

令和7年度8月 予定献立表

門真市教育委員会

8月27日(水)			8月28日(木)			8月29日(金)								
木の葉丼 (50, 70, 90, 100) 牛乳 ゆで干し大根の炒め煮			パーカーパン40・50・70・80 牛乳 中華スープ ホットポテトサラダ スライスチーズ			ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 きゅうりのピリ辛スープ 夏野菜のチャプチェ								
食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)
米・精白米		100	★パーカーパン		1こ	米・精白米	70	100						
水		140	★牛乳		1本	水	98	140						
にんじん・皮つき・生		8	鶏肉角切(皮つき1cm角)		14	★牛乳	1本	1本						
たまねぎ		85	塩(並塩)		0.2	鶏肉角切(皮つき1cm角)	10	15						
油		0.9	こしょう(黒)		0.02	塩(並塩)	0.2	0.25						
★かまぼこ		20	にんじん・皮つき・生		6	こしょう(黒)	0.01	0.03						
ねぎ		15	たまねぎ		25	油	0.4	0.5						
★卵		65	たけのこ(水煮)		15	にんじん・皮つき・生	11	13						
砂糖		3.2	はくさい		30	干ししいたけ	0.5	0.6						
しょうゆ(こいくち)		9	油		0.6	はるさめ(緑豆)	4	5						
削り節		0.5	もやし		12	★卵	17	20						
水		55	ねぎ		4	でんぶん	0.2	0.25						
★牛乳		1本	塩(並塩)		0.15	きゅうり	10	15						
豚肉スライス(4×2×0.5cm)		15	こしょう(白)		0.02	しょうゆ(うすくち)	4.3	6						
酒		0.2	しょうゆ(うすくち)		6.4	塩(並塩)	0.2	0.3						
しょうゆ(こいくち)		1	鶏がらスープ		2.5	こしょう(黒)	0.02	0.03						
ゆで干し大根		4.2	湯		145	トウバンジャン	0.05	0.11						
もやし		30	にんじん・皮つき・生		6	★ごま油	0.1	0.12						
にら		5	たまねぎ		25	鶏がらスープ	4	7						
油		0.8	ホールコーン(冷)		10	湯	120	150						
塩(並塩)		0.3	★まぐろ油漬け		12	牛肉スライス(0.25×2×4cm)	20	25						
こしょう(黒)		0.03	油		0.4	にんにく	0.12	0.14						
★オイスターソース		1	塩(並塩)		0.35	ねぎ	1.2	1.4						
酒		0.5	こしょう(黒)		0.02	砂糖	1	1.2						
★ごま油		0.4	★マヨネーズ		5.5	しょうゆ(こいくち)	1	1.2						
			じゃがいも		60	油	0.5	0.6						
			塩(並塩)		0.2	たまねぎ	20	25						
			★スライスチーズ		1枚	赤ピーマン(パプリカ)	10	12						
						黄ピーマン(パプリカ)	10	12						
						ズッキーニ(青)	5	6						
						油	0.6	0.7						
						砂糖	1.1	1.2						
						しょうゆ(こいくち)	2.4	2.9						
						★ごま油	0.7	0.8						

