

1日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレー ピラフ	精白米(自校)	65
	鶏肉 胸・皮なし カット	9
	鶏肉 もも・皮なし カット	6
	玉ねぎ 皮むき	10
	人参	10
	(レト)マッシュルーム	5
	(冷)むき枝豆	5
	おろしにんにく	0.2
	有塩バター	0.26
	食塩	0.9
牛乳	こしょう	0.03
	カレー粉	0.6
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	白ぶどう酒	2.2
	ウスターソース	1
	牛乳	○ 206
	(レト)まぐろ油漬	10
	人参	20
	(冷)さやいんげん	25
	(レト)ホールコーン	5
にんじん サラダ	りんご酢	2
	食酢	1
	砂糖(上白糖)	0.4
	オリーブ油	0.3
	サラダ油	0.3
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	ベーコン スライス	8
	玉ねぎ 皮むき	30
	じゃがいも 皮むき 2cmカット	35
コンソメ スープ	人参	10
	(冷)白いんげん豆	7
	サラダ油	0.6
	(レト)がらスープ	3
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	濃口醤油	0.7
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4
	ローリエ	0.1
	湯	90
ココア ワッフル	(個)ココアワッフル	28

2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	○ 206
	牛肉 スライス	25
	(冷)焼き豆腐 カット	25
	(セ)白菜	35
	大根	45
	人参	20
すき 焼き 風煮	太ねぎ	15
	麩	5
	サラダ油	1
	濃口醤油	7
	砂糖(中双糖)	4
	清酒	2
	キャベツ	20
	太もやし	25
	たくあん漬け 刻み	1
	濃口醤油	1.2
たく あん 和え	すりごま	1.2

3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
	オリーブ地鶏 胸・皮なし カット(補助野菜)	18
	オリーブ地鶏 もも・皮なし カット(補助野菜)	12
	(レト)大豆ペースト	5
	(レト)白花豆ペースト	5
	玉ねぎ 皮むき	40
	さつまいもカット(角切り)	45
	人参	12
牛乳	エリンギ カット	8
	サラダ油	1
	(レト)がらスープ	3
	食塩	0.6
	こしょう	0.04
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	調理用牛乳	25
	ローリエ	0.1
	サラダ油	3
	小麦粉	4
オリ ーブ 地 鶏 と さ つ ま い も の シ チ ュ ー	湯	60
	大根	25
	きゅうり	25
	(レト)まぐろ油漬	5
	かんきつドレッシング 乳・卵抜き	4.5
	(袋)黒豆きなこクリーム	10
	黒豆きなこクリーム	
	ツナ サラ ダ	
	厚 揚 げ と ひ じ き の う ま 煮	

4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	○ 206
	(冷)はまち	小 50
	(冷)はまち	中 70
	清酒	0.9
	濃口醤油	1.6
	みりん	2.2
牛乳	ゆず酢	2.1
	砂糖(上白糖)	0.2
	清酒	2
	水	2
	小松菜	17
	太もやし	28
	人参	5
	(乾)味付けもみのり	1.2
	濃口醤油	1.2
	(冷)厚揚げ カット	15
は ま ち の 幽 庵 焼 き	つきこんにゃく(ハーフ)	10
	てんぷら	15
	ごぼう ささがき	20
	人参	5
	(冷)むき枝豆	5
	(乾)ひじき	1.8
	サラダ油	1
	濃口醤油	2.6
	砂糖(三温糖)	1.5
	みりん	0.5
磯 香 和 え	湯	9

7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
焼き豆腐のみそそば煮 食べて菜のごまドレッシング和え だいだいのムース	豚肉ミンチ	15
	(冷)焼き豆腐 カット	65
	玉ねぎ 皮むき	40
	人参	7
	(乾)干しいたけ スライス	0.8
	(冷)むき枝豆	7
	おろし生姜	0.3
	おろしにんにく	0.2
	ごま油	1
	赤みそ	4
	清酒	2
	濃口醤油	1.5
	砂糖(三温糖)	1.2
	でんぷん	0.5
	湯	20
	食べて菜	17
	太もやし	28
	人参	5
	(レト)ホールコーン	7
	濃口醤油	2
食酢	1.5	
砂糖(上白糖)	0.8	
サラダ油	0.5	
ごま油	0.5	
炒り白ごま 500g	1	
(個)だいだいのムース	○ 30	

8日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ひじきごはん	精白米(自校)	65
	牛肉 スライス	15
	油揚げ	5
	切りこんにやく	5
牛乳	人参	5
	(冷)むき枝豆	5
根菜の煮物 すいとん汁	(乾)ひじき	1
	サラダ油	0.5
	淡口醤油	2.2
	清酒	2.3
	砂糖(上白糖)	1
	食塩	0.6
	(冷)むき枝豆	0.5
	濃口醤油	0.6
	牛乳	○ 206
	豚肉 スライス	20
	ごぼう 斜めカット	25
	れんこん いちょう切り	20
	人参	15
	ごま油	0.5
	濃口醤油	3
	砂糖(中双糖)	1.5
	清酒	1
	水	15
	(冷)すいとん	20
	大根	20
人参	5	
油揚げ	5	
中みそ	5	
甘みそ	2	
だし煮干し	3	
湯	105	

9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
じゃがいものそばろ煮 ごま和え あさりの佃煮	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
	つきこんにやく(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)	2.2
	でんぷん	0.5
	湯	8
	大根	20
	きゅうり	25
	人参	5
	炒り白ごま 500g	1
	ポン酢	0.7
	濃口醤油	1.5
	砂糖(上白糖)	0.5
(袋)あさり佃煮	8	

