

1日(月)			2日(火)			3日(水)			4日(木)			5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
ビビンバ(まごはん) 牛乳 トック入りわかめスープ 野菜マフィン	精白米(委託)	60	ガーリックピラフ(麦入り) 牛乳 ごぼうサラダ うずら卵とロメインレタスのスープ 牛乳プリン	精白米(自校)	59	ばらずし 牛乳 小松菜のごま和え 豆腐のすまし汁 ひしもち	精白米(自校)	65	まごはん 牛乳 さばの生姜煮 大根のおかか和え 豚汁 はるみ	精白米(委託)	60	きなこ揚げパン 牛乳 肉団子とフォアのスープ ひじきとチーズのサラダ	コッペパン	50
	精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		清酒	3		精白米(委託)	70		コッペパン	60
	米粒麦 委託	6		(冷)鶏肉 胸・皮なし カット	10		だし昆布	0.8		米粒麦 委託	6		なたね油	6
	米粒麦 委託	7		(冷)鶏肉 もも・皮なし カット	15		食酢	10		米粒麦 委託	7		きな粉	4.5
	牛赤肉スライス	45		白ぶどう酒	1		砂糖(上白糖)	8		砂糖(三温糖)	3		食塩	0.01
	にんにく	1.5		玉葱	15		食塩	0.8		牛乳	206		紙ナフキン	1
	炒り白ごま	1		人参	5		(冷)むきえび	15		(冷)さばの生姜煮	50		牛乳	206
	ごま油	1		エリンギ カット	5		油揚げ	5		ローズハム 短冊 卵抜き	7		(冷)肉だんご	30
	濃口醤油	2		(冷)むき枝豆	3		人参	7		大根	25		白菜	30
	砂糖(三温糖)	1		にんにく	1		ごぼう(さきがき・ごはん用)	8		きゅうり	15		玉葱	25
	一味	0.01		サラダ油	1.4		(冷)グリーンピース	5		人参	5		(冷)肉だんご	30
	ほうれん草	25		有塩バター	0.6		(乾)高野豆腐 すし用	1		人参	5		白菜	30
	濃口醤油	1.5		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		(乾)干しいたけ スライス	0.8		人参	5		玉葱	25
	ごま油	0.3		食塩	0.6		砂糖(上白糖)	2.5		(冷)肉だんご	8		(冷)肉だんご	30
	もやし	35		こしょう	0.04		清酒	2		人参	8		しいたけ スライス	3
	人参	15		牛乳	206		淡口醤油	2.5		人参	8		中ねぎ	5
	食酢	2.4		(レト)まぐろ油漬	8		牛乳	206		人参	8		フォー	4
	ごま油	1.5		洗いごぼう	30		牛乳	206		人参	8		生姜	0.5
	濃口醤油	1		きゅうり	10		牛乳	206		人参	8		(レト)がらスープ	4
	砂糖(上白糖)	1		人参	8		牛乳	206		人参	8		濃口醤油	1
	食塩	0.2		(缶)ホールコーン	5		牛乳	206		人参	8		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.2
	牛乳	206		食酢	2.7		牛乳	206		人参	8		食塩	0.3
	トック	20		濃口醤油	2		牛乳	206		人参	8		こしょう	0.03
	玉葱	35		サラダ油	1.5		牛乳	206		人参	8		湯	120
	中ねぎ	3		砂糖(上白糖)	0.5		牛乳	206		人参	8		(レト)まぐろ油漬	8
(乾)干しわかめ カット	0.8	こしょう	0.02	牛乳	206	人参	8	キャベツ	30					
(レト)がらスープ	4	ボンレスハム 短冊 卵抜き	5	牛乳	206	人参	8	人参	5					
濃口醤油	0.8	(レト)うずら卵	25	牛乳	206	人参	8	ダイスチーズ 角 生食用	6					
食塩	0.6	玉葱	25	牛乳	206	人参	8	(乾)ひじき	1.5					
こしょう	0.03	ロメインレタス	20	牛乳	206	人参	8	食酢	3					
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	サラダ油	0.5	牛乳	206	人参	8	サラダ油	2					
ごま油	0.2	(レト)がらスープ	4	牛乳	206	人参	8	濃口醤油	2					
湯	140	食塩	0.6	牛乳	206	人参	8	砂糖(上白糖)	0.8					
(袋)野菜マフィン	25	濃口醤油	0.5	牛乳	206	人参	8							
		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	牛乳	206	人参	8							
		でんぶん	0.5	牛乳	206	人参	8							
		ごま油	0.2	牛乳	206	人参	8							
		こしょう	0.03	牛乳	206	人参	8							
		湯	120	牛乳	206	人参	8							
		(個)牛乳プリン	40	牛乳	206	人参	8							

