

## 1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
	(冷)おからハンバーグ ポイル用	幼・小 50
	(冷)おからハンバーグ ポイル用	中 60
おからハンバー グ	キャベツ	30
	人参	5
	(袋)トマトケチャップ	8
	ベーコンスライス	8
	(缶)クリームコーン	20
	(缶)ホールコーン	5
	玉葱	40
	人参	10
	エリンギ カット	8
	有塩バター	1
ゆで野菜	(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
	生クリーム	2
	コーンスターチ	1.3
	湯	70
	(個)スライスチーズ	20
チーズ(中のみ)	柿	30
柿(小中のみ)		

## 2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	○ 206
	(冷)さばのみそ煮	幼・小 50
	(冷)さばのみそ煮	中 70
さばのみそ煮	ほうれん草	20
	キャベツ	20
	もやし	20
	アーモンド(刻み)	1.5
	アーモンド(粉)	1
	しょうゆ	2.5
	食酢	2.2
	上白糖	0.9
	サラダ油	1
ほうれん草のアー モンド和え	鶏肉 胸・皮なし カット	6
	鶏肉 もも・皮なし カット	4
	豆腐	25
	油揚げ	7
	つきこんにゃく	10
	洗いごぼう	10
	人参	7
	中ねぎ	5
	濃口醤油	2
	食塩	0.6
けんちん汁	だし削り節 鯖抜き	4
	だし昆布	1
	水	110

## 3日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
深川めし(麦入り)	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	(レト)あさりむき身	15
	生姜	1.3
	清酒	2
	洗いごぼう	7
	人参	5
	油揚げ	4
	(冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1
牛乳	清酒	0.5
	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	1.1
	食塩	0.5
	牛乳	○ 206
	ロースハム 短冊 卵抜き	5
	(乾)かんぴょう カット	6
	きゅうり	15
かんぴょうの和え物	人参	5
	(乾)刻み昆布	0.8
	濃口醤油	2.7
	食酢	2.2
	ごま油	1
	砂糖(上白糖)	1.2
	炒り白ごま	0.5
	鶏肉 胸・皮なし カット	9
	鶏肉 もも・皮なし カット	6
白玉雑煮	(冷)白玉	25
	カットなると 3mm	5
	大根	25
	人参	7
	小松菜	7
	濃口醤油	2
	みりん	1
	食塩	0.35
	だし削り節 鯖抜き	4
	だし昆布	1
芋ようかん(中のみ)	水	110
	(個)芋ようかん	○ 30

## 4日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大根の卵とじどんぶり(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
	ベーコン スライス	7
	鶏卵	30
	大根	60
牛乳	人参	10
	しいたけ スライス	6
	中ねぎ	5
	サラダ油	1
	濃口醤油	4
	みりん	2
	砂糖(三温糖)	1
	食塩	0.25
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
かたくちいわしのから揚げ	でんぷん	1
	湯	50
	(冷)かたくちいわし 粉付き	30
	なたね油	4
	チンゲンサイ	25
	キャベツ	30
	たくあん漬け 刻み	6
チンゲンサイとたくあんのごま和え	濃口醤油	0.6
	食酢	0.3
	炒り白ごま	1



