

2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
讃岐サーモンのきんこソースかけ	(冷)讃岐サーモン2cm角切(香川県補助事業)	50
	清酒	1.5
	食塩	0.1
	でんぷん	6
	なたね油	4
	エリンギ カット	3
	えのきたけ	3
	しめじ	3
	サラダ油	0.6
	上白糖	1.2
	みりん	0.7
	濃口醤油	2
	でんぷん	0.3
	湯	6
	ほうれん草	25
	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	
濃口醤油	2.5	
食酢	2.2	
上白糖	1	
サラダ油	1	
玉葱	30	
人参	10	
油揚げ	○ 8	
中ねぎ	5	
(乾)干しわかめ カット	0.6	
中みそ	6	
白みそ	5	
だし煮干し	4	
水	120	

4日(水)

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
	ポンス火腿 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	

5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
牛乳	鶏肉 胸・皮なしカット	12
	鶏肉 もも・皮なし カット	8
パンプリン	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	

6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	牛乳	○ 206
マーボー豆腐	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	
でんぷん	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	

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(自校)	66	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
	精白米(自校)	73		精白米(委託)	70		コッペパン	60		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6
牛乳	米粒麦 自校	6	牛乳	米粒麦 委託	6	牛乳	牛乳	206	牛乳	米粒麦 委託	7	オリーブ牛のすき焼き煮	牛肉スライス(香川県補助事業)	15
	米粒麦 自校	7		米粒麦 委託	7		鶏肉 胸・皮なし カット	30		牛乳	206		米粒麦 委託	7
豚肉とごぼうの煮物	牛乳	206	はまちの照り焼き風	牛赤肉 カット	206	オリーブ地鶏のトマト煮	鶏肉 胸・皮なし カット	30	オリーブ牛のすき焼き煮	牛肉(和牛スライス)	40	牛乳	つきこんにあく	7
	豚肉スライス	30		(チルド)はまち 幼	40		オリーブ地鶏 もも・皮なし カット(補助事業)	20		焼豆腐	35		人参	5
きのこのみそ汁	洗いごぼう	35	食べて菜の和え物	(チルド)はまち 小	50	ひじきとチーズのサラダ	ベーコンスライス	5	大豆と小煮干しの揚げ煮	濃口醤油	3	煮びたし	濃口醤油	3
	つきこんにあく	20		(チルド)はまち 中	70		じゃがいも	40		白菜	45		濃口醤油	3
納豆(小中のみ)	人参	15	ふしめん汁	清酒	2	みかん(小中のみ)	玉葱	40		白菜	45		清酒	2
	(冷)さやいんげん	7		食塩	0.15		人参	15		人参	30		玉葱	30
	サラダ油	1		でんぷん	7		にんにく	1		人参	20		食塩	0.6
	濃口醤油	5		濃口醤油	2.8		サラダ油	1		糸こんにゃく	20		人参	10
	みりん	2		なたね油	4		(レト)トマト水煮 ダイス	25		太ねぎ	10		人参	10
	砂糖(中双糖)	2		濃口醤油	2.8		トマトケチャップ	3		赤ぶどう酒	1		麩	4
	清酒	1.5		砂糖(三温糖)	1.7		砂糖(上白糖)	0.8		人参	10		てんぷら	5
	でんぷん	0.5		みりん	1.2		ウスターソース	0.7		ウスターソース	0.7		大豆	8
	だし汁	8		でんぷん	0.3		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6		濃口醤油	8		小松菜	20
	大根	20		湯	9		食塩	0.3		食塩	0.3		濃口醤油	8
	しめじ	12		食べて菜	20		こしょう	0.03		清酒	1		濃口醤油	2.5
	えのきたけ	10		キャベツ	35		湯	20		湯	20		小煮干し	4
	しいたけ スライス	5		炒り白ごま	1		(レト)まぐろ油漬	13		(冷)大豆水煮	25		だし汁	12
	油揚げ	5		濃口醤油	2		キャベツ	25		キャベツ	25		でんぷん	3
	中ねぎ	5		食酢	2		人参	10		なたね油	5		油揚げ	5
	中みそ	6		砂糖(上白糖)	0.5		人参	10		人参	10		砂糖(上白糖)	2.5
	甘みそ	5		ごま油	1		ダイスチーズ	5		濃口醤油	0.7		人参	10
	だし煮干し	4		型抜きかまぼこ(紅葉)	6		(乾)ひじき	1.2		湯	1.5		湯	1.5
	水	120		ふしめん	6		食酢	3		炒り白ごま	1		中みそ	6
	(チルド)納豆 小	30		型抜きかまぼこ(紅葉)	6		サラダ油	2		サラダ油	2		水	110
	(チルド)納豆 中	40		(レト)ホールコーン	25		濃口醤油	2					だし煮干し	4
				中ねぎ	5		砂糖(上白糖)	0.5		濃口醤油	2			
				中ねぎ	5		こしょう	0.02					(個)ヨーグルト 鉄分強化	70
				さきいか	0.8		みかん	80						
				食塩	0.5									
				だし削り節 鯖抜き	4									
				だし昆布	0.5									
				水	140									

