうが・にんじんを入れ火にかける。煮立ったら、まぐろ油漬・水煮・凍り豆腐を入れ、汁がなくなるまで炒りつける。 ●みそ汁 1 だしをとる。 2 油揚げを油抜きし、切る。 3 こまつなを切り、下ゆでする。 4 だいこん・ねぎを切る。 5 だし汁にだいこんを入れる。 6 煮えたら、油揚げ・みそ・ねぎを入れる。 7 こまつなを入れる。 ●大学いも 1 さつまいもを切る。 2 ごまを炒る。 3 たれを作る。 4 さつまいもを油の温度160℃で揚げる。 5 さつまいもが熱いうちにたれをからめ、ごまをふる。
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量		
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
麦ごはん	【低】麦ごはん	※132			60			
	【中】麦ごはん	※176			80			
	【高】麦ごはん	※198			90			
牛乳	牛乳				206			
ツナそぼろ	まぐろ油漬(フレーク)				30			
	まぐろ水煮(フレーク)				10			
	凍り豆腐(細)				3			
	にんじん	みじん	11.12	10	10			
	しょうが	みじん	0.5	20	0.4			
	しょうゆ				1.8			
	砂糖(上白)				0.9			
	みりん				1			
	酒				0.9			
みそ汁	油揚げ	短冊			5			
	だいこん	せん	29.42	15	25			
	ねぎ	小口	12.5	20	10			
	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			
大学いも	さつまいも	乱	61.23	2	60			
	米白絞油(揚)		15	80	3			
	炒りごま(黒)				0.5			
	◆しょうゆ				0.6			
	◆砂糖(上白)				6			
	◆水				6			
おかずの総量(配食量)								
					ツナそぼろ	みそ汁	大学いも	
					56	149	52	
					()	()	()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	17 (月)	27 (木)	10 (月)	11 (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	つみれ汁について知る
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。								調理法【衛生のポイント】《アレルギー除去食》 ●変わりきんぴら 1 さつま揚げを油抜きし、切る。 2 つきこんにやくを切り、下ゆでする。 3 にんじん・じゃがいも・ごぼうを切り、ごぼうは、水につける。 4 油を熱し、豚肉・ごぼう・つきこんにやく・にんじんを炒める。 5 水を入れ、煮えたらさつま揚げを入れ、調味する。 6 じゃがいもを入れる。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】 ●つみれ汁 1 だしをとる。 2 豆腐を切り、流水に通す。 3 ねぎ・にんじん・だいこんを切る。 4 しょうがをすり、汁にする。 5 わかめを切る。 6 生つみれにしょうが汁・酒・みそ・でんぷんを混ぜる。 【二次汚染に注意する】 7 だし汁に生つみれをつみ入れ、アクをとり、にんじん・だいこんを入れる。 8 煮えたら豆腐を入れ、調味し、ねぎ・わかめを入れる。 ●ごま塩 1 ごまを水でぬらし、塩を加えて炒る。 (ごま塩一人2g)
献立名	材料名	切り方	一人分			総使用量		
ごはん	【低】ごはん	※ 154			70			
	【中】ごはん	※ 198			90			
	【高】ごはん	※ 220			100			
牛乳	牛乳				206			
変わりきんぴら	さつま揚げ(冷凍)	短冊			15			
	豚肉				15			
	じゃがいも	せん	27.78	10	25			
	にんじん	せん	8.89	10	8			
	ごぼう	ささがき	8.89	10	8			
	つきこんにやく	3cm			5			
	米白絞油				0.7			
	しょうゆ				3			
	砂糖(上白)				1.3			
	酒				0.4			
水				5				
つみれ汁	◆生つみれ				15			
	◆しょうが	汁	0.63	20	0.5			
	◆淡色辛みそ				0.2			
	◆酒				0.2			
	◆でんぷん				0.38			
	木綿豆腐	1cm角			15			
	だいこん	5mmいちょう	23.53	15	20			
	にんじん	5mmいちょう	8.89	10	8			
	ねぎ	小口	10	20	8			
	わかめ(生)	2cm			2			
	淡色辛みそ				5			
	赤色辛みそ				1.5			
	削り節(薄)				1.5			
	水				120			
	ごま塩	炒りごま(黒)				2		
食塩					0.15			
おかずの総量(配食量)								
					変わりきんぴら	つみれ汁		
					63	159		
					()	()	()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事	
11月	26 (水)	13 (木)	11 (火)	5 (水)					
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい 青みについて知る	
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)				
