

1日(火)			2日(水)			3日(木)			4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
60 コッペパン (袋入り) 牛乳 ポーク ビー ーンズ 野菜と まぐろ のソー テー	コッペパン	幼 30	0 麦 ご はん	精白米(委託)	60	55 コッ ペ パン	コッペパン	50	ば ら ず し	精白米(自枝)	65
	コッペパン	小1 40		精白米(委託)	70		コッペパン	60		清酒	3
	コッペパン	小2-3 50	206 牛 乳	米粒麦 委託	6	206 牛 乳	牛乳	206	出し昆布	0.8	
	コッペパン	小4 60		米粒麦 委託	7		鶏肉 カット 胸・皮なし	12	食酢	10	
	コッペパン	小5-中 70	206 牛 乳	豆腐	70	鶏肉 カット 胸・皮なし	8	砂糖(上白糖)	6		
	牛乳	206		豚肉並ミンチ	20	白ぶどう酒	1	食塩	0.9		
	豚肉スライス	25	206 な す 入 り 麻 婆 豆 腐	玉葱	35	秋の 香 り シ ン チ ュ ー	玉葱	30	冷)むきえび	15	
	ベーコン(スライス)	5		なす	20	白ぶどう酒	1	清酒	2		
	冷)大豆水煮	35	206 中 華 サ ラ ダ	なたね油	2	ひ じ き サ ラ ダ	じゃがいも	20	油揚げ	7	
	じゃがいも	45		生姜	0.7	玉葱	20	ごぼう ささがき	8		
	玉葱	40	206 み か ん ジ ュ ー ス (小 中 の み)	人参	7	ひ じ き サ ラ ダ	さつまいも カット	30	人参	7	
	人参	10		たけのこ水煮(ホール)	10	秋の 香 り シ ン チ ュ ー	人参	10	冷)グリーンピース	5	
	パセリ	0.5	206 そ う め ん 汁	チンゲンサイ	10	ひ じ き サ ラ ダ	人參	10	高野豆腐(すし用)	1	
	なたね油	1		乾)干しいたけ(スライス)	1	ひ じ き サ ラ ダ	しめじ	10	乾)干しいたけ(スライス)	1	
	トマトピューレ	6	206 し よ う ゆ 豆	生薑	0.7	246 コ ク リ ー ム (小 中 の み)	エリンギ カット	10	高野豆腐(すし用)	1	
	トマトケチャップ	3		にんにく	0.3		ひ じ き サ ラ ダ	エリンギ カット	10	砂糖(上白糖)	2.5
	砂糖(上白糖)	1.2	206 そ う め ん 汁	中ねぎ	3	246 コ ク リ ー ム (小 中 の み)	パセリ	0.5	淡口醤油	2.5	
	赤ぶどう酒	1		ごま油	1		ひ じ き サ ラ ダ	なたね油	2	清酒	2
	ウスターソース	0.7	206 そ う め ん 汁	トマトケチャップ	6	246 コ ク リ ー ム (小 中 の み)	小麦粉	3.5	清酒	2	
	チキンコンソメ 乳卵抜き	0.6		清酒	3.5		ひ じ き サ ラ ダ	バター	1	牛乳	206
	食塩	0.5	206 し よ う ゆ 豆	濃口醤油	3.5	246 コ ク リ ー ム (小 中 の み)	なたね油	1.5	さつまいも スライス	幼 20	
	こしょう	0.05		レト)がらスープ	3		ひ じ き サ ラ ダ	レト)がらスープ	4	さつまいも スライス	小 40
	湯	40	206 し よ う ゆ 豆	赤みそ	2	246 コ ク リ ー ム (小 中 の み)	チキンコンソメ 乳卵抜き	0.4	さつまいも スライス	中 50	
	レト)まぐろ油漬	15		チキンコンソメ 乳卵抜き	0.5		チ ョ コ ク リ ー ム	調整用牛乳	30	天ぷら粉 乳・卵抜き	7
	清酒	1	206 し よ う ゆ 豆	砂糖(三温糖)	0.5	246 コ ク リ ー ム (小 中 の み)	湯	75	水	16	
キャベツ	30	豆板醤		0.25	ひ じ き サ ラ ダ		キャベツ	25	なたね油	5	
冷)ほうれん草	15	206 し よ う ゆ 豆	食塩	0.15	246 コ ク リ ー ム (小 中 の み)	きゅうり	20	型抜きかまぼこ(紅葉)	6		
エリンギ カット	10		でんぶん	2		ひ じ き サ ラ ダ	乾)ひじき	1.5	乾)そうめん	6	
缶)ホールコーン	8	206 し よ う ゆ 豆	湯	40	246 コ ク リ ー ム (小 中 の み)	缶)ホールコーン	7	皮むき玉葱	25		
なたね油	1		もやし	40		ひ じ き サ ラ ダ	セロリ	1	中ねぎ	5	
チキンコンソメ 乳卵抜き	0.2	206 し よ う ゆ 豆	きゅうり	15	246 コ ク リ ー ム (小 中 の み)	(袋)青じそドレッシング 乳卵抜き	8	淡口醤油	0.8		
食塩	0.3		炒り白ごま	1		ひ じ き サ ラ ダ	(袋)青じそドレッシング 乳卵抜き	8	食塩	0.4	
こしょう	0.05	206 し よ う ゆ 豆	(袋)種々鶏ドレッシング 乳卵抜き	10	246 コ ク リ ー ム (小 中 の み)	(袋)チョコ大豆クリーム	小 10	だし 削り節	4		
			みかんジュース	125		ひ じ き サ ラ ダ	(袋)チョコ大豆クリーム	中 15	出し昆布	0.5	
		206 し よ う ゆ 豆			246 コ ク リ ー ム (小 中 の み)			水	140		
						ひ じ き サ ラ ダ			しょうゆ豆	10	



