

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					
コッペパン	コッペパン	50	大根の卵とじどんぶり(麦ごはん)	精白米(委託)	60	麦ごはん	精白米(自校)	66	チキンライス(麦入り)	精白米(自校)	59	麦ごはん	精白米(委託)	60					
	コッペパン	60		精白米(委託)	70		精白米(自校)	73		米粒麦 自校	6		米粒麦 自校	6	米粒麦 委託	70			
	牛乳	○ 206		米粒麦 委託	6		米粒麦 自校	6		(冷)鶏肉 胸・皮なし カット	12		(冷)鶏肉 もも・皮なし カット	8	米粒麦 委託	6			
				米粒麦 委託	7		米粒麦 自校	7		白ぶどう酒	1		白ぶどう酒	1	米粒麦 委託	7			
										牛乳	○ 206		玉葱	15	牛乳	○ 206			
	牛乳	鶏肉 胸・皮なし カット		30									人参	8			オリーブ牛のすき焼き煮		
		鶏肉 もも・皮なし カット		20									エリンギ カット	5				牛肉(和牛スライス)(補助事業)	35
	鶏肉のフリカッセ	玉葱		25									(冷)いわし開き 粉付き 幼・小	40	有塩バター	1		清酒	1
		じゃがいも		20									(冷)いわし開き 粉付き 中	50	サラダ油	0.5		焼き豆腐	40
		しめじ		15									なたね油	4	トマトケチャップ	13		白菜	45
(レト)マッシュルーム		10						生姜	1.2	ウスターソース	0.6		玉葱	20					
パセリ		0.3						濃口醤油	2.8	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6		大根	20					
にんにく		0.1						砂糖(上白糖)	2.8	食塩	0.3		糸こんにやく	20					
サラダ油		1						みりん	1.8	こしょう	0.04		太ねぎ	7					
小麦粉		2						清酒	1.8	牛乳	○ 206		人参	7					
有塩バター		1						でんぷん	0.2				麩	3					
サラダ油		1						湯	4				サラダ油	1					
カラフルサラダ	白ぶどう酒	4						ブロッコリー カット	20				濃口醤油	8					
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3						キャベツ	20				砂糖(中双糖)	5					
	食塩	0.3						ゆで塩	0.5				湯	5					
	こしょう	0.03						油揚げ	5										
	調理用牛乳	○ 20						大根	30										
	生クリーム	1						人参	15										
	湯	20						中ねぎ	5										
								(乾)干しわかめ カット	0.5										
	ブロッコリー カット	35						中みそ	6										
	キャベツ	20						甘みそ	5										
クリームチーズ(小中のみ)	人参	5						だし煮干し	4										
	(缶)ホールコーン	5						水	110										
	食酢	3																	
	サラダ油	1.2																	
	砂糖(上白糖)	0.8																	
	食塩	0.4																	
	こしょう	0.03																	
	クリームチーズ	18																	

B 2月

8日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	60
	牛乳	○ 206
牛乳	牛肉(和牛スライス)(補助事業)	30
	玉葱	40
ビーフストロガノフ	エリンギ カット	10
	(レト)マッシュルーム	7
	サラダ油	1
	トマト水煮	5
	白ぶどう酒	4
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	小麦粉	2
	有塩バター	1
	サラダ油	1.5
	生クリーム	4
	ヨーグルト(調理用)	7
	食塩	0.5
	こしょう	0.02
	湯	10
	じゃがいも	60
	ゆで塩	1.2
	ブロッコリー カット	30
	カリフラワー カット	15
	(缶)ホールコーン	5
	食酢	3.5
砂糖(上白糖)	1.5	
サラダ油	1.5	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
(個)キャンディチーズ	10	