ごはん	【低】ごはん	※154			70	●はくさいの中華炒め 1 はくさいを葉ともとに分けて切る。 2 ねぎ・にんじんを切る。 3 はるさめをもどし、切る。 4 ごま油を熱し、牛肉を炒め、酒をふり入れる。にんじん・ねぎ・はくさいのものと順に炒める。 5 はくさいの葉を入れ、調味し、はるさめを入れる。 6 水溶きでんぷんでとろみをつける。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】 ●中華スープ 1 豆腐を切り、流水に通す。 2 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】 3 こまつなを切り、下ゆでする。 4 にんじん・えのきたけを切る。 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 豚ガラスープ・にんじん・えのきたけを入れる。 8 煮えたら調味し、豆腐を入れて、水溶きでんぷんを入れる。 <<卵(ア)別鍋に取り分け、こまつな・ごま油を入れる>> 9 鶏卵をといて流し入れる。 10 こまつな・ごま油を入れる。 ●オレンジゼリー 1 オレンジゼリーをクラスごとに配食し、冷蔵庫に保管する。			
	【中】ごはん	※176			80				
	【高】ごはん	※198			90				
牛乳	牛乳				206				
はくさいの中華炒め	牛肉浜ビーフ				40				
	酒				0.5				
	はくさい	短冊	47.88	6	45				
	にんじん	短冊	11.12	10	10				
	ねぎ	ななめ	12.5	20	10				
	はるさめ	3cm			4				
	ごま油				0.5				
	しょうゆ				2				
	食塩				0.4				
	黒こしょう				0.01				
でんぷん				0.4					
水				1					
中華スープ	鶏卵		29.07	14	25				
	木綿豆腐	1cm角			20				
	豚肉				5				
	にんじん	せん	11.12	10	10				
	こまつな	2cm	10.59	15	9				
	えのきたけ	2cm	8.24	15	7				
	しょうゆ				1				
	酒				0.5				
	食塩				0.8				
	こしょう				0.02				
	ごま油				0.2				
	でんぷん				1				
	豚ガラスープ(レトルト)				15				
	水				95				
オレンジゼリー	オレンジゼリー				40				
おかずの総量(配食量)									
							はくさいの中華炒め	中華スープ	
							98	159	() () ()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	27 (木)	14 (金)	6 (木)	26 (水)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい 神奈川県産の大豆について知る
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	※132			60	●秋味ごはんの具 1 しめじをほぐす。 2 にんじん・ごぼうを切り、ごぼうは水につける。 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 油を熱し、にんじん・ごぼうを炒め、調味料・水・しめじを入れて煮る。 5 さけを入れて煮含める。 ●揚げだいず 1 だいずを別容器に開ける。 【一袋ずつ異物混入がないか確認する】 2 塩を炒る。 3 だいずにでんぷんをまぶし、油の温度170℃～180℃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 塩をふり配食する。 ●沢煮椀 1 削り節・昆布でだしをとる。 2 みずな・ねぎ・にんじん・だいこんを切る。 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 だいこん・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。		
	【中】ごはん	※176			80			
	【高】ごはん	※198			90			
牛乳	牛乳				206			
秋味ごはんの具	さけ(冷凍フレーク)				30			
	にんじん	みじん	11.12	10	10			
	ごぼう	さがき	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			
水				10				
揚げだいず	だいず(水煮)				35			
	でんぷん				3			
	米白絞油(揚)		20	80	4			
	食塩				0.15			
沢煮椀	豚肉(細)				10			
	だいこん	せん	17.65	15	15			
	にんじん	せん	11.12	10	10			
	ねぎ	ななめ	10	20	8			
	みずな	2cm	4.71	15	4			
	しょうが	汁	0.38	20	0.3			
	しょうゆ				1.5			
	食塩				0.65			
	でんぷん				0.5			
	削り節(薄)				1.5			
	だし昆布				0.3			
	水				120			
おかずの総量(配食量)								
	秋味 ごはんの具	揚げだいず	沢煮椀					
	60	29	146					
	()	()	()					

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	20 (木)	18 (火)	26 (水)	7 (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	好き嫌いしないで食べることの 大切さを知る
