

1日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦 ごはん	精白米(自校)	66	
	精白米(自校)	73	
	米粒麦 自校	6	
	米粒麦 自校	7	
牛乳			
	牛乳	○ 206	
里 芋と 鶏肉 の煮 物	鶏肉 もも・皮なし カット	6	
	鶏肉 胸・皮なし カット	9	
	(冷)里いも	35	
	つきこんにやく	7	
	人参	7	
	(冷)さやいんげん	5	
	サラダ油	0.5	
	濃口醤油	2.4	
	砂糖(中双糖)	1.4	
	清酒	0.7	
	だし汁	10	
	ロースハム 短冊 卵抜き	5	
小松菜	25		
キャベツ	20		
人参	5		
(乾)ひじき	0.5		
焙煎ごまドレッシング	7		
月 見 ゼリ ー	油揚げ	5	
	(冷)白玉	20	
	大根	20	
	人参	5	
ふ り か け	中ねぎ	5	
	中みそ	6	
	甘みそ	5	
	だし煮干し	4	
	水	120	
	(個)月見ゼリー	50	
	(袋)鯉のふりかけ	2.8	

2日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
き な こ 揚 げ パ ン (小)	コッペパン	50	
	コッペパン	60	
	なたね油 ローリー	小 6	
	きな粉	小 4.5	
	砂糖(三温糖)	小 3	
	食塩	小 0.01	
	紙ナフキン	小 1	
コ ッ ペ パ ン (中)	牛乳	○ 206	
	鶏肉 胸・皮なし カット	15	
	鶏肉 もも・皮なし カット	12	
	白ぶどう酒	1	
	玉ねぎ 皮むき	35	
	大根	20	
	キャベツ	20	
	人参	10	
	(冷)白いんげん豆	15	
牛 乳	セロリー	2	
	パセリ	0.5	
	サラダ油	1	
	食塩	0.5	
	こしょう	0.03	
	濃口醤油	0.5	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
	ローリエ	0.1	
	湯	90	
ポ ト フ	さつま芋 角切り	30	
	キャベツ	15	
	きゅうり	10	
	サラダ油	1	
	りんご酢	2.5	
	砂糖(上白糖)	1	
	食塩	0.4	
	こしょう	0.03	
さ つ ま い も サ ラ ダ	(個)チーズ 鉄強化	15	
	(冷)ミックスベリー ダイス	12	
	(冷)フルーツビューレホイちご	8	
	砂糖(上白糖)	7.2	
	(冷)レモン果汁	0.48	
	水	6.4	

六条町学校給食センター 10月

5日(月)

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	牛乳	○ 206
	(冷)さわら西京漬け	小 40
さわらの西京焼き(小)	(冷)さわら梅肉フライ	中 50
	てんぷら	5
さわら梅肉フライ(中)	(冷)厚揚げ カット	15
	つきこんにやく	10
まじわやさしい煮	洗いごぼう	15
	人参	5
にらたま汁	しいたけ スライス	5
	(冷)さやいんげん	5
あさりの佃煮	(乾)ひじき	1.2
	サラダ油	0.5
	炒り白ごま	1
	濃口醤油	2.5
	砂糖(三温糖)	2.2
	みりん	0.5
	だし汁	20
	鶏卵	25
	玉ねぎ 皮むき	30
	人参	7
	にら	3
	(乾)干しいたけ スライス	0.5
	濃口醤油	0.8
	食塩	0.6
	でんぷん	0.5
	だし削り節 鯖抜き	4
	だし昆布	1
	湯	120
	(レト)あさり佃煮	10

