



# 明細献立表 (8東部)

令和8年4月8日水曜 ~ 令和8年4月30日木曜

21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	27(月)	28(火)	30(木)
A	A	A	A	A	A	A
ごはん	コッパン	★わかめごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
<b>こんにゃく麺スープ</b> 豚肉(肩・もも) 5. ★なると 10. きくらげ(切) 0.5 にんじん 10. キャベツ 20. 長ねぎ 3. ★こんにゃく麺 40. ポークラスープ 5. ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. しょうゆ 5. 塩 0.4 こしょう 0.03 酒 1. ごま油 0.3	<b>ABCスープ</b> 鶏ムネ肉 5. セロリー 2. たまねぎ 20. にんじん 10. キャベツ 20. 塩 0.3 こしょう 0.02 しょうゆ 3.5 ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. マカロニ(ABC) 3.  <b>オムレットマトリクス</b> ★プレーンオムレツ 1. 個 トマト水煮 5. トマトピューレ 3. にんにく 0.1 オリーブ油 0.5 ケチャップ 2. 中濃ソース 1.5 さとう 0.4 塩 0.1 黒こしょう 0.01 オレガノ 0.01  <b>マヨポテトサラダ</b> ジャガ芋(凍) 35. にんじん 5. きゅうり 5. 米酢 1. 海水塩 0.2 黒こしょう 0.02 ノイタッグマヨネーズ(サラダ) 7.	<b>具だくさんみそ汁</b> にんじん 10. だいこん 30. たまねぎ 15. 油揚げ 5. わかめ 1. 長ねぎ 3. しめじ 5. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.  <b>山賊焼き</b> ★鶏もも肉(下味) 1. 枚 じゃがいも 8. 揚げ油 6.  <b>春雨サラダ</b> マロニー 5. きゅうり 5. キャベツ 30. にんじん 5. 米酢 1. さとう 0.4 白しょうゆP 2.3 海水塩 0.1 ごま油 0.5  <b>豆乳カスタードクレープ</b> ★豆乳カスタードクレープ(乳卵小麦なし) 1. 個	<b>ｺｰﾝ入り野菜ｽｰﾌﾟ</b> 鶏ムネ肉 5. にんじん 10. たまねぎ 25. ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. ★ｺｰﾝﾊﾟｰｽﾄ 20. ホールコーン 15. チンゲンサイ 5. 塩 0.3 白しょうゆ 3. 黒こしょう 0.02  <b>ハンバーグバーベキューソース</b> ★国産ハンバーグ 1. 個 たまねぎ 1. しょうが 0.1 にんにく 0.1 しょうゆ 2.5 みりん 1. ★りんごピューレ 8. さとう 0.25 白すりごま 0.5  <b>和風おさつサラダ</b> さつまい(凍) 35. きゅうり 5. にんじん 5. 海水塩 0.2 白しょうゆP 1. 油P 0.5 米酢 1.	<b>白菜と青菜のスープ</b> ★(鶏)シヨルﾀｰﾊﾞｰｺﾝ 5. しめじ 5. にんじん 10. はくさい 25. セロリー 2. 小松菜 5. にんにく 0.2 油P 0.5 塩 0.2 黒こしょう 0.02 しょうゆ 1. ベジダシ 3.  <b>厚揚げのそぼろ煮</b> 油P 1. しょうが 0.2 豚ももひき肉 20. 酒 1. 厚揚げ 35. 大豆の華粒 3. たまねぎ 20. にんじん 5. みそ 5. さとう 1. しょうゆ 1. じゃがいも 0.5  <b>フルーツポンチ</b> ★みかん缶 20. ★甘夏みかん缶 20. ★黄桃缶 15. ★いちごゼリー 20.	<b>わかめスープ</b> 鶏ムネ肉 10. たまねぎ 10. にんじん 10. えのきたけ 5. わかめ 0.5 長ねぎ 3. 白いりごま 0.5 ｷﾝｶﾞﾗｽｰﾌﾟ 5. 塩 0.3 しょうゆ 3. 酒 1. こしょう 0.02  <b>麻婆豆腐</b> にんにく 0.3 しょうが 0.3 豚ももひき肉 15. たまねぎ 20. たけのこ(切) 5. 豆腐(原型絞り) 40. 長ねぎ 3. 大豆の華粒 2. みそ 2. オイスターソース 1. しょうゆ 2. 酒 2. トウバンジャン 0.1 ごま油 1. さとう 0.5 じゃがいも 0.5  <b>ｺﾝﾈｸ寒天サラダ</b> ｺﾝﾈｸ寒天 1. キャベツ 25. きゅうり 5. にんじん 5. 米酢 1. 海水塩 0.2 白しょうゆP 2.5 さとう 0.3	<b>いも団子汁</b> 鶏ムネ肉 10. はくさい 25. にんじん 10. えのきたけ 5. ★いも団子 25. 塩 0.15 酒 1. しょうゆ 4. かつお厚削り(ダシ) 1.8  <b>さんまの甘露煮</b> ★さんま甘露煮 1. 個  <b>こんぶあえ</b> キャベツ 35. きゅうり 5. にんじん 5. 塩こんぶ 0.7 海水塩 0.05 白しょうゆP 1.

