

2日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大豆 ごは ん (麦 入 り)	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	(冷)大豆水煮	15
	(冷)鶏肉 胸・皮なし カット	9
	(冷)鶏肉 もも・皮なし カット	6
	油揚げ	3
	人参	7
	(冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1
	清酒	1.6
	濃口醤油	1.6
	砂糖(上白糖)	0.8
	食塩	0.65
	牛乳	206
	ポレンスハム 短冊切り 卵抜き	5
	もやし	35
	食べて菜	25
炒り白ごま	1	
濃口醤油	2	
食酢	2	
砂糖(上白糖)	1.5	
ごま油	1	
豆腐	30	
油揚げ	7	
洗いごぼう	10	
つきこんにやく	10	
人参	7	
中ねぎ	5	
濃口醤油	2	
食塩	0.6	
だし削り節 鯖抜き	4	
だし昆布	1	
水	120	
(個)プリン 鉄強化	60	

牛乳
食べて菜のごまドレッシング和え
けんちん汁
プリン(中のみ)

4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
	鶏肉 胸・皮なしカット	12
	鶏肉 もも・皮なし カット	8
	白ぶどう酒	1
	玉葱	35
	かぼちゃカット	25
	じゃがいも	15
	人参	10
	(冷)白いんげん豆ペースト	10
	エリンギ カット	10
	サラダ油	1
	小麦粉	3.5
	有塩バター	2
	サラダ油	1
	(レト)がらスープ	4
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
食塩	0.4	
こしょう	0.04	
ローリエ	0.1	
調理用牛乳	30	
湯	65	
(レト)まぐろ油漬	15	
きゅうり	20	
(冷)ブロッコリー	15	
(缶)ホールコーン	7	
食酢	3	
サラダ油	1	
砂糖(上白糖)	0.7	
食塩	0.3	
こしょう	0.04	
みかん	80	

牛乳
パン
プリン
シチュー
ツナサラダ
みかん(小中のみ)

5日(木)

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
	豚肉ミンチ	25
	清酒	1
	豆腐	80
	玉葱	35
	人参	15
	しいたけ スライス	5
	中ねぎ	5
	生姜	1
	にんにく	0.8
	サラダ油	1
	トマトケチャップ	7
	濃口醤油	3.5
(レト)がらスープ	3	
赤みそ	2	
清酒	1	
砂糖(三温糖)	0.5	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
食塩	0.1	
豆板醤	0.1	
でんぶん	1	
ごま油	0.1	
湯	35	
ほうれん草	15	
(乾)切干し大根	4	
人参	7	
(缶)ホールコーン	3	
するめ カット	2	
(乾)刻み昆布	0.7	
砂糖(上白糖)	1.7	
濃口醤油	3	
食酢	1.2	
ごま油	0.3	
炒り白ごま	1	
(個)チーズ 鉄強化	15	

牛乳
マーボー豆腐
かみかみ
和え
チーズ(小中のみ)

6日(金)

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
	豚肉スライス	30
	洗いごぼう	35
	つきこんにやく	20
	人参	15
	(冷)さやいんげん	7
	サラダ油	1
	濃口醤油	5
	みりん	2
	砂糖(中双糖)	2
	清酒	1.5
	でんぶん	0.5
	だし汁	8
大根	20	
しめじ	12	
えのきたけ	10	
しいたけ スライス	5	
油揚げ	5	
中ねぎ	5	
中みそ	6	
甘みそ	5	
だし煮干し	4	
水	120	
(チルド)納豆 小	30	
(チルド)納豆 中	40	

牛乳
豚肉とごぼうの煮物
きのこのみそ汁
納豆(小中のみ)