8日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
わかめごはん (麦入り) 牛乳 筑前煮 小松菜のアーモンド和え みかんタルト	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	炊き込みわかめ	2
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし カット	15
	鶏肉 もも・皮なし カット	10
	清酒	1
	板こんにやく	35
	洗いごぼう	30
	れんこん いちょう切り	15
	人参	15
	(冷)さいいんげん	8
	ごま油	1.5
	濃口醤油	4
	砂糖(中双糖)	2.8
	でんぷん	0.7
	水	6
	ロースハム 短冊 卵抜き	5
	小松菜	25
	キャベツ	25
	もやし	20
アーモンド(刻み)	1.5	
濃口醤油	2.5	
食酢	2.2	
サラダ油	1	
砂糖(上白糖)	0.8	
アーモンド(粉)	1	
(個)みかんタルト(米粉)	35	

9日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーうどん 牛乳 海そうサラダ ヨーグルト	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	~小3 200
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4~6 280
	牛肉 スライス	30
	玉葱	40
	人参	10
	中ねぎ	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
	サラダ油	2
	カレー粉	1.1
	(レト)がらすープ	4
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	トマトケチャップ	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	0.8
	こしょう	0.03
	コーンスターチ	4
	湯	85
	牛乳	206
(レト)まぐろ油漬	8	
(乾)海藻ミックス	1	
キャベツ	30	
きゅうり	15	
(缶)ホールコーン	5	
食酢	3	
濃口醤油	3	
砂糖(上白糖)	1.5	
ごま油	0.5	
サラダ油	0.5	
(個)ヨーグルト	80	

10日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ 小松菜とたくあんのごま和え すいとん汁 ぶどうゼリー ふりかけ	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	206
	生ちくわ	50
	天ぷら粉 乳・卵抜き	6
	青のり粉	0.3
	水	12
	なたね油	4.5
	小松菜	25
	キャベツ	35
	人参	5
	たくあん漬 きざみ	5
	濃口醤油	1
	炒り白ごま	1.5
	(冷)すいとん	25
	油揚げ	5
	大根	25
	人参	10
	中ねぎ	5
	中みそ	6
	甘みそ	5
だし煮干し	4	
水	110	
(個)ぶどうゼリー	40	
(袋)おかかふりかけ(27品目フリー)	2	

11日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ひじきごはん (麦入り) 牛乳 大根と厚あげのそばろ煮 そうめん汁 黒豆とナッツ	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	牛赤肉 スライス	15
	油揚げ	5
	人参	5
	つきこんにやく(ハーフ)	5
	(冷)むき枝豆	5
	(乾)ひじき	1
	サラダ油	0.8
	濃口醤油	3
	清酒	2
	砂糖(上白糖)	1
	食塩	0.5
	牛乳	206
	(冷)厚揚げ カット	40
	豚赤肉ミンチ	15
	大根	60
	人参	10
	(冷)グリーンピース	5
	生姜	0.5
	サラダ油	0.5
	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	2
清酒	1	
みりん	1	
でんぷん	0.5	
だし汁	10	
型抜きかまぼこ(桜)	6	
玉葱	25	
(乾)そうめん	3	
中ねぎ	5	
だし削り節 鯖抜き	4	
だし昆布	1	
食塩	0.5	
淡口醤油	0.4	
清酒	1	
水	130	
(袋)黒豆とナッツ	10	

12日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 牛乳 チリコンカン 切り干し大根のサラダ いちごジャム	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
	豚赤肉ミンチ	20
	(冷)白いんげん豆	20
	(冷)金時豆	15
	じゃがいも	55
	玉葱	40
	(袋)トマト水煮	8
	にんにく	1
	パセリ	0.8
	サラダ油	1
	トマトケチャップ	6
	砂糖(中双糖)	1.5
	ウスターソース	1
	赤ぶどう酒	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.3
	チリパウダー	0.05
	湯	30
	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	2.7	
濃口醤油	2.5	
砂糖(上白糖)	1.2	
サラダ油	0.5	
ごま油	0.5	
炒り白ごま	1	
(袋)いちごジャム	15	

