

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	
オリー ブ牛の すき焼 き風煮	<small>牛肉(和牛スライス)(香川県補助事業)</small>	40	
	清酒	2	
	(冷)焼き豆腐 カット	30	
	(セ)白菜	40	
	大根	40	
	人参	15	
	太ねぎ	15	
	麩	○ 5	
	サラダ油	1	
	濃口醤油	7	
	砂糖(中双糖)	4	
	湯	4	
	小松菜 のごま 和え		
		小松菜	17
太もやし		30	
濃口醤油		1.2	
炒り白ごま 500g		○ 1.2	
すりごま		○ 0.8	
柿			
	35		

4日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
黒米 ごはん	精白米(自枝)	77
	黒米	3
	食塩	0.8
牛乳		
	牛乳	○ 206
じゃが いもの そぼろ 煮	牛肉ミンチ	10
	豚肉ミンチ	15
	清酒	1
	皮むきじゃがいも カット	70
	皮むき玉葱	40
	つきこんにやく(ハーフ)	20
	人参	15
	(冷)むき枝豆	○ 5
	サラダ油	1
	濃口醤油	4
	砂糖(中双糖)	2
	トマトケチャップ	0.5
	食塩	0.1
	湯	8
アー モンド 和え		
	れんこん(いちょう3mm)	20
	人参	5
	(冷)さやいんげん	10
	濃口醤油	2.5
	食酢	2
	砂糖(上白糖)	0.8
	アーモンド(刻み)	○ 1.2
	アーモンド(粉)	○ 1.2

5日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
中華 丼(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
かぼ ちやの フライ	豚肉スライス	30
	おろし生姜	0.2
	濃口醤油	1.5
	清酒	1
	(レト)うずら卵	15
	チンゲンサイ	20
	皮むき玉葱	20
	人参	8
	(乾)干しいたけ スライス	0.5
	(レト)たけのこポイル(短冊)	10
	サラダ油	1
	ごま油	0.5
	(レト)がらスープ	3
	濃口醤油	1.5
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	
食塩	0.4	
こしょう	0.06	
でんぷん	1.5	
湯	40	
(冷)かぼちゃフライ 500g	52	
なたね油 ローリー	7	

6日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
いり こめし	精白米(自枝)	65
	かえり	5.5
	油揚げ	○ 5
	切りこんにやく	10
牛乳	洗いごぼう	7
	人参	5
大根 と厚 揚げの そぼろ 煮	(冷)むき枝豆	○ 3
	淡口醤油	4
	清酒	1.5
	食塩	0.4
	だし昆布	0.5
	牛乳	○ 206
	豚肉ミンチ	10
	牛肉ミンチ	5
	(冷)厚揚げ カット	30
	大根	40
	(レト)トマトピューレ	5
	しめじ	10
(冷)さやいんげん	5	
サラダ油	0.8	
濃口醤油	3.5	
砂糖(三温糖)	1.5	
清酒	1	
みりん	0.5	
でんぷん	1	
湯	15	
ほうれん草	17	
太もやし	28	
人参	5	
濃口醤油	2	
ゆず酢	1.5	
砂糖(上白糖)	1	
(個)マロンワッフル	40	