6日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン	70
	牛乳	○ 206
鶏肉	鶏肉 胸・皮なし カット	12
	鶏肉 もも・皮なし カット	8
白ぶどう酒	白ぶどう酒	1
	玉ねぎ 皮むき	30
じゃがいも	じゃがいも	20
	さつまいも(角切り)県産	25
人参	人参	10
	しめじ	7
エリンギ	エリンギ	7
	パセリ	0.5
サラダ油	サラダ油	1
	小麦粉	3.5
有塩バター	有塩バター	1
	サラダ油	2
(レト)がらスープ	(レト)がらスープ	4
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4
食塩	食塩	0.5
	こしょう	0.04
ローリエ	ローリエ	0.1
	調理用牛乳	○ 30
湯	湯	60
	キャベツ	25
人参	人参	5
	きゅうり	10
(レト)蒸大豆	(レト)蒸大豆	10
	(レト)まぐろ油漬	10
(冷)レモン果汁	(冷)レモン果汁	1
	サラダ油	0.7
りんご酢	りんご酢	1.2
	砂糖(上白糖)	1
食塩	食塩	0.1
	こしょう	0.02
濃口醤油	濃口醤油	0.7
	れんこん チップス用	30
なたね油 ローリー	なたね油 ローリー	4
	食塩	0.1

7日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ばらすし	精白米(自校)	65
	清酒	3
だし昆布	だし昆布	0.8
	食酢	10
砂糖(上白糖)	砂糖(上白糖)	7
	食塩	0.8
鶏肉	鶏肉 もも・皮なし カット	15
	清酒	0.5
(冷)油揚げ カット	(冷)油揚げ カット	5
	ごぼう ささがき(ごはん用)	8
人参	人参	5
	(冷)グリーンピース	3
(乾)高野豆腐 すし用	(乾)高野豆腐 すし用	0.8
	(乾)干しいたけ スライス	0.8
砂糖(上白糖)	砂糖(上白糖)	2.5
	淡口醤油	2.5
清酒	清酒	2
	牛乳	○ 206
(冷)さつまいも天ぷら	(冷)さつまいも天ぷら	40
	なたね油 ローリー	4
小松菜	小松菜	15
	キャベツ	30
人参	人参	5
	(レト)ホールコーン	5
花かつお	花かつお	0.5
	濃口醤油	2
砂糖(上白糖)	砂糖(上白糖)	1
	(冷)豆腐 カット	25
玉ねぎ 皮むき	玉ねぎ 皮むき	25
	中ねぎ	5
(乾)干しわかめ カット	(乾)干しわかめ カット	0.7
	型抜きかまぼこ(銀杏)	5
清酒	清酒	1
	食塩	0.3
淡口醤油	淡口醤油	0.5
	だし削り節 鯖抜き	5
水	水	130

8日(木)

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	牛乳	○ 206
	(チルド)さば	小 50
さばのしょうが焼き	(チルド)さば	中 70
	生姜	0.5
濃口醤油	濃口醤油	2
	清酒	1
みりん	みりん	1
	鶏卵	12
(乾)高野豆腐(サイコロ)	(乾)高野豆腐(サイコロ)	10
	玉ねぎ 皮むき	25
人参	人参	7
	(冷)さやいんげん	4
濃口醤油	濃口醤油	2
	砂糖(三温糖)	1.7
食塩	食塩	0.3
	清酒	0.5
だし汁	だし汁	40
	(冷)厚揚げ カット	5
大根	大根	30
	玉ねぎ 皮むき	20
人参	人参	5
	中ねぎ	5
中みそ	中みそ	6
	甘みそ	5
だし煮干し	だし煮干し	4
	湯	110
(袋)ひじきのり	(袋)ひじきのり	10

9日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
金時いもパン	金時いもパン	50
	金時いもパン	60
(冷)金時いも 2cmカット(パン用)	(冷)金時いも 2cmカット(パン用)	15
	(冷)金時いも 2cmカット(パン用)	18
砂糖(上白糖) パン用	砂糖(上白糖) パン用	4
	砂糖(上白糖) パン用	4.8
牛乳	牛乳	○ 206
	オリーブ地鶏 ささみ2cm	小 45
オリーブ地鶏 ささみ 55g	オリーブ地鶏 ささみ 55g	中 55
	塩麹	1
清酒	清酒	1
	でんぷん	小 5
米粉	米粉	小 3
	なたね油 ローリー	小 5
(冷)レモン果汁	(冷)レモン果汁	3
	砂糖(上白糖)	1.5
はちみつ	はちみつ	1.5
	濃口醤油	2
みりん	みりん	0.7
	でんぷん	0.2
水	水	1
	ロースハム 短冊 卵抜き	5
キャベツ	キャベツ	25
	きゅうり	10
人参	人参	7
	ダイスチーズ	5
(乾)ひじき	(乾)ひじき	1.2
	食酢	2.5
サラダ油	サラダ油	1
	濃口醤油	2
砂糖(上白糖)	砂糖(上白糖)	1
	こしょう	0.02
ベーコン スライス	ベーコン スライス	5
	(冷)白いんげん	10
玉ねぎ 皮むき	玉ねぎ 皮むき	25
	(レト)トマト水煮	15
キャベツ	キャベツ	20
	人参	5
セロリー	セロリー	3
	(レト)がらスープ	3
食塩	食塩	0.6
	こしょう	0.03
チキンコンソメ 乳・卵抜き	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	濃口醤油	0.5
湯	湯	110

