

9日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーピラフ (麦入り) 牛乳 野菜サラダ コンソメスープ	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
	(冷)ベーコン スライス	5
	玉ねぎ	20
	人参	10
	エリンギ カット	8
	(冷)グリーンピース	5
	サラダ油	0.5
	有塩バター	1
	白ぶどう酒	1
	食塩	1
	こしょう	0.03
	カレー粉	0.7
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4
	ウスターソース	1
	牛乳	○ 206
	(レト)まぐろ油漬	15
	キャベツ	15
	きゅうり	15
	(乾)かんぴょう	1
	(缶)ホールコーン	7
	食酢	3
	サラダ油	1
	砂糖(上白糖)	0.7
	食塩	0.3
こしょう	0.04	
(冷)ベーコン スライス	5	
(冷)白いんげん豆	20	
玉ねぎ	25	
人参	5	
セロリー	5	
パセリ	0.5	
(レト)がらスープ	4	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.2	
しょうゆ	0.5	
食塩	0.7	
こしょう	0.03	
湯	120	

10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 鶏肉の トマト煮 海藻サラダ	(袋)コッペパン	幼小1 40
	(袋)コッペパン	小2 50
	(袋)コッペパン	小3・4 60
	(袋)コッペパン	小5・6、中 70
	牛乳	○ 206
	鶏肉カット 胸 皮なし	24
	鶏肉カット もも 皮なし	16
	(冷)ベーコン スライス	5
	(冷)大豆水煮	30
	玉ねぎ	40
	じゃがいも	30
	人参	10
	にんにく	1
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	有塩バター	0.5
	(レト)トマト水煮	25
	トマトケチャップ 1kg	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
	食塩	0.3
	こしょう	0.05
	湯	30
	(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	

11日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 焼き豆腐のみそそばろ煮 ごまあえ	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	○ 206
	豚赤肉 ミンチ	15
	焼き豆腐	85
	玉ねぎ	30
	人参	10
	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
	しょうゆ	2
	一味とうがらし	0.01
	でん粉	0.5
	水	20
	もやし	30
	キャベツ	20
	きゅうり	10
	しょうゆ	2
	本みりん	0.5
	炒り白ごま	1.2

12日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
米粉パン 牛乳 肉団子の スープ ポテト サラダ ミニ トマト (小中のみ)	米粉パン	60
	牛乳	○ 206
	(冷)肉団子	30
	キャベツ	40
	玉ねぎ	20
	(レト)たけのこ水煮 短冊	10
	人参	8
	しいたけ スライス	5
	チンゲン菜	7
	(乾)はるさめ	3
	生姜	0.5
	(レト)がらスープ	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
	じゃがいも	50
	人参	6
	(冷)むき枝豆	5
	ゆで塩	1
	(袋)マヨネーズ 卵抜き(小中のみ)	8
	ミニトマト	30

献立名	食品名	一人当たり 正味分量	
麦ごはん	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
牛乳	牛乳	○ 206	
	(冷)メルルーサ 角切り	50	
	食塩	0.2	
	こしょう	0.02	
	清酒	2	
	でん粉	7	
	なたね油	5	
	てんぷら	5	
	白菜	40	
	小松菜	20	
魚のから揚げ	しょうゆ	2	
	本みりん	1	
	だし汁	10	
	豆腐	25	
	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	
	しょうゆ	2	
煮びたし	食塩	0.7	
	ごま油	0.5	
	だし削り節 鯖抜き	4	
	だし昆布	1	
	水	120	
	(レト)あさり佃煮	10	

