

令和6年度8月 予定献立表

門真市教育委員会

8月27日(火)			8月28日(水)			8月29日(木)			8月30日(金)					
黒糖パン40・50・70・80 牛乳 中華スープ かつおのバーベキューソース			親子丼(50, 70, 90, 100) 牛乳 にらともやしのキムチ炒め			パーカーパン40・50・70・80 牛乳 米粉のクリームスープ ミートビーンズ スライスチーズ			ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 あげカレーうどん 米粉のちくわ磯辺揚げ 味付けのり(小) あさりとちりめんじゃこの佃煮(中)					
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)
★黒糖パン		1こ	米・精白米		100	★パーカーパン	1こ	1こ	米・精白米	70	100			
★牛乳		1本	水		140	★牛乳	1本	1本	水	98	140			
鶏肉角切(皮つき1cm角)		14	鶏肉角切(皮つき1cm角)		24	ベーコン(バラ・角)	10	15	★牛乳	1本	1本			
塩(並塩)		0.2	塩(並塩)		0.35	にんじん・皮つき・生	15	18	にんじん・皮つき・生	10	15			
こしょう(黒)		0.02	酒		0.4	たまねぎ	40	50	たまねぎ	43	53			
にんじん・皮つき・生		6	砂糖		1.5	油	0.3	0.4	カレー粉	0.3	0.7			
たまねぎ		25	しょうゆ(こいくち)		1.7	じゃがいも	35	45	油	0.5	0.8			
たけのこ(水煮)		15	油		0.6	マッシュルーム	3	4	きょうあげ	10	12			
はくさい		30	にんじん・皮つき・生		8	★牛乳(調理用)	25	30	うどん	55	60			
油		0.6	たまねぎ		85	★生クリーム	2	2.5	ねぎ	5	6			
もやし		12	塩(並塩)		0.2	鶏がらスープ	3	3.6	塩(並塩)	0.15	0.2			
ねぎ		4	★かまぼこ		5	塩(並塩)	0.55	0.65	しょうゆ(こいくち)	5.3	7.5			
塩(並塩)		0.15	ねぎ		15	こしょう(黒)	0.03	0.04	でんぶん	2.5	3			
こしょう(白)		0.02	★卵		65	米粉	3.3	3.6	だし昆布	0.4	0.4			
しょうゆ(うすくち)		6.4	砂糖		1.4	湯	55	65	削り節	3	3.5			
鶏がらスープ		2.5	しょうゆ(こいくち)		6.2	牛ひき肉	10	12	水	95	115			
湯		145	削り節		1.2	豚ひき肉	10	12	★ちくわ	1/2本	3/4本			
★かつお(角切)(冷)		60	水		50	塩(並塩)	0.3	0.36	米粉	1	1.5			
しょうが		0.9	★牛乳		1本	こしょう(黒)	0.03	0.04	米粉	7	8.5			
しょうゆ(こいくち)		1.4	にら		12	油	0.3	0.4	でんぶん	2	2.4			
でんぶん		9	もやし		35	★大豆(国産) 乾	10	12	あおのり(素干し)	0.07	0.1			
油(揚げ油)		5	塩(並塩)		0.1	たまねぎ	40	60	水	14	17			
米酢		1.2	はるさめ(緑豆)		5	にんじん・皮つき・生	5	10	油(揚げ油)	3	4			
しょうゆ(こいくち)		1.6	★ひら天		15	油	0.7	0.8	味付けのり	1袋				
みりん		0.7	はくさい(キムチ)		6	ウスターソース	1	1.3	★あさり(冷)		10			
砂糖		2	油		1.3	ケチャップ	8	9	しょうが		1.2			
水		2.4	しょうゆ(こいくち)		2.5	砂糖	0.25	0.3	★破片かつお(中厚)		0.6			
			砂糖		1.2	塩(並塩)	0.15	0.2	★ちりめんじゃこ		9			
			酢・米酢		0.6	こしょう(黒)	0.01	0.02	砂糖		1.5			
			★ごま油		0.7	★スライスチーズ	1枚	1枚	みりん		1.8			
			★ごま(白)		0.6				しょうゆ(こいくち)		1.5			
									水		6			