16日(月)			17日(火)			18日(水)			19日(木)			20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 わかさぎの香り揚げ レタスの和え物 のっぺい汁 ひじきのり(小中のみ)	精白米(委託)	60	キムチごはん(麦入り) 牛乳 ナムル トックとわかめのスープ 黒豆とナッツ(小中のみ)	精白米(自校)	59	全粒粉パン 牛乳 レタスのシチュー ひじきのマリネ キウイフルーツ(小中のみ) いちごジャム(小中のみ)	全粒粉パン	50	吹き寄せごはん 牛乳 れんこんのきんぴら 白玉汁 豆乳プリンタルト(中のみ)	精白米(自校)	65	ちゃんぽん麺 牛乳 金時いものから揚げ ブロッコリーの中華和え	(袋)中華そば	○ 幼・小 150
	精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		全粒粉パン	60		(冷)鶏肉 胸・皮なし カット	9		(袋)中華そば	○ 中 200
	米粒麦 委託	6		豚肉スライス	15		牛乳	○ 206		(冷)鶏肉 もも・皮なし カット	6		豚肉スライス	20
	米粒麦 委託	7		生姜	0.8		濃口醤油			むき栗(1/4)国産	8		濃口醤油	1
	牛乳	○ 206		濃口醤油	1.2		砂糖(上白糖)	0.8		しめじ	5		清酒	0.5
	(冷)わかさぎ 粉付き	35		砂糖(上白糖)	0.8		鶏肉 胸・皮なし カット	12		人参	10		(冷)短冊いか(1×4cm)	10
	なたね油	4		白菜キムチ(ごはん用)	15		鶏肉 もも・皮なし カット	8		(冷)むき枝豆	○ 5		(冷)むきえび	10
	細ねぎ	0.7		人参	7		白ぶどう酒	1		濃口醤油	4		清酒	1.5
	生姜	0.5		(冷)むき枝豆	○ 5		じゃがいも	35		清酒	1		(レト)うずら卵	20
	にんにく	0.5		炒り白ごま	○ 2		玉葱	35		砂糖(上白糖)	1		キャベツ	25
	砂糖(中双糖)	2		ごま油	2		人参	10		食塩	0.45		もやし	15
	濃口醤油	1.8		清酒	2		エリンギ カット	5		だし昆布	1		人参	10
	清酒	1		濃口醤油	1.3		レタス	15					(レト)たけのこポイル(ホール)	7
	豆板醤	0.03		食塩	0.4		サラダ油	1		牛乳	○ 206		中ねぎ	5
	湯	2.6		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4		小麦粉	○ 4					生姜	1
	(レト)まぐろ油漬	8		牛乳	○ 206		サラダ油	1		てんぷら	10		サラダ油	1
	レタス	30					有塩バター	2		れんこん(いちよう5mm)	20		濃口醤油	3.5
	もやし	30		もやし	40		(レト)がらスープ	4		洗いごぼう	15		(レト)がらスープ	4
	きゅうり	10		小松菜	15		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6		つきこんにやく	10		食塩	0.5
	食酢	2.5		人参	7		食塩	0.5		人参	7		こしょう	0.03
砂糖(上白糖)	1.5	にんにく	0.1	こしょう	0.03	(冷)さやいんげん	6	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5					
ポン酢	0.3	食酢	2	ローリエ	0.1	ごま油	2	ごま油	0.3					
サラダ油	0.8	濃口醤油	2	調理用牛乳	○ 30	濃口醤油	3	豆板醤	0.1					
食塩	0.13	砂糖(上白糖)	1.3	ピザ用チーズ	3	砂糖(中双糖)	1	でんぷん	1					
油揚げ	○ 10	ごま油	1	湯	60	みりん	1	湯	120					
里芋 角切り	20	一味	0.01	(乾)ひじき	2	だし汁	2							
人参	10			ローズハム 短冊 卵抜き	5	一味	0.01	牛乳	○ 206					
洗いごぼう	10	ポンスハム 短冊切り 卵抜き	5	人参	5	炒り白ごま	○ 2							
中ねぎ	3	トック	20	キャベツ	30			皮つき金時いも カット	60					
濃口醤油	1	玉葱	20	(缶)ホールコーン	5	油揚げ	○ 5	なたね油	3					
清酒	1	(乾)干しわかめ カット	0.8	濃口醤油	2.5	(冷)白玉	25	食塩	0.1					
食塩	0.45	中ねぎ	3	食酢	3	大根	20							
みりん	0.3	サラダ油	0.5	砂糖(上白糖)	1.3	玉葱	20	ブロッコリー(カット)県産	30					
でんぷん	0.5	(レト)がらスープ	4	こしょう	0.02	中ねぎ	5	棒々鶏ドレッシング	3					
だし削り節 鯖抜き	4	濃口醤油	0.8	サラダ油	1.8	中みそ	6							
だし昆布	1	食塩	0.6	キウイフルーツ(さめぎっこ)	30	甘みそ	5							
水	120	こしょう	0.03	(袋)いちごジャム	15	だし煮干し	4							
(袋)ひじきのり	10	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5			水	110							
		ごま油	0.2			(個)国産豆乳プリンタルト	25							
		湯	140											
		(袋)黒豆とナッツ	小 10											
		(袋)黒豆とナッツ	中 15											

24日(火)

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

25日(水)

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
		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	
厚揚げの甘酢煮	サラダ油	1	
	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	
野菜の和え物	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	

26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	牛乳	○ 206
		(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	
ローズハム 短冊 卵抜き		6	
食べて菜		35	
たこのから揚げ	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	
食べて菜のごまドレッシング和え	つきこんにやく	7	
	中ねぎ	5	
	麦みそ	9	
	だし煮干し	4	
	湯	100	

27日(金)

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	幼~小3 30	
	コッペパン	小4 40	
	コッペパン	小5 50	
	コッペパン	小6~中 60	
	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	
サラダ油		1	
和風スパゲティ	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	
	(個)牛乳プリン	40	

30日(月)

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	
	もち米	10	
	食塩	0.65	
	牛乳		
		牛乳	○ 206
	筑前煮	鶏肉 胸・皮なし カット	15
		鶏肉 もも・皮なし カット	10
かきたま汁	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	
	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	
	ココアワッフル(小中のみ)		
鶏卵		20	
玉葱		30	
人参		7	
中ねぎ		5	
(乾)干しいたけ スライス		1	
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	