15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)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	206
鶏とレバーのナッツ揚げ	鶏肉 カット 胸・皮なし	18
	鶏肉 カット 胸・皮なし	12
	清酒	1
	でんぷん	5
	冷)鶏レバー粉付き	20
	カシューナッツ 無塩	12
	なたね油	5
	細ねぎ	1
	生姜	0.8
	にんにく	0.8
	砂糖(中双糖)	3
	濃口醤油	2.8
	清酒	1.5
	豆板醤	0.05
湯	4	
春雨スープ	ロースハム(短冊)卵抜き	7
	玉葱	25
	人参	7
	中ねぎ	5
	乾)はるさめ	5
	しいたけ(スライス)	5
	レト)がらスープ	4
	濃口醤油	0.5
	なたね油	0.5
	チキンコンソメ 乳卵抜き	0.3
ごま油	0.1	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
湯	120	
ゆで野菜	キャベツ	35
	人参	5
	ゆで塩	0.4

16日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
チキンライス	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	冷)鶏肉 カット 胸・皮なし	12
	冷)鶏肉 カット もも・皮なし	8
	白ぶどう酒	1
	玉葱	12
	人参	8
	エリンギ カット	5
	冷)むき枝豆	5
	バター	1
	なたね油	0.5
	トマトケチャップ	13
グリーンサラダ	ウスターソース	0.9
	チキンコンソメ 乳卵抜き	0.55
	食塩	0.45
	こしょう	0.05
	牛乳	206
	レト)パインアップル	15
	きゅうり	20
	キャベツ	30
	食)かんきつドレッシング 乳・卵抜き	8
	ロースハム(短冊)卵抜き	10
	玉葱	30
	人参	7
コーンミール	5	
セロリ	2	
パセリ	0.5	
なたね油	1	
レト)がらスープ	4	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
濃口醤油	0.2	
チキンコンソメ 乳卵抜き	0.3	
ローリエ	0.1	
湯	120	
(個)ヨーグルト(無糖)		70
	(個)希少糖入りシロップ	6.4

17日(木)

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
	ミニウインナー	25
	玉葱	45
	じゃがいも	30
	キャベツ	20
	大根	20
	人参	15
	冷)白いんげん豆	15
ポトフ	セロリ	2
	パセリ	0.7
	なたね油	1
	白ぶどう酒	1
	レト)がらスープ	4
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ 乳卵抜き	0.3
	ローリエ	0.1
	湯	75
りんご	キャベツ	20
	きゅうり	25
	人参	10
	缶)ホールコーン	5
	食酢	3
	なたね油	1
	砂糖(上白糖)	1
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
	りんご	50

