

Fブロック4月

F 9日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カ レ ー ラ イ ス	80 精白米(自校)	80
	206 牛乳	206
	牛肉スライス	25
	乾)レンズ豆 赤	5
	じゃがいも 皮むき カット	50
	玉ねぎ 皮むき	40
	人参	10
	セロリ	5
	冷)むき枝豆	5
	レト)トマト水煮 ダイス	5
	冷)おろしにんにく	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉	5.5
	サラダ油	4.5
	カレー粉	1
	レト)がらスープ	3
	ウスターソース	3
	赤ぶどう酒	2
	トマトケチャップ(1kg/3kg)	2
	とんかつソース	1
濃口醤油	1	
チャツネ 450g	1	
食塩	0.8	
こしょう	0.04	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
262 湯	90	
かぼちゃ カット	35	
レト)ホールコーン	5	
48 (個)マヨネーズ 卵抜き	8	

F 10日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ご は ん	80 精白米(自校)	80
	206 牛乳	206
	牛乳	
	豚肉赤身スライス	35
	清酒	1
	玉ねぎ 皮むき	30
	洗いごぼう	10
	人参	10
	たけのこ水煮 ホール	10
	中ねぎ	3
	サラダ油	2
	ねり梅	7
	砂糖(上白糖)	2.5
	赤みそ	2
	濃口醤油	1.3
	122 湯	8
	レト)まぐろ油漬	10
	キャベツ	20
	レト)芽ひじき	10
	人参	7
レト)ホールコーン	3	
60 (個)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10	

F 11日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
キ ム チ ご は ん	精白米(自校)	80
	豚肉赤身スライス	15
	おろし生姜	0.8
	うすくち濃口醤油	1.2
	砂糖(上白糖)	0.8
	白菜キムチ ごはん用	20
	人参	5
	冷)むき枝豆	3
	ごま油	2.5
	うすくち濃口醤油	2.7
	食塩	0.6
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	206 牛乳	206
	レタスとたまごのスープ	
	50 人参	5
	冷)ベーコンスライス	5
	鶏卵	20
	玉ねぎ 皮むき	20
	レタス	15
	レト)ホールコーン	10
中ねぎ	3	
レト)がらスープ	3	
食塩	0.6	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
濃口醤油	0.5	
でんぷん	0.5	
178 湯	100	
(個)ごまプリン	30	

F 12日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ご は ん	80 精白米(自校)	80
	206 牛乳	206
	牛乳	
	豚肉赤身スライス	20
	清酒	1
	乾)高野豆腐 サイコロ	13
	玉ねぎ 皮むき	30
	人参	8
	冷)むき枝豆	4
	乾)干しいたけ スライス	1
	濃口醤油	3.4
	砂糖(三温糖)	2.1
	食塩	0.36
	乾)だし削り節 鯖抜き	1.5
	149 湯	65
	ほうれん草	15
	太もやし	30
	人参	5
	濃口醤油 和え物用	1
	赤じそ粉	0.7
8 (個)あさり佃煮	8	

F 13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
	206 牛乳	206
	鶏肉 胸 皮なし カット	15
	鶏肉 もも 皮なし カット	10
	レト)白花豆ペースト	10
	玉ねぎ 皮むき	40
	じゃがいも 皮むき カット	30
	人参	10
	レト)マッシュルーム	5
	パセリ	1
	サラダ油	1
	小麦粉	3
	バター	1
	サラダ油	1.5
	レト)がらスープ	3
	食塩	0.8
	こしょう	0.08
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	調理用牛乳	25
	生クリーム	3
ローリエ	0.1	
ピザ用チーズ	3	
223 湯	60	
キャベツ	25	
きゅうり	20	
人参	5	
レト)ホールコーン	5	
61 イタリアンドレッシング 乳・卵抜き	5.5	
50 (個)はっさく カット(1/4)	50	