令和7年度9月 予定献立表

門真市教育委員会

9月1日(月)			9月2日(火)			9月3日(水)			9月4日(木)			9月5日(金)		
ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 高野豆腐の煮物 チンゲン菜ともやしの炒め物 あかしそふりかけ			コッペパン40・50・70・80 牛乳 キャベツとフランクフルトのスープ煮 ミートビーンズ			ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 わかめスープ ビビンバ(肉) ビビンバ(野菜)			黒糖食パン(1枚)40・50・70… 牛乳 ワントンスープ じゃがいもとピーマンの炒め物			カレーライス(55, 75, 95, 1… 牛乳 きゅうりとキャベツのドレッシング かけ		
食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)
米・精白米	70	100	★コッペパン	1こ	1こ	米・精白米	70	100	★黒糖食パン	1切	1切	米・精白米	75	100
水	98	140	★牛乳	1本	1本	水	98	140	★牛乳	1本	1本	発芽玄米	7	9
★牛乳	1本	1本	フランクフルト(絹引き)	20	25	★牛乳	1本	1本	鶏肉角切(皮つき1cm角)	10	15	水	120	158
鶏肉角切(皮つき1.5cm角)	10	15	油	0.3	0.4	たまねぎ	23	30	塩(並塩)	0.15	0.2	豚肉スライス(3×2×0.25cm)	30	35
塩(並塩)	0.1	0.15	にんじん・皮つき・生	5	7	★卵	18	30	こしょう(黒)	0.02	0.03	塩(並塩)	0.35	0.45
酒	0.1	0.15	たまねぎ	20	25	でんぷん	0.18	0.25	にんじん・皮つき・生	5	6	こしょう(黒)	0.04	0.05
にんじん・皮つき・生	20	25	キャベツ	60	70	カットわかめ	0.6	0.9	はくさい	45	55	ワイン(赤)	1	1.5
たまねぎ	45	55	パセリ	0.3	0.4	ねぎ	4.5	7	油	0.5	0.6	にんじん・皮つき・生	20	25
じゃがいも	45	60	塩(並塩)	0.8	0.9	★ごま(白)	0.3	0.5	ワントンの皮	5	6	たまねぎ	60	75
油	0.5	0.8	こしょう(黒)	0.04	0.05	塩(並塩)	0.4	0.6	もやし	15	20	じゃがいも	40	50
★かまぼこ	5	7	豚骨スープ	1.5	2	こしょう(黒)	0.02	0.05	ねぎ	3	4	★りんご	13	15
★高野豆腐(角)	12	15	湯	85	105	しょうゆ(うすくち)	2.4	3.5	塩(並塩)	0.2	0.25	にんにく	0.3	0.4
砂糖	2	2.5	牛ひき肉	10	12	だし昆布	0.4	0.5	こしょう(白)	0.02	0.03	しょうが	0.04	0.06
しょうゆ(うすくち)	3	3.7	豚ひき肉	10	12	削り節	3	3.6	しょうゆ(うすくち)	3.8	4.6	油	1	1.2
削り節	0.7	1	塩(並塩)	0.3	0.36	水	140	160	鶏がらスープ	6	8	塩(並塩)	1	1.3
水	30	35	こしょう(黒)	0.03	0.04	牛ひき肉	30	35	湯	110	130	しょうゆ(こいくち)	0.9	1.2
砂糖	0.8	1.1	油	0.3	0.4	しょうが	0.2	0.24	じゃがいも	65	75	トンカツソース	2.5	3
しょうゆ(こいくち)	3.2	3.9	★大豆(国産)乾	10	12	干しいたけ(スライス)	2.5	3	油(揚げ油)	2.5	3	ウスターソース	2.5	3
削り節	0.2	0.3	たまねぎ	40	60	油	0.3	0.4	豚肉スライス(3×2×0.25cm)	15	18	トマトピューレ	7	10.5
水	15	20	にんじん・皮つき・生	5	10	砂糖	3	3.6	塩(並塩)	0.2	0.25	油	5.3	6
にんじん・皮つき・生	7	8	油	0.7	0.8	しょうゆ(こいくち)	4.2	5	こしょう(黒)	0.02	0.03	★小麦粉	7.7	9
もやし	30	40	ウスターソース	1	1.3	トウバンジャン	0.05	0.2	ピーマン	8	12	カレー粉	0.55	0.9
チンゲンサイ	30	40	ケチャップ	8	9	★ごま油	0.5	0.6	しょうが	0.2	0.3	湯	85	95
油	0.3	0.4	砂糖	0.25	0.3	にんじん・皮つき・生	7	8	ねぎ	1	2	★牛乳	1本	1本
砂糖	0.5	0.6	塩(並塩)	0.15	0.2	もやし	30	35	油	0.5	0.6	きゅうり	15	17
塩(並塩)	0.2	0.3	こしょう(黒)	0.01	0.02	こまつな	25	30	酒	0.2	0.3	キャベツ	30	35
こしょう(黒)	0.01	0.01				油	0.5	0.6	しょうゆ(こいくち)	0.4	0.6	酢・米酢	1.8	2
しょうゆ(こいくち)	1	1.2				塩(並塩)	0.2	0.25				油	1.6	1.8
★ごま油	0.1	0.12				こしょう(白)	0.02	0.03				★ごま油	0.3	0.4
ゆかり粉	1	1.2				しょうゆ(こいくち)	2	2.4				砂糖	1	1.2
						★ごま油	0.3	0.4				しょうゆ(うすくち)	0.3	0.35
						★ごま(白)	0.4	0.5				塩(並塩)	0.25	0.3

