

7日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
わかめごはん	精白米(自校)	90	
	炊き込みわかめ	2.3	
	牛乳	○ 206	
	鶏肉カット 胸 皮なし	12	
	鶏肉カット もも 皮なし	8	
	清酒	1	
	(乾)高野豆腐 サイコロ	12	
	玉ねぎ	35	
	人参	10	
	(冷)さやいんげん	7	
	しいたけ スライス	5	
	しょうゆ	3	
	砂糖(三温糖)	2.5	
食塩	0.2		
だし汁	35		
牛乳	豚赤肉 スライス	10	
	さつまいもカット 角切り	40	
	洗いごぼう	7	
	つきこんにやく	7	
	もやし	15	
	人参	7	
	中ねぎ	5	
	麦みそ	10	
	だし煮干し	4	
	水	110	

8日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
きなこつ茶揚げパン	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	
	(レト)たけのこ水煮 ホール	15	
	人参	10	
	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)がらすープ	4		
しょうゆ	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		
炒り白ごま	1		
食酢	3		
しょうゆ	3		
砂糖(上白糖)	1.5		
ごま油	0.5		
サラダ油	0.5		
(袋)プルーン	7		

9日(木)

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)山菜ミックス水煮	15
	人参	5
	サラダ油	1
	しょうゆ	3
	砂糖(上白糖)	1
	食塩	0.8
	牛乳	○ 206
豚赤肉 スライス	30	
こんにやく 波型	35	
洗いごぼう	35	
人参	15	
(冷)さやいんげん	7	
サラダ油	1	
しょうゆ	5	
本みりん	2	
砂糖(中双糖)	2	
清酒	1.5	
でん粉	0.5	
だし煮干し	1	
水	8	
小松菜	25	
もやし	35	
人参	5	
しょうゆ	2.5	
ポン酢	1.5	
花かつお	1	
(個)みかんジュース	125	

10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
	(冷)さばの煮付け	幼、小 50
	(冷)さばの煮付け	中 70
	キャベツ	35
	スナップえんどう 生	15
	(缶)ホールコーン	5
	しょうゆ	2.5
	食酢	2
	ごま油	1
	砂糖(上白糖)	1
	炒り白ごま	1
豆腐	30	
油揚げ	5	
玉ねぎ	25	
人参	10	
中ねぎ	5	
中みそ	7	
甘みそ	6	
だし煮干し	4	
水	120	

20日(月)			21日(火)			22日(水)			23日(木)			24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		
全粒粉パン	全粒粉パン	60	麦ごはん	精白米(委託)	70	ガーリックピラフ(麦入り)	精白米(自校)	70	麦ごはん	精白米(委託)	70	キムチごはん	精白米(自校)	70		
	牛乳	○ 206		米粒麦 委託	10		米粒麦 自校	10		米粒麦 委託	10		もち米	10		
	豚肉 ミンチ	20		牛乳	○ 206		(冷)ベーコン スライス	5		(冷)鶏肉 胸 皮なし カット	12		牛乳	○ 206	豚赤肉 スライス	15
	(冷)大豆水煮	35		(冷)メルルーサ 角切り	55		(冷)鶏肉 もも 皮なし カット	8		白ぶどう酒	1		牛肉 スライス	30	生姜	0.8
	じゃがいも	55		清酒	2		白ぶどう酒	1		玉ねぎ	20		じゃがいも	80	しょうゆ	1.2
	玉ねぎ	40		食塩	0.2		玉ねぎ	20		人参	10		つきこんにゃく	25	砂糖(上白糖)	0.8
	(レト)トマト水煮	8		こしょう	0.03		人参	10		エリンギ カット	8		人参	10	(レト)白菜キムチ ご飯用	20
	にんにく	1		でん粉	4		(冷)むき枝豆	5		(冷)むき枝豆	5		人参	10	(冷)むき枝豆	5
	パセリ	0.8		米粉	3		にんにく	0.8		にんにく	0.8		(冷)さやいんげん	5	炒り白ごま	2
	サラダ油	1		米粉	3		サラダ油	1.4		有塩バター	0.6		サラダ油	1	ごま油	2
トマトケチャップ 1kg	6	なたね油	5	有塩バター	0.6	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.7	しょうゆ	4	清酒	2					
砂糖(中双糖)	1.5	人参	5	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.7	食塩	0.9	しょうゆ	1.5	しょうゆ	1.5					
ウスターソース	1	玉ねぎ	15	食塩	0.9	こしょう	0.04	砂糖(中双糖)	3	食塩	0.6					
赤ぶどう酒	1	サラダ油	0.5	こしょう	0.04	牛乳	○ 206	清酒	3	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6					
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	食酢	3.5	湯	4	湯		湯	5	牛乳	○ 206					
食塩	0.3	砂糖(上白糖)	3.5	しょうゆ	1.2	きゅうり	15	もやし	20	アスパラガス	20					
チリパウダー	0.05	しょうゆ	1.2	でん粉	0.3	人参	5	キャベツ	20	きゅうり	25					
湯	30	でん粉	0.3	湯	4	(乾)かんぴょう	5	小松菜	20	(缶)ホールコーン	5					
キャベツ	35	湯	4	(冷)そらまめ	20	(乾)刻み昆布	0.5	(袋)青じそドレッシング 乳・卵抜き	10	(袋)小松菜	10					
きゅうり	15	ゆで塩	0.7	ゆで塩	0.7	(袋)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10	(袋)大豆ふりかけ	2.5	(冷)ベーコン スライス	5					
(缶)夏みかん	20	油揚げ	5	油揚げ	5	(冷)豆腐 カット	20	(袋)パイナップル	小 35 中 50	(レト)うずら卵	25					
(袋)フレンチドレッシング 乳・卵抜き	10	春大根	30	春大根	30	鶏卵	20	(袋)パイナップル	中 50	玉ねぎ	15					
(個)チーズ 鉄強化	15	人参	10	人参	10	玉ねぎ	25			チンゲンサイ	8					
		えのきたけ	7	えのきたけ	7	チンゲンサイ	5			人参	5					
		中ねぎ	5	中ねぎ	5	サラダ油	0.5			(乾)はるさめ	5					
		中みそ	7	中みそ	7	(レト)がらスープ	4			(乾)干しいたけ スライス	0.8					
		甘みそ	6	甘みそ	6	しょうゆ	0.5			サラダ油	0.5					
		だし煮干し	4	だし煮干し	4	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5			(レト)がらスープ	4					
		水	120	水	120	食塩	0.6			食塩	0.6					
		梅干し	3	梅干し	3	こしょう	0.03			こしょう	0.03					
						でん粉	0.2			しょうゆ	0.5					
						ごま油	0.1			チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3					
						湯	120			ごま油	0.3					
						(個)ヨーグルト 鉄分強化	70			湯	120					
										(袋)小魚入りアーモンド	8					