Fブロック4月

F 16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 ( <small>コッ ペ パ ン</small> )  牛 乳    ミ ネ ス ト ロ ー ネ	60 コッペパン(丸型)	60
	206 牛乳	206
	(冷)おからハンバーグ	小 50
	(冷)おからハンバーグ	中 60
	キャベツ	30
	人参	5
	冷)ベーコンスライス	7
	玉ねぎ 皮むき	20
	レト)トマト水煮 ダイス	20
	人参	5
	レト)マッシュルーム	5
	乾)マカロニ(英字)	4
	セロリ	2
	パセリ	0.5
	冷)おろしにんにく	0.1
	サラダ油	0.5
	レト)がらスープ	3
	赤ぶどう酒	1
	トマトパウダー	0.6
	食塩	0.5
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	
砂糖(上白糖)	0.1	
ローリエ	0.1	
180 湯	110	
(個)トマトケチャップ	小 8	
(個)ケチャップ&マスタード	中 8	
20 (個)スライスチーズ	中のみ20	

F 17日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
た け の こ ご は ん  牛 乳  煮 び た し  豆 腐 の み そ 汁  桜 も ち	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
	清酒	1
	油揚げ	3
	新たけのこ水煮 カット(ごはん用)	20
	人参	3
	冷)むき枝豆	3
	淡口醤油	2.5
	清酒	2
	みりん	1
	食塩	0.7
	乾)だし昆布	0.5
	206 牛乳	206
	てんぷら	15
	小松菜	30
	太もやし	30
	濃口醤油	2
	みりん	1
	だし汁	15
冷)豆腐 カット	30	
玉ねぎ 皮むき	20	
人参	7	
乾)干しわかめ カット	0.5	
中ねぎ	3	
中みそ	7	
甘みそ	5	
乾)だし煮干し	3	
176 湯	100	
45 (個)桜もち	45	

F 18日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
親 子 ど ん ぶ り ( <small>麦 ご は ん</small> )  牛 乳  親 子 ど ん ぶ り  と び う お の フ ラ イ  チ ー ズ	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	206 牛乳	206
	鶏肉 胸 皮なし カット	18
	鶏肉 もも 皮なし カット	12
	鶏卵	25
	玉ねぎ 皮むき	50
	人参	10
	中ねぎ	3
	乾)干しいたけ スライス	1
	濃口醤油	5.5
	みりん	3
	砂糖(上白糖)	1.8
	清酒	1
	食塩	0.6
	でんぷん	0.5
	乾)だし削り節 鯖抜き	1.5
	乾)だし昆布	1
	湯	60
	なたね油	6
(冷)トピウオのフライ	50	
15 (個)型抜きチーズ	15	

F 19日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コ ッ ペ パ ン  牛 乳  ポ ト フ  切 り 干 し 大 根 の サ ラ ダ  黒 豆 き な こ ク リ ー ム  清 見 オ レ ン ジ ( <small>小 中 の み</small> )	60 コッペパン	60
	206 牛乳	206
	ミニウインナー 乳・卵抜き	25
	じゃがいも 皮むき カット	35
	玉ねぎ 皮むき	20
	キャベツ	20
	人参	10
	パセリ	0.5
	レト)がらスープ	3
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	ローリエ	0.1
	195 湯	80
	きゅうり	10
	レト)ホールコーン	10
	人参	10
	切干し大根	5
	41 種々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	5.5
	10 (個)黒豆きなこクリーム	10
50 (個)清見オレンジ カット(1/4)	50	

F 20日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
赤 飯  牛 乳  鮭 の こ ま み そ ノ ー ス か け  ミ ニ ト マ ト  若 竹 汁  い ち ご ゼ リ ー	精白米(自校)	70
	もち米	12
	炊き込み赤飯のもと	17
	乾)炒り白ごま(500g)	0.7
	サラダ油	0.2
	206 牛乳	206
	冷)鮭カット(2cm)	45
	でんぷん	4
	米粉	1
	ガーリックパウダー	0.04
	なたね油	6
	白ごまペースト	0.3
	冷)おろしにんにく	0.2
	おろし生姜	0.2
	中みそ	4.5
	トマトケチャップ(1kg/3kg)	3
	砂糖(三温糖)	2
	湯	12
	30 ミニトマト	30
	30 ミニトマト	30
型抜きかまぼこ(桜)	12	
玉ねぎ 皮むき	25	
新たけのこ水煮 カット	15	
えのきたけ カット	7	
中ねぎ	3	
乾)干しわかめ カット	0.8	
清酒	1	
濃口醤油	1	
食塩	0.6	
乾)だし削り節 鯖抜き	3	
乾)だし昆布	1	
179 湯	110	
40 (個)いちごゼリー	40	

