

1日(火)			2日(水)			3日(木)			4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
ごはん 牛乳 カレーライス にんじんサラダ 小魚アーモンド	精白米(自校)	68	ごはん 牛乳 なす入りマーボー豆腐 中華サラダ アーモンド入りチーズ(中のみ)	精白米(委託・白)	70	コッペパン 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き イタリアンサラダ 野菜スープ	コッペパン(丸型)	50	梅ちりめんごはん 牛乳 肉じゃが 磯香和え	精白米(自校)	67.5
	精白米(自校)	75		精白米(委託・白)	80		コッペパン(丸型)	50		精白米(自校)	75
	牛乳	○ 206		牛乳	○ 206		牛乳	○ 206		梅ちりめん	3
	牛肉スライス	20		豚肉ミンチ	20		鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	70		牛乳	○ 206
	(乾)赤レンズ豆	5		清酒	1		食塩	0.2		牛肉スライス	30
	じゃがいも 皮むき 角切り	50		(冷)豆腐カット	65		こしょう	0.06		清酒	1
	玉ねぎ 皮むき	40		玉ねぎ 皮むき	40		清酒	1		じゃがいも 皮むき 角切り	65
	人参	10		なす	10		マーマレード 調理用	5		玉ねぎ 皮むき	40
	セロリー	5		人参	10		清酒	1.3		つきこんにゃく(ハーフ)	20
	(冷)むき枝豆	5		(レト)たけのこ水煮(短冊切り)	10		濃口醤油	1.3		人参	15
	(レト)トマト水煮	5		(冷)むき枝豆	5		みりん	1.3		(冷)むき枝豆	5
	おろしにんにく	0.5		おろし生姜	1		でんぷん	0.4		サラダ油	1
	サラダ油	1		おろしにんにく	0.8		湯	4		濃口醤油	3.4
	小麦粉	5.5		サラダ油	1		キャベツ	15		砂糖(中双糖)	2.1
	サラダ油	4.5		トマトケチャップ	6		(冷)ブロッコリー	20		でんぷん	0.5
	カレー粉	1		濃口醤油	3.5		(レト)ホールコーン	5		湯	10
	(レト)がらスープ	3		(レト)がらスープ	3		イタリアンドレッシング 乳・卵抜き	4		小松菜	17
	ウスターソース	3		赤みそ	2.5		ベーコン スライス	7		太もやし	28
	赤ぶどう酒	2		砂糖(三温糖)	0.8		玉ねぎ 皮むき	25		人参	5
	トマトケチャップ	2		中華スープ ねり状	0.4		かぼちゃカット 皮付き	25		(乾)味付けもみのり	1.2
	とんかつソース	1		食塩	0.1		しめじ	7		濃口醤油	1.2
	濃口醤油	1		豆板醤	0.15		セロリー	1			
	チャツネ	1		ごま油	0.1		サラダ油	0.6			
	食塩	0.8		でんぷん	2		(レト)がらスープ	3			
	こしょう	0.04		湯	30		濃口醤油	0.7			
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		太もやし	20		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5			
	湯	90		きゅうり	20		食塩	0.4			
	人参	22		人参	5		こしょう	0.02			
	(冷)さやいんげん	20		(レト)ホールコーン	5		ローリエ	0.1			
	(レト)まぐろ油漬	7		食酢	2		湯	100			
	すだち酢	1.5		ごま油	1						
濃口醤油	1.8	濃口醤油	2.3								
砂糖(上白糖)	1.2	砂糖(上白糖)	1.2								
		(乾)炒り白ごま(500g)	1								
(袋)小魚入りアーモンド	8	(個)アーモンド入りチーズ	15								

