2日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
中華風炊き込みごはん　牛乳　ひじきサラダ　フルーツ白玉	精白米		80
	焼き豚　角切り		20
	(レト)たけのこ水煮(ホール)		10
	人参		7
	(冷)むき枝豆		5
	中ねぎ		5
	(乾)干ししいたけ(スライス)		0.5
	ごま油		1
	清酒		4
	濃口醤油		4
	砂糖(上白糖)		0.8
	食塩		0.6
	牛乳		206
	キャベツ		30
	きゅうり		20
	人参		7
	(缶)ホールコーン		3
	(乾)ひじき		1.2
	セロリー		1
	(袋)棒々鶏ドレッシング　乳・卵抜き		10
	(レト)黄桃(ダイスカット)		20
	(レト)パイナップル　カット		20
	(レト)みかん		20
	(冷)白玉(フルーツ白玉用)		30

3日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　野菜と鶏肉の甘酢あん　中華スープ	精白米		80
	牛乳		206
	鶏肉カット　胸　皮なし		30
	鶏肉カット　もも　皮なし		20
	清酒		1
	食塩		0.1
	でん粉		6
	米粉		2
	なたね油		5
	玉ねぎ　皮むき		40
	(レト)たけのこ水煮(ホール)		15
	アスパラガス		15
	人参		10
	ピーマン		8
	なす		5
	しいたけ　スライス		2
	生姜		0.5
	ごま油		1
	食酢		3.5
	砂糖(上白糖)		2
	濃口醤油		2
	本みりん		0.5
	オイスターソース		0.5
	でん粉		0.1
	湯		20
	(乾)たんめん		5
	玉ねぎ　皮むき		20
	チンゲンサイ		10
	人参		10
	乾)きくらげ(せん切り)		0.5
	(レト)がらスープ		4
	濃口醤油		0.5
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.5
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	湯		145

4日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
豚キムチ丼（麦ごはん）　牛乳　ナムル　小魚入りアーモンド（小中のみ）	精白米		70
	米粒麦		10
	豚肉　スライス		40
	清酒		1
	生姜		1
	白菜キムチ		20
	玉ねぎ　皮むき		30
	キャベツ		25
	にら		7
	にんにく		0.5
	ごま油		1
	濃口醤油		2.4
	濃口醤油		0.4
	砂糖(上白糖)		0.8
	牛乳		206
	もやし		40
	きゅうり		15
	人参		5
	炒り白ごま		1
	(袋)棒々鶏ドレッシング　乳・卵抜き		10
	(袋)小魚入りアーモンド		8

5日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　さばの生姜煮　小松菜ともやしのあえもの　なす入りそうめん汁　あさりの佃煮（小中のみ）	精白米		80
	牛乳		206
	(冷)さばの生姜煮		幼-小　50
	(冷)さばの生姜煮		中　70
	小松菜		20
	もやし		25
	きゅうり		10
	人参		7
	炒り白ごま		1
	(袋)青じそドレッシング　乳・卵抜き		10
	型抜きかまぼこ(小菊)		6
	なす		15
	(乾)そうめん		4
	玉ねぎ		20
	中ねぎ		5
	濃口醤油		0.5
	食塩		0.5
	だし削り節　鯖抜き		4
	湯		140
	(レト)あさり佃煮		10

6日（金）

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　グリーンサラダ　梨（小中のみ）	(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-　70
	牛乳		206
	鶏肉カット　胸　皮なし		30
	鶏肉カット　もも　皮なし		20
	ベーコン　スライス		5
	(冷)白いんげん豆		20
	玉ねぎ　皮むき		40
	ズッキーニ		15
	人参		20
	にんにく		1
	パセリ		0.5
	なたね油		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
	赤ぶどう酒		1
	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		0.4
	こしょう		0.05
	湯		20
	きゅうり		30
	キャベツ		25
	アスパラガス		8
	(袋)イタリアンドレッシング　乳・卵抜き		10
	梨		40

