

8日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
金 時 人 参 の ピ ラ フ (麦 入 り)	精白米(自校)	59	
	米粒麦 自校	6	
	(冷)鶏肉 胸・皮なし カット	9	
	(冷)鶏肉 もも・皮なし カット	6	
	白ぶどう酒	1	
	ベーコン スライス	5	
	玉葱	10	
	金時人参	10	
	(冷)むき枝豆	5	
	にんにく	0.2	
	サラダ油	1	
	有塩バター	1	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
	食塩	0.5	
	こしょう	0.03	
	牛 乳	牛乳	○ 206
(レト)まぐろ油漬		15	
キャベツ		30	
きゅうり		15	
人参		5	
(冷)レモン果汁		2	
砂糖(上白糖)		1	
濃口醤油		0.5	
食塩		0.1	
こしょう	0.02		
ツ ナ サ ラ ダ	ベーコン スライス	5	
	玉葱	40	
	(冷)白いんげん豆	15	
	じゃがいも	20	
	ロメインレタス	10	
	セロリー	3	
	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	0.3	
	こしょう	0.03	
	濃口醤油	0.3	
	湯	110	
	(個)チーズ 鉄強化	15	

12日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
菜めし(麦入り)	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	菜めしのもと	2
牛乳	牛乳	○ 206
	鶏肉 胸・皮なし カット	12
牛乳	鶏肉 もも・皮なし カット	8
	(冷)ひろうす ミニ	20
がんもどき	つきこんにやく	25
	洗いごぼう	15
とひじきのうま煮	人参	10
	(冷)さやいんげん	8
かみかみ和え	(乾)ひじき	3
	サラダ油	1
かみかみ和え	砂糖(三温糖)	3
	濃口醤油	4
かみかみ和え	みりん	0.5
	だし削り節 鯖抜き	1
かみかみ和え	湯	20
	(冷)まんば	25
かみかみ和え	切干し大根	4
	人参	5
かみかみ和え	するめ カット	1.5
	砂糖(三温糖)	1.7
かみかみ和え	濃口醤油	2.5
	食酢	1.7
かみかみ和え	ごま油	0.3
	炒り白ごま	1

13日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
米粉パン	米粉パン	50
	米粉パン	60
	牛乳	○ 206
	ベーコン スライス	7
	(レト)うずら卵	20
牛乳	じゃがいも	40
	玉葱	40
うずら卵	チンゲンサイ	20
	人参	15
とチンゲンサイ	エリンギ	10
	サラダ油	1
のクリーム煮	小麦粉	3.5
	サラダ油	2
のクリーム煮	有塩バター	1
	調理用牛乳	○ 25
のクリーム煮	生クリーム	3
	(レト)がらスープ	4
のクリーム煮	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4
	食塩	0.5
のクリーム煮	こしょう	0.03
	湯	60
のクリーム煮	ボンレスハム 短冊 卵抜き	5
	キャベツ	25
のクリーム煮	きゅうり	15
	(缶)ホールコーン	5
のクリーム煮	食酢	3
	サラダ油	1
のクリーム煮	砂糖(上白糖)	0.7
	食塩	0.3
のクリーム煮	こしょう	0.02
	りんご	50

14日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
豚キムチ丼(麦ごはん)	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	牛乳	○ 206
豚キムチ丼(麦ごはん)	豚肉 スライス	35
	清酒	1
豚キムチ丼(麦ごはん)	生姜	1
	濃口醤油	0.4
豚キムチ丼(麦ごはん)	(レト)白菜キムチ	20
	玉葱	30
豚キムチ丼(麦ごはん)	キャベツ	25
	人参	7
豚キムチ丼(麦ごはん)	中ねぎ	7
	にんにく	0.5
豚キムチ丼(麦ごはん)	ごま油	1
	濃口醤油	2.4
豚キムチ丼(麦ごはん)	砂糖(上白糖)	0.8
	もやし	25
豚キムチ丼(麦ごはん)	きゅうり	15
	人参	7
豚キムチ丼(麦ごはん)	(乾)はるさめ カット	5
	濃口醤油	2
豚キムチ丼(麦ごはん)	食酢	2
	砂糖(上白糖)	1.6
豚キムチ丼(麦ごはん)	ごま油	1
	からし粉	0.06
豚キムチ丼(麦ごはん)	(袋)ミックスナッツ 小	15
	(袋)ミックスナッツ 中	20