9日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
いなりずし丼(まごはん)	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
	豚肉 スライス	25
	清酒	1
	濃口醤油	1
	油揚げ	20
	玉葱	30
	人参	10
	しめじ	10
	(冷)むぎ枝豆	5
	中ねぎ	3
	生姜	0.2
	上乾ちりめん	2
	炒り白ごま	1
	サラダ油	1
	食酢	5
	砂糖(上白糖)	2.8
濃口醤油	2.3	
食塩	0.02	
だし汁	5	
(冷)根菜入りつくね	25	
大根	25	
小松菜	10	
人参	5	
淡口醤油	2	
濃口醤油	1	
清酒	1	
みりん	0.5	
だし削り節 鯖抜き	4	
だし昆布	1	
水	110	
ぼんかん	100	

10日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型コッペパン	コッペパン	30
	コッペパン	40
牛乳	○ 206	
冷)鶏ささみコンフレックフライ		幼 40
		小 50
冷)鶏ささみコンフレックフライ		中 60
		5
なたね油		5
(袋)中濃ソース		小・中 8
(乾)海藻ミックス		1.2
キャベツ		25
ロメインレタス		10
きゅうり		10
食酢		2.8
濃口醤油		2.8
砂糖(上白糖)		1.5
ごま油		0.8
米粒麦 自校		20
ベーコン スライス		8
玉葱		25
セロリー		5
人参		15
エリンギ カット		7
(レト)がらすープ		4
サラダ油		1
チキンコンソメ 乳・卵抜き		0.6
食塩		0.5
こしょう		0.04
白ぶどう酒		0.8
湯		130
(個)ガトーショコラ		30

12日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
まごはん	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	
さばのホイル焼き	(冷)さばのホイル焼き	幼・小 50
	(冷)さばのホイル焼き	中 60
食べて菜の おおか和え すいとん汁 焼き海苔	食べて菜	20
	もやし	20
	キャベツ	15
	花かつお	2
	濃口醤油	2.5
	砂糖(上白糖)	1.5
	ポン酢	1
	(冷)すいとん	25
	油揚げ	5
	大根	20
	人参	5
	しいたけ スライス	5
	太ねぎ	5
	中みそ	6
	甘みそ	5
	だし煮干し	4
	水	110
	(袋)焼きのり	2.5