9日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
野菜たっぷりカレーライス　牛乳　夏みかんサラダ　乾）小煮干し（小中のみ）	精白米		80
	牛肉　スライス		20
	じゃがいも		20
	玉ねぎ　皮むき		35
	かぼちゃ　カット		20
	なす		15
	なたね油		2
	(レト)トマト水煮		5
	セロリー		5
	にんにく		0.5
	生姜		0.2
	なたね油		2
	小麦粉(中力粉)		5
	なたね油		5
	カレー粉		1.1
	(レト)がらスープ		4
	トマトケチャップ　1kg		2
	ウスターソース		1.7
	とんかつソース		1
	濃口醤油		1
	チャツネ		1
	赤ぶどう酒		1
	食塩		0.9
	こしょう		0.04
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.5
	湯		85
	牛乳		206
	キャベツ		25
	きゅうり		25
	(缶)夏みかん		15
	(袋)フレンチドレッシング　乳・卵抜き		10
	(乾)小煮干し		4

10日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
セルフおにぎり　牛乳　がんもどきとひじきのうま煮　さつまいものみそ汁　手巻きのり（小中のみ）	精白米		90
	食塩		0.8
	牛乳		206
	牛肉　スライス		20
	(冷)ひろうす　ミニ		20
	つきこんにゃく		25
	洗いごぼう		15
	人参		10
	(冷)さやいんげん		8
	(乾)ひじき		3
	なたね油		1
	清酒		1
	砂糖(三温糖)		3
	濃口醤油		4
	本みりん		0.5
	だし汁		20
	油揚げ		3
	玉ねぎ　皮むき		20
	さつまいも　カット		35
	人参		5
	中ねぎ		5
	中みそ		7
	甘みそ		6
	だし煮干し		4
	水		110
	(袋)手巻きのり		2.4

11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　はものチリソースかけ　ゆでブロッコリー　うずら卵とチンゲンサイのスープ	(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−　70
	牛乳		206
	冷)はも粉つき		45
	なたね油		5
	玉ねぎ　皮むき		10
	(レト)たけのこ水煮(ホール)		5
	生姜		0.5
	にんにく		0.3
	ごま油		0.6
	トマトケチャップ		3
	砂糖(上白糖)		2
	濃口醤油		0.7
	豆板醤		0.02
	食塩		0.15
	でん粉		0.3
	水		10
	(冷)ブロッコリー　県産		35
	ゆで塩		0.5
	ボンレスハム　短冊　卵抜き		5
	(レト)うずら卵		30
	玉ねぎ　皮むき		20
	人参		10
	チンゲンサイ		8
	なたね油		0.5
	(レト)がらスープ		4
	食塩		0.4
	濃口醤油		0.5
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.3
	ごま油		0.2
	こしょう		0.03
	湯		120

12日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
中華どんぶり　牛乳　さつまいものアーモンドあえ　ミニトマト	精白米		80
	豚肉並　スライス		20
	生姜		2
	濃口醤油		1.5
	清酒		1
	(冷)いか短冊(1×4cm)		10
	清酒		1
	(レト)うずら卵		20
	キャベツ		40
	玉ねぎ　皮むき		30
	(レト)たけのこ水煮(ホール)		15
	人参		12
	中ねぎ		7
	なたね油		1
	ごま油		0.5
	(レト)がらスープ		3
	濃口醤油		1.7
	食塩		0.5
	こしょう		0.06
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.4
	でん粉		1
	湯		50
	牛乳		206
	さつまいもカット(皮付き・角切り)		50
	なたね油		4
	砂糖(三温糖)		3
	なたね油		1
	食酢		1
	湯		1.2
	アーモンド(刻み)		3.5
	ミニトマト		30

13日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
菜ちりめんごはん　牛乳　里芋と鶏肉の煮物　団子汁　月見ゼリー	精白米		80
	菜めしちりめん		4
	牛乳		206
	鶏肉カット　もも　皮なし		10
	鶏肉カット　胸　皮なし		15
	(冷)里いも		60
	板こんにゃく		13
	人参		10
	(冷)さやいんげん		8
	なたね油		1.5
	濃口醤油		3.5
	砂糖(中双糖)		2
	清酒		1
	だし汁		15
	油揚げ		5
	(冷)白玉		20
	玉ねぎ　皮むき		25
	人参		10
	中ねぎ		5
	中みそ		7
	甘みそ		6
	だし煮干し		4
	水		120
	(個)月見ゼリー		50