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》 ●春巻 1 春巻を油の温度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】 《(ア)食育財団HPアレルギー-情報参照》 ●中華あえ 1 にんじんを切る。 2 もやし・にんじんを下ゆでする。 3 調味料を煮立て、にんじん・もやしを入れる。 4 ごま油を入れる。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】 ●タンタンスープ 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 しめじをほぐす。 3 こまつなを切り、下ゆでする。 4 キャベツ・ねぎ・にんじん・にんにく・しょうがを切る。 5 ごまをよく切り、しょうゆ・酒・みそと混ぜておく。 6 はるさめをもどし、切る。 7 釜にごま油を入れ、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。 8 ひき肉・ねぎを炒め、豚ガラスープ・水を入れて煮立ったら、にんじんを入れる。 9 しめじ・キャベツを入れ、煮えたら調味し、はるさめを入れる。 10 こまつなを入れる。	
			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			
春巻	【低】春巻				40			
	【中】【高】春巻				60			
	米白絞油(揚)		30	80	6			
中華あえ	もやし		41.24	3	40			
	にんじん	せん	5.56	10	5			
	しょうゆ				1.5			
	砂糖(上白)				0.7			
	穀物酢				1.3			
	食塩				0.1			
	ごま油				0.2			
タンタンスープ	豚肉(ひき)				10			
	キャベツ	短冊	29.42	15	25			
	にんじん	3mmいちょう	11.12	10	10			
	ねぎ	小口	12.5	20	10			
	こまつな	2cm	10.59	15	9			
	しめじ	ほぐす	5.56	10	5			
	しょうが	みじん	0.38	20	0.3			
	にんにく	みじん	0.22	9	0.2			
	はるさめ	3cm			3			
	ごま油				0.5			
	トウバンジャン				0.2			
	◆炒りごま(白)	切る			2			
	◆しょうゆ				1			
	◆淡色辛みそ				3			
	◆酒				0.3			
	食塩				0.6			
	豚ガラスープ(レトルト)				20			
	水				80			
	おかずの総量(配食量)							
		春巻	中華あえ	タンタンスープ				
	0	32	157					
	()	()	()					

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	13 (木)	7 (金)	21 (金)	27 (木)				
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(かき)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								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》 ●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・キャベツを切る。 4 だし汁にじゃがいも・キャベツを入れる。 5 煮えたら、みそを入れる。 6 こまつなを入れる。 ●かき 1 皮をむき、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)			
麦ごはん	【低】麦ごはん 【中】麦ごはん 【高】麦ごはん	※ 132 ※ 176 ※ 198			60 80 90			
牛乳	牛乳				206			
親子丼の具	鶏卵		52.33	14	45			
	鶏肉				20			
	凍り豆腐(細)				3			
	たまねぎ	うす	47.88	6	45			
	にんじん	5mmいちょう	8.89	10	8			
	しょうゆ				3.3			
	砂糖(上白)				1.4			
	みりん				1			
	酒				1			
	食塩				0.25			
	削り節(薄)				0.3			
水				7				
みそ汁	じゃがいも	7mmいちょう	22.23	10	20			
	キャベツ	短冊	23.53	15	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			
かき	かき	1/6	40	9	36.4			
おかずの総量(配食量)								
		親子丼の具	みそ汁					
		114	149					
		()	()					()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	7 (金)	10 (月)	14 (金)	17 (月)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい 横浜市内のこまつなについて知る
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》 ●生揚げのそぼろ煮 1 だしをとる。 2 生揚げを油抜きして切り、別煮する。 3 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】 4 にんじん・たまねぎ・じゃがいも・しょうがを切る。 5 釜に油を入れ、弱火でしょうがを炒め、ひき肉・にんじん・たまねぎ・じゃがいもを炒める。 6 だし汁を入れて調味し、煮る。 7 煮えたら水溶きでんぷんを入れ、生揚げを入れる。 8 こまつなを入れる。 ●からししょうゆあえ 1 にんじんを切る。 2 もやし・にんじんを下ゆでする。 3 からしをとく。 4 調味料を煮立て、にんじん・もやしを入れる。 【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)			
