

B 1日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セル フ お に ぎ り	精白米(自校)	90
	食塩	0.8
牛 乳	牛乳	206
	(個)焼きのり(1枚)	2
牛 乳	レト)まぐろ油漬け	25
	(個)マヨネーズ 卵抜き	8
高 野 豆 腐 の う ま 煮	鶏肉 胸 皮なし カット	12
	鶏肉 もも 皮なし カット	8
	清酒	1
	乾)高野豆腐 サイコロ	12
	玉ねぎ	30
	人参	7
	冷)さやいんげん	7
	乾)干しいたけ スライス	1
	濃口醤油	3.4
	砂糖(三温糖)	3
若 竹 汁	食塩	0.36
	乾)だし削り節 鯖抜き	1.5
柏 餅 (小・ 中 のみ)	湯	65
	型抜きかまぼこ(兜)	7
柏 餅 (小・ 中 のみ)	玉ねぎ	20
	新たけのこ水煮 ホール	15
	中ねぎ	3
	乾)干しわかめ カット	0.5
	濃口醤油	1
	清酒	1
	食塩	0.6
	乾)だし削り節 鯖抜き	4
	湯	130
	30	(冷)柏餅

B 2日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コ ッ ペ バ ン	コッペパン	60
	牛乳	206
牛 乳	ボンレスハム 短冊 乳・卵抜き	5
	冷)むきえび	30
牛 乳	生姜	0.3
	清酒	1
シ ャ ー レ ン 豆 腐	豆腐	85
	たけのこ水煮(ホール)	10
シ ャ ー レ ン 豆 腐	チンゲンサイ	10
	人参	7
春 雨 サ ラ ダ	中ねぎ	5
	生姜	0.4
春 雨 サ ラ ダ	サラダ油	1
	ごま油	1
春 雨 サ ラ ダ	レト)がらスープ	3
	清酒	1
プ ル ー ン	でんぶん	2.5
	食塩	0.6
プ ル ー ン	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	湯	50
プ ル ー ン	もやし	25
	きゅうり	15
プ ル ー ン	人参	7
	乾)はるさめ	5
プ ル ー ン	濃口醤油	2
	食酢	2
プ ル ー ン	砂糖(上白糖)	1.6
	ごま油	1
プ ル ー ン	からし粉	0.06
	食塩	0.1
プ ル ー ン	(袋)ブルー(1個)	小 7
	(袋)ブルー(2個)	中 14

B 5月

B 7日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
山菜ごはん (麦入り)	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	12
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	8
	清酒	1
	油揚げ	5
	レト)山菜ミックス	15
	人参	5
	サラダ油	1
	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	1
	食塩	0.8
	牛乳	206
	豚肉赤身 スライス	30
波型こんにやく	35	
洗いごぼう	35	
人参	15	
冷)さやいんげん	7	
サラダ油	1	
濃口醤油	5	
みりん	2	
砂糖(中双糖)	2	
清酒	1.5	
でんぷん	0.5	
乾)だし煮干し	1	
水	8	
小松菜	25	
もやし	35	
人参	5	
濃口醤油	2.5	
ポン酢	1.5	
乾)花かつお	1	

B 8日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	206
	(冷)さばの煮付け	幼-小 50
	(冷)さばの煮付け	中 70
	キャベツ	30
	スナッブえんどう	10
	人参	5
	缶)ホールコーン	5
	濃口醤油	2.5
	食酢	2
	ごま油	1
	砂糖(上白糖)	1
	乾)炒り白ごま	1
豆腐	30	
油揚げ	5	
玉ねぎ	30	
中ねぎ	5	
中みそ	7	
甘みそ	6	
乾)だし煮干し	4	
湯	120	
豆腐のみそ汁		