18日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
秋の香りごはん	精白米(自校)	65
	冷)鶏肉 カット 胸・皮なし	9
	冷)鶏肉 カット もも・皮なし	6
	さつまいも カット	10
	しめじ	5
	人参	7
	冷)むき枝豆	5
	濃口醤油	3.2
	清酒	0.8
	砂糖(上白糖)	0.8
牛乳	食塩	0.5
	出し昆布	0.5
	牛乳	206
	てんぷら	6
	油揚げ	5
	切干し大根	8
	人参	10
	冷)さやいんげん	8
	ごま油	0.5
	砂糖(上白糖)	1.5
とうふのみそ汁	濃口醤油	3
	みりん	1
	だし汁	12
	豆腐	20
	油揚げ	5
	玉葱	30
	中ねぎ	5
	中みそ	7
	白みそ	6
	だし 削り節	4
出し昆布	0.5	
水	120	
(個)スイートポテト		30



28日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん <sup>72</sup>	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 <sup>206</sup>	牛乳	206
焼き豆腐のみそそぼろ煮 小松菜のサラダ <sup>200</sup>	豚肉赤身ミンチ	25
	焼き豆腐	85
	玉葱	30
	人参	10
	テンゲンサイ	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	0.02
	でんぷん	1
	水	20
	小松菜	20
	キャベツ	25
	人参	5
食酢	3	
濃口醤油	1.5	
砂糖(上白糖)	1.5	
ごま油	1	
食塩	0.3	
炒り白ごま	1	

29日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフ <sup>0</sup>	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	60
フィッシュ <sup>206</sup>	牛乳	206
	(冷)白身魚フライ	幼 30
	(冷)白身魚フライ	小 50
	(冷)白身魚フライ	中 70
	なたね油	4
	キャベツ	35
	人参	5
	ゆで塩	0.4
	(袋)濃厚ソース	10
バーガー <sup>54</sup>	ベーコン(スライス)	5
	冷)白いんげん豆	18
	玉葱	40
	人参	10
	マカロニ(シエル)	7
	セロリ	2
	パセリ	0.5
	なたね油	0.5
	レト)トマト水煮	15
	レト)がらスープ	4
牛乳 <sup>40</sup>	赤ぶどう酒	1
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ 乳卵抜き	0.3
	ローリエ	0.1
	湯	120
	スライスチーズ	20
牛乳 <sup>10</sup>		
ミネストローネ <sup>224</sup>		
スライスチーズ(中のみ) <sup>20</sup>		

30日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ハヤシライス <sup>206</sup>	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	牛肉 スライス	20
	じゃがいも	50
	玉葱	45
	人参	10
	エリンギ カット	6
	冷)グリーンピース	6
牛乳 <sup>206</sup>	にんにく	0.3
	なたね油	1
	小麦粉	5
	なたね油	2
	バター	1.8
	トマトピューレ	15
	レト)トマト水煮	10
	レト)がらスープ	3
	赤ぶどう酒	2
	ウスターソース	2
ミニトマト <sup>30</sup>	食塩	1
	こしょう	0.07
	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	3
	湯	80
	牛乳	206
チーズ(小中のみ) <sup>206</sup>	ロースハム(短冊)卵抜き	5
	キャベツ	30
	きゅうり	10
	人参	7
	缶)ホールコーン	5
	乾)刻み昆布	0.5
	花かつお	0.8
	食酢	3
	なたね油	3
	濃口醤油	2
ミニトマト <sup>67</sup>	砂糖(上白糖)	0.5
	こしょう	0.02
ミニトマト <sup>30</sup>		30

31日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
しつぽくうどん <sup>206</sup>	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	幼-小3 200
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4-6 280
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中 300
	鶏肉 カット 胸・皮なし	12
	鶏肉 カット もも・皮なし	8
	清酒	1
	てんぷら	10
	油揚げ	8
	大根	30
	里いも カット	20
牛乳 <sup>206</sup>	人参	10
	中ねぎ	5
	濃口醤油	5
	みりん	1
	清酒	1
	食塩	0.4
	煮干し だし用	5
	水	150
	牛乳	206
かたくちいわし <sup>29</sup>	かたくちいわし	25
	なたね油	4
	食塩	0.1
	ほうれん草	20
	キャベツ	30
	人参	5
	花かつお	1
	濃口醤油	2.5
	ボン酢	1.5
ブルベリータルト <sup>25</sup>	(個)ブルーベリータルト	25