

資料6 諸室リスト

室名	機能	要求事項		清浄度区分	
		諸室計画関連	設備関連		
給食エリア 下処理エリア	荷受室 (1) (2)	食材搬入用プラットフォームから搬入された食材の荷受、仕分けを行うための室	<ul style="list-style-type: none"> <li>食材搬入用プラットフォームから食材を受け入れ、検収室に運ぶ移動動線を確保し、仕分け空間・カートの移動に留意すること。</li> <li>12,000食分(2献立)の食材を短時間で荷受け・仕分けするための十分な広さ・形状の室を確保すること。</li> <li>荷受台高さは床面から60cm以上とすること。</li> <li>市職員用事務室から見える位置とする。もしくはインターホンを設置すること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>手洗い設備を設置すること。</li> <li>虫、砂塵、埃等の侵入防止のため、食材搬入用プラットフォーム側搬入口にはエアーカーテンを設置し、検収室側の扉と同時に開口しない等、衛生管理に配慮した造りとする。</li> </ul>	汚染区域
	検収室	荷受けされた食材(肉・魚類、野菜・果物類、調味量類等) 各々の検収を行い、専用容器に移し替える作業を行うための室	<ul style="list-style-type: none"> <li>肉・魚類専用と野菜類専用の室を各々設けること。</li> <li>荷受室から下処理室への移動を考慮し、仕分け空間・カートの移動に留意すること。</li> <li>器具洗浄室(1)の配置に留意すること。</li> <li>検収台高さは床面から60cm以上とすること。</li> <li>検収コーナーを設けること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。</li> <li>シンク等の機能上必要な設備を設置すること。</li> <li>事務机、ホワイトボード等を設置すること。</li> </ul>	汚染区域
	野菜類下処理室	野菜・果物類食材の下処理を行い、上処理室に送るための室	<ul style="list-style-type: none"> <li>下処理ラインは、3槽シンク8ライン以上設置すること。</li> <li>カウンターを設けること。</li> <li>野菜上処理室との境には、食品のみが移動する工夫を施すこと。</li> <li>上処理室との相互視認性を確保すること。</li> <li>ピーラーで処理された野菜の芽取りや根などを除去する作業台の設置に留意すること。</li> <li>パススルーの棚はステンレス上面と下処理水槽がフラットとなるように設置するなど調理室への食材の受け渡しがスムーズになるようにすること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。</li> <li>手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。</li> <li>使用器具を殺菌できる設備を設置すること。</li> </ul>	汚染区域
	魚肉下処理室	肉・魚類食材の下処理を行うための室	<ul style="list-style-type: none"> <li>調理室に隣接させること。</li> <li>揚物・焼物室への食材の動線を考慮し配置すること。</li> <li>肉・魚類専用の冷蔵・冷凍庫(パススルー式)を設置すること。</li> <li>冷凍・冷蔵庫は、検収室と隣接させること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。</li> <li>手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。</li> <li>使用器具を殺菌できる設備を設置すること。</li> </ul>	汚染区域
	豆腐類処理室	豆腐類(豆腐、油揚げ、がんもどき)の下処理を行うための室	<ul style="list-style-type: none"> <li>調理室に隣接させること。</li> <li>釜調理室への食材の動線を考慮し配置すること。</li> <li>冷蔵庫(パススルー式)を設置すること。</li> <li>冷蔵庫は、検収室と隣接させること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>魚肉下処理室と兼用する場合は、3槽シンク3レーン以上設置すること。</li> </ul>	汚染区域
	卵処理室	液卵の下処理を行うための室	<ul style="list-style-type: none"> <li>検収室に隣接させること。</li> <li>専用の冷凍庫で食材を保管すること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。</li> <li>手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。</li> </ul>	汚染区域
	食品庫	検収された缶詰、調味料等を25℃以下で保存するための室	<ul style="list-style-type: none"> <li>検収室に隣接させること。</li> <li>保管する食品の種別、量により調整が容易な整理棚を工夫すること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。</li> </ul>	汚染区域
	計量室	調理工程や調理容量毎に調味料、缶詰類、乾物類等の計量や仕分けを行うための室	<ul style="list-style-type: none"> <li>食品庫と調理室の間に設け、調理室とはパススルー等で食材の受け渡しを行えるようにすること。</li> <li>缶詰り機(食材用、調味料用)とその置き台を設置すること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。</li> <li>食品や調味料を釜毎に仕分けするのに必要な器具を揃えること。</li> <li>手洗い設備を設置すること。</li> </ul>	汚染区域
	冷蔵庫 (1) ~ (6)	(1) (2) 肉・魚類専用 (3) 卵専用 (4) 乳製品専用 (5) 豆腐類専用 (6) 野菜類専用	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1) (2) は、魚肉下処理室に隣接又は近接させること。</li> <li>(3) は、卵処理室に隣接又は近接させること。</li> <li>(5) は、豆腐類処理室に隣接又は近接させること。</li> <li>(6) は、野菜・果物類下処理室に隣接又は近接させること。</li> <li>原則としてパススルー型とする。(1)を除く</li> <li>その他、衛生上、使用上の理由により増やす場合は提案による。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。</li> <li>カートイン式とすること。</li> </ul>	汚染区域
	冷凍庫 (1) ~ (5)	(1) (2) 肉・魚類専用 (3) 野菜類専用 (4) 卵専用 (5) 冷凍食品専用	<ul style="list-style-type: none"> <li>(1) (2) は、魚肉下処理室に隣接させること。</li> <li>(3) は、野菜類下処理室に隣接又は近接させること。</li> <li>(4) は、卵処理室に隣接又は近接させること。</li> <li>原則としてパススルー型とする。(1)を除く</li> <li>その他、衛生上、使用上の理由により増やす場合は提案による。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。</li> <li>カートイン式とすること。</li> </ul>	汚染区域
器具洗浄室	下処理エリアで使用した器具類の洗浄を行うための室	<ul style="list-style-type: none"> <li>下処理エリア専用の配置とすること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を調理員数を考慮し十分に設置すること。</li> </ul>	汚染区域	

室名	機能	要求事項		清浄度区分
		諸室計画関連	設備関連	
調理エリア	物品庫	調理員用のマスク及び手袋及びビニール袋等を保管するための室	・調理員の動線に配慮すること。	汚染区域
	新油庫	揚げ物等に使用する食油を保存するための室	・食油納入の動線に配慮すること。	汚染区域
	廃油庫	揚げ物等に使用した廃油を保管するための室	・廃油回収の動線に配慮すること	汚染区域
	廃棄物室	食品の梱包材、容器等の廃棄物を保管するための室	・防塵・防虫対策に配慮すること。 ・分別して収納できる機能を有すること。 ・外部からの回収ができるようにすること。	・清掃用流しを設けること。 汚染区域
	皮剥き室	野菜（主ににんじん、じゃがいも等の根菜類）の皮剥きを行うための室	・野菜・果物類下処理室に隣接させ、カウンター等を通して食材のみを運べること。 ・野菜・果物類下処理室との相互視認性を確保すること。 ・移動式の野菜置き台の設置に留意すること。 ・泥落とし室と兼用可能とする。	・ピーラー設備、シンクなどの必要設備を設置すること。 汚染区域
	泥落とし室	食品等の泥を落とすための室	・防塵・防虫対策に配慮すること。 ・皮剥き室と兼用可能とする。	・清掃用流しを設けること。 汚染区域
給食エリア	野菜上処理室	下処理された野菜等をボイル用に切菜し、ボイル・冷却コーナー等に食材を送るための室	・野菜下処理室に隣接させること。 ・移動式の野菜置き台の設置に留意すること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備を設置すること。 非汚染区域
	釜調理室	下処理後の食材の切断等及び加熱調理のうち、煮物、炒め物、茹で物等の調理を行うための室	・蒸気がこもらないよう、天井高を設定すること。 ・下処理室との境には、食品のみが移動する工夫を施すこと（カウンター、パススルー冷蔵庫等）。 ・釜は、室内の往来動線に配慮して配置を行うこと。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備（手動以外で操作ができるもの）を設置すること。 非汚染区域
	焼物・揚物室	焼き物、揚げ物及び蒸し物の調理を行うための室	・蒸気がこもらないよう、天井高を設定すること。 ・オイルミストの飛散等に留意すること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備（手動以外で操作ができるもの）を設置すること。 非汚染区域
	アレルギー対応食調理室	食物アレルギーを持つ児童に、特別食（最大120食）を調理・配食するための室	・除去食、代替食にあわせた調理機能を備えること。 ・独立した室とし、食材や作業の動線に留意し、混入、誤配が起らないように留意すること。 ・専用の食器容器消毒保管庫を設けること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備（手動以外で操作ができるもの）を設置すること。 非汚染区域
	和え物室	和え物の調理、冷却、配缶を行うための室	・作業効率化に配慮した動線とし、下ゆで用釜と冷却設備の配置を行うこと。 ・保冷庫を隣接させること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備（手動以外で操作ができるもの）を設置すること。 非汚染区域
	生食専用調理コーナー	野菜・果物等生食用の調理を行うための室	・作業効率化に配慮した動線とすること。 ・3槽シンク2ライン程度を設置すること。 ・専用のフードスライサーを用意すること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 非汚染区域
	保冷庫 (1) (2)	下ゆでされた食材及び調理後の完成品を釜毎に保冷、保管するための室	・和え物室に隣接させること。 ・和え物室から台車にて出入りが可能とすること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 非汚染区域
	器具洗浄室 (2)	調理エリアにて使用した容器・器具類やカートを洗浄するための室	・カート洗い場を設けること。	・手洗い設備（手動以外で操作ができるもの）を設置すること。 非汚染区域
洗浄エリア	物品庫	調理員用のマスク、手袋及びビニール袋等を保管するための室	・調理員の動線に配慮すること。	非汚染区域
	コンテナ室	コンテナの消毒保管、コンテナへの食缶の詰め込み作業を行うための室	・洗浄室に隣接させること。 ・一部を通路状に設ける事で、食品の搬送を速やかにし、また洗浄済みの食缶が洗浄室を経由せずに収納できるように配慮すること。 ・カート洗い場を設けること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 ・手洗い設備（手動以外で操作ができるもの）を設置すること。 非汚染区域
	洗浄室 (1)	食器、食缶、コンテナ等の洗浄を行うための室（汚染区域）	・洗浄室 (2)、残菜庫に隣接すること。 ・カート洗い場を設けること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 汚染区域
	洗浄室 (2)	洗浄された食器、食缶、コンテナ等の搬出先となる室（非汚染区域）	・コンテナ室に隣接すること。 ・カート洗い場を設けること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 非汚染区域
	洗剤倉庫	洗剤類の他、必要品を保管するための室	・洗浄室に隣接すること。	汚染区域
残菜庫	残菜の計量、脱水等を処理を行うための室	・プラットホームに隣接すること。	・温度・湿度の管理が適切に実施できる設備を設置すること。 汚染区域	

室名		機能	要求事項		清浄度区分	
			諸室計画関連	設備関連		
前室	前室(1)	体の埃などを洗浄し、手洗いを行うための室(栄養士専用)	・検収室と市職員用事務室に隣接すること。	・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。 ・給水は温水に対応した方式とすること。	一般区域	
	前室(2)(3)	体の埃などを洗浄し、靴の履き替え、エプロン交換、手洗いを行うための室(主に、調理員専用)	・汚染区域、非汚染区域ごとに配置すること。 ・(2)は午前作業用とし、汚染・非汚染を区分すること。 ・(3)午後作業用とし、汚染・非汚染を区分すること。 ・踏込、姿見等を適宜設けること。 ・午前汚染区域の人の集中を考慮すること。	・手洗い設備(手動以外で操作ができるもの)を設置すること。 ・給水は温水に対応した方式とすること。 ・エアシャワーを設けること。	一般区域	
	前室(4)	配送/回収風除室の前室として利用するための室	・トラックバースと配送/回収風除室の間に配置すること。 ・給水は温水に対応した方式とすること。	・手洗い設備を設置すること。 ・給水は温水に対応した方式とすること。	一般区域	
	風除室	配送風除室	コンテナプールの前室として、外気が直接侵入する事を防ぐための室	・運転手控室近傍に配置すること。 ・配送口にドックシェルター(密閉型の入出庫口装置)を設置すること。		一般区域
回収風除室		洗浄室の前室として外気が直接侵入する事を防ぐための室	・ドックシェルター(密閉型の入出庫口装置)を設置すること。		一般区域	
事務エリア	管理諸室	市職員用事務室	市職員が業務、来訪者への対応を行うための室	・原則、1階に配置すること。 ・玄関ホールに面して配置し、窓口カウンターを設けること。 ・荷受室に近接しかつ見えるように工夫すること。もしくは、インターホンを設置すること。 ・事業者職員との打合せに使用できる打合せスペースを設け、適宜可動間仕切り壁の仕切りを設けること。	・床仕様はOAフロアすること。	一般区域
		事業者用事務室	事業者が執務に使用する室			一般区域
		倉庫	市の所有する備品、文書類等の保管をおこなうための室	・個人情報等の管理のための必要な施錠等の設備を設けること。 ・他に事業者側にて必要な倉庫類は適宜設置する。	・文書類の保管に適した換気設備を設けること。	一般区域
		湯沸室	市職員、事業者が給湯・給茶等を行なうための室	・市職員、事業者の双方が利用できること。	・市職員、事業者双方が利用しやすい位置に設けること。	一般区域
		運転手控室	運転手の控室	・配送前室近傍に配置すること。 ・専用の便所を設けること。		一般区域
		研修室	見学者の視察対応、研修、会議等を行うための室	・約100名分の座席を確保すること。 ・移動間仕切りにより2室に分割することが可能な形態とすること。 ・調理室からの食事の配膳を考慮すること。 ・試食会などの開催を考慮した床等仕上げ材を選定すること。 ・プロジェクター使用に対応した遮光カーテンを設置すること。 ・机、椅子等を収納するスペースを確保すること。		一般区域
		献立研修室	市栄養士が献立を試作、試食する室	・研修室に隣接すること。	・システムキッチン、電子レンジ、冷蔵庫(400リットル程度)等を設けること。	一般区域
		男子・女子休憩室(事業者用)	・事業者職員及び調理員が休憩等を行うための室	・男性、女性用に分けること。 ・事業者職員及び調理員数から規模を設定すること。 ・調理室に近接する必要はない。 ・外部者(見学者)とは明確に遮断された動線計画とすること。		一般区域
		男子・女子更衣室(調理員用)	・調理員及び事務職員が更衣等を行うための室	・各々の休憩室に隣接させること。 ・男性、女性用に分けること。 ・個人ロッカーを配置すること。 ・従業員数から規模を設定すること。	・シャワー、洗面台を適宜設けること	一般区域
		手洗室	主に調理員が手洗いを行なうための室	・洗濯乾燥室に隣接すること。 ・手洗い器を配置すること。 ・手洗いコーナーでも可。		一般区域
洗濯乾燥室	主に調理員、市職員の白衣等を洗濯・乾燥するための室	・調理員用更衣室の近傍に配置すること。	・調理員、市職員の人数を考慮し、適切な時間で洗濯できる能力を有する機器を選定し、適宜設置すること。	一般区域		

室名	機能	要求事項		清浄度 区分	
		諸室計画関連	設備関連		
	調理員専用トイレ	・調理員専用とする。	・男女個々に設けること。 ・調理員用更衣室に近接させること。 ・調理衣服の着脱場所を便所の個室の前に設けること。 ・便所の個室に手洗いを設置し、据わった状態で手洗いが出来るようにすること。	・大便器は全て洋式・シャワー式とすること。	一般 区域
	男子・女子更衣室 (市職員用)	市職員が更衣等を行うための室	・男性、女性用に分けること。 ・市事務室に隣接すること。		一般 区域
	職員食堂	市職員及び事業者職員、調理員が食事を行う室	・市職員及び事業者職員、調理員数から規模を設定すること。 ・イス及びテーブルを設置すること。 ・外部者（見学者）とは明確に遮断された動線計画とすること。		一般 区域
	生ゴミ置場	残菜庫にて処理された生ゴミをポリバケツにて一時保管しておく室	・残菜庫、プラットホームに隣接させること。 ・防塵・防虫・防臭対策に配慮すること。 ・ゴミ処理業者が作業が適切に行なえる場所に扉を設置すること。		汚染 作業 区域
事務 エリア 共用部 その他	玄関・ホール	市職員及び事業者職員、調理員、見学者が利用する出入口	・事務室を隣接させること。 ・玄関・ホール付近にトイレを設置すること。 ・メイン出入口からの動線、防犯に配慮すること。 ・風塵等の侵入を防ぐ風除室を設けること。 ・段差を設ける場合にはスロープを設置する等車いす利用者にも利用しやすい仕様とすること。		一般 区域
	事務職員・ 外来用トイレ	・建物利用者（事務職員・見学者共）が使用するトイレ	・男性、女性用に分けること。 ・適宜分散配置すること。 ・多目的トイレを各階に設けること。（男女兼用可）	・大便器は全て洋式・シャワー式とすること。	一般 区域
	倉庫	必要品を保管する倉庫	・適宜分散配置すること。		一般 区域
	廊下 (見学ホール含む)	建物利用者（職員・見学者共）が使用する廊下	・利用者間の動線に配慮した計画とすること。 ・関連する福祉、バリアフリー関連条例に適合した仕様とすること。 ・一部、調理室等を見学できる見学通路として使用するための配慮を行うこと。		一般 区域
	階段 エレベータ (小荷物用含む)	建物利用者（職員・見学者共）が使用する階段・エレベータ	・関連する福祉、バリアフリー関連条例に適合した仕様とすること。		一般 区域
	機械室		・機能上適切な位置に配置すること。 ・設備システムに基づく必要諸室を適宜配置すること。		一般 区域