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				
中華どんぶり (麦ごはん) 牛乳 春雨 サラダ さつまいものから揚げ	精白米(委託)	60	セルフハンバーガー (コッペパン) ハンバーガー ゆで野菜 濃厚ソース 牛乳 コーン クリーム シチュー 清見オレンジ	コッペパン(丸型)	50	麦ごはん 牛乳 かたくちいわしの南蛮漬け おひたし うちこみ汁	精白米(委託)	60	ごはん 牛乳 がんもどきとひじきのうま煮 だいこんのみそ汁 チーズ	精白米(自校)	72	麦ごはん 牛乳 肉じゃが ちりめん 和え あさりの佃煮	精白米(委託)	60				
	精白米(委託)	70		コッペパン(丸型)	60		精白米(委託)	70		精白米(自校)	80		精白米(委託)	70				
	米粒麦 委託	6		牛乳	206		米粒麦 委託	6		牛乳	206		牛乳	206	米粒麦 委託	6	米粒麦 委託	7
	米粒麦 委託	7		(冷)ハンバーグ(ボイル)	60		米粒麦 委託	7		牛乳	206		牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
	豚赤肉スライス	20		キャベツ	35		牛乳	206		(冷)牛赤肉 スライス	20		牛赤肉 スライス	20	牛赤肉 スライス	30	牛赤肉 スライス	30
	生姜	2		人参	10		(冷)かたくちいわし 粉付き	35		(冷)ひろうす ミニ	20		(冷)ひろうす ミニ	20	清酒	1	清酒	1
	濃口醤油	1		ゆで塩	0.5		なたね油	4		つきこんにやく	25		つきこんにやく	25	じゃがいも	80	じゃがいも	80
	清酒	1		(袋)濃厚ソース	10		細ねぎ	2		洗いごぼう	15		洗いごぼう	15	人参	10	人参	10
	(冷)紫いか 短冊	10		ベーコン スライス	8		食酢	3.5		人参	10		人参	10	(冷)さやいんげん	8	(冷)さやいんげん	8
	清酒	1		(缶)クリームコーン	20		濃口醤油	2.5		(乾)ひじき	3		(乾)ひじき	3	つきこんにやく	25	つきこんにやく	25
	(レト)うずら卵	25		(缶)ホールコーン	5		砂糖(上白糖)	2.5		サラダ油	1		サラダ油	1	人参	10	人参	10
	白菜	30		玉葱	40		みりん	0.9		濃口醤油	4		濃口醤油	4	(レト)まぐろ油漬	8	(レト)まぐろ油漬	8
	玉葱	30		人参	10		一味	0.01		砂糖(三温糖)	3		砂糖(三温糖)	3	サラダ油	1.5	サラダ油	1.5
	(レト)たけのこボイル(ホール)	15		エリンギ カット	8		水	1.3		みりん	0.5		みりん	0.5	濃口醤油	4	濃口醤油	4
	人参	10		パセリ	0.5		もやし	30		だし汁	20		だし汁	20	砂糖(中双糖)	3	砂糖(中双糖)	3
	チンゲンサイ	5		サラダ油	1		小松菜	25		油揚げ	5		油揚げ	5	清酒	3	清酒	3
	ごま油	0.5		小麦粉	4		人参	7		大根	30		大根	30	食塩	0.1	食塩	0.1
	(レト)がらスープ	3		有塩バター	1		濃口醤油	2.5		人参	10		人参	10	湯	5	湯	5
	濃口醤油	1.5		サラダ油	2		花かつお	1		中ねぎ	5		中ねぎ	5	(レト)あさり佃煮	8	(レト)あさり佃煮	8
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3		(レト)がらスープ	4		油揚げ	5		(乾)干しわかめ カット	0.5		(乾)干しわかめ カット	0.5	上乾ちりめん	3	上乾ちりめん	3
	食塩	0.5		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3		生うどん さぬきの夢2009	20		中みそ	6		中みそ	6	小松菜	25	小松菜	25
	こしょう	0.04		食塩	0.6		大根	15		甘みそ	5		甘みそ	5	もやし	40	もやし	40
	こしょう	0.04		こしょう	0.04		人参	8		だし煮干し	4		だし煮干し	4	濃口醤油	2.5	濃口醤油	2.5
	でんぷん	1		ローリエ	0.1		中ねぎ	5		湯	120		湯	120	ボン酢	0.7	ボン酢	0.7
	湯	55		調理用牛乳	30		しいたけ スライス	5		(個)チーズ 鉄強化	15		(個)チーズ 鉄強化	15	砂糖(上白糖)	0.5	砂糖(上白糖)	0.5
	牛乳	○ 206		生クリーム	2		甘みそ	5										
	もやし	25		水	75		だし煮干し	4										
きゅうり	15	清見オレンジ	50	水	150													
人参	7																	
(乾)はるさめ カット	5																	
濃口醤油	2																	
食酢	2																	
砂糖(上白糖)	1.6																	
ごま油	1																	
からし粉	0.06																	
さつまいも 角切り	50																	
なたね油	4																	
食塩	0.2																	

22日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
牛乳		
	牛乳	206
高野豆腐の卵とじ	鶏肉 胸・皮なし カット	12
	鶏肉 もも・皮なし カット	8
	清酒	1
	鶏卵	20
	(乾)高野豆腐 サイコロ	15
	玉葱	35
	人参	10
	しいたけ スライス	3
	砂糖(三温糖)	2.5
	みりん	0.5
	濃口醤油	3
	食塩	0.1
	だし削り節 鯖抜き	2.5
	湯	50
	ほうれん草	25
	キャベツ	20
	もやし	20
	花かつお	1
濃口醤油	1.8	
食酢	1.8	
砂糖(上白糖)	1.5	
ごま油	1	
(袋)ひじきのり	10	

23日(火)		
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		
	牛乳	206
クラムチャウダー	(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	20
	じゃがいも	35
	玉葱	30
	人参	5
	パセリ	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉	4
	有塩バター	1
	サラダ油	2
	(レト)がらスープ	4
	食塩	0.6
	こしょう	0.05
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	調理用牛乳	30
	ピザ用チーズ	2
湯	50	
キャベツ	25	
きゅうり	10	
人参	5	
マカロニ(シエル)	5	
(缶)ホールコーン	5	
(レト)まぐろ油漬	7	
サラダ油	1.2	
食酢	1	
食塩	0.1	
こしょう	0.01	