14日(月)			15日(火)			16日(水)			17日(木)			18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
冬野菜カレーライス(麦ごはん)牛乳アーモンドサラダ小煮干し	精白米(委託)	60	小型黒糖パン 牛乳 リゾット 讃岐さーもんのレモンソース ブロッコリーとチーズのサラダ	黒糖パン	30	麦ごはん 牛乳 煮しめ 食べて菜のゆず香和え 田作り だいだいのムース(中のみ)	精白米(委託)	60	コッペパン 牛乳 オリーブ牛のポルシチ ポテトサラダ	コッペパン	50	麦ごはん 牛乳 いわしの蒲焼き風 ブロッコリー の和え物 冬野菜の沢煮 みかん(小中のみ)	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70		黒糖パン	40		精白米(委託)	70		コッペパン	60		精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6		粉黒糖	4.5		米粒麦 委託	6		牛乳	○ 206		米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7		粉黒糖	6		米粒麦 委託	7		牛乳	○ 206		米粒麦 委託	7
	牛乳	○ 206		牛乳	○ 206		牛乳	○ 206		牛肉(和牛 角切り)(補助事業)	40		牛乳	○ 206
	豚肉 スライス	20		精白米(自校)	5		鶏肉 胸・皮なし カット	21		サラダ油	0.5		大かぶ	50
	(冷)豚レバーチップ	5		米粒麦 自校	13		鶏肉 もも・皮なし カット	14		大かぶ	50		玉葱	30
	玉葱	40		ベーコン スライス	8		清酒	1		キャベツ	20		人参	10
	じゃがいも	25		玉葱	25		板こんにやく	25		人参	10		サラダ油	1
	大かぶ	20		人参	10		洗いごぼう	25		有塩バター	1		濃口醤油	2.7
	れんこん いちょう切り	12		ブナピー	10		大根	20		トマトケチャップ	4		砂糖(上白糖)	2.7
	人参	10		パセリ	0.5		れんこん いちょう切り	20		(レト)トマトピューレ	4		みりん	1.7
	エリンギ カット	5		(レト)トマト水煮	18		金時人参	10		赤ぶどう酒	2		清酒	1.8
	セロリー	3		サラダ油	1		(冷)さやいんげん	8		食塩	0.55		でんぷん	0.2
	にんにく	0.5		(レト)がらスープ	4		(乾)干しいたけ スライス	0.8		こしょう	0.05		湯	4
	生姜	0.5		赤ぶどう酒	0.8		ごま油	1.5		(レト)がらスープ	3		ローズハム 短冊 卵抜き	5
	サラダ油	1		食塩	0.5		濃口醤油	3.5		チキンコンソメ	0.4		キャベツ	30
	小麦粉	6		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		砂糖(中双糖)	2.5		ローリエ	0.1		ブロッコリー カット	20
	カレー粉	1		こしょう	0.04		でんぷん	0.7		生クリーム	3		人参	7
	サラダ油	4		湯	130		水	6		湯	80		花かつお	0.8
	(レト)がらスープ	4		(冷)讃岐さーもん 2cm角切り(補助事業)	50		(レト)まぐろ油漬	8		じゃがいも	55		濃口醤油	2
	トマトケチャップ	2		清酒	2		食べて菜	25		人参	8		食酢	1.5
	ウスターソース	1.3		食塩	0.1		キャベツ	20		(缶)ホールコーン	7		砂糖(上白糖)	1
	とんかつソース	1		でんぷん	8		もやし	15		ゆで塩	1		サラダ油	1
	濃口醤油	1		なたね油	6		濃口醤油	2.3		(個)マヨネーズ	8		つきこんにやく	10
	チャツネ	1		砂糖(上白糖)	3		ゆず酢	1.7					大根	20
	赤ぶどう酒	1		(冷)レモン果汁	4		砂糖(上白糖)	1.1					白菜	10
	食塩	0.5		濃口醤油	2		かえり	6					洗いごぼう	10
	こしょう	0.04		ダイスチーズ	2.5		炒り白ごま	1					人参	5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		星形チーズ	2.5		砂糖(上白糖)	0.7					太ねぎ	5
	湯	70		ブロッコリー カット	25		濃口醤油	0.35					濃口醤油	1.5
	小松菜	20		キャベツ	20		みりん	0.9					食塩	0.5
	キャベツ	20		人参	5		水	0.7					だし削り節 鯖抜き	4
もやし	20	食酢	3	(個)だいだいのムース	○ 30			だし昆布	1					
濃口醤油	2.5	サラダ油	1					水	110					
サラダ油	1.5	濃口醤油	2											
食酢	2.5	砂糖(上白糖)	0.5											
砂糖(上白糖)	1	こしょう	0.02											
アーモンド(粉)	1													
アーモンド(刻み)	1.5													
小煮干し	4													

21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
	牛肉 スライス	15
	(冷)大豆水煮	12
	油揚げ	3
	人参	5
	(冷)むき枝豆	5
	サラダ油	0.8
	清酒	2
	濃口醤油	2
	砂糖(上白糖)	0.5
	食塩	0.5
	牛乳	○ 206
	鶏肉 ひき肉	15
	大根	80
	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)	1.7	
清酒	1	
みりん	1	
でんぷん	0.5	
だし汁	10	
油揚げ	5	
かぼちゃ カット皮付	25	
玉葱	25	
中ねぎ	7	
中みそ	6	
甘みそ	5	
だし煮干し	4	
水	120	

22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	○ 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
	ベーコン スライス	5
	白菜	40
	玉葱	40
	じゃがいも	30
	エリンギ カット	10
	人参	7
	サラダ油	0.5
	小麦粉	3.5
	サラダ油	2
	有塩バター	1
(レト)がらスープ	3	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
食塩	0.4	
こしょう	0.02	
調理用牛乳	○ 20	
生クリーム	2	
ピザ用チーズ	2	
湯	50	
(レト)まぐろ油漬	8	
洗いごぼう	20	
れんこん いちょう切り	15	
人参	10	
きゅうり	10	
(乾)ひじき	0.5	
食酢	2.4	
濃口醤油	2.4	
砂糖(上白糖)	1.3	
ごま油	0.5	
サラダ油	0.5	
キウイフルーツ	50	

23日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
中華 風炊き 込み ごはん (麦入り)	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	焼き豚 角切り	15
	(レト)たけのこポイル(ホール)	10
	人参	5
	(冷)むき枝豆	5
	中ねぎ	5
	(乾)干しいたけ スライス	0.5
	ごま油	1
	清酒	4
	濃口醤油	4
	砂糖(上白糖)	0.8
	食塩	0.4
	牛乳	○ 206
	ロースハム 短冊 卵抜き	7
	ビーフン カット 9cm	5
もやし	25	
チンゲンサイ	15	
人参	8	
濃口醤油	2.5	
食酢	2.5	
砂糖(上白糖)	1.3	
ごま油	1	
からし粉	0.06	
豆腐	20	
鶏卵	20	
ロメインレタス	20	
玉葱	15	
(レト)がらスープ	4	
濃口醤油	0.5	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
でんぷん	0.3	
ごま油	0.5	
だし削り節 鯖抜き	2	
湯	110	
(袋)ミックスナッツ 小	15	
(袋)ミックスナッツ 中	20	

24日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ごはん 牛乳	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
	(冷)さばのみぞれ煮 幼・小	50
	(冷)さばのみぞれ煮 中	70
	小松菜	20
	もやし	20
	キャベツ	20
	炒り白ごま	1
	濃口醤油	2.5
	ポン酢	1.5
	(冷)すいとん	25
	油揚げ	5
	大根	30
人参	8	
しめじ	5	
中ねぎ	5	
中みそ	6	
甘みそ	5	
だし煮干し	4	
湯	105	