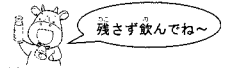


与論町立学校給食センターの紹介と取組

開設：昭和50年4月1日（50年前）
職員：所長 主事 栄養教諭 調理員10名
実施人数：小学校3校 中学校1校 計：約530食
主食：ごはん食が中心で、月に1・2回パンの日があります
副食：ごはんは、髪を混ぜた“髪ごはん”が週に約2～3回、
 麦なしの“ごはん”が週に1～2回あります



- ※牛乳（200cc）は毎日つきます。（LL牛乳です）
- ・島内産の野菜や魚を、その季節に応じて年間を通して取り入れています。
- ・豆製品や海藻類、種実類や小魚類等、家庭で不足しがちな食材を積極的に取り入れています。
- ・医師の診断のもと、食物アレルギー等に対応した給食を実施しています。



令和8年度の学校給食が始まります。今年度も好き嫌いをなく、しっかり食べて元気な心と身体をつくりましょう。

毎月、給食センターから予定献立表と食育だより“いただきます”をお届けします。学校給食を通して食の情報発信に努めていきますので、ぜひご家庭でも親子で話題にしてみてください。

学校給食は、成長期のみなさんに必要な栄養をいろいろな食材から摂れるように考えながら作っています。みなさんには“いろいろな食材をバランスよく食べること”を意識してほしいです。そして何より、楽しみながら食べてくれたら嬉しいです♪



献立表の見方

その日の献立が書いてあります。配膳の参考にしてください。料理ごとに付いている番号は、下記の食品のグループ分けとつながっていて、どの料理にどの食材が入っているか分かるようになっています。

全ての食品は、その働きによって6つのグループ（1～6群）に分けることができます。

食品のグループ	1群	2群	3群	4群	5群	6群	
体をつくる	1・2群は、「体をつくる」グループです。 1群：肉・魚・卵・豆・豆製品 2群：牛乳・乳製品・小魚・海藻	体の調子を整える	3・4群は、「体の調子を整える」グループです。 3群：緑黄色野菜 4群：その他の野菜・きのこ類・果物	エネルギーになる	5・6群は、「エネルギーになる」グループです。 5群：穀類・いも類・砂糖 6群：油脂・種実類	エネルギー/たんぱく質	その日の献立の小学校（中学年）と中学校の、エネルギーとたんぱく質の量です。 給食で不足していて、家庭で摂ってほしい食材が書いてあります。家庭での献立の参考にしてください。

給食当番の準備は何のため？～理由を考えてみよう～

- ぼうし（三角きん）**：かみの毛が、給食に入らないようにするため。
- マスク**：つばや鼻水が、給食に入らないようにするため。また、準備中に手で口や鼻をさわらないようにするため。
- 白衣（エプロン）**：服に付いたよれなどが、給食に入らないようにするため。
- ハンカチ（タオル）**：きれいに洗った手をふくため。手をきれいに洗っても、ハンカチがよれていては、手洗いの意味がないので、清潔なものを用意する。
- 手洗い**：手に付いたよれやウイルスなどを、食器や食べ物に付けないようにするため。

配膳のコツ～配膳のプロになろう！～

20人分なら、四等分して1/4から5人分とる

汁ものの底をよくかき混ぜながら盛りつける

4時間目が終わったら、給食の時間のはじまりです！

窓を開けて換気をし、机の上や机をきれいにする

せっけんを使い、よく手を洗います。

食べ物や料理とお話をするように、よくかんで味わって食べましょう。

後片付けは明日の準備です。食器やトレイは、やさしくそっと扱きましょう。

日(曜日)	8(水)	9(木)	10(金)～入学・進級お祝い献立～
献立表(配膳図)	鮭のふりかけ ④ふりかけ 麦ごはん ② 具だくさんみそ汁 ③	回鍋肉 ④ 麦ごはん ② 中華スープ ③	お祝いゼリー(いちご) ⑥ キャベツのメンチカツ ④ きゅうりのおかか和え ⑤ わかめごはん ② 豆腐のすまし汁 ③
食品のグループ	③うすあげ・みそ ④さけ ①牛乳 ③わかめ ④わかめ・のり ③かぼちゃ・にんじん・こねぎ ③もやし・こんにゃく ④えだまめ ②こめ・むぎ ③じゃがいも ④さとう ④あぶら・こま	③つくね(卵・乳なし) ④ぶたにく ①牛乳 ③にんじん・ほうれんそう ④にんじん・ピーマン ③たまねぎ・もやし・しいたけ・えのきたけ・きくらげ ④たまねぎ・キャベツ・いかにねぎ ②こめ・むぎ ④さとう・でんぷん ③こまあぶら ④こまあぶら	③とうろ ④メンチカツ(卵・乳なし) ⑤かつおぶし ①牛乳 ②わかめ ③にんじん・こねぎ・ほうれんそう ③たけのこ・しいたけ・えのきたけ ⑤きゅうり ②こめ・むぎ ⑤さとう ⑥いちごゼリー ④あぶら
エネルギー/たんぱく質	584kcal/22.3g 【全小1年:入学前】 736kcal/26.2g 【1年:入学前】	573kcal/24.1g 【全小1年:入学式】 725kcal/28.8g 【1年:入学式】	580kcal/20.5g 729kcal/24.8g
家庭でとってほしい食品	果物	小魚類	種類類