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				
コッ ペ パ ン	コッペパン	50	麦 こ は ん	精白米(委託)	60	コッ ペ パ ン	コッペパン	50	麦 こ は ん	精白米(委託)	60	麦 こ は ん	精白米(委託)	60				
	コッペパン	60		精白米(委託)	70		コッペパン	60		精白米(委託)	70							
牛 乳	牛乳	○ 206		米粒麦 委託	6	牛 乳	牛乳	○ 206		米粒麦 委託	6		牛 乳	牛乳	○ 206	牛 乳	米粒麦 委託	6
	豚肉スライス	20		米粒麦 委託	7		牛乳	○ 206		米粒麦 委託	7			牛乳	○ 206		牛乳	○ 206
	赤ぶどう酒	2																
	(レト)蒸大豆	○ 10	牛乳		牛 乳	牛肉ミンチ	12	(レト)厚揚げ カット	20	厚 揚 げ の 甘 酢 煮	豚肉スライス	20	さ ん ま の か ば 焼 き 風	(冷)さんま開き でんぶん付き	小 40			
	(冷)白いんげん豆	20	讚岐サーモン	小 50		豚肉ミンチ	12	(レト)ミックスビーンズ	15		(冷)さんま開き でんぶん付き	中 50						
	皮むきじゃがいも カット	40	(冷)讚岐サーモン	中 60	(レト)ミックスビーンズ	15	皮むき玉葱	45	皮むき玉葱	30	なたね油 ローリー	7						
	皮むき玉葱	40	清酒	2	まいたけ	5	エリンギ カット	5	(レト)たけのこポイル(短冊)	20	濃口醤油	2.5						
	人参	15	米粉	2	サラダ油	0.5	白ぶどう酒	2	人参	10	砂糖(上白糖)	4						
	ポ ー ク ビ ー ン ズ	(レト)トマト水煮 ダイス	12	でんぶん	5	サラダ油	0.5	濃口醤油	1.2	(冷)むき枝豆	○ 5	しめじ	1.2	も み じ 和 え	おろし生姜	0.2		
		サラダ油	1	なたね油 ローリー	7	濃口醤油	1.2	砂糖(三温糖)	0.5	中華サラダ	1	みりん	1.2		おろし生姜	0.2		
		トマトケチャップ	4	砂糖(上白糖)	5	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	食酢	2.5	ミックスナッツ	1	おろし生姜	0.2		でんぶん	0.2		
		砂糖(上白糖)	1	ゆず酢	3	カレー粉	0.3	砂糖(上白糖)	3.8	湯	20	湯	2		湯	2		
		ウスターソース	0.5	濃口醤油	4	食塩	0.3	濃口醤油	4	キムチコンソメ 乳・卵抜き	0.6	食酢	1.5		大根	25		
		野 菜 サ ラ ダ	食塩	0.5	でんぶん	0.2	こしょう	0.03	トマトケチャップ	2.7	キムチコンソメ 乳・卵抜き	0.6	食塩	0.1	きゅうり	20		
			こしょう	0.05	ブロッコリー(カット)県産	25	湯	20	清酒	1	でんぶん	1	でんぶん	1	人参	5		
			チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	カリフラワー(カット)	10	キャベツ	20	濃口醤油	0.6	水	10	水	10	かんきつドレッシング	4.5		
			湯	20	濃口醤油	1.2	きゅうり	25	食塩	0.1	さゆり	20	さゆり	20	(冷)豆腐 カット	30		
			野 菜 サ ラ ダ	キャベツ	20	炒り白ごま 500g	○ 1	(乾)海藻ミックス	0.5	でんぶん	1	太もやし	25	人参	5	油揚げ	○ 10	
				太もやし	25	豚肉スライス	15	(レト)ホールコーン	7	水	10	人参	5	中ねぎ	5	なめこ	15	
人参				5	清酒	1	青じそドレッシング	4.5	濃口醤油	2	みそ	2	赤みそ	5	だし煮干し	3		
(レト)ホールコーン				7	油揚げ	○ 7			食酢	1.5	中みそ	2	中みそ	2	水	100		
かんきつドレッシング				4.5	さつまいもカット(角切り)	25	(個)ヨーグルト(無糖)	75	砂糖(上白糖)	0.8	だし煮干し	3	だし煮干し	3				
					しめじ	10	(個)希少糖入りシロップ	10	サラダ油	0.5	水	100						
					ごぼう(さががき)	7			ごま油	0.5								
					中ねぎ	3			炒り白ごま 500g	○ 1								
					麦みそ 8kg(樽入り)	7			(袋)ミックスナッツ	15								
					だし煮干し	3												
					湯	85												

16日(月)

