

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) 牛 乳 ツ ナ サ ラ ダ コ ン ソ メ ス ー プ チ ー ズ (小 中 の み) | 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 | ○ | 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 | | |
| | | | | |
| 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 |
|---------------|----------|--------------|
| 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 |
| | | |
| 豚肉と野菜のみそ炒め | 豚赤肉 スライス | 40 |
| | 生姜 | 1 |
| | 濃口醤油 | 1 |
| | キャベツ | 25 |
| | 玉葱 | 20 |
| | 人参 | 8 |
| | 中ねぎ | 5 |
| | サラダ油 | 1 |
| | 赤みそ | 4 |
| | 砂糖(上白糖) | 2.5 |
| | 清酒 | 2 |
| | 濃口醤油 | 1 |
| | 豆腐 | 25 |
| | 油揚げ | 5 |
| | ごぼう ささがき | 10 |
| | つきこんにやく | 7 |
| 人参 | 5 | |
| (乾)干しいたけ スライス | 0.5 | |
| 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 | |
| みかん | 80 | |

13日(水)

| 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 | ○ 206 |
| | 鶏肉 胸・皮なし カット | 12 |
| | 鶏肉 もも・皮なし カット | 8 |
| | (冷)ひろうす ミニ | 20 |
| | つきこんにやく | 25 |
| がんとどきとひじきのうま煮 | 洗いごぼう | 15 |
| | 人参 | 10 |
| | (冷)さやいんげん | 8 |
| | (乾)ひじき | 3 |
| | サラダ油 | 1 |
| | 砂糖(三温糖) | 3 |
| | 濃口醤油 | 4 |
| | みりん | 0.5 |
| | だし削り節 鯖抜き | 1 |
| | 湯 | 20 |
| | (冷)まんば | 25 |
| | 切干し大根 | 4 |
| | 人参 | 5 |
| | するめ カット | 1.5 |
| | 砂糖(三温糖) | 1.7 |
| | 濃口醤油 | 2.5 |
| 食酢 | 1.7 | |
| ごま油 | 0.3 | |
| 炒り白ごま | 1 | |

14日(木)

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

15日(金)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|-------------|-----------|--------------|
| 豚キムチ丼 | 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 |
| | | |
| 春雨サラダ | 豚肉 スライス | 35 |
| | 清酒 | 1 |
| | 生姜 | 1 |
| | 濃口醤油 | 0.4 |
| | (レト)白菜キムチ | 20 |
| | 玉葱 | 30 |
| | キャベツ | 25 |
| | 人参 | 7 |
| | 中ねぎ | 7 |
| | にんにく | 0.5 |
| | ごま油 | 1 |
| | 濃口醤油 | 2.4 |
| | 砂糖(上白糖) | 0.8 |
| | もやし | 25 |
| | きゅうり | 15 |
| | 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 | |
| (袋)ミックスナッツ | 小 15 | |
| (袋)ミックスナッツ | 中 20 | |

| 18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 |
| | (冷)国産さーもん肉切り・骨なし(補助野菜) | 50 |
| 讃岐さーもんの竜田揚げ | 生姜 | 1 |
| | 清酒 | 2 |
| | 濃口醤油 | 1 |
| | 食塩 | 0.1 |
| | でんぷん | 3 |
| | 米粉 | 4 |
| | なたね油 | 5 |
| | 小松菜 | 20 |
| | キャベツ | 20 |
| | もやし | 20 |
| | 金時人参 | 5 |
| | 炒り白ごま | 1 |
| | 食酢 | 2.5 |
| 濃口醤油 | 2.5 | |
| 砂糖(上白糖) | 1.2 | |
| サラダ油 | 0.5 | |
| (冷)あん入り白玉 | 30 | |
| 大根 | 25 | |
| 金時人参 | 5 | |
| 中ねぎ | 5 | |
| 甘みそ | 6 | |
| 中みそ | 5 | |
| だし煮干し | 4 | |
| 水 | 120 | |

| 19日(火) | | |
|----------------|---------------|--------------|
| 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 |
| 牛乳 | 炒り黒豆 | 9 |
| | 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 いちよう切り | 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 | |
| まんばのごまドレッシング和え | 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 |

| 20日(水) | | | |
|--------------------|---------------|--------------|-------|
| 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 いちよう切り | 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 | | |

| 21日(木) | | |
|---------------|------------|--------------|
| 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)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 | |

| 22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 | 牛乳 | ○ 206 |
| | 鶏肉 胸・皮なし カット | 12 |
| 高野豆腐の卵とじ | 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 | |