★都合により、食材が変更になる場合があります。ご了承ください。 ★下線が引いてある食材は、島内産の食材です。



日(曜日)	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)~エヌマヌヌの日~	17(金)
献立表 (配膳図)	フルーツ&ゼリー 麦ごはん チキンカレー	もずくのサラダ 麦ごはん さつまいゆかん	ブロッコリーのソテー 米粉パン ラビオリの トマトソース煮	ゴーヤと魚の揚げ煮 麦ごはん かきたま汁	五目きんぴら 麦ごはん さつまい
食品のグループ	1群	③とりにく	③ぶたにく・さつまあげ(乳なし)・なまあげ・ちくわ(乳なし)	③ラビオリ(乳・卵なし)・ガルパンソーレッドキドニー・マローファットピース④ベーコン	③とうふ・たまご④カツオ・タラ・かつおぶし
	2群	①牛乳③チーズ	①牛乳③こんぶ④もずく	①牛乳	①牛乳
	3群	③にんじん	③にんじん・インゲン④にんじん	③にんじん・トマト④ブロッコリー	③にんじん・ほうれんそう④ゴーヤ
	4群	③たまねぎ・グリーンピース・りんご・ブルーベリー④おうとう・はくとう・みかん・パイナップル	③だいこん・だけのこ・しいたけ・こんにやく④きゅうり・キャベツ・コーン	③たまねぎ・マッシュルーム・えだまめ④たまねぎ・コーン	③たまねぎ・しいたけ
	5群	②こめ・むぎ③じゃがいも・こむぎ④ゼリー	②こめ③さとう④さとう	②パン③じゃがいも・さとう	②こめ③てんぷん④てんぷん・さとう
	6群	③マーガリン(乳なし)・ルウ(乳なし)・あぶら	③あぶら④ごまあぶら・ごま	③オリーブ油④マーガリン(乳なし)	④あぶら・ごま
エネルギーたんぱく質	小学校 668kcal/20.6g 中学校 845kcal/24.3g	604kcal/27.6g 750kcal/32.5g	605kcal/24.5g 744kcal/28.9g	680kcal/28.7g 839kcal/33.7g	617kcal/26.8g 776kcal/31.6g
家庭でとってほしい食品	豆類	果物	淡色野菜	淡色野菜	淡色野菜
日(曜日)	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)
献立表 (配膳図)	菜の花のはちみつ和え 麦ごはん 他人丼	ぶどうゼリー 手作りふりかけ 麦ごはん 豆腐のくず汁	いちごジャム コールスローサラダ 米粉パン ナポリタン	中華サラダ ごはん 豚肉じゃが	サーモン インゲンのフライ ごはん もずくスープ
食品のグループ	1群	③ぶたにく・たまご	③とうふ④さけ・たまご	③ウィンナー	③とりにく④サーモン(さけ)
	2群	①牛乳	①牛乳④シラスほし・わかめ・のり	①牛乳③チーズ	①牛乳④わかめ
	3群	③にんじん・こねぎ④なのほな	③にんじん・ほうれんそう	③にんじん・ピーマン④赤ピーマン	③にんじん・インゲン④にんじん
	4群	③たまねぎ・しいたけ④キャベツ・きゅうり・コーン・レモン果汁	③たまねぎ・だいこん・しいたけ	③たまねぎ・マッシュルーム④きゅうり・キャベツ・コーン	③たまねぎ・しいたけ・こんにやく④キャベツ・もやし・コーン
	5群	②こめ・むぎ③さとう・てんぷん④はちみつ	②こめ・むぎ③でんぷん⑤ぶどうゼリー	②パン③スナグティ④いちごジャム	②こめ③じゃがいも・さとう④さとう
	6群	③あぶら	④ごま・あぶら	③オリーブ油④ドレッシング(卵含む)	③あぶら④ごま・ごまあぶら
エネルギーたんぱく質	小学校 590kcal/28.1g 中学校 744kcal/33.1g	604kcal/24.0g 755kcal/28.4g	683kcal/22.2g 840kcal/26.6g	595kcal/22.4g 737kcal/26.2g	506kcal/15.9g 624kcal/18.1g
家庭でとってほしい食品	種実類	海藻類	豆類	海藻類	果物
日(曜日)	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)~八十八夜献立~	~今月の地場産物紹介~
献立表 (配膳図)	ヨーグルト 豚肉の生姜炒め 麦ごはん 豆乳のみそ汁	えごまふりかけ 煮干しと大豆のりんかけ 麦ごはん(少なめ) わかめうどん	給食を食べる前に… 机の上をきれいに片付けよう!	お茶のムース 鯖の竜田揚げ 山菜ごはん キャベツのみそ汁	8日(水): じゃがいも (茶小4年) 14日(火): インゲン(叶さん)もずく(漁協) 16日(木): ゴーヤ(長尾さん) 23日(木): インゲン(池田さん) 24日(金): インゲン(池田さん)もずく(漁協)
食品のグループ	1群	③とうふ・うすあげ・とうにゅう・みそ④ぶたにく	③とりにく・うすあげ・さつまあげ(卵なし)④だいず	②とりにく③とうふ・うすあげ・みそ④さけ	③とりにく④さけ
	2群	①牛乳③わかめ⑤ヨーグルト	①牛乳③わかめ④たぐりにほし	①牛乳③わかめ	①牛乳③わかめ
	3群	③にんじん・こねぎ④にんじん	③にんじん・こねぎ	②にんじん・わらび③にんじん・こねぎ	②にんじん・わらび③にんじん・こねぎ
	4群	③だいこん・しめじ④しょうが・たまねぎ・キャベツ	③たまねぎ・しいたけ	②たけのこ・えのきたけ・しいたけ③キャベツ・もやし	②たけのこ・えのきたけ・しいたけ③キャベツ・もやし
	5群	②こめ・むぎ④さとう	②こめ・むぎ③うどん④さとう	②こめ・むぎ⑤ムース(乳含む)	②こめ・むぎ⑤ムース(乳含む)
	6群	④ごま・ごまあぶら	③ごま・あぶら⑤ふりかけ(たまご含む)	④あぶら④あぶら	④あぶら④あぶら
エネルギーたんぱく質	小学校 667kcal/31.5g 中学校 822kcal/36.9g	648kcal/31.9g 819kcal/37.9g	715kcal/33.6g 820kcal/38.5g	715kcal/33.6g 820kcal/38.5g	
家庭でとってほしい食品	緑黄色野菜	淡色野菜	小魚類		

*都合により、食材が変更になる場合があります。ご了承ください。 *下線が引いてある食材は、島内産の食材です。

調理作業工程表

・減塩:宮崎

令和8年 4/20 (月)

