

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	
コッペパン	コッペパン	50	麦ごはん	精白米(委託)	60	大豆ごはん	精白米(自枝)	60	コッペパン	コッペパン	50	麦ごはん	精白米(委託)	60	
	コッペパン	50		精白米(委託)	70		牛肉(スライス)	15		コッペパン	50		精白米(委託)	70	
牛乳	牛乳	206	牛乳	米粒麦 委託	6	牛乳	清酒	0.6	牛乳	牛乳	206	牛乳	米粒麦 委託	6	
				米粒麦 委託	7		(レト)蒸大豆 県産	13					米粒麦 委託	7	
豚肉(スライス)	豚肉(スライス)	25	新じゃがいもとアスパラの旨煮	牛乳	206	根菜の煮物	油揚げ	3	豚肉(スライス)	(冷)紫いか 短冊	50	豚肉(スライス)	牛乳	206	
	じゃがいも 皮むき 角切り	40		豚赤肉(スライス)	20		人参	7		清酒	2		清酒	2	濃口醤油
皮むき玉葱	皮むき玉葱	50	アーマモンド和え	清酒	2	豆腐とえのきのみそ汁	(冷)むき枝豆	5	米粉	でんぷん	4	濃口醤油	(冷)おろしにんにく	0.5	
	(冷)ひよこ豆水煮	20		ベーコン スライス	7		なたね油	1		米粉	3		なたね油 ローリー	7	濃口醤油
しめじ	しめじ	10	アイモンド和え	じゃがいも 皮むき 角切り	70	豆	淡口醤油	2.5	イタリアンサラダ	皮むき玉葱	20	濃口醤油	なたね油	0.5	
	パセリ	0.5		皮むき玉葱	30		砂糖(上白糖)	1		砂糖(上白糖)	1		(冷)レモン果汁	3.5	濃口醤油
(冷)おろしにんにく	(冷)おろしにんにく	0.5	いかなごの佃煮	アスパラガス	20	豆	食塩	0.8	ズッキーニ	なたね油	0.5	濃口醤油	湯	5	
	なたね油	1		なたね油	10		だし昆布	0.5		だし昆布	0.5		湯	5	濃口醤油
有塩バター	有塩バター	0.5	いかなごの佃煮	ナス	20	豆	牛乳	206	ズッキーニ	湯	5	濃口醤油	キャベツ	25	
	(レト)トマト水煮	25		なたね油	0.5					豚肉(スライス)	20		湯	5	濃口醤油
トマトケチャップ	トマトケチャップ	3	いかなごの佃煮	砂糖(上白糖)	2	豆	濃口醤油	3	ズッキーニ	でんぷん	0.2	濃口醤油	太もやし	20	
	赤ぶどう酒	1		濃口醤油	3		豚肉(スライス)	20		湯	5		湯	5	濃口醤油
砂糖(上白糖)	砂糖(上白糖)	0.5	いかなごの佃煮	だし削り節 鯖抜き	2	豆	清酒	1	ズッキーニ	湯	5	濃口醤油	皮むき玉葱	15	
	ウスターソース	0.7		湯	10		ごぼう(斜め・5mm厚さ)	30		湯	5		湯	5	濃口醤油
チキンコンソメ 乳・卵抜き	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	いかなごの佃煮	小松菜	18	豆	れんこん(いちよう5mm)	25	ズッキーニ	湯	5	濃口醤油	エリンギ カット	10	
	食塩	0.3		太もやし	25		(冷)さやいんげん	5		湯	5		湯	5	濃口醤油
こしょう	こしょう	0.03	いかなごの佃煮	人参	5	豆	なたね油	1	ズッキーニ	湯	5	濃口醤油	にら	10	
	湯	20		濃口醤油	2		砂糖(中双糖)	1		湯	5		湯	5	濃口醤油
キャベツ	キャベツ	20	いかなごの佃煮	食酢	2	豆	濃口醤油	2.7	ズッキーニ	湯	5	濃口醤油	食塩	0.2	
	きゅうり	20		なたね油	0.5		みりん	0.2		みりん	0.2		湯	5	濃口醤油
(レト)夏みかん	(レト)夏みかん	20	いかなごの佃煮	なたね油	0.5	豆	だし汁	5	ズッキーニ	湯	5	濃口醤油	こしょう	0.02	
	食酢	1.5		砂糖(上白糖)	1		だし汁	5		湯	5		湯	5	濃口醤油
なたね油	なたね油	1	いかなごの佃煮	アーモンド(刻み)	1.2	豆	(冷)豆腐 カット	20	ズッキーニ	湯	5	濃口醤油	砂糖(上白糖)	0.8	
	食塩	0.3		アーモンド(粉)	1.2		えのきたけ(1/2)1kg	20		湯	5		湯	5	濃口醤油
こしょう	こしょう	0.02	いかなごの佃煮	(袋)いかなご佃煮	8	豆	中ねぎ	5	ズッキーニ	湯	5	濃口醤油	こしょう	0.02	
	砂糖(上白糖)	0.8		(個)ももゼリー	50		中みそ	6		湯	5		湯	5	濃口醤油
(個)チーズ 鉄強化	(個)チーズ 鉄強化	15	いかなごの佃煮			豆	白みそ	2	ズッキーニ	湯	5	濃口醤油	こしょう	0.02	
