令和8年　9月分　給食だより　　大東市立保育所・こども園

日	曜	献立名	使用食材名	2～5歳児のおやつ	手作りおやつ使用食材
1・15	火	ごはん 関東煮 磯辺和え	・米 ・鶏肉,ちくわ,冷凍厚揚げ,板こんにゃく,じゃがいも,だいこん,人参,出し汁,上白糖,しょうゆ(濃),みりん ・こまつな,もやし,きざみのり,しょうゆ(薄),上白糖	牛乳 おかし くだもの(りんご)	
2・16	水	ごはん ビビンバ風 野菜スープ	・米 ・牛肉,人参,上白糖,しょうゆ(濃),油,チンゲンサイ,すりごま,上白糖,しょうゆ(薄),ごま油 ・じゃがいも,だいこん,玉ねぎ,パセリ,スープの素,塩,こしょう,水	牛乳 ﾁｰｽﾞ入りﾎｯﾄｹｰｷ くだもの(ﾊﾞﾅﾅ)	ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ,ﾌﾟﾛｾｽﾁｰｽﾞ,水,油
3・24	木	ごはん まぐろのケチャップあえ(0・1歳は煮魚) おひたし　すまし汁	・米 ・まぐろ赤身,片栗粉,油,上白糖,ケチャップ,ウスターソース,水 ・チンゲンサイ,キャベツ,人参,しょうゆ(薄),上白糖 ・冷凍豆腐,カットわかめ,青ネギ,出し汁,しょうゆ(薄),塩	牛乳 おかし くだもの(なし)	
4・18	金	ごはん 厚揚げチャンプル パンサンス	・米 ・冷凍厚揚げ,豚肉,人参,こまつな,もやし,玉ねぎ,干し椎茸,塩,こしょう,しょうゆ(濃),みりん,ごま油 ・はるさめ,焼き豚,人参,きゅうり,酢,上白糖,しょうゆ(薄),ごま油	牛乳 ﾌﾙｰﾂのﾖｰｸﾞﾙﾄ和え	みかん(缶),ﾊﾟｲﾝ(缶),もも(缶),ﾊﾞﾅﾅ,ﾖｰｸﾞﾙﾄ,上白糖
5	土	きのこスパゲティ(0歳はぞうすい) 牛乳 くだもの	・スパゲティ,玉ねぎ,えのき茸,ほんしめじ,まいたけ,人参,ベーコン,きざみのり,にんにく,油,塩,こしょう,しょうゆ(濃) ・牛乳 ・くだもの	牛乳 ﾊﾞﾀｰｽﾃｨｯｸ	
7・28	月	超熟ロール(0歳はごはん) 肉だんごのトマトスープ煮(0歳はトマトそぼろ煮) スパゲティサラダ	・超熟ロール ・合ミンチ,玉ねぎ,片栗粉,塩・こしょう,じゃがいも,玉ねぎ,人参,トマト,三度豆,油,水,スープの素,塩・こしょう,ケチャップ,上白糖 ・スパゲティ,ロースハム,きゅうり,人参,塩・こしょう,マヨネーズ風調味料	牛乳 おからｸｯｷｰ くだもの(りんご)	おから,小麦粉(薄力粉),上白糖,ﾊﾞﾀｰ,水,ﾚｰｽﾞﾝ, 油
8・29	火	ごはん 鯖のみそ煮(0・1歳はかれい) ごま和え すまし汁	・米 ・さば(切り身),しょうが,酒,みりん,しょうゆ(濃),甘みそ,みそ,出し昆布,水,上白糖,みりん,甘みそ,みそ,水 ・ほうれん草,はくさい,人参,すりごま,しょうゆ(薄),上白糖 ・冷凍豆腐,えのき茸,みつば,出し汁,しょうゆ(薄),塩	牛乳 おかし 黄桃(缶)	
