

D10日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量		
金時人參のピラフ (麦入り)	精白米(自校)	70		
	米粒麦 自校	10		
	冷)鶏肉カット 胸皮なし	12		
	冷)鶏肉カット もも皮なし	8		
	ぶどう酒 白 (1.8L)	1		
	玉ねぎ	15		
	金時人參	13		
	冷)むき枝豆	5		
	にんにく	0.2		
	サラダ油	1		
	有塩バター	1		
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		
	食塩	1		
牛乳 ¹³⁸	こしょう(300g)	0.03		
	野菜サラダ ²⁰⁶	牛乳	206	
		レト)まぐろ油漬	12	
		キャベツ	30	
		きゅうり	12	
		ダイスチーズ	8	
		食酢	3	
		サラダ油	1	
		砂糖(上白糖)	0.7	
		食塩	0.3	
		こしょう(300g)	0.03	
		マカロニスープ ⁶⁷	冷)ベーコン スライス 乳・卵抜き	5
			玉ねぎ	25
冷)白いんげん豆			10	
人參	7			
セロリー	5			
パセリ	0.5			
サラダ油	0.5			
乾)マカロニ(シエル)	8			
レト)がらスープ	3			
食塩	0.7			
こしょう(300g)	0.03			
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5			
濃口醤油	0.5			
湯	120			

D11日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
五目チャーハン (麦入り)	精白米(自校)	70	
	米粒麦 自校	10	
	焼き豚 角切り(1cm)	20	
	玉ねぎ	15	
	人參	5	
	冷)むき枝豆	5	
	中ねぎ	3	
	ごま油	1.5	
	清酒	1	
	濃口醤油	1	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	
	食塩	0.5	
	こしょう(300g)	0.02	
牛乳 ¹³³	牛乳	206	
	大根サラダ ²⁰⁶	大根	40
		きゅうり	15
		缶)ホールコーン	5
		濃口醤油	2
		食酢	2
		砂糖(上白糖)	1
		サラダ油	0.5
		ごま油	0.5
		ボンレスハム 短冊 卵抜き	5
		鶏卵	20
		玉ねぎ	20
		レタス	15
人參		5	
中ねぎ	5		
レト)がらスープ	3		
食塩	0.6		
こしょう(300g)	0.03		
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		
濃口醤油	0.5		
でん粉	0.5		
湯	120		

D12日(木)

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
		ボンレスハム 短冊 卵抜き	5
		冷)むきえび 100-200	30
		生姜	0.3
		清酒	1
		もめん豆腐	85
		たけのこポイル ホール	8
		チンゲンサイ	10
		人參	10
		中ねぎ	5
		生姜	0.4
		サラダ油	1
ごま油		1	
シャーレン豆腐 ²¹⁴	レト)がらスープ	3	
	清酒	1	
	でん粉	2.5	
	濃口醤油	0.6	
	食塩	0.6	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
	湯	50	
	ブロッコリーの中華和え ²¹⁴	ブロッコリー カット	25
		キャベツ	25
		濃口醤油	2
		食酢	1.5
		砂糖(上白糖)	1
		サラダ油	0.5
ごま油		0.5	
ぎつまいも 乱切り(2cm程度)		40	
なたね油		4	
砂糖(三温糖)		4	
サラダ油		1	
食酢		0.8	
水		1.2	
乾)白ごま 炒り (1kg)	0.5		

D13日(金)

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	
		ミニウインナー 乳・卵抜き	20	
		レト)うずら卵	20	
		てんぷら	20	
		厚揚げ	25	
		里いも カット	20	
		板こんにゃく	20	
		大根	25	
		人參	10	
		乾)早煮昆布 カット	0.8	
		砂糖(中双糖)	2	
赤みそ		4		
甘みそ		6		
煮込みおでん ²¹⁵	濃口醤油	0.8		
	清酒	1		
	水	40		
	ひじきのり (小中のみ) ⁷⁴	上乾ちりめん	4	
		小松菜	25	
		もやし	40	
		濃口醤油	2.7	
		ポン酢	0.7	
		砂糖(上白糖)	0.5	
		乾)白ごま 炒り (1kg)	1	
		(個)ひじきのり ¹⁰	(個)ひじきのり	10

D30日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セル フ ハ ン バ ー ガ ー (コ ッ ペ パ ン) 牛 乳 コ ー ン ス ー プ	60 コッペパン(丸型)	60
	206 牛乳	206
	50 (冷)おからハンバーグ 焼き物用	幼小50
	(冷)おからハンバーグ 焼き物用	中60
	キャベツ	30
	人参	5
	43 (個)トマトケチャップ	幼-小4 8
	(個)ケチャップマスタード	小5-中 8
	(個)スライスチーズ	中20
	冷)ベーコン スライス 乳・卵抜き	5
	缶)クリームコーン	35
	玉ねぎ	30
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	牛乳(調理用 1L)	30
	レト)がらスープ	3
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	181 食塩	0.6
	こしょう(300g)	0.03
	コーンスターチ	1
湯	75	

D31日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大 根 め し (麦 入 り) 牛 乳 茎 わ か め の き ん び ら 金 時 人 参 の み そ 汁	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	冷)鶏肉カット 胸皮なし	12
	冷)鶏肉カット もも皮なし	8
	油揚げ	5
	大根	25
	冷)むき枝豆	5
	濃口醤油	3
	清酒	1.5
	食塩	0.8
	142 乾)だし昆布	1.2
	206 牛乳	206
	てんぷら	10
	乾)茎わかめ カット	1.5
	れんこん イチョウ	15
	ごぼう ささがき	15
	つきこんにやく	15
	人参	10
	ごま油	1
	濃口醤油	4.5
砂糖(中双糖)	3	
本みりん	1	
だし汁	5	
82 乾)白ごま 炒り(1kg)	1	
油揚げ	5	
ぎつまいも 皮付き 角切り(1.5~2cm)	35	
金時人参	7	
中ねぎ	5	
中みそ	7	
甘みそ	6	
乾)だし煮干し	5	
190 水	120	