10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	○ 206
牛乳 讃岐さーもん レモンソース かけ グリーンサラダ トマトスープ	(冷)讃岐さーもん 小	50
	(冷)讃岐さーもん 中	70
	清酒	2
	米粉	1
	でんぷん	4
	なたね油 ローリー	7
	(冷)レモン果汁	2
	砂糖(上白糖)	1.6
	濃口醤油	2.5
	水	2.5
	ブロッコリー カット	12
	きゅうり	25
	人参	5
	ダイスチーズ	5
	イタリアンドレッシング 乳・卵抜き	4
	ベーコン スライス	5
	(乾)マカロニ(シエル)	3
	(冷)白いんげん豆	10
	玉ねぎ 皮むき	30
	人参	10
(レト)トマト水煮	20	
おろしにんにく	0.1	
サラダ油	0.5	
(レト)がらスープ	3	
赤ぶどう酒	1	
トマトパウダー	0.8	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
砂糖(上白糖)	0.1	
ローリエ	0.1	
湯	90	

11日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	牛乳	○ 206
牛乳 豚肉と野菜の炒め物 じゃがいものみそ汁 納豆	豚肉 スライス	35
	おろし生姜	0.2
	おろしにんにく	0.5
	濃口醤油	1
	清酒	1
	サラダ油	2
	キャベツ	25
	太もやし	20
	玉ねぎ 皮むき	15
	エリンギ カット	10
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	砂糖(上白糖)	0.8
	みりん	0.5
	濃口醤油	2.5
	じゃがいも 皮むき 2cmカット	30
	人参	10
	油揚げ	10
	中ねぎ	5
	中みそ	5
甘みそ	2	
だし煮干し	3	
湯	100	
(チルド)納豆	小 30	
(チルド)納豆	中 40	

14日(月)			15日(火)			16日(水)			17日(木)			18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
オリ ブ 牛 の 牛 井 (麦 ご は ん) 牛 乳 小 い わ し の 南 蛮 漬 け み か ん	精白米(委託)	60	キ ム チ ご は ん 牛 乳 春 雨 ス ー プ 野 菜 の ご ま サ ラ ダ プ リ ン	精白米(自校)	65	コ ッ ペ パ ン 牛 乳 肉 団 子 の ス ー プ 煮 れ ん こ ん サ ラ ダ り ん ご	コッペパン	50	麦 ご は ん 牛 乳 煮 込 み お で ん 香 り 和 え	精白米(委託)	60	年 明 け う ど ん 牛 乳 小 え び の か ら 揚 げ 野 菜 マ フ ィ ン	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小1~3 200
	精白米(委託)	70		豚肉 スライス	15		コッペパン	60		精白米(委託)	70		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4~6 280
	米粒麦 委託	6		おろし生姜	0.8		牛乳	206		米粒麦 委託	6		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中 300
	米粒麦 委託	7		淡口醤油	1.2		(冷)肉だんご	40		米粒麦 委託	7		豚肉 スライス	20
	牛乳	○ 206		砂糖(上白糖)	0.8		じゃがいも 皮むき 2cmカット	35		牛乳	○ 206		おろし生姜	0.1
				(レト)白菜キムチ ご飯用	20		玉ねぎ 皮むき	30					清酒	1.5
				人参	5		キャベツ	20					サラダ油	0.5
	牛肉(和牛スライス)(補助事業)	40		(冷)むき枝豆	3		(冷)白いんげん豆	12					型抜きかまぼこ(梅)	10
	玉ねぎ 皮むき	50		ごま油	0.1		サラダ油	1					(セ)白菜	30
	人参	15		清酒	1.6		濃口醤油	1.2					金時にんじん	10
	太ねぎ	8		淡口醤油	2.7		(レト)がらスープ	3					大根	20
	(乾)干しいたけ スライス	0.7		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3		食塩	0.3					しいたけ スライス	5
	濃口醤油	5.5		牛乳	○ 206		こしょう	0.03					中ねぎ	5
	みりん	4		ホンレスハム 短冊切り 卵抜き	7		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5					濃口醤油	5
	砂糖(上白糖)	1.8		(乾)はるさめ 5cmカット	3.5		ローリエ	0.1					みりん	0.5
	清酒	1		玉ねぎ 皮むき	30		湯	95					食塩	0.3
	食塩	0.3		(乾)干しわかめ カット	0.35		れんこん いちょう切り	20					でんぷん	2
	でんぷん	0.6		人参	10		きゅうり	20					だし煮干し	5
	だし削り節 鯖抜き	3		(レト)がらスープ	3		人参	5					水	130
	湯	50		濃口醤油	1		(レト)ホールコーン	5						
	(冷)小いわし粉付き	35		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		りんご酢	2						
	なたね油 ローリー	7		食塩	0.4		食酢	1						
	玉ねぎ 皮むき	10		こしょう	0.03		砂糖(上白糖)	0.5						
人参	3	湯	105	オリーブ油	0.3									
食酢	4	太もやし	20	サラダ油	0.3									
濃口醤油	3	きゅうり	25	食塩	0.2									
砂糖(上白糖)	3	人参	5	こしょう	0.02									
みりん	1	(レト)ホールコーン	5	(袋)りんご(1/4)	50									
水	1.5	食酢	2											
みかん	80	ごま油	0.5											
		サラダ油	0.5											
		濃口醤油	2.3											
		砂糖(上白糖)	1.2											
		炒り白ごま 500g	1											
		(個)プリン 鉄強化	60											