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			
生揚げのそぼろ煮	◆生揚げ	2cm角			60			
	◆しょうゆ				4			
	◆砂糖(上白)				3			
	◆水				10			
	豚肉(ひき)				15			
	じゃがいも	2cm角		50	10	45		
	たまねぎ	1.5cm角		53.2	6	50		
	にんじん	5mmいちよう		16.67	10	15		
	こまつな	2cm		10.59	15	9		
	しょうが	みじん		0.38	20	0.3		
	米白絞油					0.7		
	しょうゆ					4		
	みりん					1		
	でんぷん					1.2		
削り節(薄)					0.5			
水					20			
からししょうゆあえ	もやし			46.4	3	45		
	にんじん	せん		5.56	10	5		
	しょうゆ					1.2		
	食塩					0.15		
	からし					0.08		
							おかずの総量(配食量)	
					生揚げのそぼろ煮	からししょうゆあえ		
					189	33		
					()	()	()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	21 (金)	19 (水)	28 (金)	12 (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	はま菜ちゃん料理コンクール受賞作品 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	●鶏ごぼうごはんの具 1 油揚げを油抜きし、切る。 2 にんじん・ごぼうを切り、ごぼうは水につける。 3 凍り豆腐をもどし、しぼる。 4 ごまを切る。 5 油を熱し、鶏肉を炒め、ごぼう・にんじんを入れ、炒める。 6 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。 ●はまっ子キャベツナ 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 キャベツを切り、下ゆでする。 4 にんじんを切る。 5 ごま油を熱し、にんじんを炒める。 6 火が通ったら、キャベツ・まぐろ油漬を入れ、調味する。 7 こまつなを入れる。【じゅうぶん加熱されたか確認する】 ●みそ汁 1 だしをとる。 2 油揚げを油抜きし、切る。 3 たまねぎ・さつまいもを切り、さつまいもは水につける。 4 だし汁にたまねぎを入れる。 5 煮えたら油揚げ・さつまいもを入れ、みそを入れる。		
	【中】麦ごはん	※ 176			80			
	【高】麦ごはん	※ 198			90			
牛乳	牛乳				206			
鶏ごぼうごはんの具	鶏肉				15			
	油揚げ	せん			3			
	凍り豆腐(細)				2			
	ごぼう	ささがき	16.67	10	15			
	にんじん	せん	11.12	10	10			
	炒りごま(白)	切る			2			
	米白絞油				0.5			
	しょうゆ				2			
	砂糖(上白)				1.1			
	酒				1			
	食塩				0.15			
水				5				
はまっ子キャベツナ	まぐろ油漬(フレーク)				9			
	キャベツ(横浜)	短冊	35.3	15	30			
	にんじん	せん	7.78	10	7			
	こまつな	2cm	5.89	15	5			
	ごま油				0.5			
	しょうゆ				1.5			
	砂糖(上白)				0.2			
	みりん				0.5			
	酒				0.7			
	食塩				0.05			
みそ汁	油揚げ	短冊			4			
	さつまいも	8mmいちょう	20.41	2	20			
	たまねぎ	うす	15.96	6	15			
	淡色辛みそ				5			
	赤色辛みそ				2			
	かたくちいわし				1.5			
	水				110			
おかずの総量(配食量)								
						鶏ごぼう ごはんの具	はまっ子 キャベツナ	みそ汁
						46	44	141
						()	()	()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	14 (金)	5 (水)	19 (水)	18 (火)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい 食物繊維について知る
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》 ●変わり五目豆	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
ロールパン	【低】ロールパン	※ 60			40	1 だいずをやわらかくゆでる。 2 こんにやくを切り、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・ こんにやくを入れて炒める。 8 調味料・水を入れ、にんじんが 煮えたら、だいず・凍り豆腐を 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。		
	【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	豚肉				20			
	だいず				17			
	凍り豆腐				3			
	じゃがいも	1.5cm角	50	10	45			
	米白絞油(揚)		15	80	3			
	にんじん	1cm角	16.67	10	15			
	ピーマン	1cm角	5.89	15	5			
	こんにやく	1cm角			10			
	米白絞油				0.5			
	しょうゆ				5.5			
	砂糖(上白)				2			
