A2日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
手巻き寿司	精白米（自校）		80
	清酒		2
	出し昆布		1
	人参		5
	食酢		13
	上白糖		11
	食塩		1
	かに棒		16
	（レト）まぐろ油漬		20
	（袋）マヨネーズ		8
	きゅうり		15
	たくあん（8g×40本）		8
184	（袋）手巻きのり（4枚）		幼2.4
	（袋）手巻きのり（6枚）		小中3.6
牛乳			
206			
	牛乳		206
柏餅（小中のみ）	豆腐		20
	新たけのこ水煮（ホール）県産		15
	玉ねぎ		15
	中ねぎ		5
	赤みそ		8
	白みそ		3
	削り節　だし用		4
191	出し昆布		1
	水		120
30			
	（冷）柏餅		30

A6日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
山菜ごはん（発芽玄米入り）	精白米（自校）		65
	発芽玄米		15
	（冷）鶏肉　胸・皮なし（1×1cm）		12
	（冷）鶏肉　もも・皮なし（1×1cm）		8
	清酒		1
	油揚げ		5
	（レト）山菜ミックス		15
	人参		10
	つきこんにゃく		5
	サラダ油		1
	しょうゆ		3
	上白糖		1
142	食塩		0.8
206	牛乳		206
ツナとひじきのあえもの	（レト）まぐろ油漬		15
	（乾）ひじき		2
	キャベツ		20
	きゅうり		5
	（缶）ホールコーン		5
	人参		3
	セロリー		1
	サラダ油		0.5
	ごま油		0.5
	食酢		1.5
	しょうゆ		2
57	上白糖		1
若竹汁	（レト）うずら卵1kg		20
	玉ねぎ		20
	新たけのこ水煮（ホール）県産		15
	中ねぎ		3
	干しわかめ（カット）		0.5
	しょうゆ		1
	清酒		1
	食塩		0.6
	削り節　だし用		4
195	湯		130
ココアワッフル（中のみ）	（冷）ココアワッフル　Fe強化		28

A9日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン 60	コッペパン		60
牛乳 206			
チリコンカーン 196	牛乳		206
スナップえんどうのサラダ 56			
ピーナッツクリーム（小中のみ） 15	豚肉赤身ミンチ		20
	(冷)白いんげん豆　1kg		20
	(冷)金時豆　1kg		15
	じゃがいも		50
	玉ねぎ		40
	(袋)トマト水煮		8
	にんにく		1
	パセリ		0.8
	サラダ油		1
	(袋)トマトケチャップ　1kg		6
	中双糖		1.5
	ウスターソース		1
	赤ぶどう酒		1
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.3
	チリパウダー		0.05
	湯		30
	キャベツ		30
	スナップえんどう		10
	人参		5
	(缶)ホールコーン		5
	食酢		3
	サラダ油		2
	上白糖		0.7
	食塩		0.3
	こしょう		0.04
	(袋)ピーナッツクリーム　Ca・Mg強化		15

A10日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
みそラーメン 437	(袋)中華そば		幼-小3　150
牛乳 206	(袋)中華そば		小4-小6　200
さつまいものはちみつあえ 61	(袋)中華そば		中250
ミニトマト 25	豚肉赤身(3×3cmスライス)		20
小魚入りアーモンド（中のみ）	清酒		1
	しょうゆ		0.8
	キャベツ		30
	もやし		15
	人参		10
	新たけのこ水煮(ホール)県産		10
	中ねぎ		5
	にんにく		0.7
	ごま油		1
	(袋)がらスープ		3
	赤みそ		10
	清酒		1.5
	上白糖		1.5
	チキンコンソメ		0.8
	食塩		0.3
	こしょう		0.03
	豆板醤		0.1
	でんぷん		0.8
	湯		150
	牛乳		206
	さつまいも(2cm角)		50
	食用油		4
	はちみつ		4
	三温糖		1
	食酢		0.6
	水		1
	ミニトマト		25
	(袋)小魚入りアーモンド		8

A11日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん 80	精白米(委託)		70
牛乳 206	米粒麦　委託		10
いわしの梅しょうゆ煮 50			
そら豆の塩ゆで 15	牛乳		206
新たまねぎのみそ汁 201			
ひじきのり（小中のみ） 10	(冷)いわし梅醤油煮		50
あまなつみかん（小中のみ） 36			
	そらまめ		15
	ゆで塩		0.4
	玉ねぎ		40
	小松菜		15
	油揚げ		5
	えのきたけ		7
	人参		7
	中みそ		7
	白みそ		6
	煮干し　だし用		4
	水		110
	(袋)ひじきのり		10
	甘夏みかん		35
	紙ナフキン		1