分量は小学校中学年を基準にしています。小学校低学年は0.9、高学年は1.2、中学校は1.3の係数をかけたものが実際の分量となります。なお、各食品の分量の単位は g です。

# 令和8年度4月分 使用食材原材料一覧表(小学校・中学校共通)

裏面あり

以下の食品は、アレルギー症状誘発の原因となりにくく、主治医の指示がない限り、除去する必要がないものです。  
 【卵】卵殻カルシウム 【乳】乳糖、乳清焼成カルシウム 【小麦】しょうゆ、酢、みそ 【大豆】大豆油、しょうゆ、みそ 【ごま】ごま油 【魚類】かつおだし、いりこだし、魚醤 【肉】エキス

松本市東部学校給食センター

食品名	原材料	特定原材料 準特定原材料
<b>主食、デザート等(アレルギー対応食提供対象外)</b>		
【基本】ごはん	松本市産コシヒカリ100%の無洗米(金芽米)です	
【基本】コッペパン、 背割りコッペパン、 まるパン	小麦粉、砂糖、塩、脱脂粉乳、米粉調整品、イースト、ショートニング	小麦、乳
豆乳カスタードグループ (乳卵小麦なし)	豆乳、加工油脂、麦芽糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、植物油(大豆の成分を含む)、米粉、水あめ、砂糖、清涼飲料水、大豆粉、しょうゆ(小麦不使用)、酵母エキス、加工でんぷん、トレハロース、増粘剤、乳化剤(大豆の成分を含む)、安定剤、香料、カラメル色素、メタリン酸ナトリウム、ピロリン酸第二鉄、膨脹剤、カロチノイド色素 (内容量28g)	大豆
さくらゼリー	さくらんぼ果汁、砂糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、水あめ、ぶどう糖、ゲル化剤、ビタミンC、酸味料、香料、クエン酸鉄ナトリウム、クチナシ赤色素、紅花色素、ぶどう糖、レモン果汁 (内容量30g)	
わかめごはん	金芽米、塩蔵わかめ、塩、砂糖、酵母エキス	
<b>副食に使用する食品</b>		
あ 赤魚(下味)	赤魚、しょうゆ、酒、みりん、砂糖、柚	小麦、大豆
揚げちりめん	しらす、植物油、塩	
甘夏みかん缶	なつみかん、砂糖、クエン酸、ナリンギナーゼ	
いちごゼリー	ぶどう糖果糖液糖、砂糖、粉あめ、食物繊維、とちおとめ莓果汁、ゲル化剤、クエン酸ナトリウム、香料、クエン酸鉄ナトリウム、ビタミンC、着色料	
いも団子	じゃがいも、じゃがいもでんぷん、塩、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄	
祝なると(切)	魚肉すりみ(すけそうたら、イトヨリダイ、他)、じゃがいもでんぷん、塩、砂糖、着色料	
黄桃缶	黄桃、砂糖、クエン酸、ビタミンC	桃
か 角チーズ	ナチュラルチーズ、乳たんぱく質、乳化剤、セルロース	乳
ギョーザ(蒸し)	キャベツ、たまねぎ、にら、豚肉、鶏肉、豚脂、でんぷん加工食品、しょうゆ、塩、酵母エキス、砂糖、しょうがペースト、香辛料、小麦粉、小麦グルテン(大豆の成分を含む)、植物油(大豆の成分を含む)、でんぷん、大豆粉、ぶどう糖、加工でんぷん、炭酸カルシウム、トレハロース、調味料、ピロリン酸鉄、乳化剤、安定剤	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
国産ハンバーグ	鶏肉、豚肉、たまねぎ、粒状植物性たんぱく(大豆の成分を含む)、難消化性デキストリン、でんぷん、粉末状植物性たんぱく(大豆の成分を含む)、果糖ぶどう糖液糖、ドロマイト、ぶどう糖加工品、ポークエキス、発酵調味料、塩、酵母エキス、加工油脂、チキンブイヨン、加工でんぷん、クエン酸鉄ナトリウム	鶏肉、豚肉、大豆