令和6年度9月 予定献立表

門真市教育委員会

9月2日(月)			9月3日(火)			9月4日(水)			9月5日(木)			9月6日(金)		
ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 高野豆腐の揚げ煮 チンゲン菜ともやしの炒め物			黒糖パン40・50・70・80 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, 100) 牛乳 ゆで干し大根のごま炒め			コッペパン(減) 35・45・65・… 牛乳 スパゲティナポリターナ コーンと小松菜のソテー ココアビーンズ			木の葉丼(50, 70, 90, 100) 牛乳 大豆の磯煮		
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	75	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	発芽玄米	7	9	★牛乳	1本	1本	水	98	140
★牛乳	1本	1本	鶏肉角切(皮つき1cm角)	10	15	水	120	158	ベーコン(バラ・角)	15	18	にんじん・皮つき・生	5	8
★高野豆腐(角)	9	12	塩(並塩)	0.15	0.2	豚肉スライス(3×2×0.25cm)	30	35	たまねぎ	35	42	たまねぎ	70	85
でんぶ	3	4	こしょう(黒)	0.02	0.03	塩(並塩)	0.35	0.45	トマト	10	12	油	0.7	0.9
塩(並塩)	0.1	0.14	にんじん・皮つき・生	5	6	こしょう(黒)	0.04	0.05	なす	15	20	★かまぼこ	15	20
油(揚げ油)	5	7	はくさい	45	55	ワイン(赤)	1	1.5	油	0.2	0.3	ねぎ	10	15
豚肉スライス(3×2×0.25cm)	15	20	油	0.5	0.6	にんじん・皮つき・生	20	25	にんにく	0.3	0.4	★卵	55	65
塩(並塩)	0.25	0.3	ワントンの皮	5	6	たまねぎ	60	75	オリーブ油	0.5	0.6	砂糖	2.2	3.2
酒	0.25	0.3	もやし	15	20	じゃがいも	40	50	トマトの水煮缶詰	20	24	しょうゆ(こいくち)	6.5	9
にんじん・皮つき・生	15	18	ねぎ	3	4	★りんご	13	15	スパゲティ(ハーフ)	30	36	削り節	0.4	0.5
たまねぎ	55	65	塩(並塩)	0.2	0.25	にんにく	0.3	0.4	塩(並塩)	0.2	0.25	水	40	55
たけのこ(水煮)	10	15	こしょう(白)	0.02	0.03	しょうが	0.04	0.06	こしょう(黒)	0.01	0.02	★牛乳	1本	1本
油	0.5	0.6	しょうゆ(うすくち)	3.8	4.6	油	1	1.2	ケチャップ	6	8	きょうあげ	5	7
★うずら卵	20	30	鶏がらスープ	6	8	塩(並塩)	1	1.3	トマトピューレ	5	6	ひじき(干し)	1.2	1.5
砂糖	3.5	4	湯	110	130	しょうゆ(こいくち)	0.9	1.2	ウスターソース	2	2.4	★大豆(国産) 乾	13	15
しょうゆ(こいくち)	5	6	じゃがいも	65	75	トンカツソース	2.5	3	湯	3	4	砂糖	1.6	2
酢・米酢	1.2	1.5	油(揚げ油)	2.5	3	ウスターソース	2.5	3	★バター	1	1.2	しょうゆ(こいくち)	2.4	2.9
削り節	0.5	0.6	豚肉スライス(3×2×0.25cm)	15	18	トマトピューレ	7	10.5	ホールコーン(冷)	20	22	削り節	0.2	0.3
水	35	50	塩(並塩)	0.2	0.25	油	5.3	6	こまつな	40	55	水	12	15
にんじん・皮つき・生	7	8	こしょう(黒)	0.02	0.03	★小麦粉	7.7	9	油	0.3	0.4			
もやし	30	40	ピーマン	8	12	カレー粉	0.55	1.1	塩(並塩)	0.2	0.25			
チンゲンサイ	30	40	しょうが	0.2	0.3	湯	85	95	こしょう(黒)	0.02	0.03			
油	0.3	0.4	ねぎ	1	2	★牛乳	1本	1本	しょうゆ(こいくち)	0.5	0.6			
砂糖	0.5	0.6	油	0.5	0.6	にんじん・皮つき・生	2	3	★バター	1	1			
塩(並塩)	0.2	0.3	酒	0.2	0.3	キャベツ	25	35	★ココアビーンズ	1袋	1袋			
こしょう(黒)	0.01	0.01	しょうゆ(こいくち)	0.4	0.6	ゆで干し大根	3.5	4.2						
しょうゆ(こいくち)	1	1.2				★まぐろ油漬け	5	7						
★ごま油	0.1	0.12				油	0.3	0.5						
						塩(並塩)	0.2	0.3						
						砂糖	0.4	0.7						
						しょうゆ(こいくち)	1.5	2						
						酢・米酢	0.5	0.6						
						★ごま油	0.3	0.4						
						★ごま(白)	1.5	2						