室名	機能	要求事項		清浄度区分	
		諸室計画関連	設備関連		
屋外施設	食材搬入用プラットフォーム	食材納入のトラック等から食材の搬入を行うための空間	<ul style="list-style-type: none"> <li>荷受室に隣接して設けること。</li> <li>トラック荷台からのスムーズな食材搬入が可能な床面の高さとする。</li> <li>食材が混在する事のないよう十分なスペースを設けること。</li> <li>雨等の吹き込みに対応し、かつトラック高さに配慮した必要十分な大庇を設置すること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>手洗い設備を設置すること。</li> <li>衛生管理に配慮し、虫、砂塵、埃等の侵入防止のため、荷受室との出入口にはエアーカーテンを設置すること。</li> </ul>	屋外
	トラックバス	給食配送車、食材搬入車等がプラットフォームに寄りつくための駐車スペース	<ul style="list-style-type: none"> <li>配送に十分な幅、奥行きとすること。</li> <li>必要十分な大庇を設置すること。</li> </ul>		屋外
	配送車車庫	配送車両専用の車庫	<ul style="list-style-type: none"> <li>車両動線、歩行動線に配慮した計画とすること。</li> <li>トラック車庫はシャッター等により閉め切ることが可能な構造とすること。</li> <li>構造・仕上げは衛生管理の面にも配慮すること。</li> </ul>		屋外
	駐輪場	建物利用者が使用する駐輪場	<ul style="list-style-type: none"> <li>車両動線、歩行動線に配慮した計画とすること。</li> <li>市職員用5台とすること。</li> <li>その他事業者従業員用は適宜設置すること。</li> </ul>		屋外
	駐車場	建物利用者が使用する駐車場	<ul style="list-style-type: none"> <li>車両動線、歩行動線に配慮した計画とすること。</li> <li>市庁用車用・来客用20台とすること。</li> <li>施設見学の40人乗バスが1台駐車できるスペースを確保すること。</li> <li>その他事業者従業員用は適宜設置すること。</li> </ul>		屋外
	排水処理施設		<ul style="list-style-type: none"> <li>協議を行い、能力を決定すること。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>給食センターからの排水を十分に処理できる能力を持った機能とすること。</li> </ul>	屋外
	受水槽		<ul style="list-style-type: none"> <li>給水が不足しないよう十分な容積を確保すること。</li> </ul>		屋外
	ボイラー室		<ul style="list-style-type: none"> <li>ボイラーに給水される水質に配慮し、適切な処理をして給水すること。</li> </ul>		
	ゴミ置場	一般ゴミ用のゴミ置場	<ul style="list-style-type: none"> <li>適切な位置及び規模とすること。</li> <li>衛生面を考慮し鳥などが寄り付かない構造とすること。</li> </ul>		屋外

※各室に設置する厨房設備、什器・備品類については、別途資料による

※厨房設備の設置・稼働に必要なインフラ設備については、上記要求事項によらず、適宜設置すること。

資料7 市専用備品リスト

名称	数量	単位	仕様等
事務用机	6	台	片袖、寸法:幅 1,100 mm×奥行 700 mm×高さ 700 mm 程度
脇机	6	台	高さが事務用机と同じもの
椅子	6	脚	肘付、回転椅子
ミーティングテーブル及び椅子	1	式	4人～6人用
ファイルキャビネット	4	台	寸法:幅 900 mm×奥行 400 mm×高さ 1,800 mm 程度
両開書庫	2	台	寸法:幅 900 mm×奥行 400 mm×高さ 1,800 mm 程度
ホワイトボード(行事予定用)	1	面	壁掛けタイプ、盤面:行事板:幅 1,200 mm～1,800 mm×高さ 900 mm 程度
ホワイトボード	1	面	脚付両面タイプ、盤面:白無地・白暗線、寸法:幅 1,870 mm×高さ 1,790 mm 程度
ロッカー	6	台	1台/人
電話機	4	台	内線対応
FAX	1	台	モノクロ、A3対応、一斉送信機能付き
シュレッダー	1	台	処理能力 10 枚以上、連続運転時間 10 分以上
テレビ	1	台	32 型程度

資料 7-2 諸室備品参考リスト

室名		必要な備品
給食エリア	荷受室 (1) (2)	
	検収室	<ul style="list-style-type: none"> <li>・インターホン (事務室とつなぐ)</li> <li>・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)</li> <li>・事務机 平机 W1100×D700×H700</li> <li>・椅子 (肘付、調整機能付、回転式、キャスター付)</li> <li>・収納用キャビネット：検収に必要な物品 (保存用ビニル袋、温度計等) を収納</li> </ul>
	野菜類下処理室	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)
	肉・魚類下処理室	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)
	豆腐類処理室	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)
	卵処理室	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)
	下処理エリア	
	食品庫	
	計量室	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)
	冷蔵庫 (1) ~ (6)	
	冷凍庫 (1) ~ (3)	
	器具洗浄室	
	物品庫	
	新油庫	
	廃油庫	
	廃棄物室	
	皮剥き室	
	泥落とし室	
	調理エリア	
	野菜上処理室	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)
	釜調理室	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)
	焼物・揚物室	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)
	アレルギー対応食調理室	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)
	和え物室	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)
	生食用調理コーナー	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)
	保冷库 (1) (2)	
	器具洗浄室 (2)	
	洗浄エリア	
コンテナ室		
洗浄室 (1)		
洗浄室 (2)	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200×1,800×H900程度)	
洗剤倉庫		
残菜庫		
前室		
前室 (1)		
前室 (2) (3)		
前室 (4)		
風除室		
配送風除室		
回収風除室		

室名		必要な備品	
事務エリア	管理諸室	市職員用事務室	資料7参照
		事業者用事務室	・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200~1,800×H900程度)
		倉庫	
		湯沸室 (1) (2)	
		運転手控室	
		研修室	<ul style="list-style-type: none"> <li>・移動間仕切 1式：一般パネルタイプ</li> <li>・長机 35台：W1,800×D600×H720程度、3人掛け、折りたたみ式、キャスター付</li> <li>・椅子 110脚：パイプ式、折りたたみ式または積み重ね式 (ラック共)</li> <li>・ホワイトボード (固定式2台、移動式2台)：W1,200~1,800×H900程度</li> <li>・投影用スクリーン 1幕：天井内 (壁面) 収納式、100インチ (16:9サイズ 縦1245×横2214程度)</li> <li>・AV機器 1式：DLPプロジェクター (500ルーメン以上)、ワイヤレスマイク2本 (マイクスタンドつき)、スピーカー、メディアプレーヤー (DVD、VHS、その他主要なメディアに対応したもの)、ノートパソコン、ワゴン</li> <li>・テレビ 1台：40インチ以上 (地上デジタル放送対応型)</li> </ul>
		献立研修室	<ul style="list-style-type: none"> <li>・システムキッチン W2100×D650×H800程度 レンジフード、吊戸棚含む</li> <li>・冷蔵庫 400ℓ</li> <li>・電子レンジ</li> <li>・湯沸し器</li> <li>・戸棚</li> <li>・計量はかり 2kg デジタル0.1g単位</li> </ul>
		男子・女子休憩室 (事業者用)	
		男子・女子更衣室 (調理員用)	
		手洗室	
		洗濯乾燥室	<ul style="list-style-type: none"> <li>・洗濯機 白衣の洗濯に必要な台数</li> <li>・乾燥機 必要な場合</li> </ul>
		調理員専用トイレ	
		男子・女子更衣室 (市職員用)	
		職員食堂	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ホワイトボード壁掛けタイプ (W1,200~1,800×H900程度)</li> <li>・イス</li> <li>・テーブル</li> </ul>
生ゴミ置場			
事務エリア	共用部その他	玄関・ホール	<ul style="list-style-type: none"> <li>・靴箱 (市職員、来客者用として50足分以上。事業者分を除く)</li> <li>・傘立 (30個分以上)</li> <li>・掲示板 (マグネット、画紙兼用ボード)</li> <li>・案内板</li> </ul>
		事務職員・外来用トイレ	
		倉庫	
		廊下 (見学ホール含む)	
		階段エレベータ (小荷物用含む)	
		機械室	
屋外施設	食材搬入用プラットフォーム		
	トラックバース		
	配送車車庫		
	駐輪場		
	駐車場	・車いす使用者用駐車場表示ポール	
	排水処理施設		
	受水槽		
	雨水貯留・浸透施設		
ボイラー室	<ul style="list-style-type: none"> <li>・事務机 平机 W1100×D700×H700</li> <li>・椅子 (肘付、調整機能付、回転式、キャスター付)</li> </ul>		

その他 ゴミ箱を必要な場所へ設置



水質検査結果書

第 4 号



西海工業団地多目的施設リレーナ

採水月	平成21年度	西海工業団地多目的施設リレーナ												備考		
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月			
外観	無色透明	無色透明	無色透明	無色透明	無色透明	無色透明	無色透明	無色透明	無色透明	無色透明	無色透明	無色透明	無色透明	無色透明	無色透明	
水温 (℃)	6.4	12.2	14.4	21.7	20.9	19.8	18.5	12.2	8.4	3.7	3.6	2.9				
残留塩素 (mg/l)	0.4	0.5	0.4	0.5	0.4	0.5	0.4	0.3	0.3	0.4	0.5	0.5				
項目																
水質基準																
* 一般細菌 (個/ml)	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
* 大腸菌 (個/100ml)	検出されないこと	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出	不検出
* 亜鉛及びその化合物 (mg/l)	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005
* 74-82-8及びその化合物 (mg/l)	0.011	0.014	0.015	0.037	0.047	0.048	0.032	0.025	0.013	0.006	0.008	0.007				
* 鉄及びその化合物 (mg/l)	0.010	0.007	0.008	0.014	0.010	0.011	0.017	0.013	0.029	0.014	0.013	0.019				
* 銅及びその化合物 (mg/l)	< 0.005	< 0.005	< 0.005	0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005	< 0.005
* 1,1,1,1-テトラフルオロエタン及びその化合物 (mg/l)	27.3	20.1	22.5	23.8	23.6	25.4	27.2	25.1	24.7	26.6	29.0	27.4				
* マンガン及びその化合物 (mg/l)	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001
* 塩化物イオン (mg/l)	39.1	16.9	15.0	27.4	22.8	26.8	39.5	28.9	26.8	47.3	42.6	32.8				
* 硝酸イオン (mg/l)	138	32.4	31.0	78.0	74.3	92.1	145	91.5	83.9	139	150	104				
* 有機物 (mg/l)	0.2	0.4	0.3	0.3	0.4	0.3	0.2	0.5	0.3	0.2	0.2	0.4				
* pH値 (電極法)	7.30	7.42	7.47	7.49	7.51	7.51	7.49	7.45	7.35	7.31	7.32	7.35				
* 味	異常でないこと	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない
* 臭気	異常でないこと	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない	異常でない
* 色度 (Pt-Co)	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5	< 0.5
* 濁度 (Nephelometric Turbidity Unit)	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1	< 0.1
電気伝導率 (µS/cm)	430	177	182	292	285	325	442	327	308	425	467	357				
硫酸イオン (mg/l)	124	38.5	41.4	86.8	73.3	88.1	130	84.2	83.2	152	131	94.5				
カルシウム硬度 (mg/l)	116	24.9	23.2	63.5	60.3	75.0	123	76.0	68.8	118	128	86.6				

\*の項目について水道GLP認定

資料9 厨房設備参考リスト

No.	品名	規格寸法(mm)			台数	備考
		幅(W)	奥行き(D)	高さ(H)		
A	<下処理エリア(荷受室・検収室・下処理室等)>					
1	荷受台	1,800	600	850	4	
2	デジタル台秤	350	605	802	5	
3	L型運搬車	900	600	800	8	
4	移動台	900	750	850	27	荷受台の高さと同じにすること。
5	粉碎ポンプ流し台	1,500	750	850	1	
6	二槽シンク	1,500	750	850	1	
7	移動式ピーラー	850	850	1,060	3	
8	移動式受槽	850	700	953	3	
9	保存食用冷凍庫(食材)	615	800	1,950	2	
10	器具消毒保管機	2,560	950	1,880	5	
11	器具消毒保管機	1,745	950	1,880	6	
12	三槽シンク	2,400	900	850	2	
13	移動台	1,200	750	850	1	
14	器具消毒機	2,800	1,060	1,790	1	
15	受台(H700)	1,200	750	700	1	
16	プレハブ冷蔵庫(野菜・果物類)	6,000	3,150	2,400	1	
17	プレハブ冷蔵庫(野菜・果物類)	2,700	3,150	2,400	1	
18	プレハブ冷蔵庫(豆腐類)	2,750	2,500	2,400	1	
19	プレハブ冷蔵庫(卵)	5,000	1,750	2,400	1	
20	プレハブ冷蔵庫(ダンボール)	2,100	4,000	2,400	1	
21	プレハブ冷蔵庫(ダンボール)	2,350	4,000	2,400	1	
22	プレハブ冷蔵庫(肉・魚)	3,000	4,500	2,400	1	
23	プレハブ冷蔵庫(肉・魚)	3,000	4,500	2,400	1	
24	移動ラック	910	613	1,717	43	
25	包丁まな板殺菌庫	850	600	1,430	3	
26	三層シンク	2,700	750	850	10	
27	作業台(H600)	900	750	600	10	
28	作業台	750	750	850	3	
29	三槽シンク	2,400	750	850	6	
30	移動台	1,200	750	850	5	
31	プレハブ冷蔵庫(卵)	2,350	2,500	2,400	1	
32	ラック	1,821	613	1,587	1	
33	トップトラック	4,626	1,295	2,200	1	
34	ラック	1,821	613	1,892	2	
35	冷蔵庫(調味料)	745	650	1,950	1	
36	二槽シンク	1,500	750	850	1	
37	作業台	1,500	750	850	1	
38	電動缶切機	230	450	388	4	
39	デジタル卓上秤	242	288	120	4	
40	器具消毒保管機	2,560	950	1,880	2	
41	パススルー冷蔵庫	1,800	850	2,000	2	
42	掃除用具入れ	500	500	1,800	4	
43	プレハブ冷蔵庫(乳製品)	2,000	3,000	2,400	1	
44	プレハブ冷蔵庫(冷凍食品)	2,000	3,000	2,400	1	

No.	品名	規格寸法(mm)			台数	備考
		幅(W)	奥行き(D)	高さ(H)		
<b>B &lt;上処理・釜調理室&gt;</b>						
1	移動台	1,200	750	850	16	
2	三槽シンク	2,400	750	850	6	
3	移動台(H600)	900	750	600	9	
4	移動式フードスライサー	1,045	800	1,379	5	
5	移動式野菜切機	820	950	1,120	2	
6	移動式サイノ目切機	800	700	1,194	2	
7	移動式受槽	850	700	953	9	
8	フードカッター	640	530	530	2	
9	置台(H600)	1,200	750	600	2	
10	移動式高速度ミキサー	420	590	1,060	4	
11	移動式受槽	500	530	900	4	
12	ザル運搬ラック	1,400	700	1,200	20	
13	スパテラスタンド	270	-	620	28	
14	蒸気回転釜	1,973	1,376	990	26	
15	配缶台	1,400	700	600	20	
16	蒸気回転釜	1,821	1,370	890	4	
17	スチームコンベクションオーブン	1,050	850	1,915	2	
18	三槽シンク	2,400	900	850	1	
19	器具洗浄機	2,800	1,060	1,790	1	
20	受台(H700)	1,200	750	700	1	
21	器具消毒保管機	2,180	950	1,880	3	
22	掃除用具入れ	500	500	1,800	2	
23	保存食用冷凍庫(調理後)	615	800	1,950	2	
<b>C &lt;和え物室&gt;</b>						
1	パススルー真空冷却機	1,625	1,790	2,110	2	
2	ウォーターチリングユニット	2,570	760	1,500	2	
3	屋外タンクユニット	1,100	1,630	1,675	2	
4	プレハブ冷蔵庫(和え前)	4,000	2,000	2,400	1	
5	移動台	1,200	750	850	4	
6	器具消毒保管機	1,745	950	1,880	2	
7	包丁まな板殺菌庫	850	600	1,650	1	
8	三槽シンク	2,100	750	850	1	
9	和え物用回転釜	1,821	1,370	890	4	
10	配缶台	1,400	700	600	4	
11	プレハブ冷蔵庫(調理後)	4,000	2,000	2,400	1	