門真市教育委員会

9月8日(月)			9月9日(火)			9月10日(水)			9月11日(木)			9月12日(金)		
ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 えのきのみそ汁 青椒肉絲 つくだにふりかけ			黒糖パン(減)(減)35・40・5… 牛乳 チンゲン菜のスープ 一口鶏から甘酢かけ ふかし芋70・70・70・80			親子丼(50, 70, 90, 100) 牛乳 大豆の磯煮			コッペパン(減)35・45・65・… 牛乳 スパゲティナポリターナ ツナとひじきのサラダ			ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 ゆで干し大根の煮物 あかしそふりかけ		
食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)
米・精白米	70	100	★黒糖パン	1こ	1こ	米・精白米	70	100	★コッペパン	1こ	1こ	米・精白米	70	100
水	98	140	★牛乳	1本	1本	水	98	140	★牛乳	1本	1本	水	98	140
★牛乳	1本	1本	豚肉スライス(3×2×0.25cm)	10	12	鶏肉角切(皮つき1cm角)	20	24	ベーコン(バラ・角)	15	18	★牛乳	1本	1本
にんじん・皮つき・生	10	12	塩(並塩)	0.15	0.2	塩(並塩)	0.3	0.35	たまねぎ	35	42	鶏ひき肉	18	25
たまねぎ	30	35	こしょう(黒)	0.01	0.01	酒	0.3	0.4	トマト	10	12	塩(並塩)	0.3	0.35
きょうあげ	8	10	にんじん・皮つき・生	5	7	砂糖	1	1.5	なす	15	20	酒	0.3	0.35
えのきたけ	6	8	たまねぎ	30	35	しょうゆ(こいくち)	1.2	1.7	油	0.2	0.3	しょうが	0.8	1
★白玉麩	1.5	2	ホールコーン(冷)	10	12	油	0.5	0.6	にんにく	0.3	0.4	にんじん・皮つき・生	20	25
カットわかめ	0.6	0.7	油	0.5	0.6	にんじん・皮つき・生	5	8	オリーブ油	0.5	0.6	たまねぎ	50	65
ねぎ	5	6	くず切り	5	6	たまねぎ	70	85	トマトの水煮缶詰	20	24	じゃがいも	80	95
赤みそ(国産)	4	5.6	チンゲンサイ	25	35	塩(並塩)	0.1	0.2	スパゲティ(ハーフ)	30	36	油	0.5	0.6
米みそ	6	8.4	しょうゆ(うすくち)	3	4.2	★かまぼこ	5	5	塩(並塩)	0.2	0.25	★ひら天	12	15
削り節	2.5	3.3	塩(並塩)	0.4	0.5	ねぎ	10	15	こしょう(黒)	0.01	0.02	砂糖	1.5	2
水	120	160	こしょう(白)	0.01	0.02	★卵	55	65	ケチャップ	6	8	しょうゆ(こいくち)	3.6	4
牛肉スライス(0.4×0.4×3cm)	25	30	だし昆布	0.4	0.5	砂糖	1.2	1.4	トマトピューレ	5	6	削り節	0.5	0.6
酒	0.25	0.3	削り節	1.4	1.6	しょうゆ(こいくち)	4.7	6.2	ウスターソース	2	2.4	水	20	25
塩(並塩)	0.25	0.3	水	120	150	削り節	1	1.2	湯	3	4	うすあげ	2.5	3
砂糖	1.2	1.3	鶏肉角切(皮付き2cm角)	40	50	水	40	50	★バター	1	1.2	ゆで干し大根	5	6
しょうゆ(こいくち)	1.8	2	塩(並塩)	0.15	0.2	★牛乳	1本	1本	★まぐろ油漬け	10	12	にんじん・皮つき・生	3	5
油	0.3	0.3	こしょう(黒)	0.02	0.02	きょうあげ	5	7	ひじき(干し)	0.6	0.7	砂糖	2	2.2
たまねぎ	22	25	でんぷん	4	5	ひじき(干し)	1.2	1.5	キャベツ	25	35	しょうゆ(うすくち)	3	4
ピーマン	10	15	油(揚げ用)	4	5	★大豆(国産)乾	13	15	にんじん・皮つき・生	5	6	削り節	0.2	0.2
たけのこ(水煮)	10	15	しょうゆ(こいくち)	1.2	1.4	砂糖	1.6	2	ホールコーン(冷)	10	12	水	25	30
トウバンジャン	0.01	0.02	酢・米酢	1.3	1.5	しょうゆ(こいくち)	2.4	2.9	油	0.3	0.36	ゆかり粉	1	1.2
油	0.4	0.6	砂糖	0.75	0.9	削り節	0.2	0.3	塩(並塩)	0.2	0.24			
細切り昆布	1.5	1.8	水	1	1.2	水	12	15	こしょう(黒)	0.01	0.02			
水	12	15	さつまいも(1本づけ)	1本	1本				★マヨネーズ	3.5	4			
★ちりめんじゃこ	3	3.6	塩(並塩)	0.15	0.2				しょうゆ(こいくち)	0.3	0.36			
★ごま(白)	2	2.4												
★破片かつお(中厚)	1.5	1.8												
みりん	2	2.4												
砂糖	3	3.6												
しょうゆ(こいくち)	1.8	2.2												
酢・米酢	1	1.2												