9・30	水	ごはん チキンカレー キャベツの白す和え	・米 ・鶏肉,じゃがいも,玉ねぎ,人参,グリンピース,油,しょうが,にんにく,塩・こしょう,スープの素,カレールウ,りんご,水 ・キャベツ,しらす干し,すりごま,酢,上白糖,しょうゆ(薄)	牛乳 ｼﾞｬﾑﾛｰﾙｻﾝﾄﾞ くだもの(なし)	超熟ﾛｰﾙ,いちごｼﾞｬﾑ
10	木	ごはん 磯煮 かつお和え じゃこのいり煮	・米 ・鶏肉,平天,ひじき,じゃがいも,人参,油,出し汁,上白糖,しょうゆ(濃),みりん ・チンゲンサイ,はくさい,人参,花かつお(破砕粉),しょうゆ(薄),上白糖 ・しらす干し,上白糖,しょうゆ(濃),酒	牛乳 おかし ｺｱｺｱﾌﾟﾗｽ	
11・25	金	ごはん 豚肉の生姜焼き ごまネーズあえ オニオンスープ	・米 ・豚肉,青ネギ,しょうが,しょうゆ(濃),みりん,油 ・キャベツ,人参,きゅうり,マヨネーズ風調味料,すりごま,塩 ・玉ねぎ,人参,パセリ,スープの素,水,塩,こしょう	牛乳 ふかし芋 11日くだもの(ﾊﾞﾅﾅ) 25日月見ｾﾞﾘｰ	さつまいも,塩
12	土	スパゲティミートソース(0歳はぞうすい) 牛乳　くだもの	・スパゲティ,油,合ミンチ,玉ねぎ,人参,エリンギ,ピーマン,油,にんにく,しょうが,スープの素,塩,こしょう,ケチャップ,ウスターソース ・牛乳　・くだもの	牛乳 ｽﾅｯｸｽﾃｨｯｸ	
14	月	食パン(0歳はごはん) ポトフ フレンチサラダ	・食パン ・鶏肉,ポークウィンナー,じゃがいも,玉ねぎ,人参,ブロッコリー,スープの素,塩,こしょう,水 ・キャベツ,きゅうり,トマト,酢,油,上白糖,塩・こしょう	牛乳 豆腐ﾄﾞｰﾅﾂ くだもの(なし)	ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ,絹ごし豆腐,水,油,粉糖
17	木	しめじご飯 白身魚の天ぷら(0・1歳は煮魚) おひたし みそ汁	・米,もち米,水,塩,しょうゆ(薄),酒,ぶなしめじ,油あげ,人参,きぬさや,きざみのり ・たら,塩,小麦粉(薄力粉),水,油 ・ほうれん草,はくさい,人参,しょうゆ(薄),上白糖 ・冷凍豆腐,えのき茸,みつば,出し汁,みそ	牛乳 ﾍﾞﾘｰ&ﾐﾙｸｹｰｷ くだもの(なし)	
19	土	肉うどん(0歳はぞうすい) 牛乳　くだもの	・うどん,牛肉,かまぼこ,人参,玉ねぎ,青ネギ,水,出し昆布,出しかつお,しょうゆ(薄),みりん ・牛乳　・くだもの	牛乳 ｽﾅｯｸﾊﾟﾝ(さつまいも)	
26	土	焼きそば(0歳はぞうすい) 牛乳　くだもの	・中華めん(ゆで),豚肉,キャベツ,もやし,人参,ピーマン,青ネギ,油,塩,こしょう,ウスターソース,とんかつソース ・牛乳　・くだもの	牛乳 ﾊﾞﾀｰｽﾃｨｯｸ	