| 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 | |
| 麦ごはん 牛乳 | 精白米(委託) | 60 | セル フスラッ ピー ジョー 牛乳 ゆで野 菜 マカロニ スー プ プルー ン(小 中のみ) | コッパン | 50 | いり こめし (麦入 り) 牛乳 まん ばの 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 ー ロ ー 中 華 サ ラ ダ ぼ ん か ん (小 中 の み) | 精白米(委託) | 60 | |
| | 精白米(委託) | 70 | | コッパン | 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 | |
| | 米粒麦 委託 | 6 | | 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 委託 | 7 | | | | | 油揚げ | 5 | | 鶏肉 もも・皮なし カット | 8 | | 米粒麦 委託 | 7 | |
| | 牛乳 | ○ 206 | | | | | つきこんにやく | 10 | | 鶏肉 胸・皮なし カット | 12 | | 牛乳 | ○ 206 | |
| | 牛肉 スライス | 30 | | 豚肉ミンチ | 20 | | 洗いごぼう | 7 | | 清酒 | 1 | | 牛乳 | | |
| | じゃがいも | 70 | | 牛肉ミンチ | 10 | | 人参 | 5 | | てんぷら | 10 | | ホ イ コ ー ロ ー | 豚赤肉 スライス | 40 |
| | 玉葱 | 40 | | 玉葱 | 25 | | (冷)むき枝豆 | 5 | | 油揚げ | 5 | | 生姜 | 1 | |
| | 糸こんにやく | 20 | | ピーマン | 4 | | 濃口醤油 | 4 | | 大根 | 30 | | 濃口醤油 | 1 | |
| | 人参 | 10 | | にんにく | 0.3 | | 清酒 | 1.5 | | 里いも カット | 20 | | 人参 | 40 | |
| (冷)さやいんげん | 5 | (レト)トマト水煮 | 5 | みりん | 0.5 | 人参 | 10 | キャベツ | 40 | | | | | | |
| サラダ油 | 1 | トマトケチャップ | 8 | 食塩 | 0.4 | 中ねぎ | 5 | 玉葱 | 35 | | | | | | |
| 濃口醤油 | 4 | ウスターソース | 2 | だし昆布 | 1 | 濃口醤油 | 5 | ピーマン | 8 | | | | | | |
| 砂糖(中双糖) | 3 | 赤ぶどう酒 | 0.5 | 牛乳 | ○ 206 | みりん | 1 | 人参 | 10 | | | | | | |
| 清酒 | 3 | 食塩 | 0.2 | | | 清酒 | 1 | 中ねぎ | 6 | | | | | | |
| 食塩 | 0.1 | 小麦粉 | 1 | てんぷら | 10 | 食塩 | 0.4 | ごま油 | 1 | | | | | | |
| 湯 | 5 | サラダ油 | 0.5 | 豆腐 | 30 | だし煮干し | 5 | 赤みそ | 5 | | | | | | |
| 油揚げ | 5 | キャベツ | 30 | (生)まんば | 40 | 水 | 150 | 砂糖(上白糖) | 2.5 | | | | | | |
| 生うどん(さぬきの夢) | 15 | 人参 | 5 | サラダ油 | 0.8 | 牛乳 | ○ 206 | 清酒 | 2 | | | | | | |
| 大根 | 15 | ゆで塩 | 0.5 | 濃口醤油 | 2 | (冷)小えび殻付き 粉付き | 30 | 濃口醤油 | 1.2 | | | | | | |
| 金時人参 | 8 | ベーコン スライス | 5 | みりん | 0.5 | なたね油 | 5 | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.2 | | | | | | |
| 中ねぎ | 5 | (冷)白いんげん豆 | 10 | ごま油 | 0.2 | 食塩 | 0.2 | | | | | | | | |
| しいたけ スライス | 5 | 玉葱 | 30 | だし汁 | 10 | | | もやし | 30 | | | | | | |
| 中みそ | 6 | 人参 | 15 | 油揚げ | 5 | 食べて菜 | 20 | きゅうり | 20 | | | | | | |
| 甘みそ | 5 | マカロニ(シエル) | 5 | さつまいも 角切り | 25 | キャベツ | 35 | 人参 | 5 | | | | | | |
| だし煮干し | 4 | セロリー | 2 | 金時人参 | 10 | 花かつお | 1 | (乾)きくらげ せん切り | 0.2 | | | | | | |
| 水 | 150 | パセリ | 0.5 | 中ねぎ | 5 | 濃口醤油 | 1.8 | 濃口醤油 | 2.5 | | | | | | |
| (レト)あさり佃煮 | 10 | (レト)がらスープ | 4 | (乾)干しわかめ カット | 0.5 | 食酢 | 1.8 | 食酢 | 2.5 | | | | | | |
| | | 食塩 | 0.5 | 中みそ | 6 | 砂糖(上白糖) | 1.5 | 砂糖(上白糖) | 1.5 | | | | | | |
| | | 濃口醤油 | 0.5 | 甘みそ | 5 | ごま油 | 1 | ごま油 | 1 | | | | | | |
| | | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.4 | だし煮干し | 4 | | | 炒り白ごま | 1 | | | | | | |
| | | ローリエ | 0.1 | 水 | 125 | 和三盆糖 | 3 | | | | | | | | |
| | | こしょう | 0.03 | | | | | ぼんかん | 100 | | | | | | |
| | | 湯 | 125 | | | | | | | | | | | | |
| | | (袋)ブルー(1個) | 小 7 | | | | | | | | | | | | |
| | | (袋)ブルー(2個) | 中 14 | | | | | | | | | | | | |