与論町立学校給食センター

(変更等) ・茶小:+2(ALT・SET) ・センター:+1(福地)
 ・与中:-2(SET・竹下先生)・+1(SSW)→-1

献立名	麦ごはん		他人丼				菜の花のはちみつ和え			減塩	高さ :17.5	
	① 池田ら	② 堀	① 池田ま	② 川上	③ 野田	④ 福地	① 野口	② 勝	③ 田畑			宮崎
8:00	お湯張り 洗米 浸漬	蓋回収 コンテナ消毒	器具点検表 包丁チェック 検収記録 保存とる	検収 野菜下処理	野菜下処理	野菜下処理	計量 調理機消毒 冷却機消毒 調味料計量 (調味料 加熱・冷却)	作業台消毒 常温開封	野菜下処理	温度・水拭き 作業台消毒 冷凍開封		
8:30			野菜下処理	野菜下処理								
9:00	炊飯	カット					カット	カット		カット		
9:30	カット	食器入れ・ 食缶出し ↓ カット	釜消毒・ だしとり・ 調理準備 ↓ カット	割卵	割卵	カット	ポイル ↓ 冷却	ポイル補助 ↓ 冷却補助 コンテナ開け	カット	減塩調理 ↓ 配缶		
10:00	ホイップ消毒 配缶	ごはん 配缶補助	1釜調理	2釜調理	1釜補助	2釜補助	和える ↓ 配缶	和える ↓ 配缶	調理補助			
10:30	後処理	調理補助							配缶補助	調理補助		
11:00		配送補助				検収室 器具洗浄	後処理	温食配缶 補助	温食配缶 補助	減塩周り 片付け		

調理後確認
 ・調理後にチェックする。訂正は赤字で、確認が終わったら✓マークを付ける。

【調理手順】

献立名	麦ごはん	他人丼	菜の花のはちみつ和え
8:30	洗米・浸漬 米:45.4kg	洗う しいたけ:洗ってもどす 切る 花かつおでだしをとる 人参(薄めいちょう) 玉葱(1/2 薄めスライス) こねぎ(小口) (だし汁は取り上げる)	洗う ※コーン缶:前日冷蔵庫へ 切る きゅうり (薄めスライス)スライサー キャベツ(2×2 ザク)
9:00	炊飯		
9:30		割卵 エプロン →減 126g 冷蔵庫保管 手洗い	ポイル 中心温度 冷却 →減 200g
10:00	配缶 手袋 エプロン	炒める サラダ油 豚肉 人参・玉ねぎ・しいたけ だし汁・調味 水溶きでん粉 卵 こねぎ 中心温度	調味料 →加熱して冷ましておく コーン缶 :消毒して開封 →減 54g 中心温度
10:30		配缶 手袋 エプロン	和える 配缶 配缶補助 手袋 エプロン (配送車の冷蔵庫へ) ※65g
11:00			

調理作業工程表

・減塩:勝
 ・A(シラス干し):野口
 与論町立学校給食センター

令和8年 4/21 (火)

※10分早め仕上げ(10:50発) 配送通常

(変更等) B 与小 12:10 ・与中:+3(ALT・SSW・家庭科)
 特 与中 12:05

献立名	麦ごはん・ぶどうゼリー		豆腐のくず汁				手作りふりかけ			減塩	高さ :17.5
	①	②	①	②	③	④	①	②	③		
担当者	池田ら	宮崎	田畑	池田ま	堀	野口	川上	野田	黒田	勝	
8:00	お湯張り 洗米 浸漬	蓋回収 コンテナ消毒	器具点検表・ 包丁チェック 検収記録・ 保存とる	検収 野菜下処理	野菜下処理	野菜下処理	計量回り消毒 調味料計量	作業台消毒 常温開封	野菜下処理	作業台消毒 冷凍開封	
8:30	カット		野菜下処理	野菜下処理				カット 卵そぼろ ポイル			
9:00	炊飯	カット					カット			カット	
9:30	カット	食器入れ・ 食缶出し カット	釜消毒・ だしとり・ 調理準備・ カット	カット	カット	カット			カット		
10:00	ホイップ・消毒 配缶	ごはん 配缶補助	1釜調理	2釜調理	1釜補助	A調理・配缶 2釜補助	小食調理	小食調理		減塩調理 配缶	
10:30	後処理	調理補助					配缶	配缶	配缶補助	調理補助	
11:00		温食配缶 補助	温食配缶 補助	温食配缶	温食配缶 補助	温食配缶 補助	温食配缶 補助	温食配缶 補助	温食配缶 補助	検収室 器具洗浄	減塩周り 片付け
		配送補助									
調理後確認											

調理後にチェックする。訂正は赤字で、確認が終わったら✓マークを付ける。

【調理手順】

献立名	麦ごはん	豆腐のくず汁	手作りふりかけ	ぶどうゼリー
8:30	洗米・浸漬 米:45.4kg	洗う しいたけ:洗って戻す 切る 煮干しでだしをとる		〈クラス数え〉 ※冷凍庫保管
9:00	炊飯	人参(薄めいちょう) 大根(薄めいちょう) 玉葱(1/2 1cmスライス)	・卵そぼろ ポイル 30分位 (中心温度)	
9:30		豆腐 (手で荒めに崩す)※手袋 (だし汁はそのまま)	ほぐす (手袋)	
10:00	配缶 (手袋 エプロン)	だし汁 人参・大根 玉ねぎ・しいたけ	炒める サラダ油 鮭フレーク わかめごはんの素 ごま・のり	
10:30		調味 豆腐 水溶きでん粉 ほうれん草 (中心温度)	卵そぼろ Aとる シラス干し (中心温度)	10:30以降 配送車の 冷蔵庫へ
11:00		配缶 (手袋 エプロン)	配缶 (手袋 エプロン) →減 20g ※40g	

調理作業工程表

・減塩:池田ま

令和8年 4/23 (木)