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		
小型 コッペパン (袋入り) 牛乳 ミートソー スペンネ イタリアン サラダ りんご (小中のみ)	コッペパン	~小3 30	大豆 ごは ん(麦入 り) 牛乳 れん こん と昆布 の煮物 石狩 汁 牛乳 プリン (小中のみ)	精白米(自校)	59	みそ ラー メン 牛乳 かたく ちい わし の か ら あ げ ブ ロ ッ コ リ ー の サ ラ ダ	(袋)中華そば	~小3 150	麦 ご は ん 牛乳 八宝 菜 春 雨 サ ラ ダ か え り ア ー モ ン ド	精白米(委託)	60	発 芽 玄 米 ご は ん 牛乳 厚 揚 げ と チ ン ゲ ン サ イ の み そ 炒 め 大 根 の ゆ ず 香 和 え	精白米(自校)	66		
	コッペパン	小4 40		米粒麦 自校	6		(袋)中華そば	小4~6 200		精白米(委託)	70		精白米(自校)	73		
	コッペパン	小5・6 50		牛肉(和牛スライス)(補助事業)	15		(袋)中華そば	中 250		米粒麦 委託	6		発芽玄米	6		
	コッペパン	中 60		(冷)大豆水煮	15		豚肉 スライス	20		米粒麦 委託	7		発芽玄米	7		
	牛乳	○ 206		油揚げ	3		清酒	1		牛乳	○ 206		牛乳	○ 206		
	ペンネ	30		人参	7		濃口醤油	0.8		八宝菜	豚肉 スライス		20	牛乳	豚肉ミンチ	20
	ゆで塩	1.3		(冷)むき枝豆	5		白菜	30		春雨	生姜		2	厚揚げとチンゲンサイのみそ炒め	清酒	2
	牛肉ミンチ	5		サラダ油	1		もやし	15		春雨	清酒		2	大根のゆず香和え	生姜	0.6
	豚肉ミンチ	25		清酒	1.6		人参	10		春雨	濃口醤油		2	大根のゆず香和え	(冷)んにく	0.2
	玉葱	30		濃口醤油	1.6		玉葱	20		春雨	(冷)紫いか 短冊		10	大根のゆず香和え	(玉)厚揚げ カット	50
	人参	15		砂糖(上白糖)	0.8		中ねぎ	5		春雨	清酒		1	大根のゆず香和え	人参	15
	しめじ	10		食塩	0.65		にんにく	0.7		春雨	(レト)うずら卵		25	大根のゆず香和え	人参	15
	ピーマン	6		牛乳	○ 206		ごま油	1		春雨	(レト)がらスープ		3	大根のゆず香和え	人参	15
	にんにく	0.3		れんこん	8		(レト)がらスープ	3		春雨	白菜		30	大根のゆず香和え	人参	15
	サラダ油	1.8		てんぷら	2		清酒	1.5		春雨	玉葱		30	大根のゆず香和え	人参	15
	トマトピューレ	13		(乾)早煮昆布	2		清酒	1.5		春雨	たけのこポイル(ホール)		10	大根のゆず香和え	人参	15
	トマトケチャップ	7		れんこん いちよう切り	20		砂糖(上白糖)	1.3		春雨	人参		15	大根のゆず香和え	人参	15
	赤ぶどう酒	4		人参	10		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.8		春雨	中ねぎ		5	大根のゆず香和え	人参	15
	粉チーズ	2.5		つきこんにやく	15		食塩	0.3		春雨	ごま油		1	大根のゆず香和え	人参	15
	ウスターソース	1.5		ごま油	1		こしょう	0.06		春雨	濃口醤油		0.8	大根のゆず香和え	人参	15
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3		砂糖(中双糖)	2		でんぷん	1		春雨	(レト)がらスープ		1	大根のゆず香和え	人参	15
	食塩	0.2		みりん	0.5		湯	125		春雨	チキンコンソメ 乳・卵抜き		0.5	大根のゆず香和え	人参	15
	こしょう	0.05		濃口醤油	2		牛乳	○ 206		春雨	食塩		0.5	大根のゆず香和え	人参	15
	キャベツ	30		一味	0.01		(冷)かたくちいわし粉付き	30		春雨	こしょう		0.03	大根のゆず香和え	人参	15
	きゅうり	20		だし汁	10		なたね油	4		春雨	でんぷん		1	大根のゆず香和え	人参	15
	赤パプリカ	5		(冷)紅鮭(2cm角)骨皮なし	18		食塩	0.1		春雨	湯		10	大根のゆず香和え	人参	15
	黄パプリカ	5		清酒	1		ブロッコリー カット	30		春雨	もやし		25	大根のゆず香和え	人参	15
食酢	2.5	白菜	30	キャベツ	10	春雨	きゅうり	15	大根のゆず香和え	人参	15					
(冷)レモン果汁	0.5	じゃがいも	25	青じそドレッシング 乳・卵抜き	3	春雨	人参	7	大根のゆず香和え	人参	15					
サラダ油	1	太ねぎ	6			春雨	(乾)はるさめ カット	5	大根のゆず香和え	人参	15					
砂糖(上白糖)	0.8	中みそ	6.5			春雨	濃口醤油	2	大根のゆず香和え	人参	15					
食塩	0.3	甘みそ	5			春雨	食酢	2	大根のゆず香和え	人参	15					
こしょう	0.02	だし昆布	1			春雨	砂糖(上白糖)	1.6	大根のゆず香和え	人参	15					
りんご	50	だし削り節 鯖抜き	4			春雨	ごま油	1	大根のゆず香和え	人参	15					
		水	100			春雨	からし粉	0.06	大根のゆず香和え	人参	15					
		(個)牛乳プリン	40			春雨	食塩	0.1	大根のゆず香和え	人参	15					
						春雨	かえり	5	大根のゆず香和え	人参	15					
						春雨	アーモンド(四つ割)	4	大根のゆず香和え	人参	15					
						春雨	砂糖(上白糖)	1	大根のゆず香和え	人参	15					
						春雨	濃口醤油	0.3	大根のゆず香和え	人参	15					
						春雨	みりん	1	大根のゆず香和え	人参	15					
						春雨	水	1	大根のゆず香和え	人参	15					