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
	(レト)あさりむき身	10
牛乳	白ぶどう酒	1
	ベーコンスライス	15
クラム	皮むきじゃがいも カット	30
	皮むき玉葱	40
チャウダー	人参	10
	しめじ	7
ダ	サラダ油	0.5
	サラダ油	1
かみかみ	有塩バター	2
	小麦粉	○ 3.5
みサラダ	調理用牛乳	30
	生クリーム	1
ブルーベリー	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	食塩	0.3
ジャム	こしょう	0.02
	ローリエ	0.1
	湯	40
	さきいか	3
	れんこん(いちよう3mm)	20
	きゅうり	20
	人参	5
	(レト)ホールコーン	5
	砂糖(上白糖)	0.4
	濃口醤油	1.5
	食酢	1.5
	ごま油	0.2
	すりごま	○ 1
	(袋)ブルーベリージャム 食物繊維強化	15

17日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
菜ちりめんごはん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	菜めしちりめん 250g	2.4
牛乳		○ 206
	鶏肉 胸・皮なし カット	15
牛乳	鶏肉 もも・皮なし カット	10
	清酒	1
筑前煮	ちくわ	10
	れんこん(いちよう8mm)	25
おかか	ごぼう(斜め・5mm厚さ)	20
	人参	10
か	波型こんにやく	15
	(乾)干しいたけ スライス	1
和え	(冷)むき枝豆	○ 5
	サラダ油	1
みかん	濃口醤油	4.3
	砂糖(中双糖)	1.6
	みりん	0.5
	ごま油	0.3
	湯	20
	ほうれん草	17
	太もやし	30
	濃口醤油	1.2
	花かつお(碎片)500g	1.2
	みかん	80

18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
牛乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳		○ 206
	(冷)はまち	小 50
はまちの照り焼き	(冷)はまち	中 70
	清酒	2
食べて菜	食塩	0.2
	おろし生姜	0.1
食	濃口醤油	2.5
	砂糖(三温糖)	1.5
え	みりん	1
	でんぷん	0.3
ふしめん汁	湯	8
	食べて菜	17
	太もやし	30
	濃口醤油	2
	食酢	2
	砂糖(上白糖)	1
	炒り白ごま 500g	○ 1.2
	すりごま	○ 0.8
	ふしめん	○ 10
	油揚げ	○ 7
	皮むき玉葱	15
	人参	7
	えのきたけ カット	10
	中ねぎ	5
	中みそ	5
	甘みそ	2
	だし煮干し	3
	湯	90

19日(木)

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		○ 206
	牛肉スライス	20
ビーフシチュー	赤ぶどう酒	1
	皮むきじゃがいも カット	40
チーズ	皮むき玉葱	40
	人参	10
サラダ	エリンギ カット	10
	(冷)むき枝豆	○ 5
りんご	セロリー	1
	サラダ油	1
ご	小麦粉	○ 5
	有塩バター	4
	サラダ油	1.5
	湯	25
	トマトケチャップ	5
	(レト)トマトピューレ	5
	(レト)がらスープ	3
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ウスターソース	2
	赤ぶどう酒	2
	食塩	0.6
	こしょう	0.03
	ローリエ	0.1
	湯	50
	大根	30
	きゅうり	20
	(レト)ホールコーン	7
	ダイスチーズ	7
	青じそドレッシング	4
	(袋)りんご カット	50

20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
牛乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳		○ 206
	オリブ地鶏 胸・皮なし カット(補助野菜)	25
オリブ地鶏と里芋の煮物	オリブ地鶏 もも・皮なし カット(補助野菜)	15
	清酒	1
昆布和え	里芋 角切り	50
	ちくわ	15
納豆	波型こんにやく	15
	人参	15
	(冷)さやいんげん	8
	おろし生姜	0.2
	サラダ油	1.5
	濃口醤油	3.5
	砂糖(中双糖)	2
	水	10
	キャベツ	20
	太もやし	25
	塩ふき昆布	0.5
	濃口醤油	1.2
	炒り白ごま 500g	○ 1.2
	(チルド)納豆	小 30
	(チルド)納豆	中 40