献立は、その日の都合により変更する場合があります。　　★印は、0・1歳児クラスにはつきません。

平均栄養量	ｴﾈﾙｷﾞｰ kcal	たんぱく質 g	脂質 g	ｶﾙｼｳﾑ mg	鉄 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ当量 μg	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝC mg	食物繊維 g	食塩 g
未満児(1～2)歳	532	19.7	17.1	303	1.8	236	0.5	0.44	28	4.7	1.6
以上児(3～5)歳	560	20.2	17.3	248	2.1	252	0.57	0.39	33	5.7	1.8

令和８年９月分　０・１歳おやつ献立表

大東市立保育所・こども園

日	曜	献立名	材料及び分量	備考
1・15	火	牛乳 かぼちゃの豆乳むしパン くだもの(ﾊﾞﾅﾅ)	ケーキミックス　15g かぼちゃ　10 豆乳　18	1. かぼちゃはゆで、粗くつぶしておく。 2. ボウルにホットケーキミックス、豆乳、かぼちゃを加え混ぜる。 3. 2を型に入れ、蒸す。
2・16	水	牛乳 チーズ入りホットケーキ くだもの(ﾊﾞﾅﾅ)	ケーキミックス　20g プロセスチーズ　5 水　15ml 油　適宜	1. ボールにケーキミックス・水・小さく切ったチーズを入れ混ぜ合わせる。 2. ホットプレートを弱火にし、1人1枚当てのケーキを焼く。
3・24	木	牛乳 キャロットゼリー くだもの(ﾊﾞﾅﾅ)	人参　10g もも(缶)　15 粉寒天　0．9 水＋もも缶シロップ　60ml 上白糖　5	1. 寒天と水ともも缶シロップ(総量が60mlになるよう)を小鍋に入れ、弱火で煮溶かし、沸騰する直前に火を止める。 2. ゆでた人参・もも(缶)をミキサーにかける。 3. 2と3を混ぜ、型に流し、冷やし固める。 ※上白糖は甘さをみて加減する。
4・18	金	牛乳 フルーツのヨーグルト和え	みかん(缶)　20g パイン(缶)　15 もも(缶)　15 バナナ　20 ヨーグルト　30 上白糖　1～2	1. バナナは皮をむいて、食べやすい大きさに切る。 2. パイン、もも、みかん缶は水気を切って食べやすい大きさに切る。 3. ヨーグルトに上白糖、バナナ、果物缶を加え、和える。
5	土	牛乳 ﾊﾞﾀｰｽﾃｨｯｸ	十勝ﾊﾞﾀｰｽﾃｨｯｸ　1本	
7・28	月	牛乳 おからクッキー くだもの(ﾊﾞﾅﾅ)	乾燥おから　2.2g　レーズン　2.1 水　8.8　油　適宜 小麦粉(薄力粉)　5.6 上白糖　2.8 ﾊﾞﾀｰ　4.9　幼児の分量の 水　4.9　7割量	1. 乾燥おからは4倍の水で戻しておく。 2. バターと上白糖を混ぜ、1のおから・小麦粉を合わせ、分量の水を加えながらこねる。(水は様子をみながら加える。) 3. レーズンを入れて、形をととのえてならべ、フライパンまたはホットプレートで焼く。
8・29	火	牛乳 ツナとﾎﾟﾃﾄのおやき 黄桃(缶)	ツナ　15g 玉ねぎ　10 人参　5 じゃがいも　40 小麦粉　適量 塩・こしょう　少々　油　少々	1. じゃがいもはゆでてつぶす。 2. 玉ねぎ、人参はみじん切りにしてツナとともに炒め、軽く塩・こしょうする。 3. 1と2を混ぜ合わせ、小判型に丸めて小麦粉をまぶし、少量の油で焼く。
9・30	水	牛乳 ジャムロールサンド くだもの(ﾊﾞﾅﾅ)	超熟ロール　1/2本 いちごｼﾞｬﾑ　5g	
10	木	牛乳 豆乳もち くだもの(ﾊﾞﾅﾅ)	豆乳　50g 片栗粉　8 きな粉　3 上白糖　3	1. 鍋に豆乳と片栗粉を入れ、わらびもちのように火にかけ練る。 2. バットに広げ、冷蔵庫で冷やし固める。 3. きな粉と上白糖を混ぜ合わせる。 4. 適当な大きさに切り、3 をかける。
11・25	金	牛乳 ふかしいも くだもの(ﾊﾞﾅﾅ)	さつまいも　50g 塩	
12	土	牛乳 ｽﾅｯｸｽﾃｨｯｸ	ｽﾅｯｸｽﾃｨｯｸ　1本	
14	月	牛乳 豆腐みたらし くだもの(ﾊﾞﾅﾅ)	絹ごし豆腐　1/7丁 上白糖　5g しょうゆ　2 片栗粉　2 水　15	1. 豆腐はザルに入れて水気を切り、少し大きめのサイコロに切る。 2. 1を熱湯でゆでる。 3. 水・上白糖・しょうゆを火にかけ、水溶きの片栗粉でトロミをつける。 4. 豆腐の水気を切って、3のタレをからめる。
17	木	牛乳 米粉のいちごむしパン くだもの(ﾊﾞﾅﾅ)	ｸﾞﾙﾃﾝﾌﾘｰｹｰｷﾐｯｸｽ　15g 水　13 油　1．8 いちごｼﾞｬﾑ　8 1袋あたりの分量 ※ｹｰｷﾐｯｸｽ200g 水　150 油　24	1. 水と油を混ぜたところに、グルテンフリーケーキミックスを入れて混ぜｼﾞｬﾑを加えて混ぜて、型に入れて蒸す。 ※水と油を混ぜたところに、ｹｰｷﾐｯｸｽを加えて混ぜるのがポイントです。
19	土	牛乳 ｽﾅｯｸﾊﾟﾝ(さつまいも)	ｽﾅｯｸﾊﾟﾝ(さつまいも)　1本	
26	土	牛乳 ﾊﾞﾀｰｽﾃｨｯｸ	十勝ﾊﾞﾀｰｽﾃｨｯｸ　1本	