六条町学校給食センター 10月

12日(月)

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	牛乳	○ 206
	(冷)いわし開き 粉付き	小 40
いわしの かば焼き風	(冷)いわし開き 粉付き	小 50
	なたね油 ローリー	4
大根と 水菜の和え物	生姜	1
	濃口醤油	2.7
ふしめん汁	砂糖(上白糖)	2.7
	みりん	1.8
大根と 水菜の和え物	清酒	1.8
	湯	4
ふしめん汁	大根	30
	きゅうり	10
ふしめん汁	水菜	10
	(レト)ホールコーン	5
ふしめん汁	(レト)さきみ油漬(フレーク)	5
	濃口醤油	2.5
ふしめん汁	食酢	2
	砂糖(上白糖)	1
ふしめん汁	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
ふしめん汁	(レト)うずら卵1kg	20
	(冷)油揚げ(0.5×4cm)	7
ふしめん汁	玉ねぎ 皮むき	20
	人参	7
ふしめん汁	中ねぎ	5
	ふしめん	5
ふしめん汁	濃口醤油	0.6
	食塩	0.5
ふしめん汁	だし削り節 鯖抜き	4
	だし昆布	1
ふしめん汁	湯	120

13日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ガパオ ライス	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
ガパオ ライス	牛乳	○ 206
	豚赤肉ミンチ	25
ガパオ ライス	鶏肉 ひき肉	25
	ピーマン	7
ガパオ ライス	赤パプリカ	7
	黄パプリカ	7
ガパオ ライス	玉ねぎ 皮むき	30
	なす	7
ガパオ ライス	にんにく	0.5
	サラダ油	1
ガパオ ライス	食塩	0.6
	こしょう	0.02
ガパオ ライス	清酒	1
	みりん	2
ガパオ ライス	オイスターソース	1
	砂糖(上白糖)	1.2
ガパオ ライス	濃口醤油	3.5
	ごま油	0.7
ガパオ ライス	(乾)スイートバジル	0.04
	でんぷん	0.5
ガパオ ライス	キャベツ	30
	人参	5
ガパオ ライス	(レト)ホールコーン	5
	食塩	0.1
ガパオ ライス	ボンレスハム 短冊切り 卵抜き	5
	(冷)えびしんじょう	25
ガパオ ライス	玉ねぎ 皮むき	20
	チンゲンサイ	10
ガパオ ライス	人参	5
	フォー	4
ガパオ ライス	しいたけ スライス	5
	(レト)がらスープ	4
ガパオ ライス	濃口醤油	0.5
	サラダ油	0.5
ガパオ ライス	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	ごま油	0.5
ガパオ ライス	食塩	0.5
	こしょう	0.03
ガパオ ライス	湯	120

14日(水)

