

8日(金)

献立名	食品名		一人当り 正味分量
カレーライス	精白米(自校)		72
	精白米(自校)		80
牛乳	牛乳	○	206
海藻サラダ	豚肉 スライス		15
	(乾)赤レンズ豆		5
小魚アーモンド	玉ねぎ 皮むき		40
	じゃがいも皮むき 2cmカット		50
アーモンド	人参		15
	(冷)むき枝豆		5
アーモンド	(レト)トマト水煮		5
	おろしにんにく		0.5
アーモンド	サラダ油		1
	小麦粉		5.5
アーモンド	サラダ油		4.5
	カレー粉		1
アーモンド	(レト)がらスープ		3
	ウスターソース		3
アーモンド	赤ぶどう酒		2
	トマトケチャップ		2
アーモンド	とんかつソース		1
	しょうゆ		1
アーモンド	チャツネ		1
	食塩		0.8
アーモンド	こしょう		0.04
	チキンコンソメ 乳・卵抜き		0.7
アーモンド	湯		90
アーモンド	キャベツ		20
	きゅうり		25
アーモンド	(乾)海藻ミックス		0.5
	人参		5
アーモンド	(レト)ホールコーン		7
	青じそドレッシング 乳・卵抜き		4.5
アーモンド			
	(袋)小魚入りアーモンド		8
アーモンド			
アーモンド			
アーモンド			
アーモンド			
アーモンド			

12日(火)

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	○ 206
	スパゲティ(ハーフ)	35
	ゆで塩	1.3
牛乳	サラダ油	1
	牛肉ミンチ	15
スパゲティ	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
ソース	ウスターソース	1.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
チーズ サラダ	食塩	0.2
	こしょう	0.05
	大根	25
	きゅうり	25
	(レト)ホールコーン	7
	ダイスターズ 角 生食用	7
	青じそドレッシング 乳・卵抜き	4

13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
讃岐 さーもん	(冷)讃岐さーもん	小 50
	(冷)讃岐さーもん	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
大根 の ドレ ッシ ング	水	1
	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
	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
	波型こんにやく	10
煮 し め	(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

14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	○ 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
	つきこんにやく(ハーフ)	20
	昆布和え	15
	(冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1
	濃口醤油	3.5
	砂糖(中双糖)	2
昆 布 和 え	でんぷん	0.5
	湯	10
	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

15日(金)

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
	鶏肉 もも・皮なし カット	6
	鶏肉 胸・皮なし カット	9
か ぶ の ポ ト フ	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
ア ー モ ン ド サ ラ ダ	ローリエ	0.1
	湯	80
	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

18日(月)			19日(火)			20日(水)			21日(木)			22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
麦ごはん 牛乳 さばの塩焼き ゆず香和え 里芋のみそ汁	精白米(委託)	60	キムチごはん 牛乳 切干大根のごまドレッシング和え 豆腐とコーンのスープ 黒ごまプリン	精白米(自校)	65	コッペパン 牛乳 クリームシチュー ツナサラダ りんご	コッペパン	50	麦ごはん 牛乳 高野豆腐の卵とじ アーモンド和え ぼんかん	精白米(委託)	60	いりこめし 牛乳 ブロッコリーのごま和え 大根と厚揚げのそぼろ煮 和三盆糖	精白米(自校)	65
	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		かえり	5.5
	米粒麦 委託	6		おろし生姜	0.8		牛乳	206		米粒麦 委託	6		油揚げ	5
	米粒麦 委託	7		淡口醤油	1.2		牛乳	○		米粒麦 委託	7		切りこんにやく	10
	牛乳	○		砂糖(上白糖)	0.8		豚肉 スライス	20		牛乳	○		洗いごぼう	7
	(冷)さば	小 50		(レト)白菜キムチ ご飯用	20		玉ねぎ 皮むき	40		豚肉 スライス	20		金時にんじん	5
	(冷)さば	中 70		人参	5		じゃがいも皮むき 2cmカット	30		清酒	1		(冷)むき枝豆	3
	清酒	1		(冷)むき枝豆	3		人参	10		鶏卵	20		淡口醤油	4
	食塩	0.3		ごま油	0.1		しめじ	10		(乾)高野豆腐 サイコロ	15		清酒	1.5
	ほうれん草	17		清酒	1.6		(冷)むき枝豆	5		玉ねぎ 皮むき	30		食塩	0.4
	太もやし	30		淡口醤油	2.7		小麦粉	5		人参	10		だし昆布	0.5
	ゆず酢	2		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3		有塩バター	3		牛乳	○		牛乳	○
	濃口醤油	1.5		牛乳	○		サラダ油	2		切干し大根	4		牛乳	○
砂糖(上白糖)	1.5	切干し大根	4	サラダ油	1	きゅうり	20	牛乳	○					
炒り白ごま 500g	1	きゅうり	20	(レト)がらスープ	3	人参	5	牛乳	○					
すりごま	1	人参	5	食塩	0.7	(レト)ホールコーン	7	牛乳	○					
里いも カット	30	(レト)ホールコーン	7	こしょう	0.08	食酢	2	牛乳	○					
油揚げ	7	食酢	2	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	濃口醤油	2	牛乳	○					
ごぼう ささがき	15	濃口醤油	2	調理用牛乳	20	砂糖(上白糖)	1	牛乳	○					
人参	7	砂糖(上白糖)	1	生クリーム	3	ごま油	0.5	牛乳	○					
中ねぎ	3	ごま油	0.5	ピザ用チーズ	3	炒り白ごま 500g	1.2	牛乳	○					
麦みそ 樽入	7	炒り白ごま 500g	1.2	ローリエ	0.1	(冷)豆腐 カット	15	牛乳	○					
だし煮干し	3	(冷)豆腐 カット	15	湯	70	ベーコン スライス	5	牛乳	○					
水	100	ベーコン スライス	5	大根	25	鶏卵	15	牛乳	○					
		鶏卵	15	きゅうり	15	(レト)クリームコーン	15	牛乳	○					
		(レト)クリームコーン	15	人参	5	玉ねぎ 皮むき	15	牛乳	○					
		玉ねぎ 皮むき	15	(レト)まぐろ油漬	5	中ねぎ	3	牛乳	○					
		中ねぎ	3	(レト)ホールコーン	7	(レト)がらスープ	3	牛乳	○					
		(レト)がらスープ	3	青じそドレッシング 乳・卵抜き	4	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	牛乳	○					
		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	湯	70	濃口醤油	2	牛乳	○					
		濃口醤油	2	大根	25	食塩	0.3	牛乳	○					
		食塩	0.3	きゅうり	15	こしょう	0.03	牛乳	○					
		こしょう	0.03	人参	5	清酒	1	牛乳	○					
		清酒	1	(レト)ホールコーン	7	でんぷん	0.5	牛乳	○					
		でんぷん	0.5	(袋)りんご(1/4)	50	ごま油	0.1	牛乳	○					
		ごま油	0.1			湯	90	牛乳	○					
		湯	90			(個)黒ごまプリン	40	牛乳	○					
		(個)黒ごまプリン	40					牛乳	○					