※献立は、その日の都合により変更することがあります。

令和8年9月分　離乳食献立表

	1・15（火）	2・16（水）	3・24（木）	4・18（金）	5（土）	7・28（月）
前期	・つぶしがゆ　30～40g ・つぶし煮 豆腐　10g じゃが芋　10 大根　10 人参　5 出し汁 ・煮浸し 小松菜葉先　10g 出し汁	・つぶしがゆ　30～40g ・野菜のくず煮 豆腐つぶし　15g チンゲンサイ　15 人参　5 出し汁、片栗粉 ・煮浸し じゃがいも　10g 大根　5 出し汁	・つぶしがゆ　30～40g ・魚のすり流し煮 白身魚すりつぶし　10g 出し汁、片栗粉 ・煮浸し キャベツ　10g 人参　5 出し汁 ・すまし汁 豆腐　10g 出し汁	・つぶしがゆ　30～40g ・つぶし煮 豆腐　10g 人参　5 小松菜葉先　10 出し汁 ・煮浸し 人参　8g きゅうり　10 出し汁	・ぞうすい 10倍がゆ　30～40g 豆腐つぶし　20 玉ねぎ　10 人参　5 出し汁	・つぶしがゆ　30～40g ・野菜のスープ煮 豆腐　10g じゃが芋　10 玉ねぎ　10 人参　5 トマト　5 出し汁 ・つぶし煮 きゅうり　5g 出し汁
中期	・7～5倍がゆ　50～80g ・鶏肉と野菜煮 鶏肉すりみ　10g 豆腐　10 じゃが芋　15 大根　15 人参　8 出し汁、砂糖、しょうゆ ・和え物 小松菜　15g もやし　5 出し汁、しょうゆ、砂糖	・7～5倍がゆ　50～80g ・豆腐と野菜煮 豆腐つぶし　30g チンゲンサイ　30 人参　8 出し汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 ・野菜スープ じゃがいも　15g 大根　10 玉ねぎ　10 出し汁、しょうゆ	・7～5倍がゆ　50～80g ・魚のほぐし煮 白身魚ほぐし　25g 出し汁、砂糖、しょうゆ ・おひたし チンゲンサイ　10g キャベツ　15 人参　5 出し汁、砂糖、しょうゆ ・すまし汁 豆腐　20g 出し汁、しょうゆ	・7～5倍がゆ　50～80g ・豆腐の野菜煮 豆腐　20g 人参　8 小松菜　10 玉ねぎ　15 出し汁、砂糖、しょうゆ ・春雨サラダ 春雨　3g 人参　10 きゅうり　15 出し汁、酢、砂糖、しょうゆ	・ぞうすい 7～5倍がゆ　50～80g 鶏肉すりみ　10 玉ねぎ　20 人参　8 出し汁、砂糖、しょうゆ	・7～5倍がゆ　50～80g ・豆腐と野菜のスープ煮 豆腐　20g じゃが芋　20 玉ねぎ　15 人参　8 トマト　10 出し汁、しょうゆ、砂糖 ・スパゲティサラダ スパゲティゆでてみじん　3g きゅうり　10 人参　5 出し汁、しょうゆ
後期～完了期	・全がゆ90 ～ 軟飯90g ・鶏肉と野菜煮 鶏肉みじん　15g 豆腐　15 じゃが芋　20 大根　20 人参　10 出し汁、砂糖、しょうゆ ・和え物 小松菜　20g もやし　10 出し汁、しょうゆ、砂糖	・全がゆ90 ～ 軟飯90g ・肉と野菜煮 牛肉（赤身）みじん　15g チンゲンサイ　40 人参　10 すりごま 出し汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 ・野菜スープ じゃがいも　20g 大根　15 玉ねぎ　15 出し汁、しょうゆ	・全がゆ90 ～ 軟飯90g ・煮魚 白身魚　35g 出し汁、砂糖、しょうゆ ・おひたし チンゲンサイ　15g キャベツ　20 人参　8 出し汁、砂糖、しょうゆ ・すまし汁 豆腐　30g 出し汁、しょうゆ	・全がゆ90 ～ 軟飯90g ・肉と豆腐の野菜煮 豆腐　30g 豚肉（赤身）すりみ　15 人参　10 小松菜　15 玉ねぎ　20 出し汁、砂糖、しょうゆ ・春雨サラダ 春雨　5g 人参　10 きゅうり　20 出し汁、酢、砂糖、しょうゆ	・ぞうすい 全がゆ（軟飯）　90（90）g 鶏肉みじん　15 玉ねぎ　30 人参　10 出し汁、砂糖、しょうゆ ・くだもの	・全がゆ90 ～ 軟飯90g ・トマトそぼろ煮 ミンチ（赤身）　15g じゃが芋　30 玉ねぎ　20 人参　10 トマト　15 出し汁、ケチャップ、砂糖 ・スパゲティサラダ スパゲティゆでて粗みじん　4g きゅうり　15 人参　10 マヨネーズ風調味料

※献立は、その日の都合により変更することがあります。

★必要に応じて出し汁や片栗粉で調整すること。

※献立はあくまで目安であり、子どもの体調等により提供する食材や形態・量は異なります。

調　理　指　示　書

所長	栄養士	調理員

2026年9月1・15日(火)

