

1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)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛 乳	牛乳	206
豆 腐 の 中 華 煮	豚肉スライス	25
	豆腐	85
	玉葱	30
	チンゲンサイ	10
	人参	7
	生姜	1.5
春 雨 サ ラ ダ	(乾)干しいたけ スライス	0.8
	なたね油	0.5
	ごま油	0.5
	濃口醤油	3
か え り ア ー モ ン ド	砂糖(中双糖)	1
	オイスターソース	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	でんぷん	0.7
	湯	20
	ロースハム 短冊 卵抜き	7
	(乾)はるさめ	5
	もやし	25
	きゅうり	15
	人参	7
濃口醤油	3	
67	食酢	2.5
	砂糖(上白糖)	1.5
	ごま油	1
	からし粉	0.05
	かえり	5
	(乾)アーモンド	4
	砂糖(上白糖)	1
	濃口醤油	0.3
	みりん	1
	水	1
12		

472g



11日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	206
はまちの照り焼き風	(チルド)はまち	小 50
	(チルド)はまち	中 70
	清酒	2
	食塩	0.15
	でんぷん	7
	なたね油	4
	濃口醤油	2.8
	砂糖(三温糖)	1.7
	みりん	1.2
	でんぷん	0.3
食べて菜のあえもの	湯	9
	食べて菜	20
	キャベツ	35
	人参	7
	炒り白ごま	1
	濃口醤油	2
	食酢	2
	砂糖(上白糖)	1
	ごま油	1
すまし汁	豆腐	20
	玉葱	20
	中ねぎ	5
	(乾)干しいたけ スライス	0.7
	干しわかめ(カット)	0.5
	清酒	1
	食塩	0.6
	濃口醤油	0.5
	だし削り節 鯖抜き	4
	だし昆布	1
水	130	

536g

12日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
牛乳	鶏肉カット 胸 皮なし	30
	鶏肉カット もも 皮なし	20
鶏肉のトマト煮	ベーコン スライス	5
	じゃがいも	40
	玉葱	40
	人参	15
	にんにく	1
	パセリ	0.5
	なたね油	0.5
	バター	0.5
	(袋)トマト水煮	25
	トマトケチャップ(1kg・3kg)	3
赤ぶどう酒	1	
ひじきとチーズのサラダ	砂糖(上白糖)	0.8
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	湯	20
	(レト)まぐろ油漬	10
	キャベツ	30
	人参	10
	ダイスチーズ	5
(乾)ひじき	1.2	
ヨーグルト	食酢	3
	なたね油	2
	濃口醤油	2
	砂糖(上白糖)	0.5
	こしょう	0.02
	(個)ヨーグルト	70

544g

13日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
キムチごはん(麦入り)	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	豚肉スライス	15
	生姜	0.8
	濃口醤油	1.2
	砂糖(上白糖)	0.8
	(レト)白菜キムチ(ごはん用)	15
	人参	7
	(冷)むき枝豆	5
	炒り白ごま	2
牛乳	清酒	2
	濃口醤油	1.3
	食塩	0.4
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4
	牛乳	206
	もやし	40
	きゅうり	15
	人参	7
ナムル	にんにく	0.1
	食酢	2
	濃口醤油	2
	砂糖(上白糖)	1.3
	ごま油	1
	一味	0.01
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	トック	20
	玉葱	20
中ねぎ	3	
トック入りわかめスープ	干しわかめ(カット)	0.8
	なたね油	0.5
	(レト)がらスープ	3
	濃口醤油	0.8
	食塩	0.6
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ごま油	0.2
	湯	140
ミックスナッツ	(袋)ミックスナッツ	小 15
	(袋)ミックスナッツ	中 20

602g

14日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	206
厚揚げの甘酢煮	豚肉スライス	25
	厚揚げ	45
	玉葱	20
	白菜	25
	(レト)たけのこ水煮(ホール)	15
	人参	10
	中ねぎ	5
	しいたけスライス	5
	にんにく	0.5
	なたね油	1
野菜のあえもの	食酢	2.5
	砂糖(上白糖)	3.5
	濃口醤油	4
	トマトケチャップ(1kg・3kg)	3.2
	清酒	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	食塩	0.1
	でんぷん	1
	水	10
あさりの佃煮	小松菜	20
	もやし	35
	人参	5
	濃口醤油	2.5
	ボン酢	1.5
	花かつお	1
	(レト)あさり佃煮	10
みかん	みかん	80

538g

15日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
金時いもパン	金時いもパン	50
	金時いもパン	60
	(冷)金時いもカット(パン用)	15
	(冷)金時いもカット(パン用)	18
牛乳	上白糖 パン用	4
	上白糖 パン用	4.8
ロメインレタスのシチュー	牛乳	206
	鶏肉カット 胸 皮なし	12
	鶏肉カット もも 皮なし	8
	白ぶどう酒	1
	じゃがいも	35
	玉葱	35
	人参	10
	エリンギ	5
	ロメインレタス	15
	なたね油	1
海藻サラダ	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	小麦粉	4
	なたね油	1
	バター	2
	(レト)がらスープ	4
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	ローリエ	0.1
	調理用牛乳	30
	ピザ用チーズ	3
チーズ	湯	60
	(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	5
	食酢	2.3
	濃口醤油	2.3
	砂糖(上白糖)	1.2
	ごま油	0.5
	なたね油	0.5
(個)チーズ	(個)チーズ	15