A12日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
きなこっ茶揚げパン（コッペパン） 74	コッペパン		60
牛乳 206	食用油		4
肉団子のスープ 237	三温糖		5
海藻サラダ 61	青大豆きな粉		4
ヨーグルト（中のみ）	煎茶(粉末)50g		0.4
	紙ナフキン		1
	牛乳		206
	(冷)肉だんご		30
	玉ねぎ		35
	新たけのこ水煮(ホール)県産		15
	人参		8
	チンゲンサイ		15
	生しいたけ(スライス)県産・1kg		4
	春雨(8～10cm)		3
	生姜		0.5
	サラダ油		0.5
	(袋)がらスープ		3
	しょうゆ		2
	食塩		0.6
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.3
	湯		120
	キャベツ		30
	きゅうり		15
	(缶)ホールコーン		5
	(乾)海藻ミックス		1
	(袋)青じそドレッシング		10
	ヨーグルト		100

A13日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
えんどうごはん 95	精白米(自校)		80
牛乳 206	むきえんどう		12
がんもどきとひじきのうま煮 130	清酒		1.5
キャベツのみそ汁 187	食塩		0.8
プリン（中のみ）	出し昆布		1
	牛乳		206
	牛肉(2×2cmスライス)		20
	(冷)ミニひろうす　青大豆入り		20
	つきこんにゃく		25
	洗いごぼう		15
	人参		10
	(冷)さやいんげん　500g		8
	(乾)ひじき		3
	サラダ油		1
	三温糖		3
	しょうゆ		4.5
	みりん		0.5
	だし汁		20
	キャベツ		20
	玉ねぎ		15
	人参		5
	生しいたけ(スライス)県産・1kg		5
	中ねぎ		5
	中みそ		7
	白みそ		6
	煮干し　だし用		4
	水		120
	(冷)プリン　Fe強化		60

A16日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん 80	精白米（委託）		70
	米粒麦　委託		10
牛乳 206			
	牛乳		206
肉じゃが 211	豚肉並（3×3cmスライス）		20
	じゃがいも		80
	玉ねぎ		50
	糸こんにゃく		25
	人参		15
	（冷）さやいんげん　500g		5
	サラダ油		1
	しょうゆ		4
	中双糖		3
	清酒		3
	食塩		0.1
	湯		5
チンゲンサイときのこのソテー 76			
	ベーコン（スライス）		5
	キャベツ		35
	チンゲンサイ		25
	しめじ		10
	サラダ油		1
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
みかんジュース 125			
	みかんジュース		125
あさりの佃煮（小中のみ） 10			
	（レト）あさり佃煮		10
	粗挽きウインナー（1cm）		15
	玉ねぎ		30
	チンゲンサイ		10
	人参		10
	セロリー		5
	サラダ油		0.5
	（袋）がらスープ		3
	しょうゆ		1
	食塩		0.7
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.3
	湯		120

A17日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
小型コッペパン 40	コッペパン		40
牛乳 206			
	牛乳		206
スパゲティミートソース 178			
	スパゲティ（ハーフ）		35
	ゆで塩		1.3
	牛赤肉ミンチ		15
	豚肉赤身ミンチ		15
	玉ねぎ		35
	ズッキーニ		15
	人参		15
	エリンギ（1×3×0．3cm）県産		10
	ピーマン		6
	にんにく		0.3
	サラダ油		2
	（袋）トマトピューレ　1kg		13
	（袋）トマトケチャップ　1kg		7
	赤ぶどう酒		4
	粉チーズ		2.5
	ウスターソース		1.5
	チキンコンソメ		0.3
	食塩		0.2
	こしょう		0.05
イタリアンサラダ 68			
	キャベツ		35
	（冷）ブロッコリー　県産・1kg		15
	（缶）ホールコーン		5
	赤ピーマン（ハーフカット）		3
	（袋）イタリアンドレッシング		10
小夏みかん（小中のみ） 20			
	小夏		20

A18日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
シーフードカレーピラフ（麦入り） 151	精白米（自校）		70
	米粒麦　自校		10
	（冷）あさりむき身		10
	（冷）むきえび		10
	（冷）短冊いか（1×2cm）		10
	白ぶどう酒		2
	玉ねぎ		20
	人参		10
	エリンギ（1×3×0．3cm）県産		5
	バター		0.6
	サラダ油		0.5
	カレー粉		0.8
	チキンコンソメ		0.6
	食塩		1
	こしょう		0.03
牛乳 206			
	牛乳		206
豆まめサラダ 65			
	（レト）ミックスビーンズ　1kg		15
	キャベツ		20
	きゅうり		20
	（袋）焙煎ごまドレッシング		10
野菜スープ 196			
	粗挽きウインナー（1cm）		15
	玉ねぎ		30
	チンゲンサイ		10
	人参		10
	セロリー		5
	サラダ油		0.5
	（袋）がらスープ		3
	しょうゆ		1
	食塩		0.7
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.3
	湯		120
アーモンド入りチーズ（中のみ）			
	アーモンド入りチーズ		15