(*)85～90℃・90秒以上または91～95℃・30秒以上または96～100℃・10秒以上加熱されていることを確認しましょう。

	品質	献立名		可食量	使用量	総使用量	中心温度	加熱(冷却)開始時間	仕上り時間	作り方
10時		**牛乳**					度		時　分	
		牛乳		100 g	100 g					
		(乳)ヨーグルト		100 g	100 g					
給食		**ごはん**								
		米		50 g	50 g					
		関東煮		(乳)冷豆腐						①じゃが芋は一口大に切る。 ちくわは乱切り。 厚揚げは熱湯で油ぬきする。 こんにゃくは塩もみし、小さめに切る。 人参・大根は乱切りする。 ②出し汁を取り、煮えにくい材料から煮て、調味し、煮含める。 R7.10 冷凍厚揚げVer（5～10月）
		✓鶏肉		20 g	20 g					
		✓ちくわ		12 g	12 g					
		✓冷凍厚揚げ		20 g	20 g					
		✓板こんにゃく		20 g	20 g					
		じゃがいも		40 g	44.44 g					
		だいこん		40 g	44.44 g					
		人参		15 g	15.46 g					
		出し汁		適宜	適宜					
		上白糖		4 g	4 g					
		しょうゆ(濃)		5 g	5 g					
		みりん		2 g	2 g					
		磯辺和え								①小松菜、もやしは洗って２～３cmに切ってからゆがいてしぼる。 ②調味料をひと煮立ちさせて温度を確認し、冷ます。 ③①にきざみのりをほぐしながら加えて混ぜ、②を加えて和える。 R7.10 分量変更　きざみのり　0.5ｇ→0.4ｇ
		こまつな		30 g	35.29 g					
		もやし		30 g	30.93 g					
		きざみのり		0.4 g	0.4 g					
		しょうゆ（薄）		2 g	2 g					
		上白糖		1 g	1 g					
3時		**牛乳**								
		牛乳		120 g	120 g					
		おかし（0・1歳はかぼちゃの豆乳むしパン）								
		菓子類		20 g	20 g					
		ホットケーキミックス		15 g	15 g					
		豆乳		18 g	18 g					
		かぼちゃ		10 g	11.11 g					
		くだもの（0・1歳はバナナ）								R5.7生のりんごは0・1歳児には提供しない。 R6.9分量変更　2歳児　1/8こ　3歳児以上　1/6こ
		りんご		1/6 こ	1/6 こ					
		（バナナ		1/3 本	1/2 本					

給食人員		人	人
給食日誌	残菜	多　少　無	保存食廃棄日　月　日
	感想		

食品の検収	時間	品質	品温		時間	品質	品温
野菜類		良・悪		精肉類		良・悪	
果物類		良・悪		畜肉加工品		良・悪	
豆腐類		良・悪		魚肉加工品		良・悪	
麺・パン		良・悪		乾物類		良・悪	
牛乳		良・悪		冷凍食品		良・悪	
ヨーグルト		良・悪				良・悪	
鶏肉類		良・悪				良・悪	
卵		良・悪				良・悪	

検査	冷蔵庫温度		冷凍庫温度		加工品・お菓子のパッケージ			
					確認点	色	柄	原材料
	作業前		作業前		加工品			
	作業後		作業後		お菓子			

	温度	湿度	水質の確認	色	濁り	異臭	異物
10時			作業前（　：　）				
２時			作業後（　：　）				

焼物・揚物　（　　）

回数 個数	１回	２回	３回	４回	５回	６回	７回	８回
１個目								
２個目								
３個目								

調理従事者数	給食	おやつ
	人	人

始め時間　時　分　から

終わり時間　時　分　まで

大東市役所

調　理　指　示　書

所長	栄養士	調理員

調理従事者数	給食	おやつ
	人	人

2026年9月2・16日(水)