7日(月)			8日(火)			9日(水)			10日(木)			11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	
ごぼはん	精白米(委託・白)	70	コッペパン	コッペパン(丸型)	50	コッペパン	コッペパン	50	カレイピラフ	精白米(自校)	60	中華丼 (ごぼはん)	精白米(委託・白)	70	
	精白米(委託・白)	80		コッペパン(丸型)	50		コッペパン	50		鶏肉 胸・皮なしカット	9		精白米(委託・白)	80	
	牛乳	○ 206		牛乳	○ 206		牛乳	○ 206		鶏肉 もも・皮なしカット	6		牛乳	○ 206	
牛乳 焼き豆腐の味噌煮	豚赤肉ミンチ	18	牛乳 おからハンバーグ	(冷)おからハンバーグ	小 50	牛乳 鶏肉と冬瓜のスープ煮	鶏肉 胸・皮なしカット	15	牛乳 パセリポテト	人参	10	牛乳 小さいわしのから揚げ	豚肉スライス	30	
	(冷)焼き豆腐カット	65		(冷)おからハンバーグ	中 60		鶏肉 もも・皮なしカット	10		(レト)マッシュルーム	5		おろし生姜	0.2	
	玉ねぎ 皮むき	40		(袋)トマトケチャップ	8		(冷)白いんげん豆	10		(レト)むき枝豆	5		濃口醤油	1.5	
	人参	10		キャベツ	30		玉ねぎ 皮むき	35		有塩バター	0.26		清酒	1	
	(冷)むき枝豆	7		人参	5		皮むきミニ冬瓜	30		食塩	0.9		(レト)うずら卵	15	
	(乾)干しいたけ スライス	1		(レト)あさりむき身	8		人参	7		こしょう	0.03		チンゲンサイ	20	
	おろし生姜	0.3		白ぶどう酒	1		しめじ	8		カレー粉	0.6		玉ねぎ 皮むき	20	
	おろしにんにく	0.2		ベーコン スライス	12		セロリー	1		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6		人参	8	
	ごま油	1		じゃがいも 皮むき 角切り	20		マカロニ(シエル)	5		白ぶどう酒	2.2		しいたけ スライス	5	
	赤みそ	4		玉ねぎ 皮むき	30		サラダ油	1		ウスターソース	1		(レト)たけのこ水煮(短冊切り)	10	
	清酒	2		人参	7		濃口醤油	1		牛乳	○ 206		サラダ油	1	
	濃口醤油	1.5		しめじ	8		(レト)がらすープ	3		じゃがいも 皮むき 角切り	50		ごま油	0.5	
	砂糖(三温糖)	1.2		(冷)むき枝豆	3		食塩	0.4		ゆで塩	0.5		(レト)がらすープ	3	
	でんぷん	0.5		サラダ油	1		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		玉ねぎ 皮むき	15		濃口醤油	1.5	
	湯	20		(冷)白いんげん豆ペースト	15		こしょう	0.03		サラダ油	0.2		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	
	いんげんのごま酢和え	(冷)さやいんげん		20	調理用牛乳		20	湯		90	オリーブ油		0.3	食塩	0.4
		太もやし		25	生クリーム		0.5	きゅうり		25	食塩		0.2	こしょう	0.06
	梨	食酢		2	チキンコンソメ 乳・卵抜き		0.4	アスパラガス		20	ドライパセリ		0.01	でんぷん	1.5
		濃口醤油		2	食塩		0.2	(レト)ホールコーン		5	ベーコン スライス		7	湯	40
		砂糖(上白糖)		1	こしょう		0.02	サラダ油		1	キャベツ		20		
		(乾)炒り白ごま(500g)		1.2	ローリエ		0.1	食酢		2	ズッキーニ		20		
		すりごま		1.2	コーンスターチ		0.5	砂糖(上白糖)		1	エリンギ カット		10		
			湯	30	食塩	0.3	サラダ油	1							
					こしょう	0.02	食塩	0.3							
					(袋)チョコ大豆クリーム	小 10	こしょう	0.03							
					(袋)チョコ大豆クリーム	中 15	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5							
							濃口醤油	1							
							ローリエ	0.1							
							湯	100							
							(個)プリン 鉄強化	60							

28日(月)			29日(火)			30日(水)								
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
キムチごはん 牛乳 小えびのから揚げ 豆腐とチンゲン菜のスープ	精白米(自校)	60	コッペパン	コッペパン	50	萩ごはん	精白米(自校)	75						
	豚肉スライス	15	コッペパン	コッペパン	50	牛乳	黒米	3						
	おろし生姜	0.8	牛乳	牛乳	206	鶏肉	(冷)むき枝豆	12						
	淡口醤油	1.2	豚肉スライス	豚肉スライス	20	鶏肉	食塩	0.9						
	砂糖(上白糖)	0.8	玉ねぎ 皮むき	玉ねぎ 皮むき	40	牛乳	牛乳	206						
	(レト)白菜キムチ(ごはん用)	20	じゃがいも 皮むき 角切り	じゃがいも 皮むき 角切り	30	鶏肉	鶏肉 胸・皮なし カット	15						
	人参	5	人参	人参	7	鶏肉	鶏肉 もも・皮なし カット	10						
	(冷)むき枝豆	3	しめじ	しめじ	10	清酒	清酒	1						
	ごま油	0.1	(冷)むき枝豆	(冷)むき枝豆	3	(冷)里いも	(冷)里いも	60						
	清酒	1.6	小麦粉	小麦粉	5	ちくわ	ちくわ	10						
	淡口醤油	2.7	有塩バター	有塩バター	3	波型こんにやく	波型こんにやく	15						
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	サラダ油	サラダ油	2	人参	人参	15						
	牛乳	206	サラダ油	サラダ油	1	(冷)さやいんげん	(冷)さやいんげん	8						
	(冷)小えび殻付き 粉付き	30	(レト)がらスープ	(レト)がらスープ	3	サラダ油	サラダ油	1.5						
	なたね油 ローリー	7	食塩	食塩	0.7	濃口醤油	濃口醤油	3.5						
	(冷)豆腐カット	30	こしょう	こしょう	0.08	砂糖(中双糖)	砂糖(中双糖)	2						
	ベーコン スライス	5	チキンコンソメ 乳・卵抜き	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	水	水	20						
	チンゲンサイ	25	調理用牛乳	調理用牛乳	20	ほうれん草	ほうれん草	17						
	エリンギ カット	10	生クリーム	生クリーム	3	太もやし	太もやし	25						
	中ねぎ	5	ピザ用チーズ	ピザ用チーズ	3	人参	人参	5						
	(レト)ホールコーン	5	ローリエ	ローリエ	0.1	しょうゆ	しょうゆ	1.8						
	(レト)がらスープ	3	湯	湯	70	すだち酢	すだち酢	1.5						
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	さきいか	さきいか	3	砂糖(上白糖)	砂糖(上白糖)	1.2						
	濃口醤油	2	れんこん いちよう切り	れんこん いちよう切り	15	(個)月見ゼリー	(個)月見ゼリー	50						
	食塩	0.3	きゅうり	きゅうり	15									
	こしょう	0.03	人参	人参	5									
清酒	1	(レト)ホールコーン	(レト)ホールコーン	5										
でんぷん	0.1	砂糖(上白糖)	砂糖(上白糖)	0.5										
ごま油	0.1	濃口醤油	濃口醤油	1.5										
湯	100	食酢	食酢	2										
		ごま油	ごま油	0.5										
		(乾)すりごま	(乾)すりごま	1										
		(袋)ブルーベリージャム 食物繊維強化	(袋)ブルーベリージャム 食物繊維強化	15										