A19日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
親子どんぶり（麦ごはん） 282	精白米（委託）		70
	米粒麦　委託		10
	鶏肉　胸・皮なし（2×2cm）		15
	鶏肉　もも・皮なし（2×2cm）		10
	鶏卵		30
	玉ねぎ		50
	人参		15
	中ねぎ		5
	生しいたけ（スライス）県産・1kg		4
	しょうゆ		5
	みりん		3
	上白糖		2
	食塩		0.5
	でんぷん		0.5
	削り節　だし用		2
	湯		60
牛乳 206			
	牛乳		206
かんぴょうのあえもの 36			
	きゅうり		15
	人参		5
	（乾）かんぴょう（2cm）		5
	（乾）刻み昆布		0.5
	（袋）和風ドレッシング		10
お茶ビーンズ 27			
	（冷）大豆水煮		20
	でんぷん		1
	食用油		2
	青大豆きな粉		2
	煎茶（粉末）50g		0.1
	三温糖		2
	食塩		0.01

A20日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン 60	コッペパン		60
牛乳 206			
	牛乳		206
さごしのレモンソース 74			
	（冷）さごし		幼35
	（冷）さごし		小50
	（冷）さごし		中70
	清酒		2
	食塩		0.2
	でんぷん		5
	食用油		4
	（冷）レモン果汁　県産・500g		4
	上白糖		4
	しょうゆ		3
	みりん		1
	でんぷん		0.3
粉ふきいも 66			
	じゃがいも		60
	人参		5
	ゆで塩		1.2
コーンスープ 191			
	ベーコン（スライス）		5
	（缶）クリームコーン		35
	玉ねぎ		30
	（缶）ホールコーン		5
	チンゲンサイ		10
	調理用牛乳		30
	サラダ油		1
	（袋）がらスープ		3
	チキンコンソメ		0.3
	食塩		0.6
	こしょう		0.03
	コーンスターチ		1
	湯		70
ブルーベリージャム（小中のみ） 15			
	（袋）ブルーベリージャム　食物繊維強化		15

A23日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
中華風たきこみおこわ	精白米（自校）		60
	もち米		20
	焼き豚　0．8cm角切り		20
	新たけのこ水煮（ホール）県産		10
	人参		5
	（冷）むき枝豆　1kg		5
	中ねぎ		5
	干ししいたけ（スライス）		1
	サラダ油		1
	ごま油		1
	しょうゆ		4
	清酒		4
	上白糖		0.8
137	食塩		0.6
206	牛乳		206
牛乳	きゅうり		10
切り干し大根のサラダ	切干し大根		5
	人参		5
	（缶）ホールコーン		5
	（乾）刻み昆布		0.5
36	（袋）棒々鶏ドレッシング		10
ワンタンスープ	豚肉赤身（2×3cmスライス）		10
	清酒		1
	（乾）たんめん		7
	玉ねぎ		20
	チンゲンサイ		5
	サラダ油		0.5
	（袋）がらスープ		3
	しょうゆ		1
	ごま油		0.5
	チキンコンソメ		0.3
	食塩		0.6
	こしょう		0.06
179	湯		130

A24日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ハヤシライス（麦ごはん）	精白米（委託）		70
	米粒麦　委託		10
	牛肉（3×3cmスライス）		20
	じゃがいも		50
	玉ねぎ		45
	人参		10
	エリンギ（1×3×0．3cm）県産		6
	（冷）グリンピース		6
	にんにく		0.3
	サラダ油		1
	小麦粉		5
	サラダ油		2
	バター		3
	（袋）トマトピューレ　1kg		10
	（袋）トマト水煮		10
	（袋）がらスープ		3
	赤ぶどう酒		2
	ウスターソース		2
	食塩		1
	こしょう		0.07
	上白糖		0.5
	チキンコンソメ		0.5
	からし粉		0.15
	ローリエ		0.1
	ピザ用チーズ		1
339	湯		80
206	牛乳		206
野菜サラダ	キャベツ		20
	（冷）ブロッコリー　県産・1kg		20
	きゅうり		10
	人参		5
	（袋）青じそドレッシング		幼5
65	（袋）青じそドレッシング		小中10
小煮干し	小煮干し		4
みかんジュース（小中のみ）	125 みかんジュース		125