9日(月)			10日(火)			11日(水)			12日(木)			13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				
麦ごはん	精白米(委託)	60	コッペパン	コッペパン	50	麦ごはん	精白米(委託)	60	炒り黒豆の炊きこみごはん(麦入り)	精白米(自校)	59	麦ごはん	精白米(委託)	60				
	精白米(委託)	70		コッペパン	60		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		精白米(委託)	70				
牛乳	米粒麦 委託	6	牛乳	牛乳	206	牛乳	米粒麦 委託	6	牛乳	牛肉スライス	15	牛乳	米粒麦 委託	6				
	米粒麦 委託	7		牛乳	○		206	米粒麦 委託		7	炒り黒豆		○	8	米粒麦 委託	7		
はまちの照り焼き風	牛赤肉 カット	○	206	牛乳	鶏肉 胸・皮なし カット	30	オリーブ牛のすき焼き煮	牛乳	○	206	牛乳	油揚げ	○	3	わかさぎの香り揚げ	牛乳	○	206
	(チルド)はまち	幼	40		オリーブ地鶏 もも・皮なし カット(補助野菜)	20		牛肉(和牛スライス)(香川県補助事業)	40	つきごんにやく		7	人参	5		サラダ油	0.8	(冷)わかさぎ 粉付き
食べて菜の和え物	(チルド)はまち	小	50	オリーブ地鶏のトマト煮	ベーコンスライス	5	大豆と小煮干しの揚げ煮	焼き豆腐	○	35	牛乳	濃口醤油	3	なたね油	4			
	(チルド)はまち	中	70		じゃがいも	40		白菜	45	清酒		2	清酒	2	砂糖(上白糖)	1.5	細ねぎ	0.7
ふしめん汁	清酒	2	5	ひじきとチーズのサラダ	玉葱	40	すいとん汁	玉葱	30	20	ヨーグルト(中のみ)	砂糖(中白糖)	0.6	生姜	0.5			
	食塩	0.15	7		人参	15		にんにく	20	糸ごんにやく		20	食塩	0.6	にんにく	0.5		
	でんぷん	7	1	みかん(小中のみ)	サラダ油	1		太ねぎ	10	牛乳	○	206	砂糖(中双糖)	2				
	なたね油	4	4		(レト)トマト水煮 ダイス	25		人参	10	人參	10	てんぷら	5	濃口醤油	1.8	清酒	1	
	濃口醤油	2.8	2.8		トマトケチャップ	3		麩	○	4	5	清酒	1	豆板醤	0.03			
	砂糖(三温糖)	1.7	1.7		赤ぶどう酒	1		サラーダ油	1	サラーダ油	8	白菜	40	湯	2.6			
	みりん	1.2	1.2		砂糖(上白糖)	0.8		濃口醤油	8	小松菜	20	(レト)まぐろ油漬	8	レタスの和え物	8			
	でんぷん	0.3	0.3		ウスターソース	0.7		清酒	1	もやし	25	もやし	25	レタス	30	のっぺい汁	30	
	湯	9	9		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6		小煮干し	4	濃口醤油	2.5	きゅうり	10	食酢	2.5			
	(レト)トマトピューレ	20	20		食塩	0.3		湯	1.5	(冷)大豆水煮	○	25	だし汁	12	砂糖(上白糖)	1.5		
	食べて菜	20	20		こしょう	0.03		でんぷん	3	なたね油	5	ポン酢	0.3	サラダ油	0.8			
	キャベツ	35	35		湯	20		湯	1.5	砂糖(上白糖)	2.5	大根	25	食塩	0.13			
	人参	7	7		(レト)まぐろ油漬	13		炒り白ごま	○	1	中ねぎ	5	油揚げ	○	10			
	炒り白ごま	○	1		キャベツ	25		でんぷん	3	中みそ	6	中みそ	6	ひじきのり(小中のみ)	○	10		
	濃口醤油	2	2		人参	10		なたね油	5	だし煮干し	4	里芋 角切り	20	人参	10			
	食酢	2	2		ダイスチーズ	5		砂糖(上白糖)	2.5	大根	25	水	110	洗いごぼう	10			
	砂糖(上白糖)	0.5	0.5		(乾)ひじき	1.2		濃口醤油	0.7	人参	10	中ねぎ	3	中ねぎ	3			
	ごま油	1	1		食酢	3		湯	1.5	中ねぎ	5	濃口醤油	1	濃口醤油	1			
	型抜きかまぼこ(紅葉)	6	6		サラダ油	2		炒り白ごま	○	1	中みそ	5	清酒	1	食塩	0.45		
	ふしめん	○	6		濃口醤油	2		湯	1.5	甘みそ	5	だし煮干し	4	みりん	0.3	みりん	0.3	
	(レト)ホールコーン	25	25		砂糖(上白糖)	0.5		水	110	水	110	でんぷん	0.5	だし削り節 鯖抜き	4			
	中ねぎ	5	5		こしょう	0.02		水	120	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	だし昆布	1	だし昆布	1			
	さきいか	0.8	0.8		みかん	80						水	120	水	120			
	食塩	0.5	0.5											(袋)ひじきのり	10			
	だし削り節 鯖抜き	4	4															
	だし昆布	0.5	0.5															
	水	140	140															