No.	品名	規格寸法(mm)			台数	備考
		幅(W)	奥行き(D)	高さ(H)		
<b>D &lt;焼物・揚物室・蒸し物室/油庫&gt;</b>						
1	移動台	1,200	750	850	8	
2	スチームコンベクションオーブン	1,050	850	1,915	8	
3	連動式揚物機	7,000	1,427	1,870	2	
4	油切コンベヤ	1,803	680	843	2	
5	受台(H600)	1,200	750	850	2	
6	配缶台	1,400	700	600	6	
7	油濾過機	1,140	515	980	1	
8	油濾過システム制御盤	500	200	600	1	
9	新油タンク	1,435	735	1,926	1	
10	廃油タンク	1,435	735	1,926	1	
11	三槽シンク	2,400	900	850	1	
12	脇台	1,200	900	850	2	
13	器具洗浄機	1,520	900	1,760	1	
14	掃除用具入れ	500	500	1,800	1	
<b>E &lt;アレルギー食調理室&gt;</b>						
1	包丁まな板殺菌庫	850	600	1,430	1	
2	器具消毒保管機	2,560	950	1,880	1	
3	二槽シンク	1,800	750	850	1	
4	冷凍冷蔵庫	900	650	1,950	2	
5	三槽シンク	2,100	750	850	2	
6	作業台	750	750	850	4	
7	多機能ミキサー	360	330	570	2	
8	IH調理器	1,200	750	850	4	
9	スチームコンベクションオーブン	700	697	510	2	
10	置台	1,200	750	850	2	
11	移動台	900	750	850	4	
12	戸棚付作業台	1,500	900	850	4	
13	吊戸棚・上棚	1,500	400	1,000	4	
14	電子レンジ	490	383	320	2	
15	消毒保管機	1,280	950	1,880	2	
16	掃除用具入れ	500	500	1,800	1	

No.	品名	規格寸法(mm)			台数	備考
		幅(W)	奥行き(D)	高さ(H)		
<b>F &lt;洗浄室/消毒室/残菜庫&gt;</b>						
1	移動台	1,500	750	850	14	
2	三槽シンク	1,800	750	850	3	
4	小物洗浄機	900	600	926	2	
5	食器浸漬槽	4,600	1,590	1,410	3	
6	移動台	750	600	850	3	
7	食器自動供給装置	700	1,400	281	3	
8	食器洗浄機	8,200	1,725	2,350	3	
9	食器自動受取装置	900	1,450	1,095	3	
10	自動トレー供給装置	850	1,200	281	1	
11	トレー洗浄機	7,600	1,525	2,350	1	
12	トレー自動受取装置	1,380	1,250	1,095	1	
13	コンテナ洗浄機	8,700	2,630	3,050	1	
14	残菜計量コンベヤ	2,500	880	1,400	2	
15	粉碎ポンプ流し台	1,500	1,400	850	2	
16	食缶下洗機	2,950	1,800	2,050	2	
17	食缶洗浄機	7,850	1,880	2,250	2	
18	作業台	1,500	750	850	1	
19	三槽シンク	2,400	750	850	1	
20	ラック	1,518	613	1,892	5	
21	コンプレッサー	926	710	1,180	2	
22	トラックイン食缶消毒保管機	3,310	2,965	2,720	1	
23	トラックイン食缶消毒保管機	2,200	2,965	2,720	1	
24	トラックイン食缶消毒保管機	2,200	2,000	2,220	4	
25	トラックイン食缶消毒保管機	1,110	2,965	2,220	1	
26	トラックイン食缶消毒保管機	2,200	2,965	2,220	2	
27	保管機用カート	750	900	1,720	46	
28	コンテナ消毒保管室	20,000	14,000	2,400	1	
29	予備食器消毒保管室	20,000	5,500	2,400	1	
30	消毒室制御盤	-	-	-	1	
31	コンテナ	1,270	800	1,500	108	
32	保管機用カート	750	900	1,720	100	
33	調整タンク	1,300	1,000	1,650	1	
34	厨芥脱水機	1,295	650	1,450	1	
35	ポリバケツ交換装置	1,545	1,545	329	1	
36	制御盤(厨芥脱水機)	600	200	500	1	
37	掃除用具入れ	500	500	1,800	2	
<b>G &lt;着替え室&gt;</b>						
1	クリーンロッカー(エプロン)	1,000	600	1,900	16	
2	クリーンロッカー(短靴)	1,000	600	1,900	12	

資料10 運営備品等（食器・食缶等）リスト

① 小学校給食センター

品名	型式	W	D	φ	H	数量	備考
<b>食器類</b>							
汁椀	PEN製			140	58	12,000	465ml 市指定絵柄付
飯椀	PEN製			145	61	12,000	520ml 市指定絵柄付
角仕切り皿	PEN製	180	150		24	12,000	市指定絵柄付
深皿	PEN製			145	33	12,000	310ml 市指定絵柄付
どんぶり	PEN製			164	64	12,000	770ml 市指定絵柄付
カレー皿	PEN製			210	36	12,000	830ml 市指定絵柄付
トレイ	FRP製	380	290		19	12,000	
先丸スプーン	ステンレス製 195mm					12,000	
※中学校の食器と容易に区別ができること。また、汁椀と飯椀は、視覚的に区別できるようにすること。							
<b>アレルギー対応食用容器</b>							
アレルギー対応食用容器						120	安全性に優れ食品による着色が少ないもので、消毒保管のため耐熱性を有するもの
<b>配膳器具</b>							
汁杓子	ステンレス製					944	2個／1クラス レードル柄のもの
うどん杓子	ステンレス製 90mm					944	2個／1クラス レードル柄のもの
サラダサービストング	ステンレス製					944	2個／1クラス(トングとパンバサミが1体となったもの)
飯しゃもじ	樹脂製 エンボス加工品					944	2個／1クラス
<b>食缶</b>							
汁用食缶(大)	丸型13L					472	オールステンレス製、真空断熱性、クリップ付
食缶(中)	7L					472	オールステンレス製、真空断熱性、角浅タイプ、温冷対応、クリップ付
食缶(小)	7Lより小さいタイプ					472	オールステンレス製、真空断熱性、角浅タイプ、温冷対応、クリップ付
<b>食器籠類</b>							
食器籠(汁椀)						472	コーティングタイプ(食器に合わせた大きさとする。)
食器籠(飯椀)						472	
食器籠(角仕切り皿)						472	
食器籠(深皿)						472	
食器籠(どんぶり)						472	
食器籠(カレー皿)						472	
食器籠(トレイ)						472	
食器籠(スプーン)						944	2個／1クラス
スプーン通し						944	2個／1クラス (洗浄機により適宜計画する)

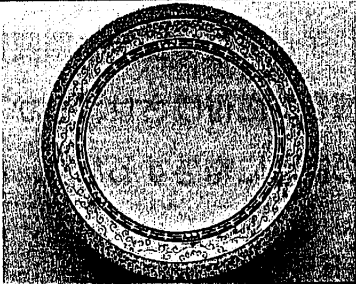
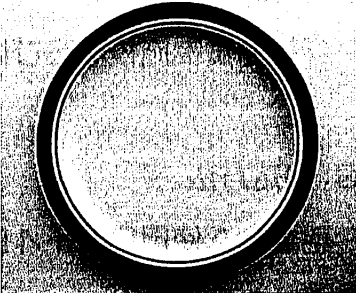
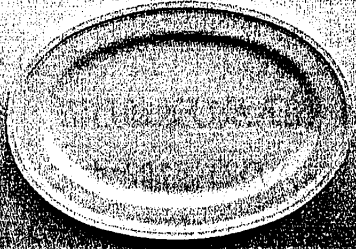
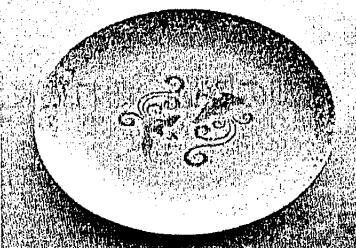
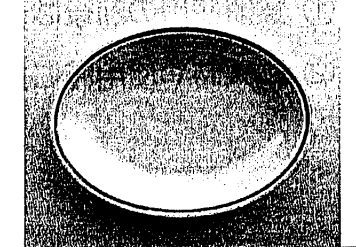
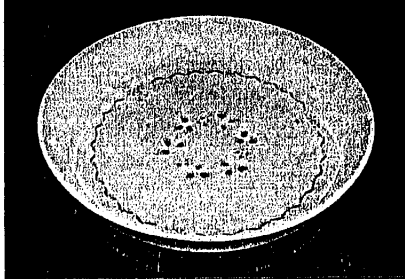
※上表W、D、H、φの単位はmmとする。サイズ、容量等は参考値とする。

② 中学校給食センター

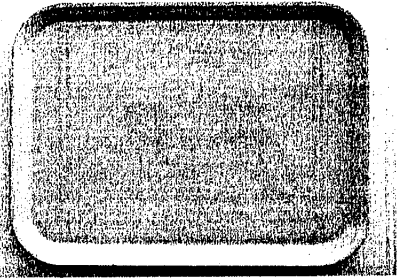
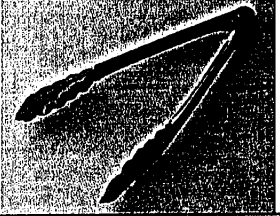
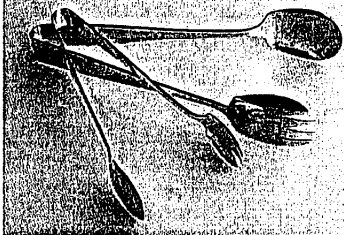

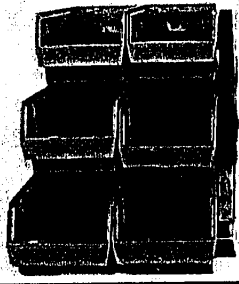
品名	型式	W	D	φ	H	数量	備考
<b>食器類</b>							
汁椀	PEN製			145	61	10,200	市指定絵柄付
飯椀	PEN製			145	61	10,200	市指定絵柄付
仕切り皿	PEN製			200	26	10,200	市指定絵柄付
どんぶり	PEN製			180	69	10,200	市指定絵柄付
カレー皿	PEN製			219	36	10,200	市指定絵柄付
トレイ	FRP製	380	290		18	10,200	
スプーン(大)	ステンレス製 195mm					10,200	
フォーク(大)	ステンレス製 195mm					10,200	
※小学校の食器と容易に区別ができること。また、汁椀と飯椀は、視覚的に区別できるようにすること。							
<b>配膳器具</b>							
汁杓子	ステンレス製					586	2個/1クラス レードル柄のもの
うどん杓子	ステンレス製 90mm					586	2個/1クラス レードル柄のもの
サラダサービストング	ステンレス製					1,172	2個/1クラス(トングとパンバサミが一体となったもの)
飯しゃもじ	樹脂製 エンボス加工品					586	2個/1クラス
<b>食缶</b>							
食缶(汁物)	丸型14L			300	315	586	オールステンレス製、真空断熱性、クリップ付
食缶(大)	角型7L	370	320		125	586	オールステンレス製、真空断熱性、角浅タイプ、温冷対応、クリップ付
食缶(小)	角型4L	320	240		125	586	オールステンレス製、真空断熱性、角浅タイプ、温冷対応、クリップ付
<b>食器籠類</b>							
食器籠(汁椀)		330	180		230	293	コーティングタイプ(食器に合わせた大きさとする。)
食器籠(飯椀)		330	180		230	293	
食器籠(仕切り皿)		450	220		230	293	
食器籠(どんぶり)		400	220		230	293	
食器籠(カレー皿)		480	250		230	293	
食器籠(トレイ)		415	250		230	293	
食器籠(スプーン)						293	
スプーン通し	一般流通品 235mm					293	2個/1クラス (既存の洗浄機にあわせて適宜計画する)
フォーク通し	一般流通品 235mm					293	2個/1クラス (既存の洗浄機にあわせて適宜計画する)

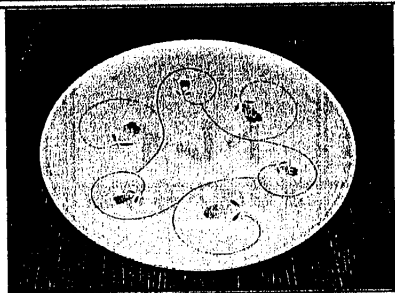
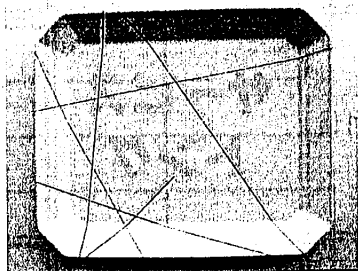
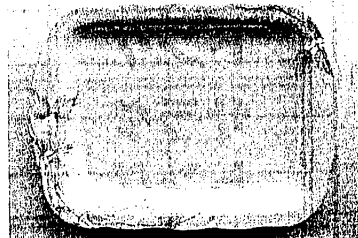
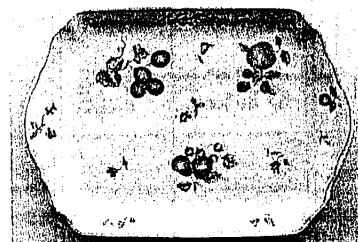
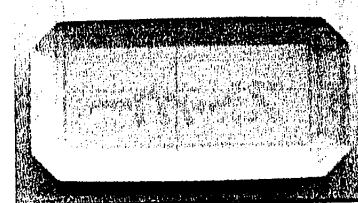
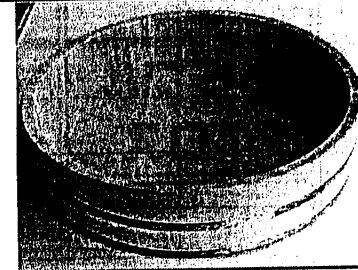
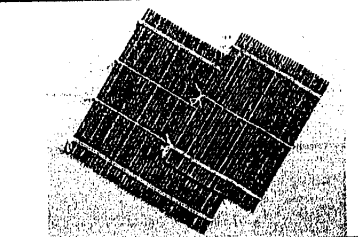
※上表W、D、H、φの単位はmmとする。サイズ、容量等は参考値とする。

## バイキング用食器の種類と規格

No.	品名	規格		製品の写真
1	丸皿	直径40cm		
	丸皿	直径38cm		
2	丸皿	直径55cm		
3	小判皿	50cm×35cm		
4	小判皿	31cm×41cm		
5	小判皿	32cm×23cm		
6	とら鉢	直径40cm		



14	<b>トレイ</b> 30cm×40cm	ピンク		
		パープル		
15	<b>サービス トング</b>			
16	<b>サラダ トング</b>	大		
	<b>サラダ トング</b>	小		
17	<b>おにぎい型</b>	5 個 分		
18	<b>ストッカー</b>	3段式 (6仕切)		
19	<b>テーブル クロス</b>	1m幅×2m長		ピンク・黄・緑・青の4色を揃えていますが、模様や色合いが異なります。

7	盛皿	直径40cm		
8	角皿	40cm×35cm		
9	角皿	42cm×30cm		
10	角皿	28cm×40cm		
11	角皿	40cm×20.5cm		
12	すし桶	直径35cm		
13	巻きす	大・小		

① 小学校センター

平成22年9月分 予定献立盛りつけ表

※ 本資料は、新たに小学校給食を行うにあたって、平成22年9月の献立とした場合の盛り付け例である。

月	火	水	木	金	
○食器の種類 深皿 角仕切皿 カレー皿 ご飯 汁椀 どんぶり	1 いか姿照焼 食缶(中) 食缶(小) わかめサラダ (卓上ドレッシング) 味付のり 牛乳 ごはん	2 肉じゃがコロケ 食缶(中) 食缶(小) せんきゃべつ (卓上ソース) 牛乳 (ゆでうどん) 食缶(大) かしわうどん	3 赤魚塩焼 食缶(中) 食缶(小) ゆで野菜 (卓上しょうゆ) 牛乳 カットりんご ごはん 厚揚げのみそ汁	10 さんま土佐煮 食缶(中) 食缶(小) ゆで野菜 (卓上ドレッシング) 牛乳 ごはん 山海汁	
	8 チャプチェ 食缶(中) 食缶(小) ミニトマト2こ (卓上マヨネーズ) 牛乳 卵ふりかけ ごはん	9 野菜たっぷりお好み焼き 食缶(中) 食缶(小) 生野菜 (卓上ソース) 牛乳 バックブルーン (ゆで中華めん) 食缶(大) タンタンめん	16 焼おにぎり 食缶(中) 食缶(小) ゆで野菜 (卓上ドレッシング) 牛乳 (ゆでうどん) 食缶(大) 肉わかめうどん レモンヨーグルト	17	24
	7 マカロニミートソース炒め 食缶(中) 食缶(小) ゆでブロッコリー (卓上マヨネーズ) 牛乳 米粉パン 食缶(大) もやしのスープ	8 チャプチェ 食缶(中) 食缶(小) ミニトマト2こ (卓上ソース) 牛乳 卵ふりかけ ごはん	15 まぐろメンチカツ 食缶(中) 食缶(小) せんきゃべつ (卓上ソース) 牛乳 のり佃煮 ごはん	22 いわし梅しょうゆ煮 食缶(中) 食缶(小) 切干大根の炒め物 十五夜デザート 牛乳 ごはん	23 秋分の日
	6 フルーツカクテル 食缶(中) 食缶(小) 福神漬け 牛乳 キーマカレー 食缶(大) ごはん	7 マカロニミートソース炒め 食缶(中) 食缶(小) ゆでブロッコリー (卓上マヨネーズ) 牛乳 米粉パン 食缶(大) もやしのスープ	14 たれ付ポークハンバーグ 食缶(中) 食缶(小) ミニトマト2こ チヨコクリーム 食缶(大) クラムチャウダー	21 鮭とほうれん草のグラタン 食缶(中) 食缶(小) ゆで野菜 (卓上ドレッシング) 牛乳 りんごパン 食缶(大) ミートボールスープ	28 スクランブルエッグ 食缶(中) 食缶(小) ミニトマト2こ ゼネラルレクラムジャム 食缶(大) さつまいもシチュー
	13 ナムル 食缶(中) 食缶(小) つぼ漬 (卓上ドレッシング) 牛乳 ごはん 食缶(大) マーボー丼	14 たれ付ポークハンバーグ 食缶(中) 食缶(小) ミニトマト2こ チヨコクリーム 食缶(大) クラムチャウダー	21 鮭とほうれん草のグラタン 食缶(中) 食缶(小) ゆで野菜 (卓上ドレッシング) 牛乳 りんごパン 食缶(大) ミートボールスープ	28 スクランブルエッグ 食缶(中) 食缶(小) ミニトマト2こ ゼネラルレクラムジャム 食缶(大) さつまいもシチュー	27
20 敬老の日	21 鮭とほうれん草のグラタン 食缶(中) 食缶(小) ゆで野菜 (卓上ドレッシング) 牛乳 りんごパン 食缶(大) ミートボールスープ	22 いわし梅しょうゆ煮 食缶(中) 食缶(小) 切干大根の炒め物 十五夜デザート 牛乳 ごはん	23 秋分の日	24	
27	28 スクランブルエッグ 食缶(中) 食缶(小) ミニトマト2こ ゼネラルレクラムジャム 食缶(大) さつまいもシチュー	29 炒めビビンバ 食缶(中) 食缶(小) せん切りたくあん カットりんご 牛乳 ごはん	28 春巻 食缶(中) 食缶(小) 生野菜 (卓上ドレッシング) 牛乳 (ゆでうどん) 食缶(大) みそラーメン		