17日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
米粉パン　牛乳　冬瓜入りシチュー　野菜ソテー	米粉パン　丸型		60
	牛乳		206
	鶏肉カット　胸　皮なし		15
	鶏肉カット　もも　皮なし		10
	ミニ冬瓜		25
	玉ねぎ　皮むき		35
	じゃがいも		20
	人参		10
	パセリ		1
	なたね油		1
	小麦粉（中力粉）		3.5
	なたね油		2
	有塩バター		1
	牛乳（調理用）		25
	（レト）がらスープ		4
	白ぶどう酒		1
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.5
	食塩		0.4
	こしょう		0.05
	湯		60
	ベーコン　スライス		7
	キャベツ		25
	しめじ		15
	チンゲンサイ		20
	人参		5
	なたね油		1
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.2
	濃口醤油		0.2
	食塩		0.2
	こしょう		0.03

18日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ナン　牛乳　ドライカレー　コールスローサラダ　コンソメスープ　豆乳プリン（小中のみ）	（袋）ナン		幼-小2　50
	（袋）ナン		小3-6　70
	（袋）ナン		中　100
	牛乳		206
	牛肉ミンチ		15
	豚肉　ミンチ		15
	（レト）ひきわり大豆		15
	玉ねぎ		45
	人参		10
	ピーマン		4
	レーズン		1
	にんにく		0.6
	生姜		0.3
	なたね油		1
	小麦粉（中力粉）		1
	トマトケチャップ　1kg		9
	ウスターソース		3.5
	カレー粉		1.2
	赤ぶどう酒		1
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.6
	食塩		0.5
	こしょう		0.03
	キャベツ		30
	きゅうり		15
	（缶）ホールコーン		5
	（袋）フレンチドレッシング　乳・卵抜き		10
	（乾）マカロニ（英字）		3
	ベーコン　スライス		5
	玉ねぎ		20
	（冷）白いんげん豆		20
	人参		7
	パセリ		0.5
	なたね油		0.5
	ローリエ		0.1
	レト）がらスープ		4
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.3
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	濃口醤油		0.2
	湯		135
	（個）豆乳プリン		40

19日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
大豆ごはん（麦入り）　牛乳　切り干し大根のあえもの　すまし汁　野菜マフィン（小中のみ）	精白米		70
	米粒麦		10
	牛肉　スライス		10
	油揚げ		5
	人参		5
	つきこんにゃく（ハーフ）		5
	（冷）大豆水煮		12
	（冷）むき枝豆		5
	なたね油		0.8
	濃口醤油		3
	清酒		2
	砂糖（上白糖）		1
	食塩		0.7
	牛乳		206
	きゅうり		20
	（乾）切干し大根		5
	人参		7
	（缶）ホールコーン		5
	（乾）刻み昆布		0.5
	（袋）棒々鶏ドレッシング　乳・卵抜き		10
	豆腐		25
	玉ねぎ　皮むき		20
	中ねぎ		3
	（乾）干ししいたけ（スライス）		0.7
	干しわかめ（カット）		0.5
	清酒		1
	食塩		0.4
	濃口醤油		0.5
	だし削り節　鯖抜き		5
	湯		140
	（個）野菜マフィン		30

20日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
小型コッペパン　牛乳　海の幸スパゲティ　イタリアンサラダ　ヨーグルト（小中のみ）	コッペパン		40
	牛乳		206
	スパゲティ（ハーフ）		35
	ゆで塩		1.5
	ベーコン　スライス		5
	（冷）あさりむき身		10
	（冷）いか短冊（1×4㎝）		10
	（冷）むきえび		10
	白ぶどう酒		2
	玉ねぎ		40
	（レト）トマト水煮		25
	しめじ		10
	なす		10
	人参		7
	にんにく		0.3
	なたね油		2
	トマトケチャップ　1kg		5
	赤ぶどう酒		5
	ウスターソース		1
	砂糖（上白糖）		1
	食塩		0.4
	こしょう		0.05
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.3
	一味とうがらし		0.01
	粉チーズ		3
	キャベツ		35
	（冷）ブロッコリー		15
	黄パプリカ		5
	赤パプリカ		5
	（袋）イタリアンドレッシング　乳・卵抜き		10
	（個）ヨーグルト		小　70
	（個）ヨーグルト		中　100