24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
さばのみそ煮	(冷)さばのみそ煮	小 50
	(冷)さばのみそ煮	中 70
きゅうり		20
	太もやし	25
	人参	5
	ゆずかつおドレッシング	4.5
てんぷら		15
	油揚げ	○ 7
人参		7
	(乾)干しいたけ スライス	0.5
(冷)さやいんげん		5
	サラダ油	1
濃口醤油		2.7
	砂糖(中双糖)	1.2
みりん		0.5
	清酒	1
ごま油		0.2
	水	15

25日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
きな粉揚げパン	コッペパン	50
	コッペパン	70
	なたね油 ローリー	6
	きな粉 1kg	○ 4
	砂糖(三温糖)	3
	食塩	0.01
紙ナフキン		1
牛乳		
	牛乳	○ 206
ミニウインナー		15
	ベーコンスライス	7
皮むきじゃがいも カット		40
	皮むき玉葱	30
キャベツ		20
	皮むきかぶ	20
サラダ油		1
	(レト)がらスープ	3
食塩		0.5
	こしょう	0.03
チキンコンソメ 乳・卵抜き		0.6
	ローリエ	0.1
湯		80
れんこん(いちよう3mm)		20
	きゅうり	15
人参		5
	(レト)ホールコーン	5
サラダ油		1
	食酢	1
(冷)レモン果汁		1.5
	砂糖(上白糖)	0.8
食塩		0.15
	こしょう	0.02

26日(木)

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
	鶏肉 胸・皮なし カット	9
清酒	鶏肉 もも・皮なし カット	6
		1
油揚げ		○ 3
	むき栗(1/4)国産	10
しめじ		5
	人参	5
(冷)むき枝豆		○ 5
	淡口醤油	4
清酒		1
	砂糖(上白糖)	1
食塩		0.8
	だし昆布	0.5
牛乳		
	牛乳	○ 206
(冷)わかさぎ 粉付き		35
	なたね油 ローリー	5
食酢		3.8
	濃口醤油	2.5
砂糖(上白糖)		3
	湯	4
豚肉スライス		10
	清酒	1
(冷)豆腐 カット		10
	大根	15
ごぼう(ささがき)		10
	人参	7
つきこんにやく(ハーフ)		5
	太ねぎ	5
おろし生姜		0.1
	麦みそ 8kg(樽入り)	7
だし煮干し		3
	湯	90

27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
高野豆腐	豚肉スライス	25
	清酒	1
鶏卵		20
	(乾)高野豆腐 サイコロ	○ 15
皮むき玉葱		30
	人参	10
(冷)むき枝豆		○ 5
	(乾)干しいたけ スライス	1
小松菜	サラダ油	1
	濃口醤油	3.4
砂糖(三温糖)		1.9
	食塩	0.3
湯		60
小松菜		17
	太もやし	28
人参		5
	花かつお(砕片)500g	1
濃口醤油		1.2
キウイフルーツ(さめきキウイッ)		30
(袋)ひじきのり		10

30日(月)

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
牛 乳	豚肉ミンチ		20
	(冷)金時豆		30
	皮むきじゃがいも カット		50
チ リ コ ン カ ー ン	皮むき玉葱		50
	人参		15
	(冷)むき枝豆	○	5
	(レト)トマト水煮 ダイス		10
	おろしにんにく		1
	サラダ油		0.5
ア ー モ ン ド サ ラ ダ	トマトケチャップ		5
	砂糖(中双糖)		1.3
	ウスターソース		1.2
	チキンコンソメ 乳・卵抜き		0.5
	食塩		0.4
	チリパウダー		0.1
	湯		30
ヨ ー グ ル ト	キャベツ		20
	きゅうり		20
	人参		5
	食酢		2
	サラダ油		0.5
	濃口醤油		2
	砂糖(上白糖)		0.5
	アーモンド(粉)	○	1.2
	アーモンド(刻み)	○	1.2
	(個)ヨーグルト 鉄分強化		70