

9日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーライス	精白米(自校)	80
	牛乳	○ 206
牛肉 スライス		20
	(乾)レンズ豆 赤	5
牛乳	じゃがいもカット 皮むき 角切り	50
	玉ねぎ 皮むき	40
ブロッコリーのサラダ	人参	10
	セロリー	5
小魚入りアーモンド	(冷)むき枝豆	5
	(レト)トマト水煮	5
	(冷)おろしにんにく	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉(中力粉)	5.5
	サラダ油	4.5
	カレー粉	1
	(レト)がらスープ 3kg	3
	ウスターソース	3
	赤ぶどう酒	2
	トマトケチャップ 1kg	2
	とんかつソース	1
	しょうゆ	1
	チャツネ	1
	食塩	0.8
	こしょう	0.04
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	湯	90
	(冷)ブロッコリー	30
	(冷)カリフラワー	10
	(レト)ホールコーン	5
	イタリアンドレッシング 乳・卵抜き	5.5
	(袋)小魚入りアーモンド	8

10日(水)

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	牛乳	○ 206
	鶏肉カット 胸 皮なし	12
高野豆腐の煮物	鶏肉カット もも 皮なし	8
	清酒	1
おひたし	(乾)高野豆腐 サイコロ	13
	玉ねぎ 皮むき	35
いかなごの佃煮	人参	10
	(冷)さやいんげん	7
	(乾)干しいたけ スライス	1
	しょうゆ	3
	砂糖(三温糖)	2.3
	食塩	0.36
	だし削り節 鯖抜き	1.5
	湯	60
	小松菜	18
	太もやし	25
	人参	5
	花かつお 碎片 500g	1
	しょうゆ	1.5
	(袋)いかなご佃煮	8

11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	60
	牛乳	○ 206
牛乳	(冷)メルルーサ 角切り	50
	でん粉	5
魚のレモンソースかけ	米粉	2
	なたね油 ローリー	6
ミニトマト	サラダ油	0.5
	(冷)レモン果汁	3.5
コンソメスープ	砂糖(上白糖)	3.5
	しょうゆ	1.2
ヨーグルト	でん粉	0.3
	湯	5
	ミニトマト	30
	(冷)ベーコン スライス	10
	じゃがいもカット 皮むき 角切り	15
	玉ねぎ 皮むき	22
	キャベツ	15
	人参	7
	セロリー	3
	パセリ	0.5
	(レト)がらスープ 3kg	3
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	しょうゆ	0.8
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ローリエ	0.1
	湯	105
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70

12日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	80
	牛乳	○ 206
豚肉 スライス	豚肉 スライス	30
	切りこんにゃく	35
洗いごぼう	洗いごぼう	35
	人参	15
サラダ油	(冷)さやいんげん	5
	サラダ油	1
しょうゆ	しょうゆ	4.7
	清酒	1.9
本みりん	本みりん	1.9
	砂糖(中双糖)	1.9
でん粉	でん粉	1
	湯	25
小松菜	小松菜	15
	太もやし	30
人参	人参	5
	炒り白ごま 500g	1
ポソ酢	ポソ酢	0.7
	しょうゆ	1.5
砂糖(上白糖)	砂糖(上白糖)	0.5
	(袋)野菜マフィン	30
(袋)ひじきのり	(袋)ひじきのり	10