(*)85～90℃・90秒以上または91～95℃・30秒以上または96～100℃・10秒以上加熱されていることを確認しましょう。

	品質	献立名	可食量	使用量	総使用量	中心温度	加熱(冷却)開始時間	仕上り時間	作り方
10時		**ヨーグルト**				度		時　分	
		ヨーグルト	100 g	100 g					
給食		**ごはん**							
		米	50 g	50 g					
		ビビンバ風	(乳) 冷豆腐						①人参はせん切り。 ②チンゲンサイは１～２cm巾に切り、塩ゆでし、水にさらした後、しっかり水気を切る。 ③鍋を熱し、油を入れ、牛肉、人参を炒め、さとう、しょうゆで調味する。 ④調味料にすりごまを加えて煮立て、タレを作り、冷ましておく。 ⑤完全に冷ました材料をタレで和える。 R5.5チンゲン菜増量Ver
		✓牛肉	30 g	30 g					
		人参	20 g	20.62 g					
		上白糖	1.5 g	1.5 g					
		しょうゆ(濃)	1.5 g	1.5 g					
		油	1.5 g	1.5 g					
		チンゲンサイ	50 g	58.82 g					
		すりごま	1 g	1 g					
		上白糖	1.5 g	1.5 g					
		しょうゆ (薄)	3 g	3 g					
		ごま油	0.3 g	0.3 g					
		野菜スープ							①じゃが芋は小口切り、大根は千切りする。 パセリは葉先をみじん切りし、水に放つ。 ②スープで煮えにくい材料から煮て、塩・こしょうで調味し、パセリを散らす。
		じゃがいも	20 g	22.22 g					
		だいこん	20 g	22.22 g					
		玉ねぎ	20 g	21.28 g					
		パセリ	1 g	1.11 g					
		スープの素	0.8 g	0.8 g					
		塩	0.2 g	0.2 g					
		こしょう	少々	少々					
		水	150 g	150 g					
3時		**牛乳**							
		牛乳	120 g	120 g					
		チーズ入りホットケーキ							
		ホットケーキミックス	20 g	20 g					
		プロセスチーズ	5 g	5 g					
		水	20 g	20 g					
		油	適宜	適宜					
		くだもの							
		バナナ	1/2 本	1/2 本					

給食人員	人	人

給食日誌					
	残菜	多　少　無	保存食廃棄日	月　日	
	感想				

食品の検収		時間	品質	品温		時間	品質	品温
	野菜類		良・悪		精肉類		良・悪	
	果物類		良・悪		畜肉加工品		良・悪	
	豆腐類		良・悪		魚肉加工品		良・悪	
	麺・パン		良・悪		乾物類		良・悪	
	牛乳		良・悪		冷凍食品		良・悪	
	ヨーグルト		良・悪				良・悪	
	鶏肉類		良・悪				良・悪	
	卵		良・悪				良・悪	

検査	冷蔵庫温度		冷凍庫温度		加工品・お菓子のパッケージ			
					確認点	色	柄	原材料
	作業前		作業前		加工品			
	作業後		作業後		お菓子			

	温度	湿度	水質の確認	色	濁り	異臭	異物
10時			作業前 (　:　)				
２時			作業後 (　:　)				

焼物・揚物　(　　)

回数 個数	１回	２回	３回	４回	５回	６回	７回	８回
１個目								
２個目								
３個目								

始め時間	時　分　から
終わり時間	時　分　まで

大東市役所

調　理　指　示　書

所長	栄養士	調理員

2026年9月3・24日(木)

(*)85～90℃・90秒以上または91～95℃・30秒以上または96～100℃・10秒以上加熱されていることを確認しましょう。

	品質	献立名		可食量	使用量	総使用量	中心温度	加熱(冷却)開始時間	仕上り時間	作り方
10時		**牛乳**					度		時　分	
		牛乳		100 g	100 g					
		(乳)ヨーグルト		100 g	100 g					
給食		**ごはん**								
		米		50 g	50 g					
		まぐろのケチャップあえ(0・1歳は煮魚)		(乳)かれい						①まぐろは冷凍庫から出して、片栗粉をまぶして揚げる。 ※まぐろは一度に粉をつけると、ひっつくので、少しづつつける。 ②ケチャップ、ウスターソース、さとう、水をあわせたタレを作り火にかけ、揚げたまぐろを入れてからめる。 〔0・1歳は煮魚〕 完了食基本　かれい
		✓まぐろ赤身		50 g	50 g					
		片栗粉		8 g	8 g					
		油		5 g	5 g					
		上白糖		1.5 g	1.5 g					
		ケチャップ		5 g	5 g					
		ウスターソース		3 g	3 g					
		水		3 g	3 g					
		おひたし								①チンゲン菜は１cm巾のたんざく切り。塩ゆでし、水にさらしザルにあげて水気を切っておく。 ②キャベツは１cm巾のたんざく切り。塩ゆでし、ザルに広げてそのまま冷ます。 ③人参はせん切りし、ゆでる。 ④鍋に調味料を入れ一煮立ちさせ、冷ます。 ⑤野菜が完全に冷めたら、調味料で和える。
		チンゲンサイ		24 g	28.24 g					
		キャベツ		28 g	32.94 g					
		人参		8 g	8.25 g					
		しょうゆ（薄）		2.4 g	2.4 g					
		上白糖		1.2 g	1.2 g					
		すまし汁								
		✓冷凍豆腐		30 g	30 g					
		✓カットわかめ		0.4 g	0.4 g					
		青ネギ		3 g	3.23 g					
		出し汁		150 g	150 g					
		しょうゆ（薄）		5 g	5 g					
		塩		0.15 g	0.15 g					
3時		**牛乳**								
		牛乳		120 g	120 g					
		おかし（0・1歳はキャロットゼリー）								
		菓子類		20 g	20 g					
		┌人参		10 g	10.31 g					
		｜もも(缶)		15 g	15 g					
		｜粉寒天		0.9 g	0.9 g					
		｜もも(缶汁)		適宜	適宜					
		└水		適宜	適宜					
		くだもの（0・1歳はバナナ）								R5.7生のなしは0・1歳は提供しない R6.9分量変更　2歳児　1/8こ　3歳児以上　1/6こ
		なし		1/6 こ	1/6 こ					
		（バナナ		1/3 本	1/3 本					