与論町立学校給食センター

(変更等)		B 与小 12:10		・与小:+1(ALT)							
		B 与中 12:20		・与中:+2(SSW・家庭科)							
献立名	ごはん		豚肉じゃが				中華サラダ			減塩	高さ
担当者	① 池田ら	② 野口	① 川上	② 宮崎	③ 野田	④ 堀	① 勝	② 田畑	③ 黒田	池田ま	17.5
8:00	お湯張り 洗米 浸漬	蓋回収 コンテナ消毒	器具点検表・ 包丁チェック 検収記録・ 保存とる	検収 野菜下処理	野菜下処理	野菜下処理	計量回り消毒 冷却機消毒 調味料計量 (調味料 加熱・冷却)	作業台消毒 常温開封 ごま乾煎り	野菜下処理	温度・水チェック 作業台消毒 冷凍開封	
8:30			野菜下処理	野菜下処理							
9:00	炊飯						カット	カット		カット	
9:30	カット	食器入れ・ 食缶出し カット	釜消毒・ 調理準備・ カット	カット	カット	カット	ポイル 冷却	ポイル補助 冷却補助 コーン缶開け	カット	減塩調理 配缶	
10:00	ポイパ-消毒 配缶	ごはん 配缶補助	1釜調理	2釜調理	インゲン ポイル 1釜補助	2釜補助	和える 配缶	和える 配缶	調理補助	調理補助	
10:30	後処理	調理補助 温食配缶 補助	温食配缶 補助	温食配缶	温食配缶 補助	検収室 器具洗浄	後処理	温食配缶 補助	温食配缶 補助	減塩周り 片付け	
11:00		配送補助									
調理後確認											

調理後にチェックする。訂正は赤字で、確認が終わったら✓マークを付ける。

【調理手順】

献立名	ごはん	豚肉じゃが	中華サラダ
8:30	洗米・浸漬 米:50.3kg	洗う しいたけ:洗って戻す 切る 人参(いちょう1cm弱) 玉葱(1/2 5mmスライス) じゃがいも(1.5cm角) インゲン(2cm)	洗う ※コーン缶:前日冷蔵庫へ もやしは最後 切る 人参(セン)スライサー キャベツ(2×2 ザク)
9:00	炊飯	糸こんにゃく(10cm位)	ポイル 中心温度
9:30		4釜:インゲンポイル	調味料を合わせて加熱し、 冷ましておく 中心温度
10:00	配缶 手袋 エプロン	炒める サラダ油 豚肉 →減 108g おろし生姜・こいくちしょうゆ 人参・玉葱 じゃがいも・しいたけ 水 顆粒だし	冷却 中心温度 コーン缶:消毒して開封 →減 30g ごま:IHで炒る・冷ます →減 3.6g
10:30		糸こんにゃく インゲン 中心温度	和える 手袋 エプロン 配缶 中心温度
11:00		配缶 手袋 エプロン	配缶 手袋 エプロン (配送車の冷蔵庫へ) ※55g

調理作業工程表

・A(もずく):野田

令和8年 4/24 (金)

与論町立学校給食センター

(変更等)		・那小:+2(ALT・SET)			※与中バレー部・野球部大会(4/24.27):2-1:-2(人数27)/2-2:-3(人数26)/3-1:-5(人数24)/3-2:-4(人数25)/減塩:なし						
		・与中:-1(SET) ・セター:-1(九万田)・+2(林・検食)→+1									
献立名	ごはん		もずくスープ			白身魚フライ		インゲンのごま和え			高さ
担当者	① 池田ら	② 池田ま	① 堀	② 野口	③・A 野田	① 宮崎	② 勝	① 田畑	② 林	③ 川上	:17.5
8:00	お湯張り	蓋回収	器具点検表	検収	野菜下処理	フライ準備	フライ準備	計量回り消毒	作業台消毒	作業台消毒	
15	洗米	コッパ消毒	包丁チェック	野菜下処理	↓	↓	補助	冷却機消毒	常温開封	↓	
8:30	浸漬	↓	検収記録	↓	↓	野菜下処理	野菜下処理	調味料計量	ごま乾煎り	↓	
45	↓	↓	保存とる	↓	↓	↓	↓	(調味料)	↓	冷凍開封	
9:00	炊飯	カット	野菜下処理	野菜下処理	野菜下処理	揚げる	揚げ補助	加熱・冷却	カット	カット	
15	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	
9:30	カット	食器入れ	釜消毒	カット	カット	ホキフライ	ホキフライ	ポイル	ポイル	ポイル	
45	↓	食缶出し	調理準備	↓	↓	↓	↓	冷却	冷却補助	冷却補助	
10:00	ホキパ	ごはん	1釜調理	2釜調理	1・2釜補助	数え配缶	数え配缶	小食配缶	小食配缶	小食配缶	
15	消毒	配缶補助	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	↓	
10:30	配缶	↓	温食配缶	温食配缶	温食配缶	後処理	後処理	魚フライ	温食調理	調理補助	
45	↓	↓	補助	補助	補助	↓	↓	配缶補助	補助	↓	
11:00	後処理	調理補助	温食配缶	温食配缶	温食配缶	検収室	検収室	温食配缶	温食配缶	検食準備	
	↓	↓	補助	補助	補助	器具洗浄	器具洗浄	補助	補助	水・温度チェック	
	配送補助										
調理後確認											

調理後にチェックする。訂正は赤字で、確認が終わったら✓マークを付ける。

【調理手順】

献立名	ごはん	もずくスープ	白身魚フライ	インゲンのごま和え
8:30	洗米・浸漬 米:48.6kg	洗う 切る 人参(薄めいちょう) 玉ねぎ(1/2 薄めスライス) こねぎ(小口)	※フライヤー準備 油3回目→廃油	洗う 切る インゲン(2cm)
9:00	炊飯	豆腐(1cmさいの目) もずく(5cm位)	ホキフライを揚げる 小・中)50g 170~180℃ 約5~6分	いりごま・すりごま IHでかるく炒る・冷ます
9:30	↓	↓	中心温度	調味料合わせて加熱 →冷ます 中心温度
10:00	配缶	水・鶏がらスープ 人参・玉ねぎ えのきたけ 調味	↓	ポイル 中心温度 冷却 中心温度
10:30	↓	豆腐 もずく ほうれん草 こねぎ 配缶	クラス数え配缶	和える 長手袋 エプロン 中心温度
11:00	↓	↓	↓	配缶 手袋 エプロン 中心温度 (配送車の冷蔵庫へ) ※25g

[調理室手配表]

2026年 4月 20日 月曜日

行事・校時・追加:										
小	1年	2年	3年	4年	5年	6年	支援	職員	試食等	小・合計
人数(予定)	49	42	47	63	57	55		19		332
中	1年	2年	3年	支援	職員	試食等	中・合計			
人数(予定)	60	58	57	1	20		196			

