

F16日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
米 ⁶⁰ 粉 パン	米粉パン	60
	牛乳	206
牛 乳	豚肉 スライス	20
	ぶどう酒 赤 (1.8L)	2
ポ ー ク ビ ー ン ズ	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
	砂糖(上白糖)	1.5
	ウスターソース	0.7
ひ じ ぎ と ツ ナ の サ ラ ダ	食塩	0.5
	こしょう(300g)	0.05
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	湯	40
	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
	棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	5.5

F17日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
他 ⁸⁰ 人 ど ん ぶ り	精白米(自校)	80	
	牛乳	206	
牛 乳	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	
	本みりん	2	
	砂糖(上白糖)	1	
小 い わ し の か ら 揚 げ	食塩	0.6	
	でん粉	0.5	
	乾)だし削り節 鯖抜き	2	
	湯	60	
	冷)小いわし でん粉付き	35	
	なたね油 ローリー	6	

F18日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦 ⁸⁰ ご は ん	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
牛 乳	牛乳	206	
	豚肉 角切り	30	
	しょうがおろし	1	
	清酒	1	
	濃口醤油	1	
	でん粉	5	
	米粉	2	
	なたね油 ローリー	4	
	玉ねぎ 皮むき	40	
	人参	15	
酢 豚 中 華 サ ラ ダ	たけのこポイル ホール	15	
	ピーマン	7	
	冷)おろしにんにく	0.5	
	サラダ油	1	
	食酢	4	
	濃口醤油	3.5	
	砂糖(上白糖)	3.5	
	トマトケチャップ (1kg)	2.5	
	清酒	1	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
148	食塩	0.15	
	湯	10	
	太もやし	30	
	きゅうり	15	
	人参	5	
	中華ドレッシング 乳・卵抜き	5	

F19日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦 ⁸⁰ ご は ん	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
牛 乳	牛乳	206	
	豚肉 スライス	20	
	清酒	1	
	乾)高野豆腐 サイコロ	15	
	玉ねぎ 皮むき	30	
	人参	8	
	冷)さやいんげん	5	
	乾)干しいたけ スライス	1	
	濃口醤油	3.4	
	砂糖(三温糖)	2.3	
高 野 豆 腐 の う ま 煮	食塩	0.36	
	乾)だし削り節 鯖抜き	1.5	
	湯	65	
	太もやし	30	
	食べて菜	15	
	人参	5	
	濃口醤油 和え物用 ペットボトル	2.5	
	本みりん	0.5	
	乾)白ごま 炒り (500g)	1.2	
食 べ て 菜 の ご ま 和 え		1.2	
	あさり佃煮	10	

F20日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
金 ⁸⁴ 時 に ん じ ん パ ン	金時にんじんパン	60	
	冷)金時人参ペースト	18	
206	砂糖(上白糖)	6	
	牛乳	206	
	鶏肉 胸 皮なし カット	15	
	鶏肉 もも 皮なし カット	10	
	玉ねぎ 皮むき	40	
	じゃがいも 皮むき カット(2cm)	30	
	人参	10	
	小麦粉(中力粉)	5	
	有塩バター	3	
牛 乳	サラダ油	2	
	サラダ油	1	
	レト)がらスープ	3	
	食塩	0.8	
	こしょう (300g)	0.08	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	
	牛乳(調理用 10L)	20	
	生クリーム (1L)	3	
	ピザ用チーズ	3	
	ローリエ	0.1	
ク リ ー ム シ ン チ ユ ー	湯	70	
	キャベツ	25	
	きゅうり	20	
	人参	5	
	乾)海藻ミックス	0.5	
	青じそドレッシング 乳・卵抜き	5.5	

F23日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
セル フ 照 り 焼 き パ ー ガ ー (コ ッ ペ バ ン) 62	60 コッペパン(丸型)	60	
	206 牛乳	206	
	(冷)国産鶏ハンバーグ	小50	
	(冷)国産鶏ハンバーグ	中60	
	ぶどう酒 赤 (1.8L)	2	
	濃口醤油	2	
	トマトケチャップ (1kg)	2	
	食酢	0.5	
	砂糖(三温糖)	1.2	
	ウスターソース	0.3	
牛 乳 の ポ タ ー ジ ュ 35	でん粉	0.2	
	水	4	
	キャベツ	30	
	人参	5	
	(冷)ベーコン スライス 乳・卵抜き	4	
	レト)ホールコーン	7	
	人参	5	
	レト)クリームコーン	30	
	玉ねぎ 皮むき	35	
	有塩バター	0.5	
豆 乳 207	とうもろこしパウダー	1.5	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	
	レト)がらスープ	3	
	食塩	0.2	
	豆乳	20	
	湯	100	