B 9日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
みそラーメン	(個)中華そば	幼-小3 150
	(個)中華そば	小4-6 200
	(個)中華そば	中 200
	豚肉 スライス	20
	清酒	1
	濃口醤油	0.8
	キャベツ	30
	もやし	15
	人参	10
	新たけのこ水煮 ホール	10
	中ねぎ	5
	にんにく	0.7
	ごま油	1
	レト)がらスープ	3
赤みそ	10	
清酒	1.5	
砂糖(上白糖)	1.5	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	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 角切り	50	
なたね油	4	
かえり	3	
はちみつ百花	4	
砂糖(三温糖)	1	
食酢	0.6	
濃口醤油	0.5	
湯	1	
ミニトマト	30	

B 10日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
えんどうごはん	精白米(自校)	80
	むきえんどう	10
	清酒	1.5
	食塩	0.8
	乾)だし昆布	1
	牛乳	206
	鶏肉 胸 皮なし カット	12
	鶏肉 もも 皮なし カット	8
	冷)ひろうずミニ	20
	つきこんにやく	25
	洗いごぼう	15
	人参	10
	冷)さやいんげん	8
	乾)ひじき	3
サラダ油	1	
砂糖(三温糖)	5	
濃口醤油	4.5	
みりん	0.5	
だし汁	20	
玉ねぎ	35	
しめじ	7	
人参	5	
中ねぎ	3	
中みそ	7	
甘みそ	6	
乾)だし煮干し	4	
水	120	
(冷)抹茶プリン	40	

B 11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
	米粒麦 委託	10
	牛乳	206
	豚肉 スライス	20
	生姜	1
	清酒	0.5
	濃口醤油	1
	レト)うずら卵	20
	冷)いか 短冊(1×4cm)	20
	キャベツ	40
	玉ねぎ	30
	新たけのこ水煮 ホール	20
	人参	10
	しいたけスライス	5
サラダ油	2	
濃口醤油	0.8	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
食塩	0.3	
こしょう	0.04	
でんぷん	1	
湯	8	
乾)はるさめ	5	
もやし	20	
きゅうり	15	
人参	10	
乾)炒り白ごま	1	
濃口醤油	2.5	
食酢	2	
砂糖(上白糖)	1.5	
ごま油	1	
からし粉	0.05	
レト)あさりの佃煮	10	

B 5月

B 14日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
きなこ 茶揚げパン 74 206 牛乳 肉団子のスープ 海藻サラダ 58	コッペパン	60
	なたね油	4
	砂糖(三温糖)	5
	きな粉 青大豆	4
	煎茶 粉末	0.4
	紙ナフキン	1
	牛乳	206
	冷)肉団子	30
	玉ねぎ	35
	新たけのこ水煮 ホール	15
	人参	8
	チンゲンサイ	15
	しいたけスライス	4
	乾)はるさめ	3
	生姜	0.5
	サラダ油	0.5
	レト)がらスープ	3
	濃口醤油	2
	食塩	0.6
	こしょう	0.03
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
湯	120	
乾)海藻ミックス	1	
キャベツ	30	
きゅうり	10	
缶)ホールコーン	7	
乾)炒り白ごま	1	
食酢	3	
濃口醤油	3	
砂糖(上白糖)	1.5	
ごま油	0.5	
サラダ油	0.5	

B 15日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ガ リ リ ッ ク ピ ラ フ (麦 入 り) 牛 乳 ご ぼ う サ ラ ダ 卵 ス ー プ 60 201	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	12
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	8
	白ぶどう酒	1
	玉ねぎ	20
	人参	10
	エリンギ カット	8
	冷)むき枝豆	5
	にんにく	0.8
	サラダ油	1.4
	有塩バター	0.6
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.7
	食塩	0.9
	こしょう	0.04
	牛乳	206
	洗いごぼう	25
	きゅうり	15
	人参	5
	缶)ホールコーン	5
(個)焼煎ごまドレッシング 乳・卵抜き	10	
冷)豆腐 カット	20	
鶏卵	20	
玉ねぎ	25	
人参	5	
チンゲンサイ	5	
サラダ油	0.5	
レト)がらスープ	4	
濃口醤油	0.5	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
食塩	0.6	
こしょう	0.03	
でんぶん	0.2	
ごま油	0.1	
湯	120	