15日(金)

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	○ 206
麦ごはん	(冷)讃岐さーもん肉切り(骨なし)(補助野菜)	50
	生姜	1
麦ごはん	清酒	2
	濃口醤油	1
麦ごはん	食塩	0.1
	でんぶん	3
麦ごはん	米粉	4
	なたね油	5
麦ごはん	小松菜	20
	キャベツ	20
麦ごはん	もやし	20
	金時人参	5
麦ごはん	炒り白ごま	1
	食酢	2.5
麦ごはん	濃口醤油	2.5
	砂糖(上白糖)	1.2
麦ごはん	サラダ油	0.5
	(冷)あん入り白玉	30
麦ごはん	大根	25
	金時人参	5
麦ごはん	中ねぎ	5
	甘みそ	6
麦ごはん	中みそ	5
	だし煮干し	4
麦ごはん	水	120

18日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
黒豆ごはん	精白米(自校)	63
	精白米(自校)	70
	もち米	9
	もち米	10
	炒り黒豆	9
牛乳	清酒	2
	食塩	0.8
れんこんのきんぴら	牛乳	○ 206
	てんぷら	10
	れんこん いちょう切り	20
	つきこんにやく	10
	洗いごぼう	10
	人参	7
	(冷)さやいんげん	6
	ごま油	2
	濃口醤油	3.5
	砂糖(三温糖)	1.2
	みりん	1
	炒り白ごま	2
	一味	0.01
	湯	5
	もやし	35
	(生)まんば	20
	人参	5
	濃口醤油	2
	食酢	1.5
砂糖(上白糖)	1	
サラダ油	0.5	
ごま油	0.5	
炒り白ごま	1	
(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	

19日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
根菜たっぷりチキンカレー(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
	鶏肉 胸・皮なし カット	15	
	鶏肉 もも・皮なし カット	10	
	(冷)豚レバーチップ	4	
	玉葱	40	
	じゃがいも	30	
	人参	15	
	れんこん いちょう切り	15	
	洗いごぼう	10	
	セロリー	5	
	にんにく	0.5	
	生姜	0.5	
	サラダ油	1	
	小麦粉	6	
カレー粉	1		
サラダ油	4		
(レト)がらスープ	4		
トマトケチャップ	2		
ウスターソース	1.3		
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	0.7		
こしょう	0.04		
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4		
湯	80		
上乾ちりめん	2		
大根	30		
レタス	25		
人参	5		
(缶)ホールコーン	5		
濃口醤油	2.5		
食酢	1.8		
砂糖(上白糖)	1.2		
サラダ油	0.6		
ごま油	0.6		

20日(水)

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
	(冷)舌平目 粉付き	45
	なたね油	5
	(冷)レモン果汁	4
	砂糖(上白糖)	3
	濃口醤油	2.2
	水	1.5
	ブロッコリー カット	30
	キャベツ	20
	(缶)ホールコーン	5
	ゆで塩	0.5
	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	
セロリー	2	
パセリ	0.5	
サラダ油	0.5	
(レト)トマト水煮	10	
(レト)がらスープ	4	
赤ぶどう酒	1	
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
ローリエ	0.1	
湯	120	

21日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	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
	(冷)さやいんげん	7
	しいたけ スライス	5
	濃口醤油	3
	砂糖(三温糖)	2.5
	食塩	0.3
	だし削り節 鯖抜き	2
	湯	50
	白菜	40
	小松菜	20
	人参	5
	(乾)刻み昆布	0.5
	ボン酢	1
濃口醤油	2.5	
炒り白ごま	1	

22日(金)

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	○ 206
肉じゃが	牛肉 スライス	30
	じゃがいも	70
	玉葱	40
	糸こんにやく	20
	人参	10
	(冷)さやいんげん	5
	サラダ油	1
	濃口醤油	4
	砂糖(中双糖)	3
	清酒	3
	食塩	0.1
	湯	5
	油揚げ	5
	生うどん(さめぎの夢)	15
	大根	15
	金時人参	8
	中ねぎ	5
	しいたけ スライス	5
	中みそ	6
甘みそ	5	
だし煮干し	4	
水	150	
(レト)あさり佃煮	10	