16日(月)		
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
	豚肉スライス	15
	生姜	0.8
	濃口醤油	1.2
	砂糖(上白糖)	0.8
	白菜キムチ(ごはん用)	15
	人参	7
	(冷)むぎ枝豆	5
	炒り白ごま	2
牛乳	ごま油	2
	清酒	2
	濃口醤油	1.3
ナムル	食塩	0.4
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4
トックとわかめのスープ	牛乳	206
	もやし	40
	小松菜	15
	人参	7
	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
黒豆とナッツ(小中のみ)	ポンス火腿 短冊切り 卵抜き	5
	トック	20
	玉葱	20
	(乾)干しわかめ カット	0.8
	中ねぎ	3
	サラダ油	0.5
	(レト)がらスープ	4
	濃口醤油	0.8
	食塩	0.6
	こしょう	0.03
牛乳	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ごま油	0.2
	湯	140
	(袋)黒豆とナッツ	小 10
	(袋)黒豆とナッツ	中 15

17日(火)			
献立名	食品名	一人当り 正味分量	
全粒粉パン	全粒粉パン	50	
	全粒粉パン	60	
	牛乳	牛乳	206
	牛乳	鶏肉 胸・皮なし カット	12
		鶏肉 もも・皮なし カット	8
	レタスのシチュー	白ぶどう酒	1
		じゃがいも	35
		玉葱	35
		人参	10
エリンギ カット		15	
レタス		15	
サラダ油		1	
小麦粉		4	
サラダ油		1	
有塩バター		2	
ひじきのマリネ	(レト)がらスープ	4	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	
	食塩	0.5	
	こしょう	0.03	
	ローリエ	0.1	
	調理用牛乳	30	
	ピザ用チーズ	3	
	湯	60	
	(乾)ひじき	2	
	ロース火腿 短冊 卵抜き	5	
キウイフルーツ(小中のみ)	人参	5	
	キャベツ	30	
	(缶)ホールコーン	5	
	濃口醤油	2.5	
	食酢	3	
	砂糖(上白糖)	1.3	
	こしょう	0.02	
	サラダ油	1.8	
	キウイフルーツ(さぬきっこ)	30	
	(袋)いちごジャム	15	

18日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
吹き寄せごはん	精白米(自校)	65
	(冷)鶏肉 胸・皮なし カット	9
	(冷)鶏肉 もも・皮なし カット	6
	むぎ粟(1/4)国産	8
	しめじ	5
	人参	10
	(冷)むぎ枝豆	5
	濃口醤油	4
	清酒	1
	砂糖(上白糖)	1
牛乳	食塩	0.45
	だし昆布	1
	牛乳	206
	てんぷら	10
	れんこん(いちよう5mm)	20
	洗いごぼう	15
	つきこんにやく	10
	人参	7
	(冷)さやいんげん	6
	ごま油	2
白玉汁	濃口醤油	3
	砂糖(中双糖)	1
	みりん	1
	だし汁	2
	一味	0.01
	炒り白ごま	2
	油揚げ	5
	(冷)白玉	25
	大根	20
	玉葱	20
中ねぎ	5	
豆乳プリンタルト(中のみ)	中みそ	6
	甘みそ	5
	だし煮干し	4
	水	110
	(個)国産豆乳プリンタルト	25

19日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ちゃんぽん麺	(袋)中華そば	幼・小 150
	(袋)中華そば	中 200
	豚肉スライス	20
	濃口醤油	1
	清酒	0.5
	(冷)短冊いか(1×4cm)	10
	(冷)むきえび	10
	清酒	1.5
	(レト)うずら卵	20
	キャベツ	25
牛乳	もやし	15
	人参	10
	(レト)たけのこポイル(ホール)	7
	中ねぎ	5
	生姜	1
	サラダ油	1
	濃口醤油	3.5
	(レト)がらスープ	4
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
ブロッコリーの中華和え	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ごま油	0.3
	豆板醤	0.1
	でんぷん	1
	湯	120
	牛乳	206
	皮つき金時もち カット	60
	なたね油	3
	食塩	0.1
	ブロッコリー(カット)県産	30
棒々鶏ドレッシング	3	