令和6年度9月 予定献立表

門真市教育委員会

9月9日(月)			9月10日(火)			9月11日(水)			9月12日(木)			9月13日(金)		
チャーハン(50, 70, 90, 95) 牛乳 レタススープ 揚げぎょうざ			黒糖パン40・50・70・80 牛乳 ポークビーンズ ツナとひじきのサラダ			ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 ゆばと冬瓜のみそ汁 さわらの煮付け40・40・40・50 ピーマンとじゃこの炒り煮			コッペパン(減減) 35・40・50… 牛乳 チンゲン菜のスープ さめのヤンニョムソース ふかし芋70・70・70・80			ごはん(50, 70, 90, 100) 牛乳 わかめスープ トマトと豚肉のビタミン丼		
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	95	★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	95	128	★牛乳	1本	1本	水	98	140	★牛乳	1本	1本	水	98	140
焼き豚(1cm角)	15	18	豚もも肉(1.5cm角)	15	18	★牛乳	1本	1本	豚肉スライス(3×2×0.25cm)	10	12	★牛乳	1本	1本
にんじん・皮つき・生	10	12	塩(並塩)	0.15	0.2	にんじん・皮つき・生	5	6	塩(並塩)	0.15	0.2	たまねぎ	23	30
たまねぎ	20	25	こしょう(黒)	0.02	0.02	たまねぎ	30	35	こしょう(黒)	0.01	0.01	★卵	18	30
しょうが	0.5	1	ベーコン(バラ・角)	10	12	とうがん	40	50	にんじん・皮つき・生	5	7	でんぷん	0.18	0.25
ねぎ	3	6	にんじん・皮つき・生	10	15	★ゆば(冷)	5	6	たまねぎ	30	35	カットわかめ	0.6	0.9
油	1.5	1.8	たまねぎ	40	45	えのきたけ	10	12	ホールコーン(冷)	10	12	ねぎ	4.5	7
塩(並塩)	0.45	0.5	じゃがいも	50	55	カットわかめ	0.5	0.6	油	0.5	0.6	★ごま(白)	0.3	0.5
こしょう(黒)	0.04	0.05	トマトピューレ	4	5	ねぎ	5	6	くず切り	5	6	塩(並塩)	0.4	0.6
★オイスターソース	2.3	3	ケチャップ	4	5	米みそ	6	7.2	チンゲンサイ	25	35	こしょう(黒)	0.02	0.05
しょうゆ(こいくち)	2.2	2.8	油	0.5	0.6	赤みそ(国産)	4	4.8	しょうゆ(うすくち)	3	4.2	しょうゆ(うすくち)	2.4	3.5
★牛乳	1本	1本	白いんげんまめ	15	19	削り節	2.5	3.5	塩(並塩)	0.4	0.5	だし昆布	0.4	0.5
たまねぎ	20	35	ウスターソース	1.5	2	水	100	135	こしょう(白)	0.01	0.02	削り節	3	3.6
カットわかめ	1	1.2	塩(並塩)	0.2	0.3	★さわら切り身(冷)	1切	1切	だし昆布	0.4	0.5	水	140	160
レタス	15	20	湯	35	40	みりん	0.5	0.6	削り節	1.4	1.6	豚肉スライス(3×2×0.25cm)	25	30
ねぎ	4	5	★まぐろ油漬け	10	12	酒	0.5	0.6	水	120	150	塩(並塩)	0.3	0.4
★ごま(白)	0.3	0.4	ひじき(干し)	0.6	0.7	砂糖	3	3.5	★さめ(角)(冷)	50	60	こしょう(黒)	0.01	0.01
塩(並塩)	0.5	0.7	キャベツ	25	35	しょうゆ(こいくち)	3	3.5	酒	0.4	0.5	トマト	12	15
こしょう(白)	0.02	0.05	にんじん・皮つき・生	5	6	水	15	18	でんぷん	7	9	たまねぎ	35	40
しょうゆ(うすくち)	2	3	ホールコーン(冷)	10	12	柚子酢	1	1.2	油(揚げ油)	5	6	にんじん・皮つき・生	10	15
だし昆布	0.3	0.4	油	0.3	0.36	ピーマン	15	20	にんにく	0.15	0.2	トマトの水煮缶詰	20	25
削り節	2.5	3	塩(並塩)	0.2	0.24	油	0.2	0.3	ケチャップ	5	6	にんにく	0.3	0.5
水	130	150	こしょう(黒)	0.01	0.02	★ちりめんじゃこ	5	6	コチジャン	2.4	2.9	油	0.4	0.5
ぎょうざ	2こ	3こ	★マヨネーズ	3.5	4	砂糖	1.1	1.3	砂糖	0.5	0.6	砂糖	1.2	1.5
油(揚げ油)	2	3	しょうゆ(こいくち)	0.3	0.36	みりん	0.5	0.7	みりん	1.5	1.8	しょうゆ(こいくち)	3.6	4.5
						しょうゆ(こいくち)	0.8	1.1	しょうゆ(こいくち)	0.5	0.6	米みそ	0.8	1
						★ごま(白)	2	2.5	水	2.5	3	でんぷん	0.4	0.5
									★ごま(白)	0.4	0.5			
									さつまいも(1本づけ)	1本	1本			
									塩(並塩)	0.15	0.2			