							だし削り節 鯖抜き	3		湯	5		湯	5	濃口醤油
			いかなごの佃煮			豆	湯	100	ズッキーニ	湯	5	濃口醤油	ローリエ	0.1	
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油	湯	100	
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆			ズッキーニ	湯	5	濃口醤油			
											湯		5	湯	5
			いかなごの佃煮			豆									

22日(月)			23日(火)			24日(水)			25日(木)			26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	ビビンバ(麦ごはん)	精白米(委託)	60	セルフフィッシュバーガー	コッペパン	50	麦ごはん	精白米(委託)	60	小型コッペパン	コッペパン	30	
	コッペパン	50		精白米(委託)	70		コッペパン	50		精白米(委託)	70		コッペパン	30	
牛乳	牛乳	206		米粒麦 委託	6	牛乳	牛乳	206	牛乳	6	牛乳	牛乳	206	牛乳	206
				米粒麦 委託	7					米粒麦 委託		7			
豚肉(スライス)	豚肉(スライス)	20	牛乳	牛乳	206	(冷)鮭フライ	(冷)鮭フライ	50	牛乳	牛乳	206	スパゲティ(ハーフ)	スパゲティ(ハーフ)	35	
	(冷)白いんげん豆	10				(冷)鮭フライ	(冷)鮭フライ	60				ゆで塩	ゆで塩	1	
じゃがいも 皮むき 角切り	じゃがいも 皮むき 角切り	50	牛肉(スライス)	牛肉(スライス)	30	なたね油 ローリー	なたね油 ローリー	7	焼き豆腐のみそそぼろ煮	豚肉(ミンチ)	15	なたね油	なたね油	1	
皮むき玉葱	皮むき玉葱	45	中ねぎ	中ねぎ	3				焼き豆腐のみそそぼろ煮	(冷)焼き豆腐 カット	65	豚肉(スライス)	豚肉(スライス)	30	
人参	人参	10	(冷)おろしにんにく	(冷)おろしにんにく	0.8	キャベツ	キャベツ	25	もやしのごま酢和え	皮むき玉葱	40	皮むき玉葱	皮むき玉葱	30	
しめじ	しめじ	10	ごま油	ごま油	1	人参	人参	5	もやしのごま酢和え	人参	7	人参	人参	10	
(冷)おろしにんにく	(冷)おろしにんにく	0.2	濃口醤油	濃口醤油	2.5	(袋)タルタルソース	(袋)タルタルソース	5	もやしのごま酢和え	(乾)干しいたけ スライス	0.8	エリンギ カット	エリンギ カット	10	
なたね油	なたね油	0.5	砂糖(三温糖)	砂糖(三温糖)	1	(袋)タルタルソース	(袋)タルタルソース	12	もやしのごま酢和え	中ねぎ	5	ピーマン	ピーマン	7	
白ぶどう酒	白ぶどう酒	2	ほうれん草	ほうれん草	18	ベーコン スライス	ベーコン スライス	5	もやしのごま酢和え	おろし生姜	0.3	(冷)おろしにんにく	(冷)おろしにんにく	0.3	
濃口醤油	濃口醤油	1.2	太もやし	太もやし	25	(レト)ミックスビーンズ	(レト)ミックスビーンズ	15	もやしのごま酢和え	(冷)おろしにんにく	0.2	なたね油	なたね油	1	
砂糖(三温糖)	砂糖(三温糖)	0.3	人参	人参	5	マカロニ(シェル)	マカロニ(シェル)	5	もやしのごま酢和え	ごま油	1	(レト)トマトピューレ	(レト)トマトピューレ	13	
(レト)がらスープ	(レト)がらスープ	3	食酢	食酢	1	皮むき玉葱	皮むき玉葱	30	もやしのごま酢和え	赤みそ	4	トマトケチャップ	トマトケチャップ	7	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	ごま油	ごま油	0.5	人参	人参	5	もやしのごま酢和え	清酒	2	赤ぶどう酒	赤ぶどう酒	4	
カレー粉	カレー粉	0.5	濃口醤油	濃口醤油	2	パセリ	パセリ	1	もやしのごま酢和え	濃口醤油	1.5	ウスターソース	ウスターソース	1.5	
食塩	食塩	0.3	砂糖(上白糖)	砂糖(上白糖)	1	(冷)おろしにんにく	(冷)おろしにんにく	0.1	もやしのごま酢和え	砂糖(三温糖)	1.2	チキンコンソメ 乳・卵抜き	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
こしょう	こしょう	0.03	食塩	食塩	0.2	(レト)トマト水煮	(レト)トマト水煮	20	もやしのごま酢和え	でんぷん	0.5	食塩	食塩	0.2	