料理名/食品名	1人分量		単位	合計量	納入業者	分け方
	小	中				
[牛乳]						
A 牛乳 200cc	1		1 本	528 本	牛乳	
[麦ごはん(70・100)]						
給食用精白米(強化米入)	70		100 g	45.5 kg	米	
精麦	7		10 g	5 kg	県常温	
[他人丼/]						
A (冷)豚肉 スライス	30		36 g	18 kg	県冷凍	9.0 × 2
玉ねぎ	40		48 g	25 kg	Aコープ	12.5 × 2
にんじん	12		14.4 g	7 kg	Aコープ	3.50 × 2
こねぎ	2		2.4 g	1.4 kg	Aコープ	0.70 × 2
しいたけ(カット) 0.5kg×1・0.1kg×2	1.2		1.44 g	0.7 kg	県常温	0.35 × 2
A 鶏卵	35		42 g	24 kg	トップ	12.0 × 2
A サラダ油	1		1.2 g	0.58 kg	県常温	0.29 × 2
A 薄口醤油	5.0		6 g	2.88 kg	県常温	1.44 × 2
A 濃口醤油	2.5		3 g	1.44 kg	県常温	0.72 × 2
ヨロンきびざら	2.2		2.64 g	1.28 kg	A(外)	0.64 × 2
みりん風調味料	3		3.6 g	1.74 kg	県常温	0.87 × 2
ばれいしょでん粉	2		2.4 g	1.16 kg	県常温	0.58 × 2
花かつお 500g	3		3.6 g	2 kg (4袋)	県常温	1.00 × 2
水	80		96 g		その他	
[菜の花のはちみつ和え/]						
(冷)菜の花 500g	25		30 g (29袋)	14.5 kg	県冷凍	
きゅうり(副食)	15		18 g	8.8 kg	Aコープ	
キャベツ(副食)	15		18 g	10 kg	Aコープ	
ホールコーン缶 1号缶	15		18 g	5 缶	県常温	
A 薄口醤油	2.8		3.36 g	1.61 kg	県常温	
はちみつ	2		2.4 g	1.15 kg	県常温	
レモン果汁 1%	2		2.4 g	1.0 kg	県常温	

[調理室手配表]

2026年 4月 21日 火曜日

行事・校時・追加： B：与小（12：10～） 特：与中（ : ~）

小	1年	2年	3年	4年	5年	6年	支援	職員	試食等	小・合計
人数(予定)	49	42	47	63	57	55		19		332
中	1年	2年	3年	支援	職員	試食等	中・合計			
人数(予定)	60	58	57	1	20		196			

料理名／食品名	1人分量		単位	合計量	納入業者	分け方
	小	中				
[牛乳]						
A 牛乳 200cc	1		1 本	528 本	牛乳	
[麦ごはん(70・100)]						
給食用精白米(強化米入)	70		100 g	45.5 kg	米	
精麦	7		10 g	5 kg	県常温	
[豆腐のくず汁/]						
玉ねぎ	20		24 g	12 kg	Aコープ	6.0 × 2
にんじん	10		12 g	6 kg	Aコープ	3.0 × 2
だいこん	20		24 g	13 kg	トップ	6.5 × 2
しいたけ(カット) 0.5kg×1	0.8		0.96 g	0.5 kg	県常温	0.25 × 2
(冷)カットほうれん草	10		12 g	6 kg	県冷凍	3.0 × 2
A 木綿豆腐 350g	40		48 g	23 kg	A(外)	11.50 × 2
ばれいしょでん粉	1		1.2 g	0.58 kg	県常温	0.29 × 2
A 薄口醤油	5.0		6 g	2.88 kg	県常温	1.44 × 2
命泉塩(食塩)	0.02		0.02 g	0.01 kg	秀和苑	0.005 × 2
煮干し(だし用)500g	2.5		3 g	(3袋) 1.5 kg	県冷蔵	0.75 × 2
水	100		120 g		その他	
[手作りふりかけ(卵・鮭)/]						
(冷)シラス干し 500g	8		9.6 g	(10袋) 5 kg	県冷凍	
A (冷)鮭フレーク 500g	12		14.4 g	(14袋) 7 kg	県冷凍	
A (冷)卵そぼろ	20		24 g	12 kg	県冷凍	
わかめご飯の素(減塩)200g	0.3		0.36 g	1 袋	県常温	
A いらごま(白)	2		2.4 g	1.15 kg	県常温	
刻みのり 100g	0.3		0.36 g	(2袋) 0.2 kg	県常温	
A サラダ油	0.6		0.72 g	0.34 kg	県常温	
[ぶどうゼリー/]						
(冷)ぶどうゼリー	1		1 個	530 個	県冷凍	

[調理室手配表]

2026年 4月 22日 水曜日

行事・校時・追加:	B: 与小 (12:10~) 特: 与中 (: ~)									
小	1年	2年	3年	4年	5年	6年	支援	職員	試食等	小・合計
人数(予定)	49	42	47	63	57	55		19		332
中	1年	2年	3年	支援	職員	試食等	中・合計			
人数(予定)	60	58	57	1	20		196			

料理名/食品名	1人分量		単位	合計量	納入業者	分け方
	小	中				
[牛乳]						
A 牛乳 200cc	1		1 本	528 本	牛乳	
[米粉パン(30~60g)小さめ]						
A (冷)米粉入りパン 30g			小1・2年 1	80 個	県パン	
A (冷)米粉入りパン 40g			小3・4年 1	102 個	県パン	
A (冷)米粉入りパン 50g			小5・6年/職 1	151 個	県パン	
A (冷)米粉入りパン 60g			中学校・センター 0	1 個	県パン	
[いちごジャム/]						
A イチゴミックスジャム	1		1 個	530 個	県常温	
[ナポリタン/]						
A スパゲッティ(ハーフ)	25		30 g	15 kg	県常温	7.50 × 2
A (冷)カットウインナー(5mm)	30		36 g	18 kg	県冷凍	9.0 × 2
にんじん	20.0		24 g	12 kg	Aコープ	6.0 × 2
玉ねぎ	35		42 g	22 kg	Aコープ	11.0 × 2
(冷)カットピーマン(青)	8		9.6 g	5 kg	県冷凍	2.50 × 2
マッシュルーム(スライス)	10		13 g	6 kg	県常温	3.0 × 2
ケチャップ 3kg×6	30		36 g	18 kg	県常温	9.0 × 2
トマトピューレ 1kg×5	8		9.6 g	5 kg	県常温	2.50 × 2
A 粉チーズ 500g	4		4.8 g (5袋)	2.5 kg	県冷蔵	1.25 × 2
A コンソメスープ	0.2		0.24 g	0.12 kg	県常温	0.06 × 2
命泉塩(食塩)	0.15		0.18 g	0.09 kg	秀和苑	0.045 × 2
純こしょう(SB・400g缶)	0.02		0.02 g	0.01 kg	県常温	0.005 × 2
オリーブオイル 910g	1		1.2 g	0.58 kg	県常温	0.29 × 2
[コールスローサラダ/]						
キャベツ(副食)	25		30 g	17 kg	Aコープ	
きゅうり(副食)	25		30 g	14.7 kg	Aコープ	
(冷)カットピーマン(赤)	5		6 g	3 kg	県冷凍	
ホールコーン缶 1号缶	15		18 g	5 缶	県常温	
A コールスロードレッシング	8		9.6 g	5 本	県常温	