B 16日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
小 型 コ ッ ペ パ ン (袋 入 り) 牛 乳 ス パ ゲ テ イ ミ ー ト ソ ー ス 158 イ タ リ ア ン サ ラ ダ 68 小 夏 み か ん 20	(個)コッペパン 袋入り 幼-小1	30
	(個)コッペパン 袋入り 小2-6	40
	(個)コッペパン 袋入り 中	50
	牛乳	206
	乾)スパゲティ ハーフ	35
	ゆで塩	1.3
	牛肉ミンチ	15
	豚肉ミンチ	15
	玉ねぎ	40
	人参	15
	ピーマン	6
	にんにく	0.3
	サラダ油	2
	トマトピューレ	13
	トマトケチャップ(1kg/3kg)	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 乳・卵抜き	0.3
	食塩	0.2
こしょう	0.05	
キャベツ	35	
冷)ブロッコリー	15	
缶)ホールコーン	5	
赤ピーマン	3	
(個)イタリアンドレッシング 乳・卵抜き	10	
小夏	20	

B 17日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ご は ん 206 牛 乳 魚 の 甘 酢 あ ん か け そ ら 豆 の 塩 ゆ で 101 根 菜 汁 21 ひ じ き の り (小 ・ 中 の み) 212 10	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	206
	冷)メルルーサ カット(2cm)	55
	食塩	0.8
	こしょう	0.05
	でんぶん	4
	米粉	3
	なたね油	5
	人参	5
	玉ねぎ	15
	サラダ油	0.5
	食酢	3.5
	砂糖(上白糖)	3.5
	濃口醤油	1.2
	でんぶん	0.3
	湯	4
	冷)そらまめ	20
	ゆで塩	0.7
	さつまいも 角切り	40
大根	15	
洗いごぼう	10	
人参	10	
つきこんにやく	7	
中ねぎ	5	
麦みそ	11	
乾)だし煮干し	4	
湯	110	
(個)ひじきのり	10	

B 18日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ご は ん 206 牛 乳 豚 肉 と 野 菜 の 炒 め 物 け ん ち ん 汁 117 ふ り か け (小 ・ 中 の み) 197 3	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	牛乳	206
	豚肉 スライス	45
	生姜	1
	濃口醤油	1
	キャベツ	25
	玉ねぎ	20
	人参	8
	中ねぎ	5
	サラダ油	1
	赤みそ	5
	砂糖(上白糖)	2.5
	清酒	2
	濃口醤油	1
	豆腐	20
	油揚げ	7
	つきこんにやく	10
	洗いごぼう	10
	人参	7
中ねぎ	5	
濃口醤油	2	
食塩	0.7	
乾)だし削り筋 鯖抜き	4	
乾)だし昆布	1	
水	130	
(個)野菜ふりかけ	2	

B 5月

B 21日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セル フド ッグ (コッ ペパ ン)	60 コッペパン	60
	206 牛乳	206
	30 皮付き粗挽きウインナー	幼-小 30
	皮付き粗挽きウインナー	中 40
	キャベツ	30
	人参	5
	(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
	牛乳	
	冷)あさりむき身	30
白ぶどう酒	1	
冷)ペーコンスライス	5	
レト)大豆ペースト	15	
じゃがいも	30	
玉ねぎ	30	
人参	5	
パセリ	0.5	
サラダ油	0.5	
レト)がらスープ	3	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
食塩	0.6	
こしょう	0.03	
調理用牛乳	35	
コーンスターチ	1	
232 湯	75	