湯	湯	50	(冷)豆腐 カット	(冷)豆腐 カット	15	なたね油	なたね油	0.5	もやしのごま酢和え	湯	20	こしょう	こしょう	0.05	
			ベーコン スライス	ベーコン スライス	5	(レト)がらスープ	(レト)がらスープ	3	もやしのごま酢和え						
れんこん(いちょう3mm)	れんこん(いちょう3mm)	15	鶏卵	鶏卵	15	赤ぶどう酒	赤ぶどう酒	1	もやしのごま酢和え	太もやし	25	(冷)ブロックリー	(冷)ブロックリー	40	
きゅうり	きゅうり	25	(レト)クリームコーン	(レト)クリームコーン	15	(袋)トマトパウダー 200g	(袋)トマトパウダー 200g	0.8	もやしのごま酢和え	きゅうり	20	(レト)まぐろ油漬	(レト)まぐろ油漬	5	
人参	人参	5	皮むき玉葱	皮むき玉葱	15	食塩	食塩	0.5	もやしのごま酢和え	人参	5	(レト)ホールコーン	(レト)ホールコーン	7	
(レト)ホールコーン	(レト)ホールコーン	7	中ねぎ	中ねぎ	3	こしょう	こしょう	0.03	もやしのごま酢和え	食酢	2	なたね油	なたね油	1	
かんきつドレッシング 乳・卵抜き	かんきつドレッシング 乳・卵抜き	4.5	(レト)がらスープ	(レト)がらスープ	3	チキンコンソメ 乳・卵抜き	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	もやしのごま酢和え	ごま油	0.5	(冷)レモン果汁	(冷)レモン果汁	1.2	
			チキンコンソメ 乳・卵抜き	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	砂糖(上白糖)	砂糖(上白糖)	0.1	もやしのごま酢和え	濃口醤油	2	食酢	食酢	1.5	
(個)チョコ大豆クリーム	(個)チョコ大豆クリーム	小 10	濃口醤油	濃口醤油	2	ローリエ	ローリエ	0.1	もやしのごま酢和え	砂糖(上白糖)	1	食塩	食塩	0.2	
(個)チョコ大豆クリーム	(個)チョコ大豆クリーム	中 15	食塩	食塩	0.3	湯	湯	100	もやしのごま酢和え	炒り白ごま 500g	1.2	こしょう	こしょう	0.03	
			こしょう	こしょう	0.03				もやしのごま酢和え	すりごま	1.2	砂糖(上白糖)	砂糖(上白糖)	0.5	
			清酒	清酒	1				もやしのごま酢和え						
			でんぷん	でんぷん	0.5				もやしのごま酢和え	(袋)ミックスナッツ	10	(個)みかんジュース	(個)みかんジュース	125	
			ごま油	ごま油	0.1										
			湯	湯	90										
			(個)黒ごまプリン	(個)黒ごまプリン	40										

29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
小さいわしからの揚げ	(冷)小さいわし 粉付き	35
	なたね油 ローリー	6
	(乾)切干し大根	4.5
	きゅうり	25
	食酢	2.5
	砂糖(上白糖)	1.5
	濃口醤油	1.5
	炒り白ごま 500g	0.7
	すりごま	0.7
きゅうりの酢の物	かぼちゃ 生カット皮付	20
	皮むき玉葱	20
	油揚げ	5
	えのきたけ(1/2)	7
	中ねぎ	5
	中みそ	6
	白みそ	2
	だし煮干し	3
	水	90
かぼちゃのみそ汁	(個)ひじきのり	10
ひじきのり		

30日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ドライカレー(ナン)	(袋)ナン	小1・2 50
		小3~6 70
		中 100
	牛乳	○ 206
	牛肉(ミンチ)	15
	豚肉(ミンチ)	15
	赤ぶどう酒	1
	(レト)ひきわり大豆	20
牛乳	皮むき玉葱	40
	人参	15
	(冷)おろしにんにく	0.6
	おろし生姜	0.3
	なたね油	1
	小麦粉	1
	レーズン	1
	トマトケチャップ	9
	ウスターソース	3.5
	カレー粉	1.2
野菜スープ	赤ぶどう酒	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	ベーコン スライス	10
	キャベツ	30
	じゃがいも 皮むき 角切り	30
	皮むき玉葱	40
	セロリー	2
プリン	なたね油	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	(レト)がらスープ	3
	食塩	0.3
	こしょう	0.02
	濃口醤油	1
	湯	100
	(個)プリン 鉄強化	60