27日(月)			28日(火)			29日(水)			30日(木)			31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				
セルフハンバーガー 牛乳 コーンクリームシチュー	コッペパン(丸型)	60	親子どんぶり(麦ごはん) 牛乳 にんじんのあえもの お茶ビーンズ	精白米(委託)	70	コッペパン(袋入り) 牛乳 さごしのレモンソース 粉ふきいも トマトスープ	(袋)コッペパン	幼 40	ジャンバラヤ(麦入り) 牛乳 ビーンズサラダ レタスのスープ 豆乳プリン(小中のみ)	精白米(自校)	70	麦ごはん 牛乳 焼き豆腐のみそそぼろ煮 香りあえ あさりの佃煮(小中のみ) みかんジュース(小中のみ)	精白米(委託)	70				
				米粒麦 委託	10		(袋)コッペパン	小1・2 50		米粒麦 自校	10		米粒麦 委託	10				
	牛乳	○ 206		鶏肉カット 胸皮なし	15		(袋)コッペパン	小3・4 60		(冷)むきえび	10		牛乳	○ 206				
				鶏肉カット もも皮なし	10		(袋)コッペパン	小5・6、中 70		白ぶどう酒	1							
		幼、小 60		鶏卵	30					粗挽きウインナー カット	10							
		中 80		玉ねぎ	50		牛乳	○ 206		玉ねぎ	20							
				人参	15					(レト)トマト水煮	14							
	キャベツ	30		中ねぎ	5		(冷)さごし	幼、小1・2 35		人参	7							
	人参	5		しいたけ スライス	4		(冷)さごし	小3～6 50		セロリー	5							
	(袋)トマトケチャップ	幼～小4 8		しょうゆ	5		(冷)さごし	中 70		(冷)グリーンピース	5							
	(DP)ケチャップ&マスタード	小5～中 8		本みりん	3		清酒	2		有塩バター	1							
				砂糖(上白糖)	2		食塩	0.2		サラダ油	1							
				食塩	0.5		でん粉	5		白ぶどう酒	1							
	(個)スライスチーズ(中のみ)	20		でん粉	0.5		なたね油	4		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.7							
				だし削り節 鯖抜き	2		(冷)レモン果汁	4		食塩	0.8							
	(冷)ベーコン スライス	8		湯	60		砂糖(上白糖)	4		こしょう	0.03							
	(缶)クリームコーン	20		牛乳	○ 206		しょうゆ	3		一味とうがらし	0.01							
	(缶)ホールコーン	5					本みりん	1										
	玉ねぎ	40		人参	25		でん粉	0.3		牛乳	○ 206							
	人参	10		きゅうり	15		じゃがいも	55										
	エリンギ カット	8		玉ねぎ	5		人参	5		(冷)ブロッコリー	15							
	パセリ	0.5		(缶)ホールコーン	5		ゆで塩	1.2		きゅうり	20							
	サラダ油	1		(袋)焼きたまドレッシング 乳・卵抜き	10					(缶)ホールコーン	5							
	小麦粉(中力粉)	4					(冷)ベーコン スライス	5		(レト)ミックスビーンズ	10							
	有塩バター	1		(冷)大豆水煮	20		玉ねぎ	25		(袋)焼きたまドレッシング 乳・卵抜き	10							
	サラダ油	2		でん粉	1		人参	5										
	(レト)がらスープ	4		なたね油	2		キャベツ	25		(冷)ベーコン スライス	8							
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	きな粉 青大豆	2	しめじ	5	レタス	20											
食塩	0.6	煎茶 粉末	0.1	(レト)トマト水煮	20	玉ねぎ	15											
こしょう	0.04	砂糖(三温糖)	2	パセリ	0.5	人参	10											
ローリエ	0.1	食塩	0.01	(レト)がらスープ	4	マカロニ 英字	5											
牛乳(調理用)	○ 30			チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	食塩	0.6											
生クリーム	2			しょうゆ	0.5	こしょう	0.03											
湯	75			砂糖(上白糖)	0.5	しょうゆ	0.5											
				食塩	0.3	(レト)がらスープ	4											
				こしょう	0.03	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4											
				水	120	湯	125											
						(個)豆乳プリン	40											