[調理室手配表]

2026年 4月 24日 金曜日

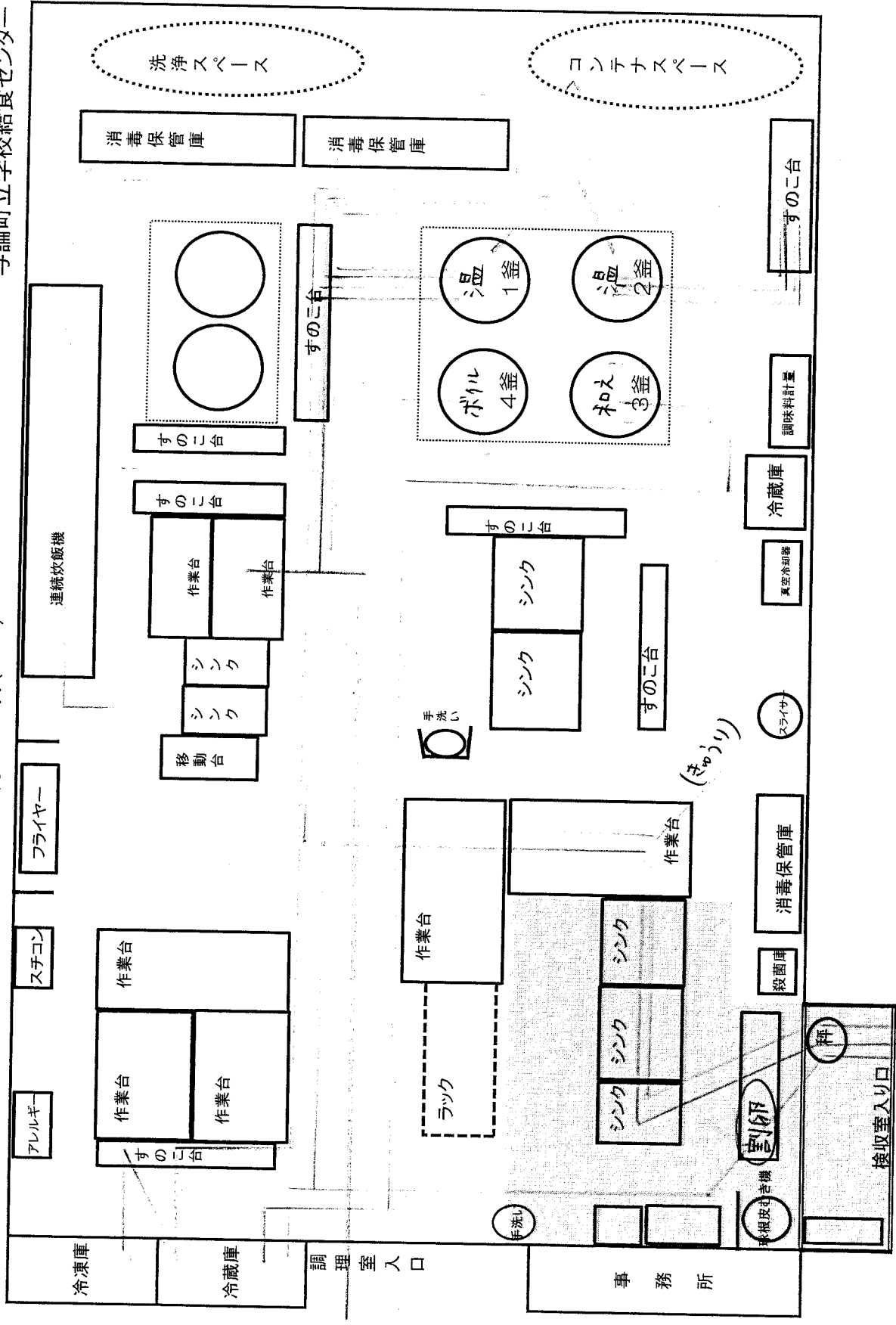
行事・校時・追加:										
小	1年	2年	3年	4年	5年	6年	支援	職員	試食等	小・合計
人数(予定)	49	42	47	63	57	55		19		332
中	1年	2年	3年	支援	職員	試食等	中・合計			
人数(予定)	60	58	57	1	20		196			