F24日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦 ご は ん 206	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
	牛乳	206	
	豚肉 スライス	15	
	レト)蒸大豆	8	
	冷)厚揚げ カット	22	
	つきこんにやく(ハーフ)	20	
	ごぼう ささがき	15	
	人参	10	
	冷)さやいんげん	5	
牛 乳 の 煮 物 127	乾)ひじき	2.8	
	サラダ油	1	
	濃口醤油	4.5	
	砂糖(三温糖)	3	
	本みりん	0.5	
	湯	20	
	きゅうり	15	
	人参	5	
	乾)切干し大根	5	
	乾)刻み昆布	0.5	
切 り 干 し 大 根 の ゆ ず 香 和 え 31	濃口醤油 和え物用 ペットボトル	2	
	ゆず酢	1.5	
	砂糖(上白糖)	1	
	乾)白ごま 炒り (500g)	1.2	
	(個)和三盆糖	3	

F25日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦 ご は ん 206	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
	牛乳	206	
	豚肉 スライス	30	
	清酒	1	
	大根	40	
	波型こんにやく	20	
	洗いごぼう	15	
	太ねぎ	25	
	人参	10	
牛 乳 の う ま 煮 155	乾)麩	3	
	サラダ油	1	
	濃口醤油	5	
	砂糖(中双糖)	3	
	清酒	1	
	本みりん	1	
	きゅうり	15	
	キャベツ	25	
	人参	5	
	レト)ホールコーン	5	
野 菜 の 和 え 物 56	和風ドレッシング 乳・卵抜き	5.5	
	(個)納豆	小30	
	(個)納豆	中40	

F26日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コ ッ ペ バ ン 206	コッペパン	60
	牛乳	206
	冷)肉団子 煮込み用	25
	冷)白いんげん豆ペースト	10
	玉ねぎ 皮むき	40
	じゃがいも 皮むき カット(2cm)	30
	人参	10
	レト)トマト水煮 ダイス	10
	レト)マッシュルーム	5
	サラダ油	0.4
牛 乳 の 肉 団 子 の ト マ ト シ ン チ ユ ー 217	有塩バター	0.5
	レト)がらスープ	3
	ウスターソース	2.8
	ぶどう酒 赤 (1.8L)	2
	トマトパウダー	1
	砂糖(上白糖)	0.7
	食塩	0.6
	こしょう(300g)	0.06
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ローリエ	0.1
さ つ ま い も の サ ラ ダ 217	ピザ用チーズ	3
	コーンスターチ	2
	湯	70
	さつまいも 角切り(2cm)	35
	きゅうり	10
	人参	5
	ダイスチーズ	5
	乾)アーモンド 刻み	1
	(個)マヨネーズ 卵抜き	8

F27日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
い り こ め し 牛 乳 の ま ん ば の け ん ち ん ち ん 煮 122	精白米(自校)	80
	乾)かえり	5.5
	油揚げ	5
	切りこんにやく	10
	洗いごぼう	7
	金時人参	5
	冷)むぎ枝豆	3
	淡口醤油	4
	清酒	1.5
	食塩	0.4
乾) だ し 昆 布 206	乾)だし昆布	0.5
	牛乳	206
	てんぷら	10
	冷)豆腐 カット	30
	まんば	30
	太もやし	25
	サラダ油	0.8
	濃口醤油	2.5
	清酒	2
	本みりん	0.5
あ ん も ち 雑 煮 111	ごま油	0.2
	だし汁	10
	(個)あんもち	小20
	(個)あんもち	中30
	大根	15
	金時人参	7
	甘みそ	7
	中みそ	6
	乾)だし煮干し	3.5
	水	120

F30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
	豚肉 ミンチ	15
牛 乳	牛肉 ミンチ	10
	清酒	1
じゃ が い も	じゃがいも 皮むき カット(2cm)	70
	玉ねぎ 皮むき	40
の そ ぼ ろ	つきこん(やく(ハーフ))	20
	人参	15
煮	冷)さやいんげん	5
	サラダ油	1
ブ ロ ッ コ リ ー	濃口醤油	3.5
	砂糖(中双糖)	1.5
の お か か 和 え	清酒	1
	食塩	0.1
ひ じ き の り	でん粉	0.5
	湯	20
44	ブロッコリー カット	35
	レト)ホールコーン	5
10	濃口醤油 和え物用 ペットボトル	2
	ポン酢	1
	乾)花かつお 碎片	0.8
	乾)白ごま 炒り (500g)	0.5
	(個)ひじきのり	10

F31日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
し っ ぽ く う ど ん	(個)ゆでうどん	小1-3 200
	(個)ゆでうどん	小4-6 280
	(個)ゆでうどん	中 300
牛 乳	鶏肉 胸 皮なし カット	12
	鶏肉 もも 皮なし カット	8
小 え び の か ら 揚 げ	清酒	1
	てんぷら	10
牛 乳	油揚げ	5
	大根	25
み か ん	里いも カット	20
	金時人参	5
489	中ねぎ	5
	しいたけ スライス	5
206	濃口醤油	5
	清酒	1.5
み か ん	本みりん	1
	食塩	0.6
80	乾)だし煮干し	5
	水	140
	牛乳	206
	冷)小えび 殻付き 衣付き	30
	なたね油 ローリー	5
	(個)みかん	80