B 22日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
親 子 ど ん ぶ り (麦 こ は ん)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	鶏肉 胸 皮なし カット	15
	鶏肉 もも 皮なし カット	10
	鶏卵	30
	玉ねぎ	50
	人参	15
	中ねぎ	5
	しいたけスライス	4
	濃口醤油	5
みりん	3	
砂糖(上白糖)	2	
食塩	0.5	
でんぷん	0.5	
乾)だし削り節 鯖抜き	2	
282 湯	60	
牛乳	206	
きゅうり	15	
人参	5	
乾)かんぴょう	5	
乾)刻み昆布	0.5	
(個)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10	
冷)大豆水煮	20	
でんぷん	1	
なたね油	2	
きな粉 青大豆	2	
煎茶 粉末	0.1	
砂糖(三温糖)	2	
食塩	0.01	
(個)みかんジュース	125	

B 23日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大 豆 こ 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 カット	12
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	8
	冷)大豆水煮	15
	油揚げ	3
	人参	8
	冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1
	清酒	2
濃口醤油	2	
砂糖(上白糖)	1	
138 食塩	0.8	
牛乳	206	
てんぷら	8	
乾)茎わかめ カット	1.5	
新たけのこ水煮 ホール	15	
洗いごぼう	10	
つきこんにやく	10	
人参	7	
乾)炒り白ごま	1	
ごま油	0.5	
濃口醤油	3.2	
砂糖(中双糖)	1.6	
みりん	1	
だし汁	5	
油揚げ	5	
玉ねぎ	10	
大根	20	
えのきたけ	10	
中ねぎ	5	
中みそ	7	
甘みそ	6	
乾)だし煮干し	4	
187 湯	120	

B 24日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 こ は ん (牛 乳 焼 き 豆 腐 の み そ そ ぼ ろ 煮 香 り あ え)	精白米(委託)	70
	80 米粒麦 委託	10
	206 牛乳	206
	豚肉ミンチ	15
	焼き豆腐	85
	玉ねぎ	30
	チンゲンサイ	10
	中ねぎ	3
	乾)干しいたけ スライス	1
	生姜	0.5
にんにく	0.1	
ごま油	1	
赤みそ	6.5	
砂糖(三温糖)	3	
清酒	2	
濃口醤油	2	
一味とうがらし	0.02	
でんぷん	1	
190 水	20	
小松菜	20	
キャベツ	35	
人参	7	
乾)炒り白ごま	1	
73 (個)ゆずかつおドレッシング 乳・卵抜き	10	

B 25日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ジ ヤ ン バ ラ ヤ (麦 入 り)	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	冷)むきえび	15
	白ぶどう酒	1
	粗挽きウインナー カット	10
	玉ねぎ	25
	レト)トマト水煮 ダイス	14
	人参	7
	セロリ	5
	冷)グリーンピース	5
有塩バター	1	
サラダ油	1	
白ぶどう酒	1	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.7	
食塩	0.8	
こしょう	0.03	
一味とうがらし	0.01	
牛乳	206	
冷)ブロッコリー	25	
きゅうり	20	
缶)ホールコーン	5	
レト)ミックスビーンズ	5	
(個)焙煎ごまドレッシング 乳・卵抜き	10	
玉ねぎ	25	
人参	7	
中ねぎ	3	
乾)干しわかめ カット	0.8	
サラダ油	0.5	
レト)がらスープ	3	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
濃口醤油	0.8	
食塩	0.6	
こしょう	0.03	
ごま油	0.2	
181 湯	140	
40 (冷)ももゼリー	40	

B 28日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
全 粒 粉 パン ⁶⁰	全粒粉パン	60	
	牛乳 ²⁰⁶	牛乳	206
		(冷)さごし	幼-小2 35
		(冷)さごし	小3-6 50
	牛乳	(冷)さごし	中 70
		清酒	2
		食塩	0.2
		でんぷん	5
		なたね油	4
		冷)レモン果汁	4
砂糖(上白糖)		4	
濃口醤油		3	
みりん		1	
でんぷん		0.3	
さ ご し の レ モ ン ソ ー ス ⁷⁴	きゅうり	10	
	乾)切干し大根	5	
	人参	5	
	缶)ホールコーン	5	
	乾)刻み昆布	0.5	
	(個)梅々糖ドレッシング 乳・卵抜き	10	
	冷)ベーコンスライス	5	
	玉ねぎ	20	
	じゃがいも	20	
	人参	7	
切 り 干 し 大 根 の サ ラ ダ ³⁶	セロリ	5	
	パセリ	0.5	
	サラダ油	0.5	
	ローリエ	0.1	
	レト)がらスープ	3	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
	食塩	0.7	
	こしょう	0.03	
	濃口醤油	0.2	
	湯	120	
コ ン ソ メ ス ー プ ¹⁸²	(個)ヨーグルト	80	
ヨ ー グ ル ト (小・中のみ) ⁷⁰			