料理名/食品名	1人分量		単位	合計量	納入業者	分け方
	小	中				
[牛乳]						
A 牛乳 200cc	1		1 本	528 本	牛乳	
[ごはん(80・110)]						
給食用精白米(強化米入)	80	110	g	51.1 kg	米	
[もずくスープ/]						
A もずく	30	36	g	17 kg	漁協	8.50 × 2
A 木綿豆腐 350g	15	18	g	9 kg	A(外)	4.50 × 2
にんじん	8	9.6	g	5 kg	Aコープ	2.50 × 2
玉ねぎ	12	14.4	g	8 kg	Aコープ	4.0 × 2
こねぎ	2	2.4	g	1.4 kg	Aコープ	0.70 × 2
(冷)カットえのき 500g	10	12	g (12袋)	6 kg	県冷凍	3.0 × 2
(冷)カットほうれん草	8	9.6	g	5 kg	県冷凍	2.50 × 2
A (冷)鶏がらスープ	16	19.2	g	10 kg	県冷凍	5.0 × 2
A 薄口醤油	5.0	6	g	2.88 kg	県常温	1.44 × 2
料理酒	1.5	1.8	g	0.86 kg	県常温	0.43 × 2
A 和風だし(かつお風味)	0.3	0.36	g	0.18 kg	県常温	0.09 × 2
水	100	120	g		その他	
[サーモンフライ/]						
A (冷)サーモンフライ 50g	1		1 個	531 個	県冷凍	
A 大豆白絞油	5		5 g	3 缶	県常温	→3回目(廃油)
[インゲンのごま和え/]						
インゲン(副食)	10	12	g	6 kg	補助金	
(冷)輸入インゲン(カット) 500g	15	18	g (18袋)	9 kg	県冷凍	
A いらごま(白)	0.4	0.48	g	0.23 kg	県常温	
A すりごま(白)	0.5	0.6	g	0.29 kg	県常温	
みりん風調味料	1.2	1.44	g	0.69 kg	県常温	
A 薄口醤油	0.06	0.07	g	0.03 kg	県常温	
命泉塩(食塩)	0.5	0.6	g	0.29 kg	秀和苑	

4/20 料理名 / 食品名
(月)

- [牛乳]
A 牛乳 200cc
- [麦ごはん(70・100)]
給食用精白米(強化米入)
精麦
- [他人用]
A (冷)豚肉 スライス
玉ねぎ
にんじん
ごねぎ
しいたげ(カット)
- A 鶏卵
A サラダ油
A 薄口醤油
A 濃口醤油
A ヨロシ
みりん
はれいしよでん粉
花かつお 500g
水
- [菜の花のはちみつ和え]
(冷)菜の花 500g
きゅうり(副食)
キヤベツ(副食)
A ホールコーン缶 1号缶
A 薄口醤油
はちみつ
レモン果汁 1ℓ

作業動線図
令和 8 年 4 月 20 日(月)
与論町立学校給食センター



4/21 (火)
料理名 / 食品名
A 牛乳 200cc

【麦ごはん(70・100)】
給食用精白米(強化米入)
精麦

【豆腐のくず汁】
玉ねぎ
にんじん
だいこん
しいたけ(カット)
(冷)カツトほうねん草
A 木綿豆腐 350g
はれいしよでん粉
A 薄口醤油
命泉塩(食塩)
煮干し(だし用)500g
水

【手作りふりかけ(卵・鶏)】
(冷)シラス干し 500g
A (冷)鰹フレーク 500g
A (冷)卵そばろ
わかめご飯の素(減塩)200g
A いろいろま(白)
刻みのり 100g
A サラダ油

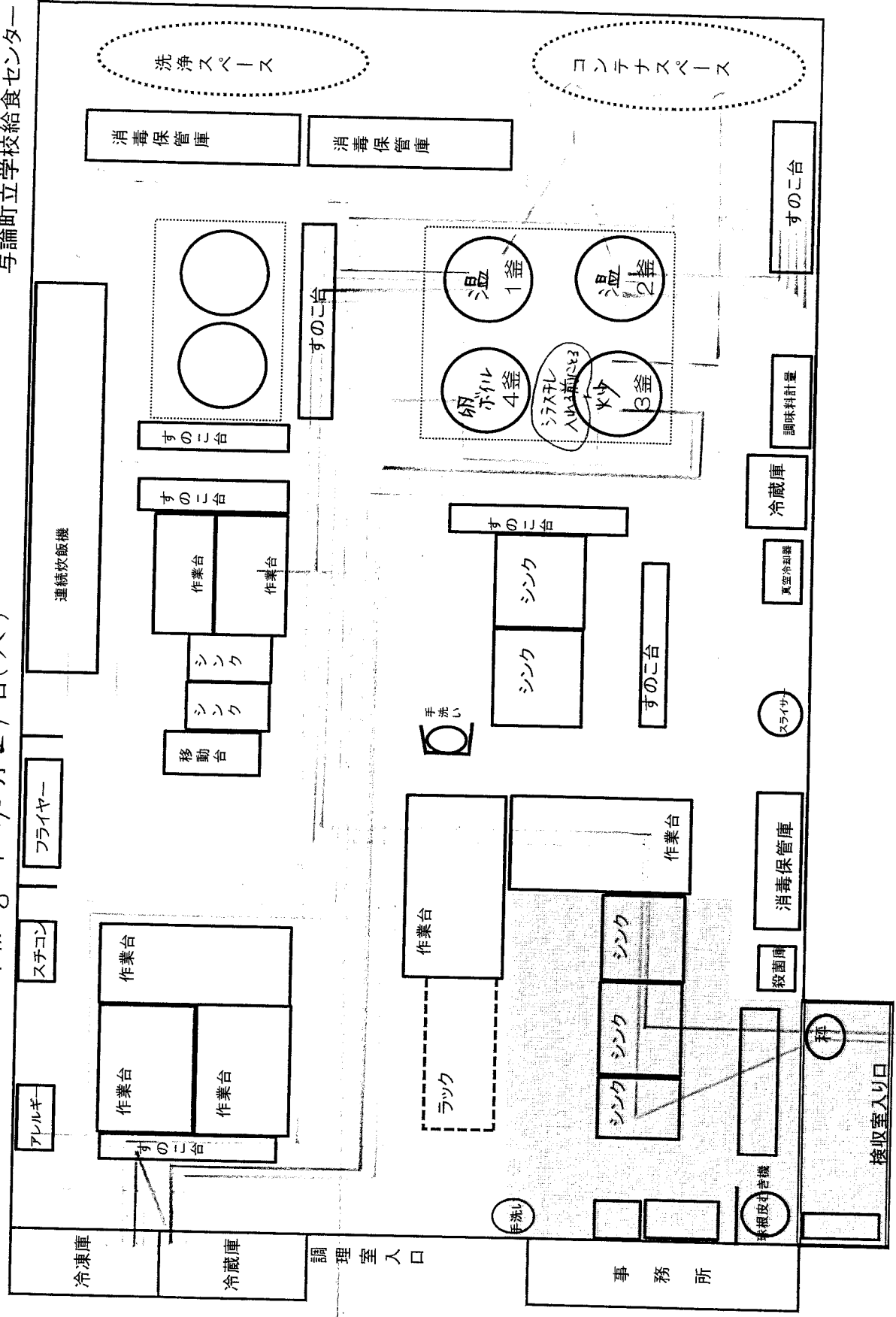
【ぶどうゼリー】
(冷)ぶどうゼリー

① シラス干し 除去

作業動線図

令和 8 年 4 月 21 日 (火)