15日(月)			16日(火)			17日(水)			18日(木)			19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		
キムチごはん 牛乳 ナムル わかめスープ ココアワッフル	精白米(自校)	80	たけのこごはん 牛乳 茎わかめ のきんぴら 豆腐のみそ汁 桜もち(中のみ)	精白米(自校)	80	セルフハンバーガー 牛乳 ミネストローネ	コッペパン(丸型)	60	米粉パン 牛乳 ポークビーンズ 人参のサラダ	米粉パン	60	赤飯 牛乳 鶏肉の南蛮つけ ミニトマト 若竹汁 苺のロールケーキ	精白米(自校)	70		
	豚肉 スライス	15		鶏肉カット 胸 皮なし	9		牛乳	○		206	牛乳		○	206	もち米	12
	おろし生姜	0.8		鶏肉カット もも 皮なし	6		(冷)おからハンバーグ	小50		豚肉 スライス	22		炊き込み赤飯の素	17		
	うすくちしょうゆ	1.2		清酒	1		(冷)おからハンバーグ	中60		(冷)白いんげん豆	2		炒り白ごま 500g	0.7		
	砂糖(上白糖)	0.8		油揚げ	3		キャベツ	30		じゃがいもカット 皮むき 角切り	40		サラダ油	0.2		
	(レト)白菜キムチ ご飯用	20		(レト)新たけのこ水煮 カット(ご飯用)	20		人参	5		玉ねぎ 皮むき	40		牛乳	○	206	
	人参	5		人参	3		(冷)むき枝豆	3		(冷)白いんげん豆	30		鶏肉の南蛮つけ			
	(冷)むき枝豆	3		(冷)むき枝豆	3		うすくちしょうゆ	2.5		鶏肉カット 胸 皮なし 唐揚げ用	30		鶏肉の南蛮つけ			
	ごま油	0.1		清酒	2		清酒	2		鶏肉カット もも 皮なし 唐揚げ用	20		ミニトマト			
	清酒	1.6		本みりん	1		本みりん	1		清酒	2		若竹汁			
	うすくちしょうゆ	2.7		食塩	0.7		食塩	0.7		食塩	0.1		苺のロールケーキ			
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3		だし昆布	0.5		だし昆布	0.5		こしょう	0.04					
	牛乳	○		牛乳	○		牛乳	○		トマトケチャップ 1kg	1					
	太もやし	30		てんぷら	12		てんぷら	12		砂糖(上白糖)	3					
	きゅうり	15		つきこんにやく(ハーフ)	15		つきこんにやく(ハーフ)	15		ウスターソース	0.7					
	人参	5		ごぼう ささがき	17		ごぼう ささがき	17		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6					
	(冷)おろしにんにく	0.1		人参	5		人参	5		食塩	0.5					
	食酢	2		(乾)茎わかめ カット	1.5		(乾)茎わかめ カット	1.5		こしょう	0.05					
	しょうゆ	2		炒り白ごま	1		炒り白ごま	1		湯	40					
	砂糖(上白糖)	1		ごま油	0.7		ごま油	0.7		(レト)まぐろ油漬	10					
	ごま油	1		しょうゆ	3		しょうゆ	3		人参	25					
	一味とうがらし	0.01		砂糖(中双糖)	1.5		砂糖(中双糖)	1.5		(冷)さやいんげん	17					
	炒り白ごま 500g	1.2		本みりん	0.5		本みりん	0.5		すだち酢	1.5					
	ポンス火腿 短冊 卵抜き	10		水	10		水	10		しょうゆ	1.8					
	(乾)はるさめ 太め	3		(冷)豆腐 カット	20		(冷)豆腐 カット	20		砂糖(上白糖)	1.2					
	玉ねぎ 皮むき	22		油揚げ	8		油揚げ	8								
(乾)干しわかめ カット	0.5	玉ねぎ 皮むき	20	玉ねぎ 皮むき	20	(袋)トマトケチャップ	小8									
人参	7	(乾)干しわかめ カット	0.5	(乾)干しわかめ カット	0.5	(DP)ケチャップ&マスタード	中8									
(レト)がらスープ 3kg	3	中ねぎ	3	中ねぎ	3											
しょうゆ	0.8	中みそ	6	中みそ	6											
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.7	甘みそ	3	甘みそ	3											
食塩	0.35	だし削り節 鯖抜き	3	だし削り節 鯖抜き	3											
こしょう	0.03	だし昆布	1	だし昆布	1											
湯	120	湯	105	湯	105											
(袋)ココアワッフル	28	(袋)桜もち	45	(袋)桜もち	45											