	食品名	原材料	特定原材料 準特定原材料
	五目野菜肉だんご	鶏肉、パン粉(大豆の成分を含む)、ごぼう、たまねぎ、にんじん、キャベツ、でんぷん、ねぎ、砂糖、植物油脂、粉末状大豆たんぱく、しょうゆ、塩、おろししょうが、なたね油、みりん、増粘剤、かつお節エキス、カラメル色素、ごま油	小麦、大豆、鶏肉、ごま
	こんにゃく麺	こんにゃく粉、かぼちゃ粉末、クチナシ色素、水酸化カルシウム	
さ	さんま甘露煮	さんま、砂糖、しょうゆ、みりん、でんぷん、グラニュー糖、糖蜜、塩	小麦、大豆
	(鎌)ショルダーベーコン	豚肉、塩、砂糖、ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス	豚肉
た	チキンカツ	鶏肉、塩、香辛料、でんぷん、植物繊維、酵母エキス、加工でんぷん、パン粉(大豆の成分を含む)	小麦、大豆、鶏肉
	ツナフレーク	きはだまぐろ、米油、塩	
	豆腐(凍)Fe添加	大豆、でんぷん、安定剤、凝固剤、ピロリン酸第二鉄	大豆
	鶏もも肉(下味)	鶏肉、しょうゆ(小麦不使用)、みりん、にんにく、しょうが、りんごジュース	鶏肉、大豆、りんご
な	なると	魚肉すりみ(すけそうたら、イトヨリダイ、他)、じゃがいもでんぷん、塩、砂糖、着色料	
は	春巻き	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、豚肉、難消化性デキストリン、春雨、しょうゆ、ポークオイル、グラニュー糖、植物油脂(ごまの成分を含む)、ポークミートペースト(ゼラチンを含む)、ひじき、しょうが、塩、オイスターソース(大豆の成分を含む)、酵母エキス、乾燥パン酵母、香辛料、小麦粉、植物油脂(大豆の成分を含む)、みりん、還元水あめ、でんぷん、加工でんぷん、ピロリン酸鉄、増粘多糖類、乳化剤、調味料	小麦、ごま、大豆、豚肉、ゼラチン
	ワンカツ	豚肉、塩、砂糖、白こしょう、カルワイ、マスタード	豚肉
	プレーンオムレツ	鶏卵、砂糖、大豆油、塩、酢、加工でんぷん、酸味料	卵、大豆
	ホキフライ	ホキ、パン粉(大豆の成分を含む)、小麦粉、塩、こしょう	小麦、大豆
	細切かぼ	魚肉すりみ(すけそうたら、他)、塩、砂糖、魚肉エキス、加工でんぷん	
ま	みかん缶	うんしゅうみかん、砂糖、クエン酸、ヘスペリジナーゼ、塩酸、水酸化ナトリウム	
	りんごピューレ	りんご、酸化防止剤	りんご
	素材100%の食品	コーンペースト【とうもろこし】	

☆ すべての海産物には「えび・かに・いか・たこ」が含まれる可能性があることをご承知おきください。

☆ 上記にはコンタミネーションに関する情報はありません。

☆ 食品はあいうえお順になっています。

☆ ご不明な点等ありましたら、給食センターまでご連絡ください。

※調味料や毎月よく使用する食品などをこちらに掲載しています。年度途中で原材料の変更があれば、その都度お知らせします。

以下の食品は、アレルギー症状誘発の原因となりにくく、主治医の指示がない限り、除去する必要がないものです。

【卵】卵殻カルシウム【乳】乳糖、乳清焼成カルシウム【小麦】しょうゆ、酢、みそ【大豆】大豆油、しょうゆ、みそ【ごま】ごま油【魚類】かつおだし、いりこだし、魚醤【肉】エキス