A25日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
60	黒糖パン		60
206	牛乳		206
牛乳	豚肉赤身（3cm角）		50
豚肉の角煮	サラダ油		1
	（乾）刻み昆布（0．3×3cm）		0.8
	生姜		0.8
	にんにく		0.3
	しょうゆ		2.5
	中双糖		2.5
	清酒		2.5
	削り節　だし用		1
76	湯		15
ゴーヤチャンプルー	ベーコン（スライス）		5
	豆腐		20
	キャベツ		25
	もやし		15
	ゴーヤ		15
	人参		7
	ゆで塩		0.3
	食塩		0.15
	サラダ油		1
	しょうゆ		1
	ごま油		0.5
	チキンコンソメ		0.3
	食塩		0.3
	こしょう		0.03
91	花かつお　1kg		0.5
もずくスープ	玉ねぎ		15
	（乾）沖縄もずく		0.5
	人参		5
	中ねぎ		5
	サラダ油		0.5
	（袋）がらスープ		3
	清酒		1
	しょうゆ		0.8
	食塩		0.5
	チキンコンソメ		0.3
152	湯		120
ちんすこう（小中のみ）	9 （袋）ちんすこう		9

A26日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
大豆ごはん（麦入り）	精白米（自校）		70
	米粒麦　自校		10
	（冷）鶏肉　胸・皮なし（1×1cm）		12
	（冷）鶏肉　もも・皮なし（1×1cm）		8
	（冷）大豆水煮		15
	油揚げ		3
	人参		7
	（冷）むき枝豆　1kg		5
	サラダ油		1
	清酒		2
	しょうゆ		2
	上白糖		1
137	食塩		0.8
206	牛乳		206
牛乳	てんぷら		8
茎わかめのきんぴら	（乾）茎わかめ（カット）国産・200g		1.5
	新たけのこ水煮（ホール）県産		15
	洗いごぼう		10
	つきこんにゃく		10
	人参		7
	ごま油		0.5
	しょうゆ		3.5
	中双糖		2
	みりん		1
	だし汁		5
65	炒り白ごま		1
春大根のみそ汁	玉ねぎ		10
	大根		20
	えのきたけ		10
	油揚げ		5
	中ねぎ		5
	中みそ		7
	白みそ		6
	煮干し　だし用		4
187	湯		120

A27日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん	精白米（委託）		70
80	米粒麦　委託		10
206	牛乳		206
牛乳	（冷）ねぶと　でんぶん付き		30
ねぶとのからあげ	食用油		3
33	食塩		0.05
香りあえ	小松菜		25
	キャベツ		35
	人参		7
	炒り白ごま		1
78	（袋）ゆずかつおドレッシング		10
とうふ汁	豆腐		20
	玉ねぎ		30
	中ねぎ		5
	生しいたけ（スライス）県産・1kg		5
	干しわかめ（カット）		0.5
	中みそ		7
	白みそ		6
	煮干し　だし用		4
188	水		110
ふりかけ（中のみ）	（袋）穀物ふりかけ		2.5

A30日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
セルフドック（コッペパン） 牛乳 ミネストローネ	コッペパン		60
	牛乳		206
	皮つき粗挽ウインナー		幼小30
	皮つき粗挽ウインナー		中40
	キャベツ		30
	人参		5
	ゆで塩		0.5
	ベーコン（スライス）		5
	(冷)白いんげん豆　1kg		18
	玉ねぎ		40
	人参		15
	マカロニ（シエル）		7
	セロリー		2
	パセリ		0.5
	サラダ油		0.5
	(袋)トマト水煮		8
	(袋)がらスープ		3
	赤ぶどう酒		1
	食塩		0.7
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.5
	ローリエ		0.1
	湯		120
	(袋)トマトケチャップ		幼-小4　8
	(DP)ケチャップ＆マスタード		小5-中　8

献立名	食品名		一人当り正味分量
キムチごはん（麦入り） 牛乳 ナムル わかめスープ ミックスナッツ（中のみ）	精白米（自校）		70
	米粒麦　自校		10
	豚肉赤身（2×2cmスライス）		15
	生姜		0.8
	しょうゆ		1.2
	上白糖		0.8
	白菜キムチ(ごはん用)1kg		20
	人参		10
	(冷)むき枝豆　1kg		5
	炒り白ごま		2
	ごま油		2
	清酒		2
	しょうゆ		1.5
	食塩		0.6
	チキンコンソメ		0.6
	牛乳		206
	もやし		40
	きゅうり		15
	人参		5
	炒り白ごま		1
	(袋)棒々鶏ドレッシング		10
	(レト)うずら卵1kg		20
	玉ねぎ		20
	中ねぎ		3
	干しわかめ（カット）		0.8
	サラダ油		0.5
	(袋)がらスープ		3
	チキンコンソメ		0.5
	しょうゆ		0.8
	食塩		0.7
	こしょう		0.03
	ごま油		0.2
	湯		140
	ミックスナッツ　15g(個装)		15