22日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	60
牛乳	牛乳	206
	豚肉 スライス	20
冬野菜	ベーコン スライス	5
	赤ぶどう酒	1.5
ポークビーンズ	(冷)大豆水煮	30
	じゃがいも	30
ひじきとチーズのサラダ	玉葱	25
	大根	20
ブルーベリージャム(小中のみ)	白菜	15
	人参	15
りんごのタルト(小中のみ)	セロリー	5
	サラダ油	0.8
	トマト水煮	7
	トマトピューレ	6
	トマトケチャップ	6
	砂糖(中双糖)	1.2
	ウスターソース	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.65
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
	湯	60
	ボンレスハム 短冊 卵抜き	5
	ダイスチーズ 角 生食用	6
	(乾)ひじき	1.5
	キャベツ	30
	人参	5
	食酢	3
	サラダ油	2
	濃口醤油	2
	砂糖(上白糖)	0.8
	(袋)ブルーベリージャム 食物繊維	15
	(個)りんごのタルト(米粉)	35

24日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
キムチごはん(麦入り)	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
牛乳	豚肉 スライス	20
	清酒	2
ナムル	生姜	0.8
	(レト)白菜キムチ ご飯用	18
トック入りわかめスープ	人参	7
	(冷)むき枝豆	5
ミックスナッツ(小中のみ)	炒り白ごま	2
	ごま油	2
	砂糖(上白糖)	1.2
	濃口醤油	1.2
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.1
	牛乳	206
	もやし	40
	ほうれん草	15
	人参	5
	炒り白ごま	3
	にんにく	0.1
	食酢	2
	濃口醤油	2
	砂糖(上白糖)	1.3
	ごま油	1
	一味	0.01
	ボンレスハム 短冊 卵抜き	8
	トック	22
	玉葱	20
	中ねぎ	3
	(乾)干しわかめ カット	0.8
	サラダ油	0.6
	(レト)がらスープ	3
	濃口醤油	0.8
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.35
	こしょう	0.03
	ごま油	0.2
	湯	140
	(袋)ミックスナッツ	10

25日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーライス(麦ごはん)	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
牛乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
切干大根のサラダ	牛乳	206
	牛肉(和牛スライス)(補助事業)	20
小煮干し(小中のみ)	赤ぶどう酒	2
	じゃがいも	45
	玉葱	40
	人参	15
	(乾)レンズ豆	5
	セロリー	5
	にんにく	0.5
	小麦粉	5
	サラダ油	4
	カレー粉	1
	サラダ油	1
	(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
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4
	食塩	0.7
	こしょう	0.04
	湯	90
	(乾)切干し大根	5
	(乾)刻み昆布	0.5
	ほうれん草	15
	人参	10
	(缶)ホールコーン	5
	食酢	3
	濃口醤油	2.5
	砂糖(上白糖)	1.2
	サラダ油	1
	小煮干し	4

26日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
赤飯	精白米(自校)	52
	精白米(自校)	60
牛乳	もち米	20
	小豆	7
ヒレカツ	食塩	0.6
	炒り白ごま	0.7
ゆで野菜	牛乳	206
	(冷)ヒレカツ	幼 30
紅白だんごのすまし汁	(冷)ヒレカツ	小 50
	(冷)ヒレカツ	中 60
いちごクレープ(小中のみ)	なたね油	5
	きゅうり	10
	キャベツ	30
	人参	10
	(袋)中濃ソース	小・中 8
	(冷)白玉	15
	(冷)白玉だんご 赤玉葱	15
	(乾)干しいたけ スライス	1
	カットなると(3mm)	5
	中ねぎ	5
	濃口醤油	2.2
	清酒	1
	食塩	0.2
	だし昆布	0.7
	だし削り節 鯖抜き	4
	水	125
	(個)いちごクレープ	35