25日(月)			26日(火)			27日(水)			28日(木)			29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		
黒米ごはん 牛乳 すき焼き 風煮 ごま和え	精白米(自校)	69	麦ごはん	精白米(委託)	60	米粉パン	米粉パン	50	しっぽくうどん 牛乳 小さいわしのから揚げ 野菜マフィン	(袋)ゆでうどん(さぬきの夢)	~小3 200	麦ごはん	精白米(委託)	60		
	精白米(自校)	77		精白米(委託)	70		米粉パン	60		(袋)ゆでうどん(さぬきの夢)	小4~6 280		精白米(委託)	70		
	黒米	3		米粒麦 委託	6		牛乳	○		206	(袋)ゆでうどん(さぬきの夢)		中 300	米粒麦 委託	6	
	食塩	0.8		米粒麦 委託	7			鶏肉 胸・皮なし カット		12	鶏肉 もも・皮なし カット		10	米粒麦 委託	7	
	牛乳	○	206	牛乳	○	206	鶏肉 胸・皮なし 唐揚げ用	30		清酒	1	牛乳	○	206		
	牛肉 スライス	25	じゃがいも そのぼろ煮 食べて菜 のおひたし ひじきのり	牛肉ミンチ	10	鶏肉のはちみつ レモンソース かけ らりるれ レタスの スープ	鶏肉 もも・皮なし 唐揚げ用	20		てんぷら	10	わかさぎ のから揚げ 食べて菜 のごま 酢和え ひじきの 炒煮	(冷)わかさぎ 粉付き	35		
	(冷)焼き豆腐 カット	30		牛肉ミンチ	15		清酒	1		油揚げ	5		油揚げ	5	なたね油 ローリー	5
	白菜	30		豚肉ミンチ	0.15		清酒	0.06		食塩	25		里いも カット	20	食べて菜	17
	大根	40		清酒	1		こしょう	0.06		金時にんじん	5		金時にんじん	5	太もやし	25
	玉ねぎ 皮むき	25		じゃがいも皮むき 2cmカット	70		でんぷん	4		中ねぎ	5		中ねぎ	5	人参	5
	人参	10		玉ねぎ 皮むき	40		米粉	1		しめじ	5		しめじ	5	人参	5
	太ねぎ	10		つきこんにやく(ハーフ)	20		なたね油 ローリー	6		濃口醤油	5		濃口醤油	5	食酢	2
	サラダ油	1		人参	15		(冷)レモン果汁	3.5		はちみつ百花	1.5		清酒	1.5	砂糖(上白糖)	1
	濃口醤油	7		(冷)むき枝豆	5		はちみつ百花	1.5		濃口醤油	2.8		濃口醤油	1	砂糖(上白糖)	2
	砂糖(中双糖)	4		サラダ油	1		濃口醤油	1.5		砂糖(上白糖)	1.5		みりん	1	みりん	1
	清酒	2		濃口醤油	3.5		砂糖(上白糖)	1.5		みりん	0.7		食塩	0.6	食塩	0.6
				砂糖(中双糖)	2		みりん	0.7		でんぷん	0.2		だし煮干し	3	だし煮干し	3
	小松菜	17		でんぷん	0.5		でんぷん	0.2		湯	5		水	120	水	120
太もやし	30	湯		8	湯		5			牛乳	○		206	(冷)厚揚げ カット	15	
濃口醤油	1.2	食べて菜		17	ベーコン スライス		5							(乾)ひじき	2	
炒り白ごま 500g	1	太もやし		28	(レト)うずら卵		20			(冷)小いわし 粉付き	35			れんこん いちょう切り	20	
すりごま	1	人参		5	玉ねぎ 皮むき		25			なたね油 ローリー	7			人参	5	
		濃口醤油		1.2	レタス		15							つきこんにやく(ハーフ)	10	
		花かつお 碎片	1.2	人参	8			(個)野菜マフィン	25		(冷)むき枝豆	5				
		(袋)ひじきのり	10	パセリ	1						サラダ油	1				
				(レト)がらスープ	3						濃口醤油	2.5				
				食塩	0.4						砂糖(三温糖)	1				
				こしょう	0.03						みりん	0.5				
				チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5						湯	10				
				濃口醤油	0.5											
				でんぷん	0.4											
				湯	100											