25日(月)			26日(火)			27日(水)			28日(木)			29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	
セル フス ラッ ピー ジョー 牛乳 ゆで 野菜 マカ ロニ スー プ ブル ーン (小 中の み)	コッペパン	50	いり こめ し(表 入り) 牛乳 まん ぱの けん ちゃん 金時 汁	精白米(自校)	59	しっ ぽく うど ん 牛乳 小え びの から 揚げ 食 べて 菜 の 和 え 物 和 三 盆 糖	(袋)ゆでうどん(さぬきの夢)	幼~小3	200	麦 ご は ん 牛 乳 ホ イ コ ロ ー 中 華 サ ラ ダ ぼ ん か ん (小 中 の み)	精白米(委託)	60	麦 ご は ん 牛 乳 大 根 と 厚 揚 げ の そ ぼ ろ 煮 磯 香 和 え 小 魚 ア ー モ ン ド (小 中 の み)	精白米(自校)	66
	コッペパン	60		米粒麦 自校	6		(袋)ゆでうどん(さぬきの夢)	小4~6	280		精白米(委託)	70		精白米(自校)	73
	牛乳	○ 206		かえり	3		(袋)ゆでうどん(さぬきの夢)	中	300		米粒麦 委託	6		米粒麦 自校	6
	豚肉ミンチ	20		油揚げ	5		鶏肉 もも・皮なし カット		8		米粒麦 委託	7		米粒麦 自校	7
	牛肉ミンチ	10		つきこんにやく	10		鶏肉 胸・皮なし カット		12		牛乳	○ 206		牛乳	○ 206
	玉葱	25		洗いごぼう	7		清酒		1		豚赤肉 スライス	40		豚赤肉ミンチ	25
	ピーマン	4		人参	5		てんぷら		10		生姜	1		(冷)厚揚げ カット	30
	にんにく	0.3		(冷)むき枝豆	5		油揚げ		5		濃口醤油	1		大根	70
	(レト)トマト水煮	5		濃口醤油	4		大根		30		キャベツ	40		人参	10
	トマトケチャップ	8		清酒	1.5		里いも カット		20		玉葱	35		(冷)さやいんげん	7
	ウスターソース	2		みりん	0.5		人参		10		ピーマン	8		生姜	0.3
	赤ぶどう酒	0.5		食塩	0.4		中ねぎ		5		人参	10		サラダ油	1
	食塩	0.2		だし昆布	1		濃口醤油		5		中ねぎ	6		濃口醤油	5
	小麦粉	1		牛乳	○ 206		みりん		1		ごま油	1		砂糖(三温糖)	3
	サラダ油	0.5		てんぷら	10		清酒		1		赤みそ	5		みりん	1
	キャベツ	30		豆腐	30		食塩		0.4		砂糖(上白糖)	2.5		清酒	1
	人参	5		(生)まんぱ	40		だし煮干し		5		清酒	2		でんぷん	0.9
	ゆで塩	0.5		サラダ油	0.8		水		150		濃口醤油	1.2		湯	10
	ベーコン スライス	5		濃口醤油	2		牛乳	○ 206			チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.2		白菜	45
	(冷)白いんげん豆	10		みりん	0.5		(冷)小えび殻付き 粉付き		30		もやし	30		ほうれん草	25
	玉葱	30		ごま油	0.2		なたね油		5		きゅうり	20		人参	5
	人参	15		だし汁	10		食塩		0.2		人参	5		炒り白ごま	1
	マカロニ(シエル)	5		油揚げ	5		食べて菜		20		(乾)きくらげ せん切り	0.2		もみのり	1
	セロリー	2		さつまいも 角切り	25		キャベツ		35		濃口醤油	2.5		濃口醤油	1.5
	パセリ	0.5		金時人参	10		花かつお		1		食酢	2.5		ポン酢	1
	(レト)がらスープ	4		中ねぎ	5		濃口醤油		1.8		砂糖(上白糖)	1.5			
	食塩	0.5		(乾)干しわかめ カット	0.5		食酢		1.8		ごま油	1			
濃口醤油	0.5	中みそ	6	砂糖(上白糖)		1.5	炒り白ごま	1							
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	甘みそ	5	ごま油		1									
ローリエ	0.1	だし煮干し	4												
こしょう	0.03	水	125												
湯	125														
(袋)ブルー(1個)	小 7														
(袋)ブルー(2個)	中 14														