松本市東部学校給食センター

【調味料系】		
食品名	原材料	特定原材料 準特定原材料
あ 赤ワイン	濃縮還元ぶどう果汁、濃縮ぶどう果汁、糖類、酸化防止剤、酸味料	
ウスターソースP	りんご、トマト、たまねぎ、にんじん、にんにく、砂糖、醸造酢、塩、しょうゆ、香辛料	りんご、小麦、大豆
オイスターソース	魚介エキス(かきエキス、ほたてエキス、魚醤)、砂糖、かき、たんぱく加水分解物、こんぶエキス、酵母エキス、水あめ、塩、酒精、増粘剤	
おろしりんご(ピ)	りんご、香料、酸味料、酸化防止剤	りんご
か からし	からし粉、コーンスターチ、着色料、ビタミンC	
ガラムマサラ	コリアンダー、クミン、スターアニス、ターメリック、カルダモン、クローブス、唐辛子、ジンジャー、フェネグリーク、オレガノ、こしょう、シナモン、フェネル、ガーリック、ベイリーブス	
カレー粉	コリアンダー、陳皮、ターメリック、クミン、フェネグリーク、スターアニス、唐辛子、フェネル、甘草、ローレル、マスタード	
カレールウ	小麦粉、ラード豚脂、カレー粉、ポークエキス(小麦の成分を含む)、オニオンパウダー、植物油、フルーツチャツネ(りんごの成分を含む)、ぶどう糖、塩、砂糖、オールスパイス、ガーリックパウダー、砂糖カラメル	小麦、豚肉、りんご
ケチャップ	トマトピューレ、砂糖、水あめ、醸造酢、塩、たまねぎ、香辛料	
米酢	米、アルコール、塩	
さ 酒	米、米こうじ、醸造アルコール	
しょうゆ	小麦、大豆、塩、アルコール	小麦、大豆
白しょうゆ、白しょうゆP	塩、小麦、大豆、アルコール、ビタミンB1、チアミンラウリル硫酸塩、氷酢酸	小麦、大豆
白ワイン	濃縮還元ぶどう果汁、糖類、酸味料、酸化防止剤	
た チキンガラスープ	鶏骨、たまねぎ、にんじん、セロリ、ローリエ	
チャツネ	水あめ、ぶどう糖、砂糖、りんご加工品、デーツピューレ、醸造酢、香辛料、にんにくペースト、塩、酸味料	りんご
中濃ソース	りんご、トマト、たまねぎ、にんにく、糖類、醸造酢、塩、でんぷん、アミノ酸液(大豆の成分を含む)、香辛料、カラメル色素	りんご、大豆
チリパウダー	唐辛子、塩、クミン、オレガノ、ガーリック	
トウバンジャン	唐辛子、塩、塩漬唐辛子、発酵調味料、みそ、パプリカ、そら豆粉、調味料、酒精、pH調整剤	大豆
トマト水煮	トマト、トマトピューレ、クエン酸	
な ノンエッグマヨネーズ(サラダ)	食用植物油、水あめ、砂糖、醸造酢、塩、増粘剤、粉末状大豆たんぱく、香辛料、酵母エキス	大豆

は	ベジダシ	しょうゆ、砂糖、塩、たまねぎ、発酵調味料、セロリ、にんじん、酵母エキス	裏面あり	小麦、大豆
ま	みそ	大豆、米、塩、酒精		大豆
	みりん	もち米、米麴、醸造アルコール、糖類		
【 その他の食品 】				
	食品名	原材料		特定原材料 準特定原材料
あ	厚揚げ	大豆、食用植物油、豆腐用凝固剤		大豆
	油揚げ	大豆、食用植物油、豆腐用凝固剤		大豆
か	海そうサラダ	若布、昆布、白ミル・白とさか、赤とさか		
	凍り豆腐	大豆、凝固剤、重曹		大豆
	こんにゃく、 突こんにゃく、しらたき	こんにゃく精粉、凝固剤		
	コンニャク寒天	寒天、こんにゃく粉、増粘多糖類		
さ	塩こんぶ	昆布、しょうゆ、砂糖、醸造酢、塩、調味料、カラメル色素		小麦、大豆
た	豆腐、焼き豆腐、 豆腐(原型絞り)	大豆、凝固剤		大豆
は	バターミックス	塩、香辛料、でんぷん、植物繊維、酵母エキス、加工デンプン、増粘剤		
	パン粉	小麦粉、イースト、ぶどう糖、塩、ショートニング、製パン用生地改良剤製剤(大豆の成分を含む)		小麦、大豆
ま	マロニー	じゃがいもでんぷん、コーンスターチ、増粘剤		
や	ゆかり	赤しそ、塩、梅酢、砂糖、酵母エキス、酸味料		
	ゆしどうふ	大豆、果糖、粗製海水塩化マグネシウム、豆腐用凝固剤		大豆
【 緊急時に使用する食材 】				
	ハンバーグ(デミグラスソース)	豚肉、鶏肉、たまねぎ、豚脂、米粉、タピオカでんぷん、砂糖、塩、パーム油、デキストリン、トマトパウダー、じゃがいもでんぷん、酵母エキス、粉末米酢、香辛料、カラメル色素		豚肉、鶏肉
	ふりかけ(のり)	砂糖、ぶどう糖、塩、鰹節粉、とうもろこしでんぷん、デキストリン、緑茶粉末、酵母エキス、のり、鰹削り節、椎茸エキス、貝カルシウム、セルロース、酸化防止剤		
【 素材100%の食品 】				
油・揚げ油P【こめ油】、一味唐辛子【唐辛子】、糸かんでん【紅藻海藻】、大豆の華(粒、フレーク)【大豆】、角きざみのり【乾のり】、小麦粉【小麦】、でんぷん【ばれいしょ】、トマトピューレ【トマト】、ポークガラスープ【豚骨】、マカロニ(ABC、シェル、ツイスト、ペンネ)【小麦】				

☆ すべての海産物には「えび・かに・いか・たこ」が含まれる可能性があることをご承知おきください。

☆ 上記にはコンタミネーションに関する情報はありません。

☆ 食品はあいうえお順になっています。

☆ ご不明な点等ありましたら、給食センターまでご連絡ください。