

7日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
牛乳	牛乳	○ 206
豚肉とごぼうの煮物	豚赤肉(スライス)	30
	板こんにゃく	35
小松菜ともやし の和えもの	洗いごぼう	35
	人参	15
	(冷)さやいんげん	7
	なたね油	1
	濃口醤油	5
	みりん	2
	砂糖(中双糖)	2
	清酒	1.5
	でんぷん	0.5
	だし煮干し	1
	水	8
あさりの佃煮 (小中のみ)	ロースハム 短冊 卵抜き	10
	小松菜	20
	もやし	40
	炒り白ごま	1
	濃口醤油	2.5
	ボン酢	1.8
	ごま油	1
	砂糖(上白糖)	0.5
	(レト)あさり佃煮	10

8日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
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
がんもどきとひじきのうま煮	牛肉(スライス)	15
	(冷)ひろうす ミニ	20
	(乾)ひじき	3
	つきこんにゃく	25
	洗いごぼう	15
	人参	10
	(冷)さやいんげん	8
	なたね油	1
	濃口醤油	4
	砂糖(三温糖)	3
	清酒	1
	みりん	0.5
さつまいものみそ汁	だし汁	20
	玉葱	30
	さつまいも 角切り	30
	人参	5
	油揚げ	5
	中ねぎ	5
	中みそ	6
	白みそ	5
	だし煮干し	4
水	110	
甘夏みかん (小中のみ)	甘夏みかん	50
	紙ナフキン	1

国分寺 5月

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
中華 風炊き 込み おこわ 牛乳 野菜と 昆布の 和えもの 中華 スープ ミック スナツ ツ(小 中のみ)	精白米(自校)	50	ハヤシ ライス (麦ご はん) 牛乳 野菜 サラダ 小煮 干し みかん ジュ ース (中のみ)	精白米(委託)	60	コッ ペパ ン丸 型 牛乳 さご しの レモ ンソ ース アス パ ラガ スの サラ ダ コン ソメ スー プ	コッペパン(丸型)	50	麦ご はん 牛乳 厚揚 げの 甘酢 煮 ごま 和え ヨー グル ト(小 中のみ)	精白米(自校)	62	親 子ど んぶ り(麦 ごは ん) 牛乳 お茶 ビー ンズ かん びよ うの 和え 物	精白米(委託)	60
	もち米	10		精白米(委託)	70		コッペパン(丸型)	50		精白米(自校)	68		精白米(委託)	70
	焼き豚(角切り)	20		米粒麦 委託	6		牛乳	206		米粒麦 自校	6		米粒麦 委託	6
	(レト)たけのこ水煮(ホール)	10		米粒麦 委託	7		(冷)さごし	幼~小2 35		米粒麦 自校	7		米粒麦 委託	7
	人参	5		牛乳	206		(冷)さごし	小3~6 50		牛乳	206		牛乳	206
	(冷)むき枝豆	5		牛肉(スライス)	20		(冷)さごし	中 70		厚揚げの カット	20		鶏肉 胸・皮なし(カット)	15
	中ねぎ	5		玉葱	45		清酒	2		(冷)厚揚げ	40		鶏肉 もも・皮なし(カット)	10
	なたね油	1		じゃがいも	45		でんぷん	5		玉葱	40		清酒	1
	ごま油	1		人参	10		食用油	4		(レト)たけのこ水煮(ホール)	20		鶏卵	30
	濃口醤油	4		エリンギ	6		砂糖(上白糖)	4		人参	10		ピーマン	50
	清酒	4		(冷)グリーンピース	6		(冷)レモン果汁	5		しいたけ スライス	5		人参	15
	砂糖(上白糖)	0.8		にんにく	0.3		濃口醤油	3		なたね油	1		中ねぎ	5
	食塩	0.5		なたね油	1		みりん	1		小麦粉	5		しいたけ スライス	4
	牛乳	206		バター	3		でんぷん	0.3		バター	3		濃口醤油	4.5
	きゅうり	25		なたね油	2		アスパラガス	30		なたね油	2		みりん	3
	人参	5		(レト)トマトピューレ	15		きゅうり	25		(レト)トマト水煮	10		砂糖(上白糖)	2
	(缶)ホールコーン	5		(レト)トマト水煮	10		(缶)ホールコーン	5		(レト)がらすープ	3		食塩	0.5
	(乾)切干し大根	5		(レト)がらすープ	3		(袋)ノンオイルゆずかつおだし 乳・卵抜き	10		赤ぶどう酒	2		でんぷん	0.5
	炒り白ごま	1		ウスターソース	2		ベーコン スライス	5		食塩	1		だし削り節 鯖抜き 湯	2
	(乾)刻み昆布	0.5		食塩	1		玉葱	20		でんぷん	1		湯	60
	(袋)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10		こしょう	0.07		じゃがいも	30		湯	10		(冷)大豆水煮	20
	ボンレスハム 短冊 卵抜き	7		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		人参	7		小松菜	25		でんぷん	1
	(レト)うずら卵	25		砂糖(上白糖)	0.5		セロリー	5		もやし	35		食用油	2
	玉葱	30		からし粉	0.15		パセリ	0.5		人参	10		きな粉 青大豆	2
	チンゲンサイ	7		ローリエ	0.1		なたね油	0.5		炒り白ごま	1		煎茶 粉末	0.1
(乾)はるさめ カット	5	ピザ用チーズ	3	(レト)がらすープ	4	(袋)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10	砂糖(三温糖)	2					
(乾)きくらげ 千切り	1	湯	80	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	食塩	0.5	食塩	0.01					
なたね油	0.5	キャベツ	20	食塩	0.5	こしょう	0.03	(乾)かんぴょう	5					
(レト)がらすープ	4	(冷)ブロッコリー	20	濃口醤油	0.2	濃口醤油	0.2	食塩	0.05					
食塩	0.4	きゅうり	10	湯	120	湯	120	きゅうり	15					
濃口醤油	0.5	人参	5					人参	5					
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	(袋)青じそドレッシング 乳・卵抜き	10					(乾)刻み昆布	0.5					
こしょう	0.03	小煮干し	4					(袋)梅々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	10					
ごま油	0.1	(個)みかんジュース	125											
湯	110													
(袋)ミックスナッツ	小 15													
(袋)ミックスナッツ	中 20													