② 中学校センター

平成22年度8月分

学校給食献立一覧表

学校給食センター

実施日	こ ん だ て			使用 食器類	食種類しゃもじ類	
	主食	牛乳	お か ず る い			
24	火	米粉パン	牛乳	A ワンタンスープ ・ <b>フィッシュフライ</b> ・ せんキャベツ ・ ソース B コーンポタージュ ・ <b>照焼チキンハンバーグ</b> ・ ゆで野菜(きゅうり・にんじん) ・ マヨネーズ	おわん 仕切り皿 トレー スプーン	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ハサミ4
25	水	米飯270g	牛乳	A ハッシュドビーフ ・ シトラスあん ・ つぼ漬 B 夏野菜カレー ・ トロピカルフルーツミックス ・ つぼ漬	カレー皿 仕切り皿 トレー スプーン	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ヘラ2 ・ ハサミ2 くししゃもじ2
26	木	ゆで中華	牛乳	A タンメン ・ <b>ポークシューマイ(2こ)</b> ・ 生野菜(きゅうり・萬わかめ) ・ 和風ごまドレッシング ・ りんごゼリー(学配) B タンメン ・ <b>揚げギョーザ(2こ)</b> ・ ゆで野菜(いんげん・人参) ・ 和風乳化ドレッシング ・ りんごゼリー(学配)	どんぶり 仕切り皿 トレー	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ハサミ4
27	金	米飯250g	牛乳	A せん切り汁 ・ <b>あじ塩焼</b> ・ <b>こんにゃくとメンマの炒め物</b> ・ 野菜ふりかけ B 海藻スープ ・ <b>ます塩焼</b> ・ <b>ごぼうサラダ</b> ・ 焼煎ごまドレッシング ・ 野菜ふりかけ	おわん2 仕切り皿 トレー	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ヘラ2 ・ ハサミ2 くししゃもじ2
30	月	米飯270g	牛乳	A 中華丼 ・ 海藻サラダ ・ 中華ドレッシング ・ せん切りたくあん B ビビンバ ・ 辛味ソース ・ ゆで野菜(白かぶ・きゅうり) ・ 焼煎ごまドレッシング ・ せん切りたくあん	どんぶり 仕切り皿 トレー スプーン	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ヘラ2 ・ ハサミ4
31	火	パンパン	牛乳	A こかぶのクリームスープ ・ <b>ポークフランクソースがけ</b> ・ ミニトマト(3こ) B チンゲン菜のスープカレー風味 ・ <b>チキンカツレツチーズのせ焼</b> ・ 生野菜(レタス・きゅうり) ・ マヨネーズ	おわん 仕切り皿 トレー スプーン	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ハサミ4

9月分

1	水	米飯250g	牛乳	A けんちん汁 ・ <b>いか姿照焼</b> ・ わかめサラダ ・ 和風ごまドレッシング ・ 味付のり B いらたまみそ汁 ・ <b>さんま塩焼</b> ・ <b>山菜炒め</b> ・ 味付のり	おわん2 仕切り皿 トレー	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ヘラ2 ・ ハサミ3 くししゃもじ1
2	木	ゆでうどん	牛乳	A かしわうどん ・ <b>肉じゃがコロッケ</b> ・ せんキャベツ ・ ソース B かしわうどん ・ <b>照焼おからハンバーグ</b> ・ ミニトマト(3こ)	どんぶり 仕切り皿 トレー	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ハサミ4
3	金	米飯230g	牛乳	A 厚揚げのみそ汁 ・ <b>赤魚塩焼</b> ・ ゆで野菜(もやし・ほうれん草) ・ しょうゆ ・ カットりんご(学配) B すまし汁 ・ <b>さばみそ煮</b> ・ <b>五目ひじき炒め</b> ・ カットりんご(学配)	おわん2 仕切り皿 トレー	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ヘラ2 ・ ハサミ3 くししゃもじ1
6	月	米飯270g	牛乳	A キーマカレー ・ フルーツカクテル ・ 福神漬 B ビーフシチュー ・ マンゴーあん ・ 福神漬	カレー皿 仕切り皿 トレー スプーン	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ヘラ2 ・ ハサミ2 くししゃもじ2
7	火	米粉パン	牛乳	A もやしのスープ ・ <b>マカロニミートソース炒め</b> ・ ゆでブロッコリー ・ ノンエッグマヨネーズ B チーズポタージュ ・ <b>りんご入りハンバーグ</b> ・ 生野菜(キャベツ・きゅうり) ・ ソース	おわん 仕切り皿 トレー スプーン	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ハサミ3 くししゃもじ1
8	水	米飯250g	牛乳	A キムチスープ ・ <b>チャブチェ</b> ・ ミニトマト(3こ) ・ 卵ふりかけ B つみれ汁 ・ <b>鮭フライ</b> ・ せんキャベツ ・ ソース ・ 卵ふりかけ	おわん2 仕切り皿 トレー	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ヘラ2 ・ ハサミ4
9	木	ゆで中華	牛乳	A タンタンめん ・ <b>野菜たっぷりお好み焼き</b> ・ 生野菜(きゅうり・レタス) ・ ソース ・ バックブルー(学配) B タンタンめん ・ <b>きんぴら肉団子(2こ)</b> ・ ゆで野菜(アスパラ・コーン) ・ マヨネーズ ・ バックブルー(学配)	どんぶり 仕切り皿 トレー	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ハサミ3 くししゃもじ1
10	金	米飯230g	牛乳	A 山海汁 ・ <b>さんま土佐煮</b> ・ ゆで野菜(大根・にんじん) ・ 野菜入り和風ドレッシング B わかめスープ ・ <b>ほっけ塩焼</b> ・ <b>なすとひき肉の炒め物</b>	おわん2 仕切り皿 トレー	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ヘラ2 ・ ハサミ3 くししゃもじ1
13	月	麦ご飯270g	牛乳	A マーボー丼 ・ <b>ナムル</b> ・ 中華ドレッシング ・ つぼ漬 B 中華風親子丼 ・ 海藻サラダ ・ 和風ごまドレッシング ・ つぼ漬	どんぶり 仕切り皿 トレー スプーン	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ヘラ2 ・ ハサミ4
14	火	食パン	牛乳	A クラムチャウダー ・ <b>たれ付ポークハンバーグ</b> ・ ミニトマト(3こ) ・ チョコクリーム B ミネストローネ ・ <b>ツナオムレツ</b> ・ <b>じゃがいものマヨネーズ炒め</b> ・ チョコクリーム	おわん 仕切り皿 トレー スプーン	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ハサミ3 くししゃもじ1
15	水	米飯250g	牛乳	A 豚汁 ・ <b>まぐろメンチカツ</b> ・ せんキャベツ ・ ソース ・ のり佃煮 B スタミナスープ ・ <b>八戸産さば照焼</b> ・ ゆで野菜(長芋・おくら) ・ りんごしょうゆ ・ のり佃煮	おわん2 仕切り皿 トレー	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ヘラ2 ・ ハサミ3 くししゃもじ1
16	木	ゆでうどん	牛乳	A 肉わかめうどん ・ <b>焼おにぎり</b> ・ ゆで野菜(もやし・ほうれん草) ・ 和風ごまドレッシング ・ レモンヨーグルト(学配) B 肉わかめうどん ・ <b>ワインナーベーコン巻</b> ・ 生野菜(キャベツ・きゅうり) ・ マヨネーズ ・ レモンヨーグルト(学配)	どんぶり 仕切り皿 トレー	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ハサミ4
21	火	りんごパン	牛乳	A ミートボールスープ ・ <b>鮭とほうれん草のグラタン</b> ・ ゆで野菜(キャベツ・コーン) ・ 和風ごまドレッシング B パンプキンポタージュ ・ <b>クリスピーチキン</b> ・ 生野菜(レタス・きゅうり) ・ ソース	おわん 仕切り皿 トレー スプーン	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ハサミ3 くししゃもじ1
22	水	米飯230g	牛乳	A 月見汁 ・ <b>いわし梅しょうゆ煮</b> ・ <b>切干大根の炒め物</b> ・ 十五夜デザート(学配) B ごまみそ汁 ・ <b>県産秋鮭照焼</b> ・ ゆで野菜(ほうれん草・もやし) ・ りんごしょうゆ ・ 十五夜デザート(学配)	おわん2 仕切り皿 トレー	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ヘラ2 ・ ハサミ3 くししゃもじ1
28	火	食パン	牛乳	A さつまいもシチュー ・ <b>スクランブルエッグ</b> ・ 卓上野菜入りケチャップ ・ ミニトマト(3こ) ・ ゼネラルレクラークジャム B コンソメスープ ・ <b>チキンメンチカツ</b> ・ せんキャベツ ・ ソース ・ ゼネラルレクラークジャム	おわん 仕切り皿 トレー スプーン	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ハサミ3 くししゃもじ1
29	水	米飯250g	牛乳	A かぶのみそ汁 ・ <b>炒めビビンバ</b> ・ せん切りたくあん ・ カットりんご(学配) B スープカレー ・ <b>チキンウインナー(3こ)</b> ・ ゆで野菜(ブロッコリー・コーン) ・ 焼煎ごまドレッシング ・ カットりんご(学配)	おわん2 仕切り皿 トレー スプーン	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ヘラ2 ・ ハサミ2 くししゃもじ2
30	木	ゆで中華	牛乳	A みそラーメン ・ <b>春巻</b> ・ 生野菜(きゅうり・わかめ) ・ 野菜入り和風ドレッシング B みそラーメン ・ <b>ピクえびシューマイ(2こ)</b> ・ ゆで野菜(大根・小松菜) ・ 中華ドレッシング	どんぶり 仕切り皿 トレー	丸缶2 ・ 角缶大2 角缶中2 ・ お玉2 ハサミ4

献立は都合により変わることがあります。

### 給食施設貸与一覧

1 階	洗 浄 室	2 階	検 収 室
	コ ン テ ナ 保 管 庫		荷 受
	コ ン テ ナ 保 管 庫 前 室		冷 蔵 庫
	食 缶 保 管 庫		冷 凍 庫
	ボ イ ラ ー 室		油 庫
	洗 濯 室		下 処 理 室
	男 子 更 衣 室		上 処 理 室
	女 子 更 衣 室		調 理 室
	男 子 休 憩 室		揚 物 焼 物 室
	女 子 休 憩 室		和 え 物 室
	浴 室		コ ン テ ナ プ ール
	洗 面 ・ 脱 衣		フ ァ ン ・ ダ ク ト ス ペ ース
	運 転 手 控 室		倉 庫
	サ ニ タ リ ー		厨 芥 庫
	男 子 便 所 2		洗 濯 室
	女 子 便 所 2		洗 濯 室 前 室
	運 転 手 控 室 便 所		調 味 料 庫
	車 寄 せ		サ ニ タ リ ー
	駐 車 ス ペ ー ス		車 寄 せ デ ッ キ
	洗 車 コ ー ナ ー		男 子 便 所
	女 子 便 所		
その他	ご み 処 理 棟	食 堂 室	

## 設備等貸与一覧

設置場所	品名	参考寸法			台数	備考
		W	D	H		
検収室	台秤				2	
	器具消毒保管庫	2200	1035	2220	1	
	検食用保管庫	1210	800	2000	2	
	移動台	1200	750	800	1	
	二槽シンク	1800	750	800	1	
	ピーラー	610	670	975	2	
	ピーラーシンク	900	840	550	2	
	L型運搬車	900	600	800	6	
	プレハブ野菜冷蔵庫	4850	3850	2500	1	
	プレハブ肉魚冷蔵庫	6850	2350	2500	1	
	プレハブ肉魚冷凍庫	6850	2350	2500	1	
	オゾン式器具殺菌保管庫	1000	750	2000	2	
	包丁俎板殺菌庫	850	500	1430	1	
	作業台(調理台)	1800	900	800	2	
移動パンラック(冷蔵庫用)	1800	750	1500	10		
下処理室	器具消毒保管庫	2200	1035	2220	2	
	包丁俎板殺菌庫	850	600	1430	2	
	一槽シンク	1200	900	800	16	
	移動台	1200	900	800	4	
	L型運搬車	900	600	800	6	
	カウンターテーブル	1800	900	800	2	
	作業台	1300	750	800	4	
	移動パンラック	1800	750	1500	2	
	移動シンク	900	750	800	2	
	移動台	1500	750	800	1	
上処理室	高速度ミキサー	335	455	920	2	
	三槽シンク	2700	900	800	3	
	移動台	1800	900	800	6	
	野菜切機置台	1700	900	600	2	
	野菜切機	630	1023	1400	2	
	サイノ目切機置台	1600	900	600	2	
	サイノ目切機	380	480	820	2	
	カウンターテーブル	2000	900	800	4	
	移動パンラック	1800	750	1500	2	
調理室	器具消毒保管庫	2200	1035	2220	4	
	蒸気回転釜	1973	1282	845	18	
	盛付台	1500	750	400	18	
	ソイルドテーブル	1800	950	850	1	
	洗浄機	1447	936	1984	1	
	クリーンテーブル	1500	950	850	1	
	移動台	1200	750	800	2	
	移動台	1200	750	800	2	
揚物・焼物室	一槽シンク	1200	750	800	2	
	包丁俎板殺菌庫	850	600	1430	1	
	器具消毒保管庫	2200	1035	2220	1	
	電気式オーブン	1180	1029	1800	5	
	高圧蒸煮機	1800	1890	1800	2	
	移動台	1200	750	780	4	
	油切コンペアー	1880	680	840	2	
	連続式揚物機	6100	1427	1520	2	
	移動台	1200	750	800	5	
	油濾過機	2080	612	1203	1	
	油濾過機用操作盤	500	200	600	1	
	油タンク	1800	1000	1666	2	
	新油供給ポンプ制御盤	500	200	600	1	
	廃油移送ポンプ制御盤	400	200	600	1	

## 設備等貸与一覧

設置場所	品名	参考寸法			台数	備考
		W	D	H		
和え物室	プレハブ食缶用冷蔵庫	4000	4250	2500	1	
	蒸煮冷却機	3045	1970	2100	1	
	器具消毒保管庫	2200	1035	2220	1	
	包丁俎板殺菌庫	850	600	1430	1	
	作業台	750	750	800	2	
	2槽シンク	1600	750	800	1	
	高速度ミキサー	335	455	920	1	
	抜水機	650	900	750	2	
	リンゴ切機	600	600	1245	2	
	三槽シンク	2700	900	800	1	
	移動台	1800	900	800	1	
	蒸気回転釜	1656	975	815	2	
	蒸気回転釜	1973	1282	845	2	
	移動台	1200	750	800	4	
	盛付台	1500	750	400	2	
	移動パンラック	1800	750	1500	5	
洗浄室	水切付シンク	1800	750	800	1	
	スプーン洗浄機	900	600	800	1	
	移動台	1200	750	800	1	
	移動台	1500	900	800	1	
	残菜テーブル	1600	1460	850	1	
	残菜破砕機	610	610	820	1	
	食缶下洗機	2950	1650	2190	1	
	食缶洗浄機	7250	1500	2210	1	
	お盆自動供給装置	1200	850		1	
	高圧お盆洗浄機	7950	1350	2305	1	
	お盆自動整理装置	1286	1028	891	1	
	自動食器浸漬槽	3250	1250	860	3	
	脇台	850	600	800	3	
	食器自動供給装置	1360	900	1225	3	
	食器洗浄機	7950	1550	2305	3	
	食器自動整理装置	1450	900	1165	3	
	コンテナ洗浄機	8700	2660	2950	1	
	移動台	1500	900	800	11	
	トラックイン消毒保管庫	2200	4000	2220	7	
サニタリー室	シューズ消毒庫	1000	770	1898	3	
コンテナ消毒庫	コンテナ消毒システム					
	コンテナ	1350	760	1650	104	
	予備食器庫	1600	2500	1900	8	
	同上カート	750	800	1748	32	
倉庫(乾物)	移動パンラック	1800	750	1500	5	
調味料庫	移動パンラック	1800	750	1500	5	
	移動台	1500	750	800	4	
	L型運搬車	900	600	825	3	
倉庫(2)	移動パンラック	1800	750	1500	5	
ゴミ処理棟	厨芥処理機	1865	800	2226	1	