令和6年度9月 予定献立表

門真市教育委員会

9月17日(火)			9月18日(水)			9月19日(木)			9月20日(金)		
黒糖パン(減)(減)35・40・5… 牛乳 キャベツとフランクフルトのスープ煮 さけの甘酢かけ みたらし団子			ツナひじきごはん(45, 65, 85… 牛乳 えのきのみそ汁 ゆで干し大根の炒め煮			コッペパン40・50・70・80 牛乳 かぼちのポタージュ キャベツのさっと煮			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)
★黒糖パン	1こ	1こ	米・精白米	65	90	★コッペパン	1こ	1こ	米・精白米	70	100
★牛乳	1本	1本	水	88	122	★牛乳	1本	1本	水	98	140
フランクフルト(絹引き)	20	25	塩(並塩)	0.25	0.4	ベーコン(バラ・角)	5	6	★牛乳	1本	1本
油	0.3	0.4	にんじん・皮つき・生	6	8	にんじん・皮つき・生	10	12	鶏肉角切(皮つき1cm角)	10	15
にんじん・皮つき・生	5	7	ひじき(干し)	2	2.7	たまねぎ	45	55	塩(並塩)	0.2	0.25
たまねぎ	20	25	うすあげ	5	6	西洋かぼち	35	40	こしょう(黒)	0.01	0.03
キャベツ	60	70	★まぐろ油漬け	13	15	油	0.5	0.6	油	0.4	0.5
パセリ	0.3	0.4	油	0.2	0.3	★バター	5	6	にんじん・皮つき・生	11	13
塩(並塩)	0.8	0.9	砂糖	1.6	2.3	★小麦粉	5	6	干しいたけ	0.5	0.6
こしょう(黒)	0.04	0.05	しょうゆ(こいくち)	4	5	★牛乳(調理用)	40	46	はるさめ(緑豆)	4	5
豚骨スープ	1.5	2	削り節	0.2	0.3	豚骨スープ	1	1.2	★卵	17	20
湯	85	105	水	10	10	塩(並塩)	0.6	0.7	でんぷん	0.2	0.25
★さけ(角切)(冷)	40	50	★牛乳	1本	1本	こしょう(黒)	0.04	0.06	きゅうり	10	15
塩(並塩)	0.15	0.2	にんじん・皮つき・生	10	12	湯	80	90	しょうゆ(うすくち)	4.3	6
でんぷん	3.3	4	たまねぎ	30	35	★生クリーム	1	2	塩(並塩)	0.2	0.3
油(揚げ油)	4	5	きょうあげ	8	10	にんじん・皮つき・生	5	6	こしょう(黒)	0.02	0.03
砂糖	1.8	2	えのきたけ	6	8	キャベツ	40	50	トウバンジャン	0.05	0.11
しょうゆ(こいくち)	1.5	1.8	★白玉麩	1.5	2	塩(並塩)	0.05	0.1	★ごま油	0.1	0.12
酢・米酢	1.5	1.8	カットわかめ	0.6	0.7	油	0.3	0.4	鶏がらスープ	4	7
水	1.5	1.8	ねぎ	5	6	★まぐろ油漬け	10	12	湯	120	150
団子(冷)	45	55	赤みそ(国産)	4	5.6	しょうゆ(こいくち)	1.5	2	牛肉スライス(0.25×2×4cm)	20	25
砂糖	4.6	5.5	米みそ	6	8.4	酢・米酢	2	2.4	にんにく	0.12	0.14
しょうゆ(こいくち)	3	3.6	削り節	2.5	3.3	砂糖	1	1.2	ねぎ	1.2	1.4
水	20	24	水	120	160	★ごま油	0.3	0.4	砂糖	1	1.2
でんぷん	1.6	1.9	豚肉スライス(4×2×0.5cm)	10	15				しょうゆ(こいくち)	1	1.2
			酒	0.15	0.2				油	0.25	0.3
			しょうゆ(こいくち)	0.8	1				たまねぎ	20	25
			ゆで干し大根	3.5	4.2				赤ピーマン(パプリカ)	10	12
			もやし	20	30				黄ピーマン(パプリカ)	10	12
			にら	4	5				ズッキーニ(青)	5	6
			油	0.6	0.8				油	0.6	0.7
			塩(並塩)	0.2	0.3				砂糖	1.1	1.2
			こしょう(黒)	0.02	0.03				しょうゆ(こいくち)	2.4	2.9
			★オイスターソース	0.8	1				★ごま油	0.7	0.8
			酒	0.4	0.5						
			★ごま油	0.3	0.4						

門真市教育委員会

[illegible]

門真市教育委員会

[illegible]