与論町立学校給食センター



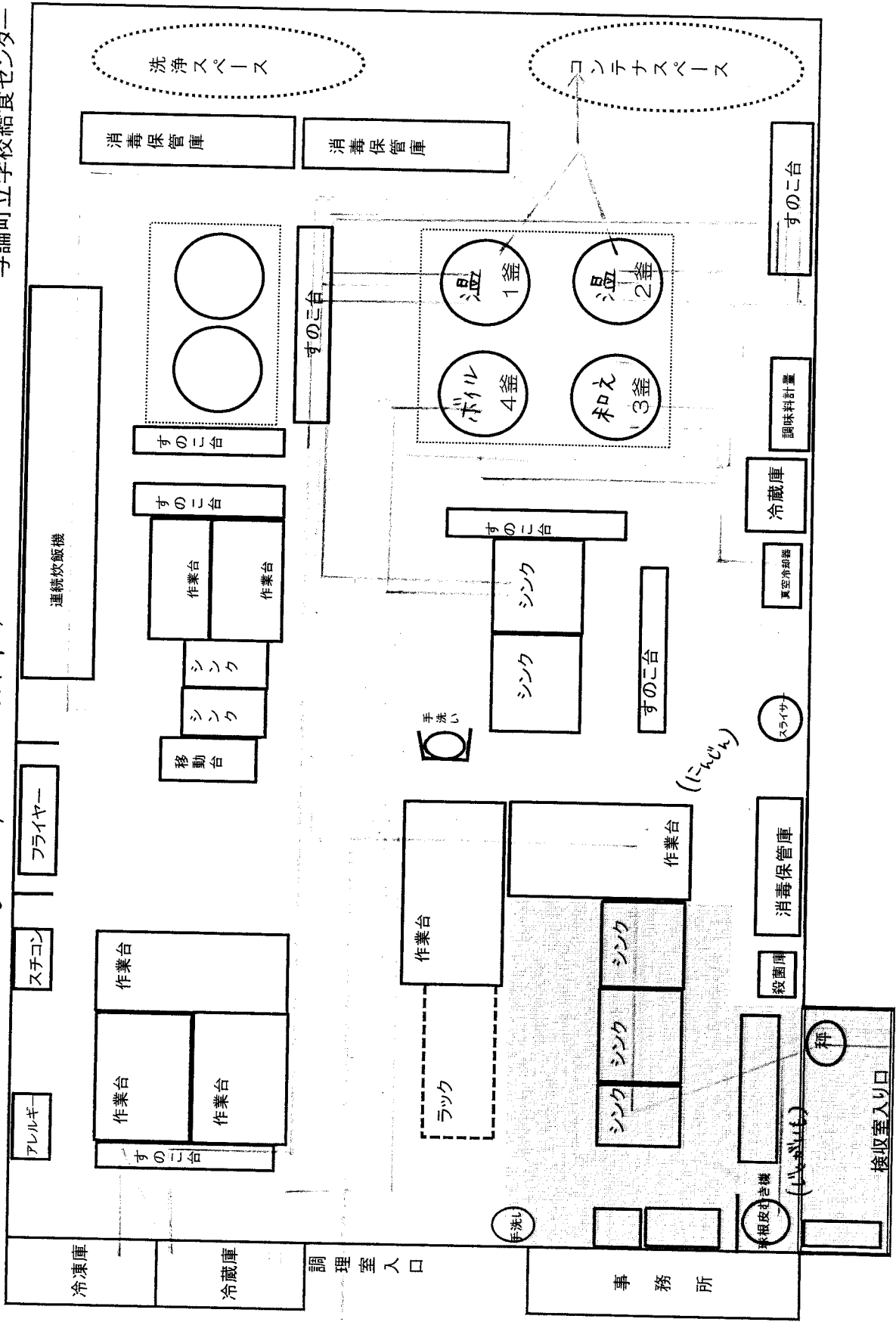
4/23 料理名 / 食品名
(本)

- [牛乳] A 牛乳 200cc
- [ごはん(80・110)] 給食用精白米(強化米入)
- [豚肉じゃが] A (冷)豚肉 スライス
- A おろししょうが 1kg
- A 濃口醤油
- A 玉ねぎ
- A こんにん
- A じゃがいも(男爵)
- A チルドポテト(乱小)
- A しいたけ(カット)
- A インゲン
- A 糸こんにやく(白)
- A サラダ油
- A 中双糖
- A 料理酒
- A 濃口醤油
- A 薄口醤油
- A みりりん風調味料
- A 和風だし(かつお風味)
- A 水
- [中華サラダ] A (にんじん(副食))
- A キヤベツ(副食)
- A もやし(副食)
- A カツトわかめ
- A ホールコーン 缶 1号缶
- A ほうりごま(白)
- A ヨロシゴマ(白)
- A 純正ごま油 1650g
- A 食酢
- A 薄口醤油

作業動線図

令和 8 年 4 月 23 日 (木)

与論町立学校給食センター



4/24 料理名 / 食品名
(金)

[牛乳]	A 牛乳 200cc
[ごはん(80・110)]	給食用精白米(強化米入)
[おろしスープレ]	
A ぶすく	
A 木綿豆腐	350g
A にんじん	
A 玉ねぎ	
A こね	
A (冷)カッパ	500g
A (冷)カッパ	ほうれん草
A (冷)カッパ	ほうれん草
A 薄口醤油	
A 料理酒	
A 和風だし(かつお風味)	
A 水	
[サモーンフライ]	50
A (冷)サモーンフライ	60g
A 大豆白絞油	白糖アツ
[インゲンのごま和え]	
A イングエン(副食)	
A (冷)輸入イグエン(カット)	500g
A いりごま(白)	
A すりごま(白)	
A みりん	調味料
A 薄口醤油	
A 命泉塩(食塩)	

①A ちく除去

作業動線図
令和8年4月24日(金)

与論町立学校給食センター