門真市教育委員会

[illegible]

門真市教育委員会

[illegible]

門真市教育委員会

9月29日(月)			9月30日(火)		
ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 わかめトックスープ にらともやしのキムチ炒め あさりとちりめんじゃこの佃煮			コッペパン40・50・70・80 牛乳 かぼちゃのポタージュ ホットビーンズサラダ		
食品名	小(g)	中(g)	食品名	小(g)	中(g)
米・精白米	70	100	★コッペパン	1こ	1こ
水	98	140	★牛乳	1本	1本
★牛乳	1本	1本	ベーコン(バラ・角)	5	6
鶏肉角切(皮つき1cm角)	5	8	にんじん・皮つき・生	10	12
塩(並塩)	0.1	0.15	たまねぎ	45	55
こしょう(黒)	0.01	0.01	西洋かぼちゃ	35	40
たまねぎ	23	30	油	0.5	0.6
油	0.4	0.5	★バター	5	6
トック	15	20	★小麦粉	5	6
★卵	18	30	★牛乳(調理用)	40	46
でんぷん	0.18	0.25	豚骨スープ	1	1.2
カットわかめ	0.6	0.9	塩(並塩)	0.6	0.7
塩(並塩)	0.5	0.65	こしょう(黒)	0.04	0.06
こしょう(白)	0.02	0.05	湯	80	90
しょうゆ(うすくち)	2.4	3.5	★生クリーム	1	2
だし昆布	0.4	0.5	ひよこまめ	4	5
削り節	2.5	3.6	塩(並塩)	0.1	0.12
水	140	160	キャベツ	25	30
にら	7	12	ホールコーン(冷)	10	12
もやし	25	35	★まぐろ油漬け	10	12
塩(並塩)	0.08	0.1	油	0.3	0.4
はるさめ(緑豆)	3	5	塩(並塩)	0.1	0.12
★ひら天	10	15	こしょう(黒)	0.01	0.02
はくさい(キムチ)	3	6	★マヨネーズ	3	5
油	1.1	1.3			
しょうゆ(こいくち)	1.6	2.5			
砂糖	0.7	1.2			
酢・米酢	0.5	0.6			
★ごま油	0.6	0.7			
★ごま(白)	0.5	0.6			
★あさり(冷)	5	7			
しょうが	0.5	0.7			
★破片かつお(中厚)	0.3	0.5			
★ちりめんじゃこ	5	7			
砂糖	1.5	2			
みりん	0.9	1.2			
しょうゆ(こいくち)	1	1.3			
水	4	5			