582g



25日(月)			26日(火)			27日(水)			28日(木)			29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		
麦ごはん 0 牛乳 206 鮭の竜田あげ 67 野菜とたくあん のあえもの 67 さつま汁 217	精白米(委託)	60	セル 55 フド 206 ッグ 30 牛乳 43 コー ンク リ ーム ス プ 43 キ ウ イ フ ル ー ツ 201 30	コッペパン	50	麦 ご は ん 0 牛 乳 206 マ ー ボ ー 豆 腐 中華 サ ラ ダ 味 付 小 魚 218 73 5	精白米(委託)	60	ご は ん 76 牛 乳 206 豚 肉 と 野 菜 の み そ い た め 119 け ん ち ん 汁 お か か ふ り か け 187 2	精白米(自校)	72	食 57 パン 206 牛 乳 牛 乳 ス バ ゲ テ イ ミ ー ト ソ ー ス 切 干 大 根 の サ ラ ダ 163 レ モ ン の ム ー ス (小 の み ) 48 り ん ご の タ ル ト (中 の み ) 30 35	(袋)冷凍食パン(6枚切1枚)	57		
	精白米(委託)	70		コッペパン	60		精白米(委託)	70		精白米(自校)	80					
	米粒麦 委託	6		牛乳	206		米粒麦 委託	6		牛乳	206		牛乳	206	牛乳	206
	米粒麦 委託	7		皮つき粗挽ウインナー	小 30		米粒麦 委託	7		牛乳	206		牛乳	206	牛乳	206
	牛乳	206		皮つき粗挽ウインナー	中 40		牛乳	206		豚肉並ミンチ	25		豚肉スライス	45	スバゲティ(ハーフ)	40
	(冷)鮭	50		キャベツ	30		マ	25		清酒	1		生姜	1	ゆで塩	1.3
	生姜	1		人参	5		ー	1		豆腐	80		キャベツ	25	牛肉ミンチ	15
	濃口醤油	2		(袋)トマトケチャップ	小1-4 8		ボ	80		玉葱	35		玉葱	25	豚肉並ミンチ	15
	清酒	2		(DP)ケチャップ&マスタード	小5-中 8		ー	35		人参	10		人参	8	玉葱	35
	でんぷん	3					豆	10		しいたけスライス	5		中ねぎ	5	人参	10
米粉	4	ベーコン スライス	8	腐	5	中ねぎ	5	なたね油	1	エリンギ	10					
なたね油	5	(缶)クリームコーン	20	中	5	生姜	1	赤みそ	4.5	ピーマン	6					
キャベツ	40	(缶)ホールコーン	5	華	5	にんにく	0.8	砂糖(上白糖)	2	にんにく	0.3					
小松菜	20	玉葱	40	サ	40	なたね油	1	清酒	1.5	なたね油	2					
たくあん漬け・きざみ	6	人参	10	ラ	10	濃口醤油	3.5	濃口醤油	1	トマトピューレ	13					
濃口醤油	0.5	エリンギ	8	ダ	8	(レト)がらスープ	3	豆腐	20	トマトケチャップ(1kg・3kg)	7					
鶏肉カット 胸 皮なし	6	パセリ	0.5	味	0.5	赤みそ	2	つきこんにやく	10	赤ぶどう酒	4					
鶏肉カット もも 皮なし	4	バター	1	付	1	清酒	1	油揚げ	7	粉チーズ	2.5					
さつまいもカット(角切り)	40	(レト)がらスープ	4	小	4	砂糖(三温糖)	0.5	洗いごぼう	10	ウスターソース	1.5					
もやし	15	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	魚	0.5	食塩	0.5	人參	7	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3					
洗いごぼう	10	食塩	0.4		0.4	食塩	0.1	中ねぎ	5	食塩	0.2					
人参	7	こしょう	0.04		0.04	食塩	0.1	濃口醤油	2	こしょう	0.05					
つきこんにやく	7	ローリエ	0.1		0.1	豆板醤	0.1	濃口醤油	0.65	ほうれん草	20					
中ねぎ	5	調理用牛乳	30		30	でんぷん	1	食塩	4	(乾)切干し大根	5					
麦みそ	9	生クリーム	2		2	ごま油	0.1	だし削り節 鯖抜き	4	(缶)ホールコーン	7					
だし煮干し	4	コーンスターチ	1.3		1.3	湯	35	だし昆布	1	人参	7					
湯	110	湯	70		70	ロースハム 短冊 卵抜き	7	水	120	(乾)刻み昆布	0.5					
		さぬきキウイっこ(約30g/個)	30		30	小松菜	15	(袋)おかかふりかけ 27品目フリー	2	食酢	3					
						もやし	35			濃口醤油	2.5					
						人参	7			砂糖(上白糖)	1.2					
						(乾)きくらげ せん切り	0.5			なたね油	0.5					
						濃口醤油	2.5			ごま油	0.5					
						食酢	2.5			炒り白ごま	1					
						砂糖(上白糖)	1.2									
						なたね油	0.5									
						ごま油	0.5									
						炒り白ごま	1									
						(個)味付小魚	5									

557g

565g

501g

590g

539g