	みりん				1			
水				25				
わかめスープ	木綿豆腐	1cm角			20	●わかめスープ 1 だしをとる。 2 豆腐を切り、流水に通す。 3 たまねぎ・にんじんを切る。 4 わかめを切る。 5 だし汁に、にんじん・たまねぎを 入れ、煮えたら調味する。 6 豆腐を入れる。 7 わかめを入れる。 8 ごま油を入れる。		
	たまねぎ	うす	26.6	6	25			
	にんじん	せん	7.78	10	7			
	わかめ(生)	2cm			3			
	しょうゆ				1			
	食塩				0.6			
	こしょう				0.02			
	ごま油				0.3			
	削り節(薄)				1.5			
	水				120			
おかずの総量(配食量)								
						変わり五目豆	わかめスープ	
						131	154	
						()	()	()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	6 (木)	28 (金)	27 (木)	13 (木)				
実施人員	在籍数	欠席数	実施数	天気				献立のねらい かんきつ類について知る
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)			
食パン	【低】食パン	※ 58			40	●チリコンカーン 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。 ●じゃがいものソテー 1 しらたきを切り、下ゆでする。 2 じゃがいもを切り、下ゆでする。 3 油を熱し、しらたきを炒め、じゃがいもを入れて炒め、調味料を入れる。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】 ●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】		
	【中】食パン	※ 72			50			
	【高】食パン	※ 87			60			
牛乳	牛乳				206			
チリコンカーン	豚肉(ひき)				25			
	だいず				17			
	たまねぎ	1cm角	53.2	6	50			
	トマト缶(カット)				30			
	にんじん	1cm角	16.67	10	15			
	にんにく	みじん	0.33	9	0.3			
	◆マカロニ(シェル)				8			
	◆食塩				0.2			
	米白絞油				0.7			
	小麦粉				1.5			
	トマトケチャップ				5			
	中濃ソース				2			
	しょうゆ				1			
	ワイン(赤)				0.5			
	食塩				0.4			
こしょう				0.02				
チリパウダー				0.2				
水				12				
じゃがいものソテー	じゃがいも	せん	44.45	10	40			
	しらたき	2cm			20			
	米白絞油				0.5			
	しょうゆ				0.3			
	食塩				0.25			
こしょう				0.01				
みかん	みかん		100	20	80			
							おかずの総量(配食量)	
					チリコンカーン	じゃがいものソテー		
					159	44		
					()	()	()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	25 (火)	11 (火)	17 (月)	4 (火)				
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(こまつな)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 <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》 ●ツナとこまつなのスパゲティ 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 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る。 6 たまねぎ・しめじを炒め、 まぐろ油漬を入れて、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】 ●ホットマリネ 1 甘酢を作る。 2 キャベツ・にんじんを切り、 下ゆでする。 3 油を熱し、にんじん・ キャベツを入れ、炒める。 4 甘酢・黒こしょうを入れ、炒める。 【じゅうぶん加熱されたか確認する】 ●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》	
			使用量(g)	廃棄率(%)	可食量(g)			
ぶどうパン	【低】ぶどうパン	※49			30			
	【中】ぶどうパン	※66			40			
	【高】ぶどうパン	※82			50			
牛乳	牛乳				206			
ツナとこまつなのスパゲティ	◆スパゲティ				35			
	◆食塩				0.3			
	まぐろ油漬(フレーク)				30			
	たまねぎ	うす	42.56	6	40			
	こまつな	2cm	15.3	15	13			
	しめじ	ほぐす	5.56	10	5			
	にんにく	みじん	0.55	9	0.5			
	オリーブ油				0.7			
	しょうゆ				2			
	食塩				0.7			
	黒こしょう				0.02			
ホットマリネ	キャベツ	短冊	35.3	15	30			
	にんじん	3mmいちょう	8.89	10	8			
	米白絞油				0.5			
	◆砂糖(上白)				0.4			
	◆穀物酢				1			
	◆食塩				0.25			
	黒こしょう				0.01			
チーズ	チーズ15				15			
							おかずの総量(配食量)	