B 29日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ハ ヤ シ ラ イ ス (麦 こ は ん) 牛 乳 ²⁰⁶	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛肉 スライス	20
	じゃがいも	45
	玉ねぎ	45
	人参	10
	エリンギ	6
	冷)グリーンピース	6
	にんにく	0.3
	サラダ油	1
野 菜 サ ラ ダ ³³⁴	小麦粉	5
	サラダ油	2
	有塩バター	3
	トマトピューレ	10
	レト)トマト水煮 ダイス	10
	レト)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
小 煮 干 し ²⁰⁶	砂糖(上白糖)	0.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	からし粉	0.15
	ローリエ	0.1
	ピザ用チーズ	1
	湯	80
	牛乳	206
	キャベツ	20
	冷)プロッコリー	20
	きゅうり	10
み か ん サ ラ ダ ⁶⁵	人参	5
	(個)青じそドレッシング 乳・卵抜き	8
	小煮干し	4
	(個)みかんジュース	125

B 30日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コ ッ ペ パン (袋 入 り) 牛 乳 ²⁰⁶	(個)コッペパン 袋入り 幼-小1	40
	(個)コッペパン 袋入り 小2	50
	(個)コッペパン 袋入り 小3・4	60
	(個)コッペパン 袋入り 小5-中	70
	牛乳	206
	豚肉 スライス	25
	冷)ベーコンスライス	5
	冷)大豆水煮	30
	じゃがいも	45
	玉ねぎ	40
ポ ー ク ビ ー ン ズ ²¹⁰	人参	10
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	有塩バター	0.5
	トマトピューレ	6
	トマトケチャップ(1kg/3kg)	3
	砂糖(上白糖)	1.2
	赤ぶどう酒	1
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
夏 み か ん サ ラ ダ ⁸⁰	食塩	0.5
	こしょう	0.05
	湯	40
	キャベツ	35
	きゅうり	15
	缶)夏みかん	20
	(個)フレンチドレッシング 乳・卵抜き	10
	(個)型抜きチーズ	15

B 31日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
中 華 風 た き こ み お こ わ 牛 乳 ⁶⁰	精白米(自校)	70
	もち米	10
	焼き豚 角切り	20
	新たけのこ水煮 ホール	10
	人参	5
	冷)むき枝豆	5
	中ねぎ	5
	乾)干しいたけ スライス	1
	サラダ油	1
	濃口醤油	4
ア ス パ ラ ガ ス の サ ラ ダ ¹³⁷	清酒	4
	砂糖(上白糖)	0.8
	食塩	0.6
	牛乳	206
	アスパラガス	20
	きゅうり	25
	缶)ホールコーン	5
	(個)青じそドレッシング 乳・卵抜き	8
	冷)ベーコンスライス	5
	レト)うずら卵	25
う ず ら 卵 と チ ン ゲ ン サ イ の ス ー プ ⁶⁰	玉ねぎ	15
	チンゲンサイ	8
	人参	5
	乾)はるさめ	5
	乾)干しいたけ スライス	0.8
	サラダ油	0.5
	レト)がらスープ	3
	食塩	0.6
	こしょう	0.03
	濃口醤油	0.5
チ ン ゲ ン サ イ の ス ー プ ¹⁸⁸	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	ごま油	0.3
	湯	120
	(個)ミックスナッツ	15