8日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
カレーライス　牛乳　大根サラダ　小魚アーモンド	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	牛乳	○	206
	豚肉　スライス		15
	（乾）赤レンズ豆		5
	玉ねぎ　皮むき		40
	じゃがいも皮むき　2cmカット		50
	人参		15
	（冷）むき枝豆		5
	（レト）トマト水煮		5
	おろしにんにく		0.5
	サラダ油		1
	小麦粉		5.5
	サラダ油		4.5
	カレー粉		1
	（レト）がらスープ		3
	ウスターソース		3
	赤ぶどう酒		2
	トマトケチャップ		2
	とんかつソース		1
	濃口醤油		1
	チャツネ		1
	食塩		0.8
	こしょう		0.04
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.7
	湯		90
	大根		20
	きゅうり		20
	（レト）ホールコーン		5
	（レト）まぐろ油漬		5
	すだち酢		1.5
	濃口醤油		1.8
	砂糖（上白糖）		1.2
	（袋）小魚入りアーモンド		8

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
わかさぎのから揚げ			
	（冷）わかさぎ　粉付き		35
	なたね油　ローリー		5
食べて菜のごま酢和え			
	食べて菜		17
	太もやし		25
	人参		5
	食酢		2
	砂糖（上白糖）		1
	濃口醤油		2
	炒り白ごま　500g		1
	すりごま		1
ひじきの炒煮			
	（冷）厚揚げ　カット		15
	（乾）ひじき		2
	れんこん　いちょう切り		20
	人参		5
	つきこんにゃく（ハーフ）		10
	（冷）むき枝豆		5
	サラダ油		1
	濃口醤油		2.5
	砂糖（三温糖）		1
	みりん		0.5
	湯		10

13日（水）

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
かぶのポトフ			
	鶏肉　もも・皮なし　カット		6
	鶏肉　胸・皮なし　カット		9
	ベーコン　スライス		7
	じゃがいも皮むき　2cmカット		40
	玉ねぎ　皮むき		30
	キャベツ		20
	かぶ　皮むき		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
アーモンドサラダ			
	ブロッコリー　カット		25
	（冷）カリフラワー		20
	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
ヨーグルト			
	（個）ヨーグルト　鉄分強化		70

14日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
キムチごはん	精白米（自校）		65
	豚肉　スライス		15
	おろし生姜		0.8
	淡口醤油		1.2
	砂糖（上白糖）		0.8
	（レト）白菜キムチ ご飯用		20
	人参		5
牛乳			
	（冷）むき枝豆		3
	ごま油		0.1
	清酒		1.6
	淡口醤油		2.7
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.3
	牛乳	○	206
切干大根のごまドレッシング和え			
	切干し大根		4
	きゅうり		20
	人参		5
	（レト）ホールコーン		7
	食酢		2
	濃口醤油		2
	砂糖（上白糖）		1
	ごま油		0.5
	炒り白ごま　500g		1.2
豆腐とコーンのスープ			
	（冷）豆腐　カット		15
	ベーコン　スライス		5
	鶏卵		15
	（レト）クリームコーン		15
	玉ねぎ　皮むき		15
	中ねぎ		3
	（レト）がらスープ		3
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.4
	濃口醤油		2
	食塩		0.3
	こしょう		0.03
	清酒		1
	でんぷん		0.5
	ごま油		0.1
	湯		90
黒ごまプリン			
	（個）黒ごまプリン		40

15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
讃岐さーもんのゆずソースかけ			
	（冷）讃岐サーモン		小　50
	（冷）讃岐サーモン		60
	清酒		2
	米粉		2
	でんぷん		5
	なたね油　ローリー		7
	砂糖（上白糖）		5
	ゆず酢		3
	濃口醤油		4
	でんぷん		0.2
	水		1
大根のドレッシング和え			
	大根		20
	きゅうり		20
	青じそドレッシング　乳・卵抜き		4.5
	炒り白ごま　500g		1
煮しめ			
	れんこん　いちょう切り		20
	ごぼう　斜めカット		20
	金時にんじん		10
	ちくわ		10
	波型こんにゃく		10
	（乾）早煮昆布		1
	（冷）さやいんげん		5
	サラダ油		1
	濃口醤油		3.5
	砂糖（中双糖）		1.5
	みりん		0.5
	水		20

18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	牛乳	○	206
クリームシチュー	豚肉　スライス		20
	玉ねぎ　皮むき		40
	じゃがいも皮むき　2cmカット		30
	人参		10
	しめじ		10
	（冷）むき枝豆		5
	小麦粉		5
	有塩バター		3
	サラダ油		2
	サラダ油		1
	（レト）がらスープ		3
	食塩		0.7
	こしょう		0.08
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.5
	調理用牛乳		20
	生クリーム		3
	ピザ用チーズ		3
	ローリエ		0.1
	湯		70
ツナサラダ	大根		25
	きゅうり		15
	人参		5
	（レト）まぐろ油漬		5
	（レト）ホールコーン		7
	青じそドレッシング　乳・卵抜き		4
りんご	（袋）りんご（1／4）		50

19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
肉じゃが	豚肉　スライス		30
	清酒		1
	じゃがいも皮むき　2cmカット		70
	玉ねぎ　皮むき		40
	つきこんにゃく（ハーフ）		20
	人参		15
	（冷）むき枝豆		5
	サラダ油		1
	濃口醤油		3.5
	砂糖（中双糖）		2
	でんぷん		0.5
	湯		10
昆布和え	小松菜		17
	太もやし		30
	塩ふき昆布		1
	濃口醤油		1.2
	炒り白ごま　500g		1

