



## E16日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
他 人 ど ん ぶ り	80 精白米(自校)	80	
	206 牛乳	206	
	豚肉 スライス	20	
	清酒	2	
	鶏卵	30	
	玉ねぎ 皮むき	50	
	人参	10	
	乾)干しいたけ スライス	0.5	
	中ねぎ	5	
	濃口醤油	4	
牛 乳	本みりん	2	
	砂糖(上白糖)	1	
	食塩	0.6	
	でん粉	0.5	
	乾)だし削り節 鯖抜き	2	
	188 湯	60	
	小 い わ し の か ら 揚 げ	冷)小いわし でん粉付き	35
		41 なたね油 ローリー	6

## E17日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
米 粉 パ ン	60 米粉パン	60	
	206 牛乳	206	
	牛 乳	豚肉 スライス	20
		ぶどう酒 赤 (1.8L)	2
		レト)蒸大豆	20
		冷)白いんげん豆	10
		じゃがいも 皮むき カット(2cm)	40
		玉ねぎ 皮むき	40
		人参	10
		レト)トマト水煮 ダイス	10
サラダ油		1	
トマトケチャップ (1kg)		3	
ポ ー ク ビ ー ン ズ	砂糖(上白糖)	1.5	
	ウスターソース	0.7	
	食塩	0.5	
	こしょう(300g)	0.05	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	
	199 湯	40	
	ひ じ き と ツ ナ の サ ラ ダ	レト)まぐろ油漬	10
		キャベツ	20
		レト)芽ひじき水煮	15
		人参	5
56 種々鶏ドレッシング 乳・卵抜き		5.5	

## E18日(水)

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	
	206 牛乳	206	
	牛 乳	ミニウインナー 乳・卵抜き	25
		じゃがいも 皮むき カット(2cm)	35
		玉ねぎ 皮むき	20
		キャベツ	20
		かぶ 皮むき	20
		レト)がらスープ	3
		食塩	0.5
		こしょう(300g)	0.03
チキンコンソメ 乳・卵抜き		0.6	
でん粉		1	
ポ ト フ	ローリエ	0.1	
	205 湯	80	
	カ ロ ッ ト サ ラ ダ	レト)まぐろ油漬	12
		人参	25
		冷)さやいんげん	17
		りんご酢	2
		食酢	1
		砂糖(上白糖)	0.4
		オリーブ油	0.3
		サラダ油	0.3
食塩		0.2	
58 こしょう(300g)		0.02	
い ち ご ジ ャ ム	15 (個)いちごジャム	15	

## E19日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
金 時 人 参 の ピ ラ フ	金 精白米(自校)	80	
	鶏肉 胸 皮なし カット	9	
	鶏肉 もも 皮なし カット	6	
	ぶどう酒 白 (1.8L)	0.5	
	金時人参	13	
	冷)むき枝豆	5	
	玉ねぎ 皮むき	7	
	タピオカこんにやく ミックス	5	
	冷)おろしにんにく	0.2	
	サラダ油	1	
牛 乳	有塩バター	0.5	
	食塩	1	
	129 こしょう(300g)	0.03	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
	206 牛乳	206	
	根 菜 サ ラ ダ	ごぼうサラダ	25
		れんこん イチョウ	20
		人参	5
		レト)ホールコーン	5
		冷)ベーコン スライス 乳・卵抜き	5
鶏卵		20	
玉ねぎ 皮むき		25	
レタス		15	
金時人参		5	
レト)がらスープ		3	
レ タ ス と 卵 の ス ー プ	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	
	200 湯	125	

## E20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)さばの甘露煮	小50
		冷)さばの甘露煮	中70
		太もやし	30
		小松菜	15
		人参	5
		濃口醤油 和え物用 ペットボトル	2
		すだち酢	1.5
砂糖(上白糖)		1.4	
乾)白ごま 炒り (500g)		1.2	
56 香り 和え			
金 時 汁	油揚げ	5	
	金時いも 角切り(1.5cm)	25	
	金時人参	7	
	洗いごぼう	5	
	中ねぎ	5	
	中みそ	7	
	甘みそ	5	
	乾)だし煮干し	3.5	
	183 湯	120	