## 器具等貸与一覧

使用場所	名称	数	備考
調理場で使用	色付包丁:牛刀(白19・黄3・赤10・青4・緑5)	41	
	色付まな板 (白19・黄3・赤10・青4・緑5)	41	
	ボール(大)	18	
	ボール(中)	32	
	ボール(小)	32	
	計量カップ200cc用	3	
	計量カップ500cc用	3	
	計量カップ1,000cc用	3	
	ザル(大・3色・各10)	30	
	ザル(中・2色・各10)	20	
	ザル(小・2色・各10)	20	
	ひしゃく	9	
	麵ひしゃく	11	
	網ひしゃく	9	
	しゃもじ(ハイテクスパテラ)	11	
	泡立て器	11	
	検食缶	30	
	オープン用天板	35	
	番重(穴開き)	120	
	バスケット(3色・各10)	30	
	キッチンはさみ	10	
	ゴムへら(大)	4	
	調理場で使用	タライ(大)	10
タライ(小)		10	
プラスチックコンテナ(大)		30	
プラスチックコンテナ(中)		30	
プラスチックコンテナ(小)		30	
キャスター付ごみ収納ペール(70 $\frac{1}{2}$ ))		10	
ポリペール(70 $\frac{1}{2}$ ))		10	
温湿度計(各室)		18	
掃除用具一式(9組)			
水切り		9	
デッキブラシ		9	
自在ぼうき		9	
文化チリトリ		9	
モップ		9	
モップ絞り器		9	
検収室	机	1	
	ポリ容器運搬車	10	
	非接触温度計	2	
下処理室	電動式缶切り器	2	
	缶切り器	3	
上処理室	ザル置き台	20	
調理室	中芯温度計	2	
	残留塩素計	5	
	へら置き台(スパテラスタンド)	11	
揚物・焼物室	中芯温度計	2	
和え物室	中芯温度計	1	
調味料庫	上皿はかり0.5kg用	3	
	上皿はかり2kg用	3	
	上皿はかり8kg用	3	
	デジタル台はかり	1	
	缶切り器	1	



## 器具等貸与一覧

使用場所	名称	数	備考
食 堂	テーブル(4人用)	13	
	椅子	52	
	配膳台	2	
湯沸室(1)	ガスコンロ	1	
	食器棚	1	
男子休憩室	長机(低)	2	
女子休憩室	長机(低)	5	
男子更衣室	ロッカー(3人用/20人分)	7	
女子更衣室	ロッカー(3人用/40人分)	14	
運転手控室	長机(高)	2	
	長机(低)	2	
	折りたたみ椅子	8	
	ロッカー(3人用/15人分)	5	
	ロッカー(1人分)	1	
湯沸室(2)	ガスコンロ	1	
	食器棚	1	
ゴミ処理棟	サンコータル	25	
	サンカートタル	2	

# 学校給食献立一覧表

【 A 】 A 学校名 (浪打・南・油川・横内・高田・新城・甲田・浦町・戸山・三内)

実施日	こ ん だ て				アレルギー関係	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
	主食	牛乳	お か す る い				
9 金	米飯250g	牛乳	すまし汁・さわらごまみそ焼・ゆで野菜(菜の花・もやし)・しょうゆ・卵ふりかけ		卵・乳・小麦・大豆・さば かに	743	34.2
12 月	米飯230g	牛乳	若竹汁・さんま塩焼・長いもと肉の炒め煮		乳・小麦・大豆・豚肉 しいも	914	32.5
13 火	食パン	牛乳	かき玉スープ・ハンバーグソースがけ・レタス・和風乳化ドレッシング ・いちごファイバージャム		卵・乳・小麦・大豆・豚肉 鶏肉・りんご・オレンジ ゼラチン	922	34.8
14 水	麦ご飯270g	牛乳	ポークカレー・海そうサラダ・中華ドレッシング・福神漬		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・オレンジ	998	34.6
15 木	ゆで中華そば	牛乳	とんこつみそラーメン・チヂミ・せんキャベツ・ソース・いちごヨーグルト(学配)		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 いか・りんご・オレンジ ゼラチン	808	34.8
16 金	米飯270g	牛乳	マーボー丼・リャンバンサンスー・中華ドレッシング・きゅうり漬		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	793	33.2
19 月	米飯230g	牛乳	けんちん汁・ます塩焼き・ひじき炒め		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 鮭	759	40.6
20 火	りんごパン	牛乳	クラムチャウダー・野菜メンチカツ・ゆで野菜(キャベツ・人参)・ソース		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・オレンジ	931	33.9
21 水	米飯270g	牛乳	中華丼・生野菜(キャベツ・きゅうり)・青じそドレッシング・せん切りたくあん漬		卵・乳・小麦・大豆・豚肉 鶏肉・えび・さば・りんご	841	41.8
22 木	ゆでうどん	牛乳	きつねうどん・焼おにぎり・ゆで野菜(小松菜・コーン)・焙煎ごまドレッシング ・カットりんご(学配)		卵・乳・小麦・大豆・豚肉 鶏肉・さば・りんご	804	27.8
26 月	米飯230g	牛乳	豚汁・さば照焼・二色おひたし(もやし・ほうれん草)・鉄分入りのり佃煮 ・和風ごまドレッシング		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば	873	37.3
27 火	米粉パン	牛乳	コンソメスープ・チキン照焼・レタス・マヨネーズ・お祝いデザート(学配)		卵・乳・小麦・大豆・豚肉 鶏肉・りんご	851	34.0
28 水	米飯230g	牛乳	わかめスープ・ケチャップソース肉団子(2個)・ゆで野菜(キャベツ・コーン) ・和風ごまドレッシング・菜の花ふりかけ		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 えび・さば・りんご オレンジ・ゼラチン	725	30.8
30 金	麦ご飯270g	牛乳	ビーフシチュー・マンゴー入りあんにん豆腐・しば漬		卵・乳・小麦・大豆・豚肉 鶏肉・牛肉	974	29.3

献立は都合により変わることがあります。

- ◎ 4月12日 (月) 『長いもと肉の炒め煮』・・・長いもとぶた肉、玉ねぎなどを使った肉じゃが風の炒め煮。
- ◎ 4月13日 (火) 『ハンバーグソースがけ』・・・焼ハンバーグにセンターで作った、ケチャップとソースを混ぜたものをかける。
- ◎ 4月14日 (水) 『海そうサラダ』・・・わかめのほかに、昆布、赤とさか、青とさかななどの海そうときゅうりのサラダ。
- ◎ 4月15日 (木) 『チヂミ』・・・いかや野菜の入った韓国風のお好み焼き。
- ◎ 4月27日 (火) 『お祝いデザート』・・・入学・進級をお祝いしたカップ入りのデザート。
- ◎ 4月28日 (水) 『ケチャップソース肉団子』・・・少し大きめの肉団子にケチャップソースのたれが付いたもの。

《献立作成のポイント》☆新入生に期待感を持たせる春を感じさせる工夫をする。  
☆全体重を少なめにし、消化のよい料理を取り入れる。

《旬の食材》春キャベツ・菜の花・さわら

《地場産物》長いも・ごぼう・人参・さば・牛肉・りんご

	(一人当たり栄養量)								
	エネルギー Kcal	たんぱく質 g	脂肪 %	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン			
						A μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg
4月分平均	852	34.2	29	422	4.6	274	0.83	0.68	33
一人当たり (学校給食摂取基準)	850	28.0	25~30	420	4.0	210	0.60	0.60	33

＜文部科学省基準より＞

# 学校給食献立一覧表

【 B 】 B 学校名(佃・古川・沖館・西・東・筒井・荒川・造道・浅虫・北)

実施日	こ ん だ て				アレルギー関係	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
	主食	牛乳	お か ぎ る い				
9 金	米飯250g	牛乳	若竹汁・さんま塩焼・長いもと肉の炒め煮		乳・小麦・大豆・豚肉 しいも	793	33.2
12 月	米飯230g	牛乳	すまし汁・さわらごまみそ焼・ゆで野菜(菜の花・もやし)・しょうゆ・卵ふりかけ		卵・乳・小麦・大豆・さば かに	832	41.4
13 火	食パン	牛乳	わかめスープ・ケチャップソース肉団子(2個)・ゆで野菜(キャベツ・コーン) ・和風ごまドレッシング・いちごファイバージャム		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 えび・りんご・オレンジ ゼラチン	812	36.2
14 水	麦ご飯270g	牛乳	ビーフシチュー・マンゴー入りあんに豆腐・しば漬		卵・乳・小麦・大豆・豚肉 鶏肉・牛肉	974	29.3
15 木	ゆで中華そば	牛乳	とんこつみそラーメン・焼おにぎり・ゆで野菜(小松菜・コーン) ・焙煎ごまドレッシング・カットりんご(学配)		卵・乳・小麦・大豆・豚肉 鶏肉・りんご・ゼラチン	950	31.9
16 金	米飯270g	牛乳	中華丼・生野菜(キャベツ・きゅうり)・青じそドレッシング・せん切りたくあん漬		卵・乳・小麦・大豆・豚肉 鶏肉・さば・えび・りんご	743	34.2
19 月	米飯230g	牛乳	豚汁・さば照焼・二色おひたし(もやし・ほうれん草) ・鉄分入りのり佃煮・和風ごまドレッシング		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・りんご	873	37.3
20 火	りんごパン	牛乳	コンソメスープ・チキン照焼・レタス・マヨネーズ		卵・乳・小麦・大豆・豚肉 鶏肉・りんご	883	33.0
21 水	米飯270g	牛乳	マーボー丼・リャンバンサンサー・中華ドレッシング・きゅうり漬		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	914	32.5
22 木	ゆでうどん	牛乳	きつねうどん・チヂミ・せんキャベツ・ソース・いちごヨーグルト(学配)		乳・小麦・大豆・鶏肉・さば いか・りんご・オレンジ ゼラチン	663	30.8
26 月	米飯230g	牛乳	けんちん汁・ます塩焼き・ひじき炒め		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 肉・鮭	759	40.6
27 火	米粉パン	牛乳	クラムチャウダー・野菜メンチカツ・ゆで野菜(キャベツ・人参)・ソース ・お祝いデザート(学配)		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・オレンジ	900	34.9
28 水	米飯230g	牛乳	かき玉スープ・ハンバーグソースがけ・レタス・和風乳化ドレッシング・菜の花ふりかけ		卵・乳・小麦・大豆・豚肉 鶏肉・さば・りんご オレンジ・ゼラチン	823	29.3
30 金	麦ご飯270g	牛乳	ポークカレー・海そうサラダ・中華ドレッシング・福神漬		乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・オレンジ	998	34.6

献立は都合により変わることがあります。

- ◎ 4月9日 (金) 『長いもと肉の炒め煮』・・・長いもとぶた肉、玉ねぎなどを使った肉じゃが風の炒め煮。
- ◎ 4月13日 (火) 『ケチャップソース肉団子』・・・少し大きめの肉団子にケチャップソースのたれが付いたもの。
- ◎ 4月22日 (木) 『チヂミ』・・・いかや野菜の入った韓国風のお好み焼き。
- ◎ 4月27日 (火) 『お祝いデザート』・・・入学・進級をお祝いしたカップ入りのデザート。
- ◎ 4月28日 (水) 『ハンバーグソースがけ』・・・焼ハンバーグにセンターで作った、ケチャップとソースを混ぜたものをかける。
- ◎ 4月30日 (金) 『海そうサラダ』・・・わかめのほかに、昆布、赤とさか、青とさかななどの海そうときゅうりのサラダ。

《献立作成のポイント》☆新入生に期待感を持たせる春を感じさせる工夫をする。

☆全体量を少なめにし、消化のよい料理を取り入れる。

《旬の食材》春キャベツ・菜の花・さわら

《地場産物》長いも・ごぼう・人参・さば・牛肉・りんご

	(一人当たり栄養量)									
	エネルギー		たんぱく質		脂肪	カルシウム	鉄	ビタミン		
	Kcal	g	%	mg				mg	A μgRE	B1 mg
4月分平均	852	34.2	29	422	4.6	274	0.83	0.68	33	
一人当たり (学校給食摂取基準)	850	28.0	25~30	420	4.0	210	0.60	0.60	33	

＜文部科学省基準より＞

平成22年 5月分

# 学校給食献立一覧表 (案)

青森市中学校給食センター

実施日	こ ん だ て		アレルギー関係	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	
	主食	牛乳				
6 木	ゆでうどん	牛乳	A 山菜うどん ・ 味付信田煮 ・ ゆで野菜(もやし・ほうれん草) ・ しょうゆ ・ かしわもち(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉	802	37.3
			B 山菜うどん ・ たい型オムレツ ・ 生野菜(きゅうり・レタス) ・ マヨネーズ ・ かしわもち(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご	825	35.2
7 金	米飯230g	牛乳	A 若竹汁 ・ まぐろメンチカツ ・ せんキャベツ ・ ソース	乳・小麦・大豆・りんご・オレンジ	817	28.9
			B えび団子スープ ・ 白菜と厚揚げの中華風うま煮 ・ ミニトマト(3個)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉えび・ゼラチン	773	28.8
10 月	米飯250g	牛乳	A けんちん汁 ・ かつおとごぼうのオイル焼 ・ ふきとたけのこの炒め物 ・ 鉄分入り低塩のり佃煮	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	815	41.5
			B 山海汁 ・ ほっけ塩焼 ・ ゆで野菜(菜の花・もやし) ・ 焙煎ごまドレッシング ・ 鉄分入り低塩のり佃煮	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご	848	37.7
11 火	米粉パン	牛乳	A コーンポタージュ ・ ツナオムレツ ・ せんキャベツ ・ マヨネーズ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご	961	37.8
			B ワンタンスープ ・ チキン照焼 ・ 春雨サラダ ・ 和風ごまドレッシング	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご・ゼラチン	814	38.2
12 水	米飯230g	牛乳	A かきたま汁 ・ さけのムニエル ・ ゆで野菜(キャベツ・コーン) ・ 青じそドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉さば・かに・りんご・ゼラチン	771	31.6
			B 長芋の豚汁 ・ いわしハンバーグ ・ 生野菜(レタス・きゅうり) ・ ソース	卵・乳・大豆・豚肉・山いもりんご・オレンジ	822	35.1
13 木	ゆで中華	牛乳	A タンタンめん ・ ピックえびシューマイ(2個) ・ パイン入り杏仁豆腐	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉えび・ゼラチン	914	39.9
			B タンタンめん ・ 揚げカレー餃子(3個) ・ いちごジュレ入りフルーツポンチ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉ゼラチン・もも	884	35.2
14 金	麦ご飯270g	牛乳	A ハッシュドビーフ ・ 生野菜(きゅうり・レタス) ・ フレンチドレッシング ・ 福神漬	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉牛肉	984	33.5
			B ポークカレー ・ ゆで野菜(キャベツ・コーン) ・ 野菜入り和風ドレッシング ・ 福神漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご・オレンジ	966	28.4
17 月	米飯250g	牛乳	A すまし汁 ・ あじの塩焼 ・ 豚肉とたけのこの細切炒め ・ 味付のり	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉さば・かに・りんご	849	41.5
			B キムチスープ ・ ちだい梅しょうゆ煮 ・ ゆで野菜(小松菜・人参) ・ りんごたまりしょうゆ ・ 味付のり	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご	778	34.3
18 火	りんごパン	牛乳	A コンソメスープ ・ 照焼チキンハンバーグ ・ ゆで野菜(アスパラ・コーン) ・ 焙煎ごまドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご	839	38.7
			B えびのチャウダー ・ ウィンナーベーコン巻 ・ 生野菜(レタス・きゅうり) ・ マヨネーズ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉えび・りんご	970	39.2
19 水	米飯250g	牛乳	A けの汁 ・ えびフライ(2個) ・ せんキャベツ ・ ソース	卵・乳・小麦・大豆・えびりんご・オレンジ	846	33.7
			B いももち汁 ・ ぶたしょうが焼 ・ ミニトマト(3個)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	813	30.6
20 木	ゆでうどん	牛乳	A わかめうどん ・ チキンミートボール(3個) ・ ごぼうサラダ ・ ツナマヨネーズ ・ 蒸パン(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご	830	35.0
			B わかめうどん ・ ベーコン巻エッグ ・ 生野菜(キャベツ・きゅうり) ・ 焙煎ごまドレッシング ・ 蒸パン(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご	848	31.9
21 金	米飯270g	牛乳	A マーボー丼 ・ 海そうサラダ(きゅうり・海そうミックス) ・ 中華ドレッシング ・ せん切たくあん漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	862	30.8
			B 親子丼 ・ ゆで野菜(ブロッコリー・コーン) ・ 和風ごまドレッシング ・ せん切たくあん漬	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご	853	36.5
24 月	米飯250g	牛乳	A 海そう卵スープ ・ ます塩焼 ・ ゆで野菜(もやし・小松菜) ・ しょうゆ ・ 野菜ふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉さば・ゼラチン	835	41.7
			B 山菜入り豚汁 ・ いわし生姜煮 ・ 切干大根の炒め物 ・ 野菜ふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉	896	39.9
25 火	食パン	牛乳	A チンゲン菜のクリームスープ ・ 白身魚フライ ・ せんキャベツ ・ ソース ・ チョコクリーム	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉オレンジ・りんご	950	35.3
			B ミートボールスープ ・ ス克蘭ブルエッグ ・ ケチャップ ・ 新じゃがのマヨネーズ炒め ・ チョコクリーム	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご・ゼラチン	949	30.4
26 水	米飯270g	牛乳	A キーマカレー ・ 生野菜(キャベツ・きゅうり) ・ フレンチドレッシング ・ 大根つぼ漬	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご・オレンジ	972	36.3
			B 中華飯 ・ ナムル(もやし・ぜんまい・人参) ・ 中華ドレッシング ・ 大根つぼ漬	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	867	40.4
27 木	ゆで中華	牛乳	A 五目ラーメン ・ 焼きおにぎり(みそ) ・ ゆで野菜(アスパラ・にんじん) ・ 和風乳化ドレッシング ・ レモンヨーグルト(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉オレンジ・ゼラチン	844	32.9
			B 五目ラーメン ・ チキンカツレツチーズのせ焼 ・ ミニトマト(3個) ・ レモンヨーグルト(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉りんご・オレンジ・ゼラチン	819	43.3
28 金	米飯250g	牛乳	A たけのこ汁 ・ いかミンチフライ ・ せんキャベツ ・ ソース	卵・乳・小麦・大豆・豚肉 いか・りんご・オレンジ	866	31.7
			B 初雪茸のスープ ・ さばみそ煮 ・ ゆで野菜(ほうれん草・にんじん) ・ 焙煎ごまドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉さば・りんご・ゼラチン	841	32.9
31 月	米飯250g	牛乳	A 豆乳入りしらたきスープ ・ いか姿照焼 ・ ゆで野菜(長芋・おくら) ・ ぼん酢 ・ 胚芽ふりかけ	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉さば・いか・山いも・ゼラチン	775	35.9
			B つみれ汁 ・ さばみりん焼 ・ すき昆布の炒め物 ・ 胚芽ふりかけ	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉さば	810	38.0

献立は都合によりかわることがあります。

- ◎ 5月7日(金) B 「白菜と厚揚げの中華風うま煮」・白菜やたけのこなどの野菜と厚揚げのあんかけ風の炒め物。
- ◎ 5月10日(月) B 「山海汁」・・・ふき、わらびなどの山菜と、ほたてなどの海の幸が入ったみそ汁。
- ◎ 5月17日(月) B 「ちだい梅しょうゆ煮」・・・「まだい」に形や色がよく似ている白身魚「ちだい」の煮魚。
- ◎ 5月24日(月) A 「海そう卵スープ」・・・卵スープにわかめともずくを入れた、食物繊維が豊富なスープ。
- ◎ 5月25日(火) B 「新じゃがのマヨネーズ炒め」・・・新じゃがいもを茹でて、マヨネーズで炒めたポテトサラダ風。
- ◎ 5月27日(木) A 「焼きおにぎり」・・・持久力をつけて、パワーを発揮したい人におすすめの「炭水化物」が多いA献立。  
B 「チキンカツレツチーズのせ焼」・・・筋力アップを目指す人におすすめの「たんぱく質」が多いB献立。

《献立作成のポイント》 ☆中学生の栄養基準量にそって6群の食品をバランスよく取り入れる。

☆成長期に特に必要な食品を使用する。

《旬の食材》 アスパラ・絹さや・山菜・新たまねぎ・新じゃがいも・かつお・あじ・ブロッコリー

《地場産物》 ながいも・ごぼう・いか・ほたて・初雪だけ・牛肉

【5月分 学校給食摂取基準(生徒一人当)】 (一人当)

エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	
Kcal	g	%	mg	n

学校給食献立一覧表

Main table with columns for school name, date, meal type, ingredients, and nutritional values (Energy, Protein, Fat, etc.).

(献立は都合により変わることがあります)

- ◎ 6月1日(火) B 「長いもポタージュ」・・・県産長いも、鶏肉、クリームコーン、カットチーズなどが入ったポタージュスープ。
◎ 6月2日(水) B 「あんかけ中華丼」・・・豚肉、うずら卵、えび、はくさい、たけのこを使い、オイスターソースでコクを出した中華丼。
◎ 6月4日(金) B 「味付信田煮」・・・油揚げの袋の中に、すり身、卵、にんじん、ほうれん草、ひじきの具が入ったもの。しょうゆ味がついている。
◎ 6月9日(水) A 「たけのこけんちん」・・・細竹(根曲竹)と豆腐をごま油で炒め、いり豆腐のようにした青森県の郷土料理。
◎ 6月11日(金) A 「ビビンバ飯」・・・豚ひき肉、もやし、ほうれん草、ぜんまい、白菜キムチなどを使ったビビンバをごはんにかけて食べる。
◎ 6月14日(月) A 「若竹汁」・・・若(わかめ)、竹(細竹をスライスした物)、油揚げなどが入った、みそ汁。
◎ 6月29日(火) B 「グリーンポタージュ」・・・じゃがいも、玉ねぎ、鶏肉、グリーンボールを使った、ポタージュスープ。
◎ 6月30日(水) B 「ほたてのオリーブオイル炒め」・・・県産ほたてと玉ねぎ、しめじなどをにんにく、オリーブ油で炒め塩・黒こしょうで味付したもの。
◎ 1週間(6.7~11) ... 残量調査週間 (指定の学校に残量調査をもらい、県に報告書を提出する)

<< 献立作成のポイント >> ☆骨や歯を丈夫にしよう<<虫歯予防デー>> ☆清潔な食事の場を作ろう<<梅雨時の衛生管理>>

<< 旬 の 食 材 >> しろねぎ、山菜、大豆、メロン、ます、まぐろ、小魚

<< 地 場 産 物 >> ほたて、いか、さば、ながいも、なめこ、初ゆきだけごぼう、牛肉、豚肉、こかぶ、にんにく、しろねぎりんごゼリー、カシスジャム、カットりんごゼネラルレクラークゼリー

Table with columns for Energy (kcal), Protein (g), Fat (g), Calcium (mg), Iron (mg), and Protein (A, B1, B2, C mg).

平成22年 7月分

# 学校給食献立一覧表 (案)

青森市中学校給食センター

実施日	こ ん だ て				アレルギー関係	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
	主食	牛乳	お か す る い				
1 木	ゆで中華そば	牛乳	A	みそラーメン・春巻・ゆで野菜(ほうれん草・コーン)・中華ドレッシング	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレジン・ゼラチン	867	31.9
			B	みそラーメン・ピクえびシューマイ(2個)・生野菜(キャベツ・きゅうり)・フレンチドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 えび・オレジン・ゼラチン	812	35.2
2 金	米飯230g	牛乳	A	中華スープ・チンジャオロースー・ミニトマト(3個)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 えび・りんご・ゼラチン	734	34.8
			B	つみれ汁・豚肉しょうが焼き・せんキャベツ・焙煎ごまドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	823	29.7
5 月	米飯250g	牛乳	A	すまし汁・さばみそ煮・ひじき炒め・たまごふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・さば	822	37.1
			B	ピリ辛みそ汁・ほっけ塩焼・ゆで野菜(長いも・人参)・しょうゆ・たまごふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・ 牛肉・りんご	782	35.7
6 火	米粉パン	牛乳	A	クラムチャウダー・チキンカツレツソースのせ焼・ゆで野菜(きゅうり・コーン)・野菜入り和風ドレッシング・市産パックさくらんぼ(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	993	53.4
			B	こかぶのスープ・ポークメンチカツ・レタス・りんご入りソース・市産パックさくらんぼ(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	789	30.9
7 水	米飯230g	牛乳	A	セタスープ・チキンラタトゥウ・ゆでアスパラ・ノンエッグマヨネーズ・セタデザート(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	947	31.6
			B	和風ミネストローネ・ハンバーグ照焼ソースがけ・生野菜(レタス・きゅうり)・ノンオイルイタリアンドレッシング・セタデザート(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 ゼラチン	898	31.1
8 木	ゆでうどん	牛乳	A	きつねうどん・かぼちゃコロッケ・せんキャベツ・ソース・レモンヨーグルト(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・さば りんご・オレジン	741	29.0
			B	きつねうどん・野菜たっぷりおこのみ焼・ゆで野菜(長いも・コーン)・ボン酢・レモンヨーグルト(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・いか・えび・しいも りんご・オレジン	785	33.7
9 金	米飯270g	牛乳	A	豚キムチ丼・生野菜(わかめ・きゅうり)・青じそドレッシング・せん切りたくあん漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・りんご	837	38.1
			B	中華丼・こんにゃくサラダ・中華ドレッシング・せん切りたくあん漬	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 えび	860	41.5
12 月	米飯230g	牛乳	A	サンラータン・白身魚塩焼・ゆで野菜(もやし・ほうれん草)・しょうゆ・しそふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	713	36.2
			B	こかぶのみそ汁・さんまかば焼き(2個)・五目きんぴら・しそふりかけ	乳・小麦・大豆・豚肉	894	38.9
13 火	かぼちゃ食パン	牛乳	A	ワントンスープ・あらびきポークフランク・レタス・ケチャップ・りんごジャム	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	874	31.5
			B	コーンスープ・チキン竜田揚げ・ゆで野菜(キャベツ・人参)・ソース・りんごジャム	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・オレジン	995	33.3
14 水	麦ご飯270g	牛乳	A	夏野菜カレー・マンゴー入りあんじん豆腐・福神漬	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・オレジン	998	36.8
			B	ハッシュドビーフ・フルーツカクテル・福神漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 牛肉・りんご・もも	997	36.4
15 木	ゆで中華そば	牛乳	A	タンメン・ほたてのたこ焼き(2個)・生野菜(レタス・きゅうり)・ソース	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・オレジン・ゼラチン	784	30.5
			B	タンメン・ギョーザ(2個)・ゆで野菜(大根・人参)・和風乳化ドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレジン・ゼラチン	807	31.0
16 金	米飯270g	牛乳	A	マーボー丼・海そうサラダ・青じそドレッシング・しば漬	乳・小麦・大豆・豚肉・さば りんご	853	32.8
			B	豚すき丼・ゆで野菜(もやし・人参)・和風ごまドレッシング・しば漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	822	37.1
20 火	りんごパン	牛乳	A	コンソメスープ・チキン照焼・春雨サラダ・中華ドレッシング・カシスゼリー(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 えび・りんご	869	34.9
			B	かぼちゃポタージュ・ハンバーグピザソースがけ・生野菜(きゅうり)・野菜入り和風ドレッシング・カシスゼリー(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・オレジン	998	44.8

献立は都合により変わることがあります。

- ◎ 7月5日 (月) B 『ピリ辛みそ汁』・・・牛肉、豆もやしなどを使った少し辛味のあるみそ汁。
- ◎ 7月6日 (火) A・B 『市産パックさくらんぼ』・青森市産のさくらんぼを1人分ずつ小袋に入れたもの。
- ◎ 7月7日 (水) A 『セタスープ』・・・「おくら」を星に、「コーン」を星の輝きに、「春雨」を天の川に見立てた、しょうゆ味のスープ。  
A 『チキンラタトゥウ』・・・とり肉、なす、トマトなどをオリーブ油で炒めてから煮込んだフランスの料理。  
B 『和風ミネストローネ』・・・ミネストローネのかくし味にみそを使って、和風にしたスープ。
- ◎ 7月12日 (月) A 『サンラータン』・・・ぶた肉、卵、豆腐、野菜を入れて、りんご酢、こしょうで味付けした酸味と辛味のあるスープ。
- ◎ 7月14日 (水) A 『夏野菜カレー』・・・なす、ピーマンなどの夏野菜を使ったカレー。
- ◎ 7月15日 (木) A 『ほたてのたこ焼』・・・たこ焼きの形をしたもので、中にペビーほたてが入っている。
- ◎ 7月20日 (火) A・B 『カシスゼリー』・・・7月23日のカシスの日にちなんで、青森市産のカシスと青森県産のりんごで作ったデザート。

《献立作成のポイント》☆食欲をそそり、涼しさを感じさせる工夫をする。

☆食中毒防止のため、食品の選択と調理の工夫をする。

《旬の食材》なす・レタス・かぼちゃ・きゅうり・ピーマン・カシス

《地場産物》長いも・キャベツ・きゅうり・にら・レタス・こかぶ  
大根・白菜・しろねぎ・人参・ミニトマト

ピーマン・さくらんぼ・初雪たけ・ほたて・牛肉・カシスゼリー

【7月分 学校給食摂取基準(生徒ひとり1回あたり)】

	(一人当たり栄養素)								
	エネルギー Kcal	たんぱく質 g	脂肪 %	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン			
						A μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg
7月分平均	858	35.3	27	435	4.1	266	0.82	0.67	42
一人当り (学校給食摂取基準)	850	28.0	25~30	420	4.0	210	0.60	0.60	33

平成22年度8月分

学校給食献立一覧表(案)

青森市中学校給食センター

Table with columns: 実施日, 主食, 牛乳, 献立 (A/B), アレルギー関係, エネルギー (kcal), たんぱく質 (g). Rows include items like ワンタンスープ, コーンポタージュ, ハッシュドビーフ, タンメン, せん切り汁, 中華丼, etc.

9月分

Table with columns: 実施日, 主食, 牛乳, 献立 (A/B), アレルギー関係, エネルギー (kcal), たんぱく質 (g). Rows include items like けんちん汁, かしわうどん, 厚揚げのみそ汁, キーマカレー, もやしのスープ, キムチスープ, タンタンめん, 山海汁, マーボー丼, クラムチャウダー, 豚汁, 肉わかめうどん, ミートボールスープ, 月見汁, さつまいもシチュー, かぶのみそ汁, みそラーメン, etc.

献立は都合によりかわることがあります。

- ◎ 8月25日 (水) A 「シトラス杏仁」・・・かんきつ類(シトラス)のゼリーと合わせた杏仁豆腐。
B 「トロピカルフルーツミックス」・・・アセロラゼリー、マンゴー缶、パイン缶のフルーツポンチ。
◎ 9月8日 (水) A 「チャブチエ」・・・韓国風春雨炒め。春雨、牛肉、たけのこ、たまねぎなどを甘辛く炒めたもの。
◎ 9月15日 (水) B 「八戸産さば照焼」・・・骨が付いているので骨を付けて食べましょう。骨は丸缶に入れる。
◎ 9月22日 (水) A 「月見汁」・・・十五夜にちなみ、いも団子、うすら卵が入ったずまし汁。

★献立作成のポイント★ ☆食欲をそそる工夫をする。

☆食中毒防止上、食品選択と調理の工夫をする。

◀ 旬 の 食 材 ▶ レタス・なす・きゅうり・キャベツ・かぼちゃ・とうもろこし・秋刀魚・いか・さば・じゃがいも・にんじんのりんご・ブルーベリー

◀ 地 場 産 物 ▶ ながいも・にんにく・キャベツ・きゅうり・ねぎ・レタス・かぶ・大根・にら・ミニトマト・ピーマン・白菜・じゃがいも・にんじん・りんご・ブルーベリー・初霜たけいかに、ほたて・さば・鮭・牛肉・64ナールレクラーク

Table with columns: エネルギー (Kcal), たんぱく質 (g), 脂肪 (%), カルシウム (mg), 鉄 (mg), A (μgRE). Rows include 8・9月分平均 and 一人当り (学校給食摂取基準).