24日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
萩ごはん　牛乳　筑前煮　豆腐のみそ汁	精白米		65
	もち米		10
	黒米		2.5
	（冷）むき枝豆		8
	清酒		3
	食塩		0.9
	牛乳		206
	鶏肉カット　胸　皮なし		15
	鶏肉カット　もも　皮なし		10
	清酒		1
	板こんにゃく		30
	洗いごぼう		30
	れんこん　いちょう切り		15
	人参		15
	（冷）さやいんげん		8
	ごま油		1.5
	濃口醤油		4.5
	砂糖（中双糖）		3.5
	でん粉		0.7
	だし汁		6
	豆腐		30
	油揚げ		5
	玉ねぎ　皮むき		20
	しめじ		7
	中ねぎ		5
	中みそ		7
	甘みそ		6
	だし煮干し		4
	水		120

25日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　魚のレモンソース　おひたし　ひじきと大豆の五目煮　野菜ふりかけ（小中のみ）	精白米		80
	牛乳		206
	（冷）メルルーサ　角切り		50
	清酒		2
	食塩		0.1
	でん粉		4
	米粉		3
	なたね油		6
	（冷）レモン果汁		4
	砂糖（上白糖）		3
	濃口醤油		2
	もやし		35
	小松菜		25
	人参		7
	（袋）和風ドレッシング　乳・卵抜き		10
	鶏肉カット　もも　皮なし		2
	鶏肉カット　胸　皮なし		3
	（冷）大豆水煮		15
	油揚げ		5
	（乾）ひじき		2.5
	人参		10
	つきこんにゃく		10
	（冷）さやいんげん		5
	なたね油		1
	濃口醤油		3.5
	砂糖（上白糖）		2.5
	本みりん		0.8
	湯		15
	（袋）野菜ふりかけ		2.5

26日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
五目チャーハン（麦入り）　牛乳　中華あえ　春雨スープ　ミックスナッツ（小中のみ）	精白米		70
	米粒麦		10
	ボンレスハム　角切　卵抜き		7
	（冷）むきえび		15
	玉ねぎ　皮むき		15
	人参		5
	（冷）むき枝豆		5
	中ねぎ		3
	ごま油		1.5
	清酒		1
	清酒		1
	濃口醤油		1
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.6
	食塩		0.5
	こしょう		0.02
	牛乳		206
	もやし		40
	きゅうり		15
	人参		5
	（乾）きくらげ（せん切り）		0.3
	（袋）棒々鶏ドレッシング　乳・卵抜き		10
	玉ねぎ　皮むき		30
	人参		7
	中ねぎ		5
	（乾）はるさめ		5
	（乾）干ししいたけ（スライス）		0.3
	（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		140
	（袋）ミックスナッツ		15

27日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
セルフドッグ　牛乳　クラムチャウダー	コッペパン		60
	牛乳		206
	皮つき粗挽ウインナー		幼-小　30
	皮つき粗挽ウインナー		中　40
	キャベツ		35
	人参		5
	ゆで塩		0.5
	（袋）トマトケチャップ		～小4　8
	（DP）ケチャップ＆マスタード		小5～　8
	（個）スティックチーズ（中のみ）		10
	（冷）あさりむき身		15
	白ぶどう酒		1
	ベーコン　スライス		5
	（レト）大豆ペースト		15
	じゃがいも		30
	玉ねぎ		30
	人参		5
	パセリ		0.5
	有塩バター		0.5
	（レト）がらスープ		4
	白ぶどう酒		1
	食塩		0.6
	こしょう		0.05
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.6
	コーンスターチ		1
	牛乳（調理用）		30
	湯		50

30日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん	精白米		80
牛乳	牛乳		206
さんまのみぞれ煮	(冷)さんまのみぞれ煮		幼 40
	(冷)さんまのみぞれ煮		小 50
	(冷)さんまのみぞれ煮		中 80
ごまあえ	キャベツ		30
	小松菜		25
	人参		5
	炒り白ごま		1
	(袋)ゆずかつおドレッシング 乳・卵抜き		10
冬瓜のみそ汁	油揚げ		5
	玉ねぎ		30
	ミニ冬瓜		15
	中ねぎ		5
	中みそ		7
	甘みそ		6
	だし煮干し		4
	水		120