献立名	食品名	一人当たり 正味分量	
チキンライス(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	
	玉ねぎ	20	
	人参	10	
	エリンギ カット	8	
	(冷)むき枝豆	5	
	有塩バター	1	
	サラダ油	1	
牛乳	白ぶどう酒	1	
	トマトケチャップ 1kg	14	
	ウスターソース	1	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	
	食塩	0.5	
	こしょう	0.05	
	牛乳	○ 206	
	(レト)まぐろ油漬	10	
	キャベツ	30	
	人参	5	
ひじきとチーズの鉄骨サラダ	ダイスチーズ	5	
	(乾)ひじき	1.2	
	食酢	3	
	サラダ油	1	
	しょうゆ	2	
	砂糖(上白糖)	0.5	
	こしょう	0.02	
	(冷)ベーコン スライス	7	
	(缶)クリームコーン	40	
	玉ねぎ	30	
コーンスープ	パセリ	0.5	
	サラダ油	0.5	
	(レト)がらスープ	4	
	食塩	0.7	
	こしょう	0.03	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.2	
	湯	100	

献立名	食品名	一人当たり 正味分量	
小型コッペパン	コッペパン	40	
	牛乳	○ 206	
	スバゲティ(ハーフ)	35	
	ゆで塩	1.5	
	豚肉 スライス	15	
	(冷)紫いか 短冊	10	
	(レト)あさりむき身	10	
	清酒	1.5	
	キャベツ	30	
	玉ねぎ	20	
牛乳	人参	10	
	しいたけ スライス	5	
	中ねぎ	5	
	生姜	1	
	にんにく	0.1	
	サラダ油	2	
	とんかつソース	7	
	ウスターソース	2	
	食塩	0.5	
	こしょう	0.05	
ソース焼きスパゲティ	粉かつお	0.5	
	(乾)青のり粉	0.2	
	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	
	食酢	3	
	しょうゆ	3	
	砂糖(上白糖)	1	
切り干し大根のサラダ	ごま油	0.5	
	清見オレンジ	50	

献立名	食品名	一人当たり 正味分量	
中華風炊き込みごはん(麦入り)	精白米(自校)	70	
	米粒麦 自校	10	
	焼き豚 角切り	20	
	(レト)新たけのこ水煮 ホール	10	
	人参	5	
	(冷)むき枝豆	5	
	中ねぎ	5	
	ごま油	1	
	清酒	4	
	しょうゆ	3.5	
牛乳	砂糖(上白糖)	0.8	
	食塩	0.6	
	牛乳	○ 206	
	もやし	30	
	小松菜	25	
	人参	5	
	(乾)干しわかめ カット	0.5	
	食酢	3	
	しょうゆ	3	
	砂糖(上白糖)	1	
ワンタンズ	ごま油	0.5	
	(冷)肉入りワンタン	20	
	玉ねぎ	20	
	人参	5	
	ロメインレタス	5	
	(レト)がらスープ	4	
	しょうゆ	1	
	食塩	0.6	
	こしょう	0.06	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
ココアワッフル	湯	130	
	(袋)ココアワッフル	28	

献立名	食品名	一人当たり 正味分量
コッペパン(袋入り)	(袋)コッペパン	幼小1 40
	(袋)コッペパン	小2 50
	(袋)コッペパン	小3・4 60
	(袋)コッペパン	小5・6、中 70
	牛乳	○ 206
	豚赤肉 スライス	25
	(冷)白いんげん豆 1kg	35
	じゃがいも	45
	玉ねぎ	40
	人参	10
ポークビーンズ	パセリ	0.5
	サラダ油	1
	(レト)トマトピューレ	6
	トマトケチャップ 1kg	3
	砂糖(上白糖)	1.2
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.5
	こしょう	0.05
	湯	40
グリーンサラダ	キャベツ	30
	きゅうり	20
	(レト)パイナップル	15
	食酢	2.5
	サラダ油	1
	砂糖(上白糖)	0.7
	食塩	0.3
	こしょう	0.02
	(缶)アーモンド入りチーズ	15