# 学校給食献立一覧表

実施日	こ ん だ て		アレルギー関係	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)		
	主食	牛乳					
1 金	米飯250g	牛乳	A	のっぺい汁・ます塩焼・二色おひたし(小松菜・白菜)・しょうゆ	乳・小麦・大豆・さけ	732	30.5
			B	せん切り汁・さば生姜煮・五目きんぴら炒め	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・さば	827	34.1
5 火	ニューコッパ	牛乳	A	たまごスープ・スパゲティミートソース・ゆでブロッコリー・ノンエッグマヨネーズ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご・オレンジ・ゼラチン	901	34.1
			B	かぶのクリーム煮・ささみフライ・せんキャベツ・ソース	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	895	38.7
6 水	米飯250g	牛乳	A	けんちん汁・さんまもみじ煮・ゆで野菜(小松菜・人参)・しょうゆ	乳・小麦・大豆・鶏肉	807	32.1
			B	きのこ汁・ぶり照焼・切干大根炒め	卵・乳・小麦・大豆・豚肉	781	35.4
7 木	ゆでうどん	牛乳	A	山菜うどん・白花豆コロッケ・せんキャベツ・ソース・ココアワッフル(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・さば・りんご・オレンジ・ゼラチン	801	28.6
			B	山菜うどん・きんぴら肉団子(2こ)・ほうれん草サラダ・焼煎ごまドレッシング・ココアワッフル(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・さば・りんご・オレンジ・ゼラチン	834	33.0
8 金	麦ご飯270g	牛乳	A	長芋カレー・フルーツカクテル・福神漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・もも・りんご・オレンジ	962	30.7
			B	ハッシュドビーフ・マンゴーあんにく・福神漬	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	983	31.2
12 火	米粉パン	牛乳	A	ワンタンスープ・ポークハンバーグソースがけ・ゆで野菜(チンゲン菜・コーン)・焼煎ごまドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご・オレンジ・ゼラチン	820	35.4
			B	クラムチャウダー・チキン照焼・せんキャベツ・野菜入り和風ドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご	861	39.7
13 水	米飯230g	牛乳	A	初雪茸のみそ汁・ほたてフライ・生野菜(キャベツ・きゅうり)・ソース・カットりんご(学配)	乳・小麦・大豆・鶏肉・りんご・オレンジ	772	23.6
			B	かぶのみそ汁・長芋と豚肉の煮物・昆布佃煮・カットりんご(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・りんご	757	28.3
14 木	ゆで中華そば	牛乳	A	とんこつみそラーメン・チキンスコッチエッグ・生野菜(レタス・きゅうり)・サウザンアイランドドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご・オレンジ・ゼラチン	811	35.2
			B	とんこつみそラーメン・ウイナーベーコン巻き・ゆでブロッコリー・ノンエッグマヨネーズ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご・ゼラチン	950	36.6
20 水	米飯250g	牛乳	A	ピリ辛みそ汁・紅鮭塩焼・ひじき炒め・いそわかめふりかけ	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・さけ	835	44.5
			B	すまし汁・さばみそ煮・ゆで野菜(小松菜・人参)・しょうゆ・いそわかめふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・かに・さば	747	31.0
21 木	ゆでうどん	牛乳	A	五目あんかけうどん・いかハンバーグ・ゆで野菜(アスパラ・コーン)・ノンエッグマヨネーズ・蒸しパンチーズ(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・いか・さば・りんご	811	33.3
			B	五目あんかけうどん・おからコロッケ・せんキャベツ・ソース・蒸しパンチーズ(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・さば・りんご・オレンジ	790	25.2
22 金	米飯270g	牛乳	A	すき焼き丼・生野菜(キャベツ・きゅうり)・和風乳化ドレッシング・しば漬	卵・乳・小麦・大豆・オレンジ	870	32.7
			B	マーボー丼・ナムル・中華ドレッシング・しば漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	936	32.5
25 月	米飯250g	牛乳	A	さつまいもの豚汁・鮭照焼・ゆで野菜(チンゲン菜・人参)・しょうゆ・卵ふりかけ(Ca入り)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・さけ	797	36.6
			B	せんべい汁・さんま昆布煮・生野菜(きゅうり・わかめ)・ノンオイル青じそドレッシング・卵ふりかけ(Ca入り)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・さば・りんご・ゼラチン	814	29.4
26 火	食パン	牛乳	A	きのこポタージュ・チキンカツレツチーズのせ焼き・せんキャベツ・ソース・カシスジャム	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご・オレンジ	900	37.9
			B	えびと白菜のスープ・あらびきポークフランク・ゆで野菜(小松菜・人参)・焼煎ごまドレッシング・カシスジャム	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・えび・りんご・オレンジ	897	36.1
27 水	米飯270g	牛乳	A	中華飯・春雨サラダ・中華ドレッシング・つぼ漬	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	902	36.3
			B	秋野菜カレー・海藻サラダ・ノンオイル青じそドレッシング・つぼ漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・さば・りんご・オレンジ	890	27.8
28 木	ゆで中華そば	牛乳	A	たんめん・若鶏のごま照焼・生野菜(レタス・きゅうり)・ノンエッグマヨネーズ・カット柿(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・さば・りんご・ゼラチン	878	35.6
			B	たんめん・揚げギョーザ(2こ)・ゆで野菜(ほうれん草・コーン)・和風ごまドレッシング・カット柿(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・さば・ゼラチン	849	33.0
29 金	米飯230g	牛乳	A	つくね汁・八戸産さば照焼・ゆで野菜(もやし・人参)・しょうゆ・パックスチューベン(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・さば	834	29.6
			B	おでん・パックスチューベンしょうがみそ・ほっけ塩焼・一口昆布巻(2こ)・パックスチューベン(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉	802	32.8

(献立は都合によって変わることがあります。)

- ◎ 10月1日(金) A 『のっぺい汁』・・・青森県産の長いも、人参、長ねぎなどが入った、しょうゆ味でとろみのついた汁物。
- ◎ 10月7日(木) A 『白花豆コロッケ』・・・白花豆という豆を使って作ったコロッケ。形も白花豆のような形になっている。
- ◎ 10月13日(水) A 『ほたてフライ』・・・陸奥湾産のペビーほたてを使ったフライ。
- ◎ 10月14日(金) A 『チキンスコッチエッグ』・かたゆで卵をひき肉で包み、パン粉をまぶしてある。-halfサイズのもの。
- ◎ 10月22日(金) B 『ナムル』・・・もやし、ぜんまい、人参のゆで野菜。中華ドレッシングをかけて食べる。
- ◎ 10月28日(木) A・B 『たんめん』・・・キャベツ、もやし、人参などの野菜がたくさん入っている塩味のラーメンスープ。
- ◎ 10月29日(金) A 『八戸産さば照焼』・・・八戸産のさばを使った照焼。骨がついているので気をつけて食べましょう。骨は丸缶に入れる。
- ◎ 10月29日(金) A・B 『パックスチューベン』・・・青森市産のスチューベンを1人分ずつパック詰めにしたもの。

《献立作成のポイント》

☆秋を感じさせる工夫をする。

☆食欲の秋、スポーツの秋、質・量とも充実した食事の工夫をする。【10月分 学校栄養摂取基準(生徒一人当たり)】

☆郷土の収穫物を利用する。

《旬の食材》

さんま、さば、長いも、白菜、さつまいも、ごぼう、大根、長ねぎ、柿、りんご

《地場産品》

長いも、ごぼう、人参、キャベツ、白かぶ、にんにく、初雪茸、ほたて、りんご、スチューベン

	(一人当たり栄養量)								
	エネルギー Kcal	たんぱく質 g	脂肪 %	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン			
						A μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg
10月分平均	845	33.2	28	429	3.8	458	0.77	0.67	32
一人当たり (学校給食摂取基準)	850	28.0	25~30	420	4.0	210	0.60	0.60	33

《文部科学省基準より》



平成22年11月分

# 学校給食献立一覧表

青森市中学校給食センター

実施日	こ ん だ て		アレルギー関係	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	
	主食	牛乳				
1 月	米飯100g	牛乳	A いもち汁・ます塩焼・ゆで野菜(小松菜・人参)・和風ごまドレッシング	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・鮭 りんご	776	32.9
			B ピリ辛みそ汁・いわしハンバーグ・生野菜(キャベツ・きゅうり)・ソース	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・オレンジ・ゼラチン	776	33.3
2 火	ごま入りコッパ	牛乳	A コンソメスープ・えびグラタン・ミニトマト(3個)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 えび	834	30.7
			B かぶのクリーム煮・チーズオムレツ・ゆで野菜(きゅうり・コーン)・和風乳化ドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・オレンジ	986	41.0
4 木	ゆで中華	牛乳	A タンタンめん・ミニ肉まん・ゆで野菜(小松菜・コーン)・中華ドレッシング・ココアパバロア(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	914	38.0
			B タンタンめん・チヂミ・せんキャベツ・ソース・ココアパバロア(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 いか・りんご・オレンジ ゼラチン	866	37.1
5 金	麦ご飯120g	牛乳	A キーマカレー・海そうサラダ・青じそドレッシング・福神漬・カットりんご(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・りんご・オレンジ	996	35.1
			B ビーフシチュー・ゆで野菜(キャベツ・コーン)・野菜入り和風ドレッシング・福神漬・カットりんご(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・牛肉 りんご・ゼラチン	997	32.7
8 月	米飯110g	牛乳	A 初雪だけスープ・八戸産さば照焼・おひたし(ほうれん草・菊)・りんごしょうゆ・しそふりかけ	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・りんご	860	36.1
			B 豚汁・県産秋鮭照焼・ひじき炒め・しそふりかけ	乳・小麦・大豆・豚肉・鮭 しいも	840	45.8
9 火	米粉パン	牛乳	A クラムチャウダー・ツナオムレツ・ゆでブロッコリー・マヨネーズ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	992	38.6
			B ミネストローネ・鶏肉とアーモンドの炒め物・レタス・フレンチドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	993	44.4
10 水	米飯110g	牛乳	A ごまみそ汁・ししゃもフライ(3個)・せんキャベツ・りんごソース・鉄分入りのり佃煮	乳・小麦・大豆・豚肉・りんご	920	32.7
			B かき玉スープ・さんまかば焼き(2個)・二色おひたし(小松菜・もやし)・りんごしょうゆ・鉄分入りのり佃煮	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	846	40.3
11 木	ゆでうどん	牛乳	A 肉わかめうどん・きんぴら肉団子(3個)・ゆで野菜(長いも・コーン)・ポン酢・レモンヨーグルト(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・しいも・りんご・オレンジ ゼラチン	757	40.9
			B 肉わかめうどん・おからハンバーグ・生野菜(キャベツ・きゅうり)・りんごソース・レモンヨーグルト(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・りんご・オレンジ ゼラチン	735	32.6
15 月	米飯110g	牛乳	A せんべい汁・あじ塩焼・切干大根の炒め煮	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 ゼラチン	793	32.0
			B けの汁・太巻き卵(しょうゆ味)・ゆで野菜(ほうれん草・コーン)・しょうゆ	卵・乳・小麦・大豆	713	30.6
17 水	米飯100g	牛乳	A 二色なめこ汁・味付信田煮・山菜炒め	卵・乳・小麦・大豆・豚肉	761	30.2
			B つくね汁・さば塩焼・ゆで野菜(きゅうり・人参)・和風ごまドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・りんご	826	33.1
18 木	ゆで中華	牛乳	A みそラーメン・ギョーザ(2個)・ゆで野菜(小松菜・コーン)・しょうゆ・カットりんご(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	813	35.2
			B みそラーメン・ほたてのたこ焼き(2個)・せんキャベツ・ソース・カットりんご(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・オレンジ	836	32.9
19 金	米飯120g	りんご ジュース	A マーボー丼・ゆで野菜(大根・人参)・中華ドレッシング・しば漬	小麦・大豆・豚肉・りんご	860	26.2
			B 和風カレー丼・生野菜(きゅうり・わかめ)・野菜入り和風ドレッシング・しば漬	乳・小麦・大豆・豚肉・さば りんご	853	25.9
22 月	米飯110g	牛乳	A 長いものっぺい汁・さばみそ煮・ゆで野菜(もやし・人参)・ポン酢	乳・小麦・大豆・さば・しいも りんご	765	27.9
			B 厚揚げのみそ汁・ほっけ塩焼・五日きんぴら	乳・小麦・大豆・豚肉	814	37.6
24 水	米飯120g	牛乳	A ビビンバ・辛味ソース・ゆで野菜(れんこん・人参)・ツナマヨネーズ・せん切りたくあん	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	997	33.7
			B 中華丼・生野菜(きゅうり・茎わかめ)・中華ドレッシング・せん切りたくあん	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 えび・りんご	868	41.8
25 木	ゆでうどん	牛乳	A 山菜うどん・海鮮かき揚げ・生野菜(レタス・きゅうり)・和風ごまドレッシング・栗のムース(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・いか・さば・りんご ゼラチン	781	30.2
			B 山菜うどん・焼おにぎり・ゆで野菜(小松菜・人参)・焙煎ごまドレッシング・栗のムース(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・りんご・ゼラチン	839	27.8
26 金	米飯100g	牛乳	A おでん・しょうがみそ・ほうれん草卵巻き・一口昆布巻き(2個)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・さば	787	30.9
			B キャベツの豚汁・さんま塩焼・ごぼうサラダ・焙煎ごまドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	920	30.0
29 月	米飯110g	牛乳	A 豆乳みそスープ・白身魚塩焼・ゆで野菜(小松菜・人参)・しょうゆ	乳・小麦・大豆・鶏肉	765	37.8
			B キムチスープ・ほたてシューマイ(3個)・肉とたけのこの炒め物	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	837	39.9
30 火	胚芽食パン	牛乳	A ワンタンスープ・たれ付チキンミートボール(3個)・せんキャベツ・野菜入り和風ドレッシング・鉄分入りチョコクリーム	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	866	30.6
			B サーモンチャウダー・ハンバーグ照焼ソースがけ・ミニトマト(3個)・鉄分入りチョコクリーム	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・鮭	999	40.6

献立は都合により変わることがあります。

- ◎ 11月1日(月) B 『ピリ辛みそ汁』・・・県産牛肉、玉ねぎ、人参などが入った少し辛味のあるみそ汁。
- ◎ 11月4日(木) A・B 『タンタンめん』・・・ひき肉と野菜の入ったみそラーメンにねぎごまを入れたスープ。
- ◎ 11月9日(火) B 『とり肉とアーモンドの炒めもの』・・・とり肉、アーモンド、玉ねぎ、たけのこなどをオイスターソースで炒めたもの。
- ◎ 11月24日(水) A 『ビビンバ』・・・ひき肉、もやしぜんまいなどを炒め煮にしたものをご飯に混ぜて食べる韓国料理の一種。小袋の辛味ソースがつくので各自で調整して食べる。
- ◎ 11月26日(金) A 『おでん・しょうがみそ』・・・しょうゆで煮込んだおでんに、卓上のしょうがみそをかける。
- ◎ 11月29日(月) A 『豆乳みそスープ』・・・とり肉、人参、玉ねぎ、ごぼうなどが入ったみそ味のスープに豆乳をいれたもの。

### 【11月分学校給食摂取基準(生徒一人当たり)】

	(一人当たり栄養量)								
	エネルギー					ビタミン			
	Kcal	たんぱく質 g	脂肪 %	カルシウム mg	鉄 mg	A μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg
11月分平均	857	34.6	27	420	4.4	244	0.83	0.66	46
一人当たり (学校給食摂取基準)	850	28.0	25~30	420	4.0	210	0.60	0.60	33

＜文部科学省基準より＞

《献立作成のポイント》 ☆感謝の気持ちを育てる食事の工夫する。

☆冬にむけての食事の工夫

☆冬の野菜を多く取り入れる。

《旬の食材》 ねぎ・白菜・ごぼう・りんご・栗・鮭・鰯

《地場産物》 長いも・にんにく・キャベツ・ねぎ・かぶ・大根・白菜・人参

ごぼう・初雪草・なめこ・菊・りんご・ほたて・さば・牛肉

平成22年度12月分

学校給食献立一覧表(案)