						ツナとこまつなのスパゲティ	ホットマリネ	
						150	31	
						()	()	

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	11 (火)	26 (水)	7 (金)	21 (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	11月は地産地消月間であることを知る
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)			
はいがパン	【低】はいがパン	※62			40	●鶏肉のトマトシチュー 1 トマト缶(カット)を汁ごと別容器にあげる。 【一缶ずつ異物混入がないか確認する】 2 にんじん・たまねぎ・じゃがいも・にんにくを切る。 3 釜に油を入れ、弱火でにんにくを炒め、たまねぎを入れ、よく炒める。 4 鶏肉を入れ、ワインをふり入れながら炒め、にんじん・じゃがいもを入れてさらに炒め、水を加えて煮込む。 5 煮えたら、カットトマトと残りの調味料を入れて弱火でよく煮込む。 ●キャベツサラダ 1 キャベツを切り、下ゆでする。 2 調味料を煮立て、キャベツを入れ、黒こしょうを入れる。 【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 缶詰をザルにあげる。 【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82g)		
	【中】はいがパン	※78			50			
	【高】はいがパン	※93			60			
牛乳	牛乳				206			
鶏肉のトマトシチュー	鶏肉				35			
	ワイン(白)				0.5			
	じゃがいも	2cm角	55.56	10	50			
	たまねぎ	1.5cm角	58.52	6	55			
	トマト缶(カット)				20			
	にんじん	5mmいちょう	16.67	10	15			
	にんにく	みじん	0.33	9	0.3			
	米白絞油				0.7			
	トマトケチャップ				8			
	中濃ソース				3			
	食塩				0.7			
こしょう				0.03				
水				35				
キャベツサラダ	キャベツ	せん	58.83	15	50			
	砂糖(上白)				0.6			
	穀物酢				1.5			
	食塩				0.4			
	黒こしょう				0.01			
ミックスフルーツ	パイン缶(チビット)				25			
	黄桃缶(ダイス)				25			
	ぶどう缶(デラウェア)				10			
	◆砂糖(上白)				2			
	◆水				20			
おかずの総量(配食量)								
		鶏肉の トマトシチュー	キャベツサラダ					
		178	40					() () ()

実施日	AB班	CD班	EF班	GH班	校長	主任	記入者	記事
11月	18 (火)	20 (木)	12 (水)	10 (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(りんご)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								
<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)			
黒パン	【低】黒パン	※ 60			40	●マカロニのクリーム煮 1 ほうれんそうを切り、下ゆでする。 2 にんじん・たまねぎを切る。 3 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】 4 ホワイトルーを作る。 5 油を熱し、鶏肉・たまねぎ・にんじんを炒め、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・ほうれんそうを入れる≫ 7 ルーを入れ、牛乳・溶いた脱脂粉乳・豆乳を入れる。 8 マカロニ・粉チーズを入れる。 9 ほうれんそうを入れる。 ●野菜ソテー 1 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】 2 にんにく・キャベツ・たまねぎを切り、キャベツは下ゆでする。 3 釜に油を入れ、弱火でにんにくを炒め、たまねぎを炒める。 4 火が通ったら、コーン・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】 ●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】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				20			
	◆食塩				0.2			
	鶏肉				20			
	たまねぎ	うす	47.88	6	45			
	にんじん	5mmいちょう	16.67	10	15			
	ほうれんそう	2cm	8.89	10	8			
	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				25			
	脱脂粉乳				4			
	粉チーズ				1			
	食塩				0.8			
こしょう				0.02				
水				25				
野菜ソテー	キャベツ	短冊	35.3	15	30			
	たまねぎ	うす	15.96	6	15			
	スイートコーン(ホール)				15			
	にんにく	みじん	0.11	9	0.1			
	米白絞油				0.5			
	食塩				0.25			
	黒こしょう				0.01			
りんご	りんご	1/6	40	15	34			
	食塩				0.2			
							おかずの総量(配食量)	
					マカロニのクリーム煮	野菜ソテー		
					180	42		
					()	()	()	