22日(月)				23日(火)				24日(水)				25日(木)				26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
赤飯 牛乳 鶏肉の から揚げ ゆで ブロッコリー すまし汁 いちごゼリー (小中のみ)	精白米(自校)		60	麦 ごは ん 牛乳 さ ば の 生 姜 煮 ア ー モ ン ド 和 え す い と ん 汁	精白米(委託)		70	セ ル フ ド ッ グ 牛 乳 ク ラ ム チ ャ ウ ダ ー	コッペパン		60	た け の こ ご は ん 牛 乳 き ん び ら か き た ま 汁 野 菜 マ フ ィ ン (中のみ)	精白米(自校)		80	カ レ ー ラ イ ス (麦 ご は ん) 牛 乳 海 藻 と ブ ロ ッ コ リ ー の サ ラ ダ 小 煮 干 し (小 中 の み)	精白米(委託)		70
	もち米		20		米粒麦 委託		10		牛乳	○	206		(冷)鶏肉 胸 皮なし カット		9		米粒麦 委託		10
	(乾)小豆		7		牛乳	○	206		粗挽ウインナー		幼小30		(冷)鶏肉 もも 皮なし カット		6		牛肉 スライス		25
	食塩		1		(冷)さばの生姜煮		幼小50		粗挽ウインナー		中40		油揚げ		5		じゃがいも		50
					(冷)さばの生姜煮		中70		キャベツ		30		(レト)新たけのこ水煮 ホール		25		玉ねぎ		40
					ほうれん草		25		人参		5		人参		5		人参		10
					キャベツ		20		(袋)トマトケチャップ		幼小1~4 8		(冷)むき枝豆		7		(冷)むき枝豆		5
					もやし		15		(DP)ケチャップ&マスタード		小5・6、中 8		しょうゆ		2.5		セロリー		5
					しょうゆ		2.5		(個)ハーフスライスチーズ(中のみ)		12		清酒		1		(乾)赤レンズ豆		5
					清酒		0.7		(レト)あさりむき身		15		清酒		2		にんにく		0.5
					生姜		0.7		白ぶどう酒		1		食塩		0.8		小麦粉(中力粉)		6
					米粉		4		(冷)ベーコン スライス		5		砂糖(上白糖)		0.8		サラダ油		4
					でん粉		2		(レト)大豆ペースト		15		だし昆布		1		カレー粉		1
				なたね油		5	じゃがいも			30					サラダ油			2	
				(冷)ブロッコリー		30	玉ねぎ			30	牛乳		○	206	(レト)がらすスープ			4	
				ゆで塩		0.6	人参			5					赤ぶどう酒			2	
				(冷)豆腐 カット		20	パセリ			0.5	てんぷら			10	トマトケチャップ 1kg			2	
				玉ねぎ		30	有塩バター			0.5	洗いごぼう			25	ウスターソース			1.3	
				人参		10	(レト)がらすスープ			4	つきこんにゃく			10	とんかつソース			1	
				中ねぎ		5	食塩		0.6	人参		5	しょうゆ		1				
				(乾)干しわかめ カット		0.5	こしょう		0.05	(冷)さやいんげん		6	チャツネ		1				
				(乾)干しいたけ スライス		0.5	チキンコンソメ 乳・卵抜き		0.6	ごま油		1	チキンコンソメ 乳・卵抜き		0.4				
				清酒		1	コーンスターチ		1	しょうゆ		2	食塩		0.8				
			食塩		0.6	調理用牛乳	○	30	砂糖(三温糖)		1	こしょう		0.04					
			しょうゆ		0.5	湯		40	本みりん		1	湯		90					
			だし削り節 鯖抜き		4				炒り白ごま		2	牛乳	○	206					
			だし昆布		1				一味とうがらし	0.01									
			水		120														
			(個)いちごゼリー		50				鶏卵		20	(乾)海藻ミックス		1					
									玉ねぎ		30	キャベツ		30					
									人参		5	(冷)ブロッコリー		10					
									中ねぎ		5	(缶)ホールコーン		7					
									(乾)干しいたけ スライス		1	炒り白ごま		1					
									しょうゆ		1	食酢		3					
									食塩		0.7	しょうゆ		3					
									でん粉		0.5	砂糖(上白糖)		1.5					
									だし削り節 鯖抜き		4	ごま油		0.5					
									だし昆布		1	サラダ油		0.5					
									水		130								
									(袋)野菜マフィン		30	小煮干し		4					