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		
ごはん 牛乳 肉じゃが おかかあえ あさりの佃煮 いちごムース(中のみ)	精白米(委託・白)	80	コッペパン 牛乳 ミニウインナー 牛乳 じゃがいもカット 皮むき 角切り 玉ねぎ 皮むき キャベツ 人参 パセリ (レト)がらスープ 3kg 食塩 しょうゆ チキンコンソメ 乳・卵抜き ローリエ 湯 (レト)まぐろ油漬 きゅうり (レト)芽ひじき水煮 人参 ダイスチーズ 和風ドレッシング 乳・卵抜き (袋)ネーブルオレンジ 1/4カット (袋)チョコ大豆クリーム 小10 (袋)チョコ大豆クリーム 中15	コッペパン	60	親子どんぶり(麦ごはん) 牛乳 かぼちゃのフライ プリン	精白米(委託)	70	親 子 ど ん ぶ り ( 麦 ご は ん ) 牛 乳 か ぼ ち ゃ の フ ラ イ プ リ ン	精白米(委託)	70	ご は ん 牛 乳 さ わ ら の 塩 焼 き 小 松 菜 の 磯 香 和 え す ま し 汁 柏 餅	粉黒糖(パン用)	9		
	牛乳	○ 206		牛乳	○ 206		米粒麦 委託	10		牛乳	○ 206		黒糖パン	60		
	牛肉 スライス	30		ミニウインナー	25		牛乳	○ 206		(冷)さわら	小50		牛乳	○ 206	牛乳	○ 206
	清酒	1		じゃがいもカット 皮むき 角切り	40		鶏肉カット 胸 皮なし	18		(冷)さわら	中70		(冷)肉団子	40	肉団子と野菜のスープ煮	
	じゃがいもカット 皮むき 角切り	70		玉ねぎ 皮むき	20		鶏肉カット もも 皮なし	12		食塩	0.2		玉ねぎ 皮むき	35	ツナサラダ	
	玉ねぎ 皮むき	40		キャベツ	20		鶏卵	25		太もやし	25		キャベツ	15	ヨーグルト	
	つきこんにやく(ハーフ)	20		人参	10		玉ねぎ 皮むき	50		小松菜	18		(レト)たけのこ水煮 短冊	15	人参	8
	人参	15		パセリ	0.5		中ねぎ	3		人参	5		しいたけ スライス	5	しいたけ スライス	5
	(冷)さやいんげん	5		(レト)がらスープ 3kg	3		(乾)干しいたけ スライス	1		味付けもみのり	1.2		おろし生姜	1	おろし生姜	1
	サラダ油	1		食塩	0.4		しょうゆ	5.5		しょうゆ	1.2		サラダ油	1	サラダ油	1
	しょうゆ	3		しょうゆ	0.03		本みりん	3		しょうゆ			しょうゆ	2	しょうゆ	2
	砂糖(中双糖)	2.3		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6		砂糖(上白糖)	1.8		(冷)豆腐 カット	20		(レト)がらスープ 3kg	3	(レト)がらスープ 3kg	3
	清酒	1		ローリエ	0.1		清酒	1		玉ねぎ 皮むき	20		食塩	0.5	食塩	0.5
	でん粉	0.5		湯	80		食塩	0.6		中ねぎ	3		こしょう	0.03	こしょう	0.03
	食塩	0.1		(レト)まぐろ油漬	10		でん粉	0.5		(乾)干しわかめ カット	0.5		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	湯	10		きゅうり	25		だし削り節 鯖抜き	1.5		清酒	1		湯	80	湯	80
	小松菜	15		(レト)芽ひじき水煮	8		だし昆布	1		しょうゆ	1		ローリエ	0.1	ローリエ	0.1
	太もやし	30		人参	5		湯	60		食塩	0.4		きゅうり	30	きゅうり	30
	人参	5		ダイスチーズ	3		(冷)かぼちゃフライ	52		だし削り節 鯖抜き	3		(レト)ホールコーン	5	(レト)ホールコーン	5
	しょうゆ	1.5		和風ドレッシング 乳・卵抜き	5.5		なたね油 ローリー	6		だし昆布	1		人参	5	人参	5
	花かつお 碎片 500g	1		(袋)ネーブルオレンジ 1/4カット	50		(個)プリン 鉄強化	60		水	130		(レト)まぐろ油漬	10	(レト)まぐろ油漬	10
	(袋)あさり佃煮	8		(袋)チョコ大豆クリーム 小10	小10					(袋)柏餅	30		棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	5.5	棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	5.5
(個)いちごムース	30	(袋)チョコ大豆クリーム 中15	中15					(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70					