

1日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ば ら ず し	精白米(自校)	80
	清酒	4
牛 乳	だし昆布	1
	食酢	12
小 松 菜 の あ え も の	砂糖(上白糖)	10
	食塩	1.1
	(冷)むきえび	7
豆 腐 の す ま し 汁	油揚げ	3
	人参	5
	ごぼう さきがき(ご飯用)	5
	(冷)グリーンピース	3
	(乾)高野豆腐 すし用	1
ひ な あ ら れ	(乾)干しいたけ スライス	0.5
	砂糖(上白糖)	2
	清酒	2
	しょうゆ	1.1
	牛乳	○ 206
	キャベツ	30
	小松菜	25
	人参	10
	食酢	1.5
	しょうゆ	1.5
砂糖(上白糖)	1	
	ごま油	0.5
	炒り白ごま	1
	(冷)豆腐 カット	30
	型抜きかまぼこ(桜)	6
	玉葱	20
	しめじ	7
	中ねぎ	5
	食塩	0.7
	しょうゆ	0.5
	だし削り節 鯖抜き	4
	湯	120
	(袋)ひなあられ	8

11日(月)			12日(火)			13日(水)			14日(木)			15日(金)							
献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量					
わかめごはん(麦入り)牛乳筑前煮ほうれん草のアーモンドあえみかんタルト	精白米(自校)	70	麦ごはん牛乳ちくわの磯辺揚げ菜の花和えすいとん汁ふりかけ	精白米(委託)	70	ひじきごはん(麦入り)牛乳大根のそぼろ煮そうめん汁ミックスナッツ(中のみ)	精白米(自校)	70	麦ごはん牛乳魚のごま揚げおひたしだいこんのみそ汁ぶどうゼリー	精白米(委託)	70	セルフドッグ牛乳レタスのスープ清見オレンジ	コッペパン	65					
	米粒麦 自校	10		米粒麦 委託	10		米粒麦 自校	10		米粒麦 委託	10		牛乳	○	206	牛乳	○	206	
	炊き込みわかめ	2.2		牛乳	○		206	生ちくわ		50	油揚げ		5	牛乳	○	206	(個)皮つき粗挽ウインナー	小30	
	鶏肉カット 胸 皮なし	15		天ぷら粉 乳・卵抜き	6		つきこんにやく(ハーフ)	5		(冷)鮭 カット(2cm)	55		清酒	2	(冷)鮭 カット(2cm)	55	(個)皮つき粗挽ウインナー	中40	
	鶏肉カット もも 皮なし	10		(乾)青のり粉	0.3		(冷)むぎ枝豆	5		清酒	2		生姜	1	生姜	1	キャベツ	30	
	清酒	1		水	12		(乾)ひじき	1		しょうゆ	3		しょうゆ	1	しょうゆ	1	人参	5	
	板こんにやく	35		なたね油	4.5		サラダ油	0.8		しょうゆ	3		食塩	0.3	しょうゆ	1	ゆで塩	0.5	
	洗いごぼう	30		ライスハム 短冊 卵抜き	5		砂糖(上白糖)	2		清酒	2		すりごま	3	すりごま	3	(袋)トマトケチャップ	小1-4 8	
	れんこん いちよう切り	15		キャベツ	40		サラダ油	2		砂糖(上白糖)	2		でんぷん	6	でんぷん	6	(DP)ケチャップ&マスタード	小5・6、中 8	
	人参	15		菜の花	12		食塩	1		食塩	1		小麦粉(中力粉)	4	小麦粉(中力粉)	4	(個)スティックチーズ	中15	
	(冷)さやいんげん	8		人参	8		牛乳	○		206	もやし		30	なたね油	5	もやし	30	ベーコン スライス	5
	ごま油	1.5		しょうゆ	2		豚赤肉 ミンチ	15		大根	80		小松菜	25	小松菜	25	鶏卵	20	
	しょうゆ	4		食酢	1.5		大根	80		人参	10		人参	7	人参	7	ロメインレタス	20	
	砂糖(中双糖)	2.8		砂糖(上白糖)	1		人参	10		(冷)グリーンピース	5		しょうゆ	2.5	しょうゆ	2.5	玉葱	10	
	でんぷん	0.7		サラダ油	0.5		生姜	0.5		生姜	0.5		ポン酢	0.5	ポン酢	0.5	人参	5	
	水	6		ごま油	0.5		サラダ油	0.5		サラダ油	0.5		花かつお 1kg	1	花かつお 1kg	1	サラダ油	0.5	
	ライスハム 短冊 卵抜き	5		炒り白ごま	1.5		しょうゆ	3		しょうゆ	3		油揚げ	5	油揚げ	5	(レト)がらスープ	4	
	ほうれん草	25		すいとん	25		砂糖(上白糖)	2		砂糖(上白糖)	2		大根	30	大根	30	食塩	0.6	
	キャベツ	25		油揚げ	5		清酒	1		清酒	1		人参	10	人参	10	こしょう	0.03	
	もやし	20		大根	25		本みりん	1		本みりん	1		中ねぎ	5	中ねぎ	5	しょうゆ	0.5	
アーモンド(刻み)	1.5	人参	10	でんぷん	0.5	でんぷん	0.5	(乾)干しわかめ カット	0.5	(乾)干しわかめ カット	0.5	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3						
しょうゆ	2.5	中ねぎ	5	だし汁	10	だし汁	10	中みそ	7	中みそ	7	でんぷん	0.3						
食酢	2.2	中みそ	7	油揚げ	5	油揚げ	5	甘みそ	6	甘みそ	6	湯	120						
サラダ油	1	だし煮干し	4	玉葱	25	玉葱	25	だし煮干し	4	だし煮干し	4	清見オレンジ	50						
砂糖(上白糖)	0.8	水	110	そうめん	3	そうめん	3	水	110	水	110								
(袋)みかんタルト 米粉	35	(個)穀物ふりかけ	2.5	中ねぎ	5	中ねぎ	5	(個)ぶどうゼリー		(個)ぶどうゼリー									
				中みそ	6	中みそ	6												
				甘みそ	5	甘みそ	5												
				だし煮干し	4	だし煮干し	4												
				水	130	水	130												
				(袋)ミックスナッツ	15	(袋)ミックスナッツ	15												