調理従事者数	給食	おやつ
	人	人

給食人員	人	人

給食日誌				
	残菜	多　少　無	保存食廃棄日	月　日
	感想			

食品の検収		時間	品質	品温		時間	品質	品温
	野菜類		良・悪		精肉類		良・悪	
	果物類		良・悪		畜肉加工品		良・悪	
	豆腐類		良・悪		魚肉加工品		良・悪	
	麺・パン		良・悪		乾物類		良・悪	
	牛乳		良・悪		冷凍食品		良・悪	
	ヨーグルト		良・悪				良・悪	
	鶏肉類		良・悪				良・悪	
	卵		良・悪				良・悪	

検査	冷蔵庫温度		冷凍庫温度		加工品・お菓子のパッケージ			
					確認点	色	柄	原材料
	作業前		作業前		加工品			
	作業後		作業後		お菓子			

	温度	湿度	水質の確認	色	濁り	異臭	異物
10時			作業前（　：　）				
２時			作業後（　：　）				

焼物・揚物　（　　）

回数 個数	１回	２回	３回	４回	５回	６回	７回	８回
１個目								
２個目								
３個目								

始め時間	時　分　から
終わり時間	時　分　まで

大東市役所

調　理　指　示　書

所長	栄養士	調理員

調理従事者数	給食	おやつ
	人	人

2026年9月4・18日(金)

(*)85～90℃・90秒以上または91～95℃・30秒以上または96～100℃・10秒以上加熱されていることを確認しましょう。

	品質	献立名		可食量	使用量	総使用量	中心温度	加熱(冷却)開始時間	仕上り時間	作り方
10時		**ヨーグルト**					度		時　分	
		ヨーグルト		100 g	100 g					
給食		**ごはん**								
		米		50 g	50 g					
		厚揚げチャンプル		(乳) 冷豆腐						①厚揚げは炒める時間に合わせてゆがく。 ②小松菜は２cm巾に切る。 人参はいちょう切り。 もやしはざっくり切る。 たまねぎはくし形切り。 干ししいたけはもどして、せん切り。 ③ごま油で豚肉、野菜、厚揚げを炒め、塩・こしょうをし、中まで火を通す。 ④最後にしょうゆを加えて、味を整える。 R7.9　冷凍厚揚げVer（5～10月）
		✓冷凍厚揚げ		30 g	30 g					
		✓豚肉		30 g	30 g					
		人参		10 g	10.31 g					
		こまつな		15 g	17.65 g					
		もやし		10 g	10.31 g					
		玉ねぎ		30 g	31.91 g					
		干し椎茸		1 g	1 g					
		塩		少々	少々					
		こしょう		少々	少々					
		しょうゆ(濃)		2 g	2 g					
		みりん		1 g	1 g					
		ごま油		0.5 g	0.5 g					
		パンサンス								①春雨はゆで、３cmぐらいの長さに切る。 ②焼き豚は千切りしてゆで、冷ましておく。 ③胡瓜は流水でよく洗い、人参と千切りし塩ゆでする。（一緒にゆでてもよい。人参の固さ注意） ④小鍋に調味料を入れ一煮立ちさせ、冷まし、①～③が冷めたところで水気をしぼって和える。 ※時間的に早く和えてしまうと、春雨が調味料を吸い過ぎてしまうので、和えるタイミングを見計らいましょう。
		はるさめ		7 g	7 g					
		✓焼き豚		10 g	10 g					
		人参		10 g	10.31 g					
		きゅうり		20 g	20.41 g					
		酢		5 g	5 g					
		上白糖		2.5 g	2.5 g					
		しょうゆ（薄）		2.5 g	2.5 g					
		ごま油		0.5 g	0.5 g					
3時		**牛乳**								
		牛乳		120 g	120 g					
		フルーツのヨーグルト和え								①バナナは皮をむいて、食べやすい大きさに切る。 ②パイン、もも、みかん缶は水気を切って食べやすい大きさに切る。 ③ヨーグルトに砂糖、バナナ、果物缶を加え、和える。
		✓もも(缶)		20 g	20 g					
		バナナ		30 g	50 g					
		✓パイン(缶)		20 g	20 g					
		✓みかん(缶)		20 g	20 g					
		✓ヨーグルト		40 g	40 g					
		上白糖		2 g	2 g					