青森市中学校給食センター

実施日	主食	牛乳	お	か	ず	る	い	アレルギー関係	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	
											お
1 水	米飯250g	牛乳	A	なめこ汁	・白身魚フライ	・せんきゃべつ	・ソース	・カレーふりかけ	乳・小麦・大豆・鶏肉 オレンジ・りんご	838	31.2
			B	ちゃんこなべ風	・さんまみぞれ煮	・五目きんぴら	・カレーふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 ゼラチン	832	31.7	
2 木	ゆで中華	牛乳	A	とんこつしょうゆラーメン	・兼卵	・ゆで野菜(チンゲン菜・コーン)	・中華ドレッシング	・蒸パン(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	898	32.9
			B	とんこつしょうゆラーメン	・ウィンナーペーコン巻	・りんごサラダ	・フレンチドレッシング	・蒸パン(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	987	34.7
3 金	米飯230g	牛乳	A	かきたまスープ	・鮭ムニエル	・生野菜(キャベツ・きゅうり)	・和風ごまドレッシング	・お祝いデザート(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 酸・りんご・ゼラチン	772	30.6
			B	根菜汁	・ぶり照焼	・ちくわとメンマの炒め煮	・お祝いデザート(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	878	38.2	
6 月	米飯230g	牛乳	A	さつまいも汁	・チキン照焼	・生野菜(きゅうり・きわかめ)	・野菜入り和風ドレッシング	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	851	31.4	
			B	キムチスープ	・ポークハンバーグソースがけ	・れんこんサラダ	・ツナマヨネーズ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご	865	36.4	
7 火	りんごパン	牛乳	A	コンソメスープ	・マカロニのミートソース炒め	・ゆでプロッコリー	・ノンエッグマヨネーズ	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご	778	34.3	
			B	パンパンキータージュ	・チキンスコッチエッグ	・生野菜(キャベツ・きゅうり)	・ソース	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご	851	31.3	
8 水	麦ご飯270g	牛乳	A	ハッシュドビーフ	・海藻サラダ	・中華ドレッシング	・福神漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 牛肉・りんご	945	30.5	
			B	ポークカレー	・ゆで野菜(ほうれん草・コーン)	・和風ごまドレッシング	・福神漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご	940	30.1	
9 木	ゆでうどん	牛乳	A	あんかけうどん	・焼おにぎり	・たけのこの炒め煮	・パックみかん(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉	770	37.6	
			B	あんかけうどん	・かぼちゃコロッケ	・せんきゃべつ	・ソース	・パックみかん(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご	768	26.9
10 金	米飯250g	牛乳	A	ごまみそ汁	・赤魚塩焼	・ゆで野菜(長いも・人参)	・ぼんず	・野菜ふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉 さば・やまいも	840	35.9
			B	いももち汁	・いわし梅しょうゆ煮	・ずき昆布炒め	・野菜ふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	847	41.1	
13 月	米飯270g	牛乳	A	マーボー丼	・フルーツカクテル	・きゅうり漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 もも・りんご	884	31.0		
			B	親子丼	・りんごあんじん	・きゅうり漬	卵・乳・小麦・大豆・豚肉 りんご	909	36.6		
14 火	米粉パン	牛乳	A	小松菜のクリーム煮	・ケチャップソースの肉団子(2こ)	・せんきゃべつ	・ソース	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご	903	38.9	
			B	ミートボールスープ	・ツナオムレツ	・野菜入りケチャップ	・ポテトのマヨネーズ炒め	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	897	31.9	
15 水	米飯250g	牛乳	A	煮しめ	・ほっけの塩焼	・ごぼうサラダ	・焙煎ごまドレッシング	・胚芽ふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	832	38.4
			B	たら汁	・味付信田煮	・生野菜(わかめ・きゅうり)	・和風ごまドレッシング	・胚芽ふりかけ	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	765	30.4
16 木	ゆで中華	牛乳	A	みそラーメン	・たご焼き(2こ)	・せんきゃべつ	・ソース	・カットりんご(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・やまいも・ゼラチン	825	33.1
			B	みそラーメン	・ピクシユマイ(2こ)	・ゆで野菜(大根・にんじん)	・中華ドレッシング	・カットりんご(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	813	36.7
17 金	米飯230g	牛乳	A	みそおでん	・さけ塩焼	・ゆで野菜(もやし・ほうれん草)	・しょうゆ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉 酸・さば・りんご	796	41.7	
			B	せんべい汁	・さばみそ煮	・五目ひじき炒め	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・ゼラチン	777	34.4		
20 月	米飯250g	牛乳	A	すいとん	・いわしハンバーグ	・せんきゃべつ	・ソース	・卵ふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご・ゼラチン	858	35.6
			B	けの汁	・いか姿照焼	・ゆで野菜(ほうれん草・もやし)	・和風ごまドレッシング	・卵ふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 いか・りんご	746	33.5
21 火	かぼちゃコッペ	牛乳	A	オニオンスープ	・チキンオープン焼	・ゆで野菜(ブロッコリー・コーン)	・焙煎ごまドレッシング	・クリスマスデザート(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	845	32.6
			B	ごぼうのクリームスープ	・えびフライ(2こ)	・せんきゃべつ	・ソース	・クリスマスデザート(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご・ゼラチン	983	36.4

献立は都合によりかわることがあります。

- ◎ 12月3日(金) AB 「お祝いデザート」・・・東北新幹線新青森駅開業をお祝いして、青森県産米とりんごを使ったデザート。  
B 「根菜汁」・・・豚肉、大根、にんじん、れんこん、ごぼうを煮込んだみそ汁。
- ◎ 12月9日(木) AB 「あんかけうどん」・・・体を温める「しょうが」を使い、汁が冷めにくいようにとろみをつけた、冬ならではのうどん。
- ◎ 12月15日(水) A 「煮しめ」・・・お正月など人が集まる時に作って食べる、青森県の郷土料理。大根、ほたて、細竹、わらびなどをしょうゆで煮る。
- ◎ 12月21日(火) AB 「かぼちゃコッペ」・・・冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかないという言い伝えがある。(22日は給食がないため前日に)  
A 「チキンオープン焼」・・・鶏肉の上にカレーソースをのせて焼いたもの。

《献立作成のポイント》 ☆風邪を予防する食事の工夫をする。  
☆体を温める食事の工夫をする。

- 《旬の食材》 ほうれん草・大根・れんこん・りんご・みかん・かぼちゃ・ぶり・たら
- 《地場産物》 ながいも・にんにく・新米・にんじん・ねぎ・ごぼう・初雪だけ  
なめこ・りんご・いか・ほたて・さば・牛肉

【12月分 学校給食摂取基準(生徒一人当)

	(一人当り栄養量)								
	エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄	ビタミン			
						A	B1	B2	C
Kcal	g	%	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	
12月分平均	850	34.1	26	450	4.6	249	0.75	0.66	36
一人当り (学校給食摂取基準)	850	28.0	25~30	420	4.0	210	0.60	0.60	33

《文部科学省基準より》

平成22年度12月分

学校給食献立一覧表(案)

青森市中学校給食センター

実施日	主食		牛乳	お	か	ず	る	い	アレルギー関係	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
	主	食									
1 水	米飯250g	牛乳	A	なめこ汁	・白身魚フライ	・せんきゃべつ	・ソース	・カレーふりかけ	乳・小麦・大豆・鶏肉 オレンジ・りんご	838	31.2
			B	ちゃんこなべ風	・さんまみぞれ煮	・五目さんびら	・カレーふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 ゼラチン	832	31.7	
2 木	ゆで中華	牛乳	A	とんこつしょうゆラーメン	・煮卵	・ゆで野菜(チンゲン菜・コーン)	・中華ドレッシング	・蒸パン(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	898	32.9
			B	とんこつしょうゆラーメン	・ウィンナーベーコン巻	・りんごサラダ	・フレンチドレッシング	・蒸パン(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	987	34.7
3 金	米飯230g	牛乳	A	かきたまスープ	・鮭ムニエル	・生野菜(キャベツ・きゅうり)	・和風ごまドレッシング	・お祝いデザート(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 鮭・りんご・ゼラチン	772	30.6
			B	根菜汁	・ぶり照焼	・ちくわとメンマの炒め煮	・お祝いデザート(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	878	38.2	
6 月	米飯230g	牛乳	A	さつま汁	・チキン照焼	・生野菜(きゅうり・萓わかめ)	・野菜入り和風ドレッシング	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	851	31.4	
			B	キムチスープ	・ポークハンバーグソースがけ	・れんこんサラダ	・ツナマヨネーズ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご	865	36.4	
7 火	りんごパン	牛乳	A	コンソメスープ	・マカロニのミートソース炒め	・ゆでブロッコリー	・ノンエッグマヨネーズ	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご	778	34.3	
			B	パンブキンポターージュ	・チキンスコッチエッグ	・生野菜(キャベツ・きゅうり)	・ソース	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご	851	31.3	
8 水	麦ご飯270g	牛乳	A	ハッシュドビーフ	・海藻サラダ	・中華ドレッシング	・福神漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 牛肉・りんご	945	30.5	
			B	ポークカレー	・ゆで野菜(ほうれん草・コーン)	・和風ごまドレッシング	・福神漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご	940	30.1	
9 木	ゆでうどん	牛乳	A	あんかけうどん	・焼おにぎり	・たけのこの炒め煮	・パックみかん(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉	770	37.6	
			B	あんかけうどん	・かぼちゃコロケ	・せんきゃべつ	・ソース	・パックみかん(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご	768	26.9
10 金	米飯250g	牛乳	A	ごまみそ汁	・赤魚塩焼	・ゆで野菜(長いも・人参)	・ぼん酢	・野菜ふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉 さば・やまいも	840	35.9
			B	いももち汁	・いわし梅しょうゆ煮	・すき昆布炒め	・野菜ふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉	847	41.1	
13 月	米飯270g	牛乳	A	マーボー丼	・フルーツカクテル	・きゅうり漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 もも・りんご	884	31.0		
			B	親子丼	・りんごあんじん	・きゅうり漬	卵・乳・小麦・大豆・鶏肉 りんご	909	36.6		
14 火	米粉パン	牛乳	A	小松菜のクリーム煮	・ケチャップソースの肉団子(2こ)	・せんきゃべつ	・ソース	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご	903	38.9	
			B	ミートボールスープ	・ツナオムレツ	・野菜入りケチャップ	・ポテトのマヨネーズ炒め	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	897	31.9	
15 水	米飯250g	牛乳	A	煮しめ	・ほっけの塩焼	・ごぼうサラダ	・焙煎ごまドレッシング	・胚芽ふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	832	38.4
			B	たら汁	・味付信田煮	・生野菜(わかめ・きゅうり)	・和風ごまドレッシング	・胚芽ふりかけ	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご	765	30.4
16 木	ゆで中華	牛乳	A	みそラーメン	・たこ焼き(2こ)	・せんきゃべつ	・ソース	・カットりんご(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・やまいも・ゼラチン	825	33.1
			B	みそラーメン	・ピクシューマイ(2こ)	・ゆで野菜(大根・にんじん)	・中華ドレッシング	・カットりんご(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	813	36.7
17 金	米飯230g	牛乳	A	みそおでん	・さけ塩焼	・ゆで野菜(もやし・ほうれん草)	・しょうゆ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉 鮭・さば・りんご	796	41.7	
			B	せんべい汁	・さばみそ煮	・五目ひじき炒め	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 さば・ゼラチン	777	34.4		
20 月	米飯250g	牛乳	A	すいとん	・いわしハンバーグ	・せんきゃべつ	・ソース	・卵ふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご・ゼラチン	858	35.6
			B	けの汁	・いか姿照焼	・ゆで野菜(ほうれん草・もやし)	・和風ごまドレッシング	・卵ふりかけ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 いか・りんご	746	33.5
21 火	かぼちゃコッペ	牛乳	A	オニオンスープ	・チキンオープン焼	・ゆで野菜(ブロッコリー・コーン)	・焙煎ごまドレッシング	・クリスマスデザート(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 りんご・ゼラチン	845	32.6
			B	ごぼうのクリームスープ	・えびフライ(2こ)	・せんきゃべつ	・ソース	・クリスマスデザート(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉 オレンジ・りんご・ゼラチン	983	36.4

献立は都合によりかわることがあります。

- ◎ 12月3日(金) AB 「お祝いデザート」・・・東北新幹線新青森駅開業をお祝いして、青森県産米とりんごを使ったデザート。  
B 「根菜汁」・・・豚肉、大根、にんじん、れんこん、ごぼうを煮込んだみそ汁。
- ◎ 12月9日(木) AB 「あんかけうどん」・・・体を温める「しょうが」を使い、汁が冷めにくいようにとろみをつけた、冬ならではのうどん。
- ◎ 12月15日(水) A 「煮しめ」・・・お正月など人が集まるときに作って食べる、青森県の郷土料理。大根、ほたて、細竹、わらびなどをしょうゆで煮る。
- ◎ 12月21日(火) AB 「かぼちゃコッペ」・・・冬至にかぼちゃを食べると風邪をひかないという言い伝えがある。(22日は給食がないため前日に)  
A 「チキンオープン焼」・・・鶏肉の上にカレーソースをのせて焼いたもの。

【12月分 学校給食摂取基準(生徒一人当り)

《献立作成のポイント》 ☆風邪を予防する食事の工夫をする。

☆体を温める食事の工夫をする。

《旬の食材》 ほうれん草・大根・れんこん・りんご・みかん・かぼちゃ・ぶり・たら

《地場産物》 ながいも・にんにく・新米・にんじん・ねぎ・ごぼう・初雪だけ

なめこ・りんご・いか・ほたて・さば・牛肉 68

	一人当たり栄養				
	エネルギー	たんぱく質	脂肪	カルシウム	鉄
	Kcal	g	%	mg	mg
12月分平均	850	34.1	26	450	4.6
一人当り					

実施日				アレルギー関係	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)
	主食	牛乳	おかず			
17月	麦ご飯270g	牛乳	A マーボー飯・ゼリー入りフルーツポンチ・福神漬	乳・小麦・大豆・豚肉・もも	902	32.4
			B ポークカレー・フルーツ入りあんぱん・福神漬	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・もも・オレンジ	977	30.4
18火	りんごパン	牛乳	A コーンポタージュ・ツナオムレツ・ゆでブロッコリー・ノンエッグマヨネーズ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご	995	33.9
			B コンソメスープ・たれ付チキンミートボール(3個)・生野菜(レタス・水菜)・焙煎ごまドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご	863	27.8
19水	米飯250g	牛乳	A せん切り汁・さんまかば焼(2個)・海藻サラダ・ノンオイル青じそドレッシング・卵ふりかけ(Ca入り)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉	872	34.7
			B 春雨スープ・赤魚塩焼・ゆで野菜(小松菜・人参)・しょうゆ・卵ふりかけ(Ca入り)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・ゼラチン	800	29.0
20木	ゆでうどん	牛乳	A 山菜うどん・かぼちゃコロッケ・せんキャベツ・ソース・ココアワッフル(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・さば・りんご・オレンジ	802	25.3
			B 山菜うどん・チキンカツレツチーズのせ焼・ゆで野菜(もやし・人参)・和風ごまドレッシング・ココアワッフル(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・さば・りんご	809	37.0
21金	米飯230g	牛乳	A せんべい汁・豚しょうが焼・生野菜(きゅうり・レタス)・マヨネーズ	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご・ゼラチン	873	29.0
			B キムチスープ・チンジャオロースー・ミニトマト(3個)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・牛肉・りんご	859	39.6
24月	米飯250g	牛乳	A ピリ辛牛みそ汁・たらかレークリーム焼・生野菜(きゅうり・わかめ)・和風ごまドレッシング	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・牛肉・りんご・オレンジ	821	24.9
			B わかめスープ・さばみそ煮・ゆで野菜(もやし・ほうれん草)・りんごしょうゆ	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・さば・りんご・ゼラチン	774	31.9
25火	米粉パン	牛乳	A ポトフ風スープ・チキン竜田揚げケチャップ煮・ゆで野菜(アスパラ・コーン)・サウザンドレッシング	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご・ゼラチン・オレンジ	837	33.5
			B かぼちゃポタージュ・ポークメンチカツ・せんキャベツ・ソース	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご・オレンジ	870	35.5
26水	米飯250g	牛乳	A けいらん・鮭チャンチャン焼・長いもとひき肉の炒め物・カットりんご(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・さけ・山芋・りんご	868	35.4
			B けの汁・さんまみぞれ煮・ゆで野菜(ほうれん草・コーン)・ノンオイル青じそドレッシング・カットりんご(学配)	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご	843	30.5
27木	ゆで中華	牛乳	A とんこつしょうゆラーメン・揚げギョーザ(2個)・ゆで野菜(大根・人参)・中華ドレッシング	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・ゼラチン	906	36.5
			B とんこつしょうゆラーメン・ウインナーベーコン巻・せんキャベツ・ソース	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご・ゼラチン	839	32.4
28金	米飯270g	牛乳	A 親子丼・ゆで野菜(白菜・雪人参)・ぼん酢・大根つぼ漬	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・さば・りんご	847	34.2
			B 中華丼・生野菜(きゅうり・茱わかめ)・中華ドレッシング・大根つぼ漬	乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・えび	815	36.6
31月	米飯250g	牛乳	A ほたてのスープカレー・おからハンバーグ焼ソースがけ・生野菜(キャベツ・きゅうり)・和風乳化ドレッシング・いちごヨーグルト(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご・オレンジ	986	37.3
			B かき玉スープ・若鶏のごま照焼・ゆで野菜(もやし・人参)・野菜入り和風ドレッシング・いちごヨーグルト(学配)	卵・乳・小麦・大豆・豚肉・鶏肉・りんご	916	36.2

献立は都合によりかわることがあります。

- ◎ 1月17日(月) A 『ゼリー入りフルーツポンチ』・・・ゼリー、もも、梨、みかんが入ったフルーツ缶とパン缶をませ合わせたフルーツポンチ。
- ◎ 1月21日(金) B 『キムチスープ』・・・豚ひき肉、白菜キムチ、にらなどを入れてトウバンジャンで辛みをつけたスープ。
- ◎ 1月24日(月) A 『たらかレークリーム焼』・・・たらかにカレー風味のクリームをのせて、アルミカップに入れて焼いたもの。
- ◎ 1月25日(火) A 『チキン竜田揚げケチャップ煮』・・・とり肉に衣をつけて揚げて、ケチャップで煮たもの。
- ◎ 1月26日(水) A・B **青森の郷土料理対決 A けいらん VS B けの汁**  
 A 『けいらん』・・・主に下北地方で食べられている。あんこの入ったもち、とり肉、人参、白菜、しいたけなどを入れた、しょうゆ味の汁物。  
 B 『さんまみぞれ煮』・・・さんまと大根おろしをしょうゆ、みりんなどを入れて煮たもの。
- ◎ 1月31日(月) A 『ほたてのスープカレー』・・・県産のほたて、たまねぎ、人参、じゃがいもを入れたスープカレー。

【1月分 学校栄養摂取基準(生徒一人当たり)】

《献立作成上のポイント》 ☆郷土料理を取り入れる。  
 ☆体を温める食事の工夫をする。  
 《旬の食材・地産産物》 長いも・にんにく・ごぼう・雪人参  
 初雪茸・りんご・ほたて・牛肉

	(一人当たり栄養量)								
						ビタミン			
	エネルギー Kcal	たんぱく質 g	脂肪 %	カルシウム mg	鉄 mg	A μgRE	B1 mg	B2 mg	C mg
1月分平均	867	32.9	27	414	4.5	407	0.75	0.66	33
一人当たり (学校給食摂取基準)	850	28.0	25~30	420	4.0	210	0.60	0.60	33