20日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
きのこカレーライス(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
	豚肉スライス	25
	じゃがいも	40
	玉葱	40
	人参	15
	セロリー	5
	にんにく	0.5
牛乳	サラダ油	1
	エリンギ カット	13
	しめじ	10
	(レト)マッシュルーム	5
	サラダ油	1
	小麦粉	5.5
	サラダ油	4
	カレー粉	1.1
	(レト)がらスープ	3
	トマトケチャップ	2
海藻サラダ	とんかつソース	1
	ウスターソース	1.7
	赤ぶどう酒	1
	チャツネ	1
	濃口醤油	1
	食塩	1
	こしょう	0.04
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	湯	70
	牛乳	206
小煮干し(小中のみ)	(乾)海藻ミックス	1.2
	キャベツ	30
	小松菜	10
	(缶)ホールコーン	7
	食酢	2.5
	濃口醤油	2.5
	砂糖(上白糖)	1.2
	ごま油	0.8
	小煮干し	4

24日(火)

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	牛乳	○ 206
厚揚げの甘酢煮	豚肉スライス	25
	(冷)厚揚げ カット	45
	玉葱	20
	白菜	25
	(レト)たけのこポイル(ホール)	15
	人参	10
	中ねぎ	5
	しいたけ スライス	5
	にんにく	0.5
	サラダ油	1
野菜の和え物	食酢	2.5
	砂糖(上白糖)	3.5
	濃口醤油	4
	トマトケチャップ	3.2
	清酒	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	食塩	0.1
	でんぷん	1
	水	10
あさりの佃煮(小中のみ)	小松菜	20
	もやし	35
	人参	5
	濃口醤油	2.5
	ポン酢	1.5
	花かつお	1
	(レト)あさり佃煮	10

25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)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	○ 206
たこのから揚げ	(冷)たこ3cmカット(香川県補助事業)	40
	生姜	1
	にんにく	0.8
	濃口醤油	2
	清酒	2
	でんぷん	6
	なたね油	4
	ロースハム 短冊 卵抜き	6
	食べて菜	35
食べて菜のごまドレッシング和え	もやし	20
	濃口醤油	1.8
	食酢	1.8
	砂糖(上白糖)	1.5
	ごま油	1
	炒り白ごま	○ 1
	さつまいも(角切り)県産	40
	もやし	8
	洗いごぼう	8
人参	7	
さつまいものみそ汁	つきこんにやく	7
	中ねぎ	5
	麦みそ	9
	だし煮干し	4
	湯	100

26日(木)

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
牛乳		
	スパゲティ(ハーフ)	○ 35
	ゆで塩	1.3
	(レト)まぐろ油漬	15
	ベーコンスライス	8
	キャベツ	35
	玉葱	30
	エリンギ カット	8
	人参	5
	(乾)長ひじき	2
和風スパゲティ	サラダ油	1
	有塩バター	1
	濃口醤油	1.2
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
	洗いごぼう	25
	きゅうり	15
	人参	5
	(缶)ホールコーン	5
焙煎ごまドレッシング	10	
ごぼうサラダ		
	(個)牛乳プリン	40

27日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
黒米ごはん	精白米(自校)	63
	精白米(自校)	70
	黒米	2
	もち米	9
牛乳	もち米	10
	食塩	0.65
筑前煮	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(いちよう8mm)	15
	人参	10
	(冷)さやいんげん	8
かきたま汁	ごま油	1.5
	濃口醤油	4
	砂糖(中双糖)	3
	でんぷん	0.7
	だし汁	6
	鶏卵	20
	玉葱	30
	人参	7
	中ねぎ	5
(乾)干しいたけ スライス	1	
ココアワッフル(小中のみ)	濃口醤油	1
	食塩	0.6
	でんぷん	0.5
	だし削り節 鯖抜き	4
	だし昆布	1
	湯	130
	(個)ココアワッフル	28

30日(月)

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	牛乳	○	206
豆腐 の 中華煮	豚肉スライス		25
	豆腐	○	85
	玉葱		30
	チンゲンサイ		10
	人参		7
	生姜		1.5
	(乾)干しいたけ スライス		0.8
春雨 サラダ	サラダ油		0.5
	濃口醤油		3
	中双糖		1
	オイスターソース		1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き		0.5
かえり アー モンド	でんぷん		0.7
	ごま油		0.5
	湯		20
	ロースハム(短冊)卵抜き		7
	(乾)はるさめ		5
	もやし		25
	きゅうり		15
	人参		7
	濃口醤油		3
	食酢		2.5
	上白糖		1.5
	ごま油		1
	からし粉		0.05
	かえり		5
	アーモンド(四つ割)	○	4
上白糖		1	
濃口醤油		0.3	
みりん		1	
水		1	