給食人員	人	人

給食日誌					
	残菜	多　少　無	保存食廃棄日	月　日	
	感想				

食品の検収		時間	品質	品温		時間	品質	品温
	野菜類		良・悪		精肉類		良・悪	
	果物類		良・悪		畜肉加工品		良・悪	
	豆腐類		良・悪		魚肉加工品		良・悪	
	麺・パン		良・悪		乾物類		良・悪	
	牛乳		良・悪		冷凍食品		良・悪	
	ヨーグルト		良・悪				良・悪	
	鶏肉類		良・悪				良・悪	
	卵		良・悪				良・悪	

検査	冷蔵庫温度		冷凍庫温度		加工品・お菓子のパッケージ			
					確認点	色	柄	原材料
	作業前		作業前		加工品			
	作業後		作業後		お菓子			

	温度	湿度	水質の確認	色	濁り	異臭	異物
10時			作業前（　：　）				
２時			作業後（　：　）				

焼物・揚物　（　　）

回数 個数	１回	２回	３回	４回	５回	６回	７回	８回
１個目								
２個目								
３個目								

始め時間	時　分　から
終わり時間	時　分　まで

大東市役所

調　理　指　示　書

所長	栄養士	調理員

調理従事者数	給食	おやつ
	人	人

2026年9月5日(土)

(*)85～90℃・90秒以上または91～95℃・30秒以上または96～100℃・10秒以上加熱されていることを確認しましょう。

	品質	献立名		可食量	使用量	総使用量	中心温度	加熱(冷却)開始時間	仕上り時間	作り方
10時		**牛乳**					度		時　分	
		牛乳		100 g	100 g					
		(乳)ヨーグルト		100 g	100 g					
給食		**きのこスパゲティ（0歳はぞうすい）**			(乳)冷豆腐、鶏肉					①スパゲティはたっぷりの湯を沸かし、塩ゆでする。 ②玉ねぎは薄切り、えのき茸・しめじは半分に切っておく。 まいたけは割いておく。 人参・ベーコンは千切りする。 ③鍋に油を廻し入れ、弱火でにんにくを炒め、強火でベーコンと玉ねぎ・人参を炒め、塩・こしょうして火が通ったらきの　こ類も入れ炒め、しょうゆで調味する。 ④スパゲティも炒め合わす。 ⑤配膳し、きざみのりを添盛りする。
		スパゲティ		50 g	50 g					
		玉ねぎ		15 g	15.96 g					
		えのき茸		12 g	14.12 g					
		ほんしめじ		10 g	12.5 g					
		まいたけ		10 g	11.11 g					
		人参		15 g	15.46 g					
		✓ベーコン		10 g	10 g					
		きざみのり		0.5 g	0.5 g					
		にんにく		1 g	1.1 g					
		油		3 g	3 g					
		塩		0.6 g	0.6 g					
		こしょう		少々	少々					
		しょうゆ(濃)		5 g	5 g					
		牛乳								
		牛乳		100 g	100 g					
		くだもの								
		バナナ		1/2 本	1/2 本					
3時		**牛乳**								
		牛乳		120 g	120 g					
		バタースティック								
		十勝バタースティック		1 本	1 本					

給食人員	人	人

給食日誌					
	残菜	多　少　無	保存食廃棄日	月　日	
	感想				

食品の検収		時間	品質	品温		時間	品質	品温
	野菜類		良・悪		精肉類		良・悪	
	果物類		良・悪		畜肉加工品		良・悪	
	豆腐類		良・悪		魚肉加工品		良・悪	
	麺・パン		良・悪		乾物類		良・悪	
	牛乳		良・悪		冷凍食品		良・悪	
	ヨーグルト		良・悪				良・悪	
	鶏肉類		良・悪				良・悪	
	卵		良・悪				良・悪	

検査	冷蔵庫温度		冷凍庫温度		加工品・お菓子のパッケージ			
					確認点	色	柄	原材料
	作業前		作業前		加工品			
	作業後		作業後		お菓子			

	温度	湿度	水質の確認	色	濁り	異臭	異物
10時			作業前（　：　）				
２時			作業後（　：　）				

焼物・揚物　（　　）

回数 個数	１回	２回	３回	４回	５回	６回	７回	８回
１個目								
２個目								
３個目								

始め時間	時　分　から
終わり時間	時　分　まで

大東市役所