20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	牛乳	○	206
さばの塩焼き	（冷）さば		小　50
	（冷）さば		中　70
	清酒		1
	食塩		0.3
ゆず香和え	ほうれん草		17
	太もやし		30
	ゆず酢		2
	濃口醤油		1.5
	砂糖（上白糖）		1.5
	炒り白ごま　500g		1
	すりごま		1
里芋のみそ汁	里いも　カット		30
	油揚げ		7
	ごぼう　ささがき		15
	人参		7
	中ねぎ		3
	麦みそ　樽入		7
	だし煮干し		3
	水		100

21日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
黒米ごはん	精白米（自校）		69
	精白米（自校）		77
	黒米		3
	食塩		0.8
牛乳	牛乳	○	206
すき焼き風煮	牛肉　スライス		25
	（冷）焼き豆腐　カット		30
	白菜		30
	大根		40
	玉ねぎ　皮むき		25
	人参		10
	太ねぎ		10
	サラダ油		1
	濃口醤油		7
	砂糖（中双糖）		4
	清酒		2
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
	すりごま		1

22日（金）

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
鶏肉のはちみつレモンソースかけ	鶏肉　胸・皮なし　唐揚げ用		30
	鶏肉　もも・皮なし　唐揚げ用		20
	清酒		1
	食塩		0.15
	こしょう		0.06
	でんぷん		4
	米粉		1
	なたね油　ローリー		6
	（冷）レモン果汁		3.5
	はちみつ百花		1.5
	濃口醤油		2.8
	砂糖（上白糖）		1.5
	みりん		0.7
	でんぷん		0.2
	湯		5
らりるれレタスのスープ	ベーコン　スライス		5
	（レト）うずら卵		20
	玉ねぎ　皮むき		25
	レタス		15
	人参		8
	パセリ		1
	（レト）がらスープ		3
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.5
	濃口醤油		0.5
	でんぷん		0.4
	湯		100

25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
高野豆腐の卵とじ	豚肉　スライス		20
	清酒		1
	鶏卵		20
	（乾）高野豆腐　サイコロ		15
	玉ねぎ　皮むき		30
	人参		10
	（冷）さやいんげん		10
	（乾）干ししいたけ　スライス		1
	サラダ油		1
	濃口醤油		3.4
	砂糖（三温糖）		1.9
	食塩		0.3
	湯		60
アーモンド和え	れんこん　いちょう切り		25
	きゅうり		20
	（レト）ホールコーン		7
	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
ぽんかん	（個）ぽんかん		100

26日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
しっぽくうどん	（袋）ゆでうどん（さぬきの夢）		～小3　200
	（袋）ゆでうどん（さぬきの夢）		小4～6　280
	（袋）ゆでうどん（さぬきの夢）		中　300
	鶏肉　胸・皮なし　カット		12
	鶏肉　もも・皮なし　カット		10
	清酒		1
	てんぷら		10
	油揚げ		5
	大根		25
	里いも　カット		20
	金時にんじん		5
	中ねぎ		5
	しめじ		5
	濃口醤油		5
	清酒		1.5
	みりん		1
	食塩		0.6
	だし煮干し		3
	水		120
牛乳	牛乳	○	206
小いわしのから揚げ	（冷）小いわし　粉付き		35
	なたね油　ローリー		7
野菜マフィン	（個）野菜マフィン		25

27日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
いりこめし	精白米（自校）		65
	かえり		5.5
	油揚げ		5
	切りこんにゃく		10
	洗いごぼう		7
	金時にんじん		5
	（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	牛乳	○	206
ブロッコリーのごま和え	ブロッコリー　カット		25
	（冷）カリフラワー		15
	濃口醤油		1.2
	炒り白ごま　500g		1
	すりごま		1
大根と厚揚げのそぼろ煮	豚肉ミンチ		10
	牛肉ミンチ		10
	（冷）厚揚げ　カット		30
	大根		50
	人参		15
	（冷）さやいんげん		8
	（乾）干ししいたけ　スライス		0.5
	サラダ油		1
	濃口醤油		3.5
	砂糖（三温糖）		1.5
	みりん		0.5
	清酒		1
	でんぷん		1
	湯		15
和三盆糖	和三盆糖		3

28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
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
	じゃがいも皮むき　2cmカット		70
	玉ねぎ　皮むき		40
	つきこんにゃく（ハーフ）		20
	人参		15
	（冷）むき枝豆		5
	サラダ油		1
	濃口醤油		3.5
	砂糖（中双糖）		2
	でんぷん		0.5
	湯		8
食べて菜のおひたし	食べて菜		17
	太もやし		28
	人参		5
	濃口醤油		1.2
	花かつお　砕片		1.2
ひじきのり	（袋）ひじきのり		10

29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		30
	コッペパン		40
牛乳	牛乳	○	206
スパゲティミートソース	スパゲティ（ハーフ）		35
	ゆで塩		1.3
	サラダ油		1
	牛肉ミンチ		15
	豚肉ミンチ		15
	玉ねぎ　皮むき		35
	人参		10
	エリンギ　カット		10
	パセリ		1
	おろしにんにく		0.3
	サラダ油		1
	トマトピューレ		13
	トマトケチャップ		7
	赤ぶどう酒		4
	ウスターソース		1.5
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.3
	食塩		0.2
	こしょう		0.05
チーズサラダ	大根		25
	きゅうり		25
	（レト）ホールコーン		7
	ダイスチーズ　角　生食用		7
	青じそドレッシング　乳・卵抜き		4