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	牛乳	○ 206
	鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	小 50
鶏肉の 塩こうじ 焼き	鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	中 70
	塩麹	5
鶏肉の 塩こうじ 焼き	サラダ油	0.5
	豚肉スライス	10
鶏肉の 塩こうじ 焼き	清酒	0.5
	里いも カット	15
鶏肉の 塩こうじ 焼き	洗いれんこん	10
	洗いごぼう	10
鶏肉の 塩こうじ 焼き	人参	7
	(冷)さやいんげん	5
鶏肉の 塩こうじ 焼き	ごま油	0.5
	濃口醤油	3
鶏肉の 塩こうじ 焼き	砂糖(中双糖)	2
	みりん	1
鶏肉の 塩こうじ 焼き	でんぷん	0.3
	だし汁	15
鶏肉の 塩こうじ 焼き	玉ねぎ 皮むき	30
	(冷)油揚げ カット	5
鶏肉の 塩こうじ 焼き	えのきたけ 1/2	7
	人参	7
鶏肉の 塩こうじ 焼き	小松菜	5
	中みそ	6
鶏肉の 塩こうじ 焼き	甘みそ	5
	だし削り節 鯖抜き	4
鶏肉の 塩こうじ 焼き	だし昆布	0.7
	湯	120

15日(木)

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	牛乳	○ 206
	牛肉スライス	30
すき 焼き 風煮	(冷)焼き豆腐 カット	30
	白菜	45
すき 焼き 風煮	玉ねぎ 皮むき	20
	大根	20
すき 焼き 風煮	糸こんにゃく	10
	人参	10
すき 焼き 風煮	太ねぎ	7
	麩	3
すき 焼き 風煮	サラダ油	1
	濃口醤油	7.5
すき 焼き 風煮	砂糖(中双糖)	4.5
	清酒	1
すき 焼き 風煮	食べて菜	25
	キャベツ	20
すき 焼き 風煮	人参	5
	濃口醤油	2
すき 焼き 風煮	食酢	2
	砂糖(上白糖)	1
すき 焼き 風煮	サラダ油	0.5
	アーモンド(刻み)	1.5
すき 焼き 風煮	アーモンド(粉)	1
	(乾)切干し大根	3.5
すき 焼き 風煮	(乾)刻み昆布	0.2
	花かつお	0.3
すき 焼き 風煮	炒り白ごま	0.5
	生姜	0.3
すき 焼き 風煮	ごま油	0.3
	濃口醤油	1.5
すき 焼き 風煮	砂糖(三温糖)	1
	みりん	1
すき 焼き 風煮	清酒	1
	(個)おはぎ青大豆きな粉	30

16日(金)

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
全粒粉 パン	牛乳	○ 206
	皮つき粗挽ウインナー	小 30
全粒粉 パン	皮つき粗挽ウインナー	中 40
	ベーコン スライス	5
全粒粉 パン	じゃがいも	50
	玉ねぎ 皮むき	15
全粒粉 パン	パセリ	0.1
	サラダ油	0.5
全粒粉 パン	食塩	0.4
	こしょう	0.03
全粒粉 パン	濃口醤油	0.5
	鶏肉 胸・皮なし カット	9
全粒粉 パン	鶏肉 もも・皮なし カット	6
	玉ねぎ 皮むき	25
全粒粉 パン	キャベツ	30
	人参	10
全粒粉 パン	(冷)白いんげん豆	10
	セロリー	3
全粒粉 パン	(冷)さやいんげん	5
	サラダ油	1
全粒粉 パン	白ぶどう酒	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
全粒粉 パン	食塩	0.6
	こしょう	0.03
全粒粉 パン	ローリエ	0.1
	湯	95
全粒粉 パン	りんご	25
	(袋)いちごジャム	15

六条町学校給食センター 10月

19日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 牛乳 焼き豆腐 の味噌そぼろ煮 五色なます みかん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	牛乳	○ 206
	豚肉ミンチ	25
	(冷)豚レバーチップ	8
	(冷)焼き豆腐 カット	85
	玉ねぎ 皮むき	30
	人参	10
	中ねぎ	5
	しいたけ スライス	3
	生姜	0.5
	にんにく	0.1
	ごま油	1
	赤みそ	6.5
	砂糖(三温糖)	3
	清酒	2
	濃口醤油	1.8
	一味	0.01
	でんぷん	0.5
湯	25	
大根	30	
きゅうり	15	
人参	5	
(冷)錦糸たまご	7	
きくらげ(せん切り)	0.3	
上乾ちりめん	1	
炒り白ごま	1	
砂糖(上白糖)	1.2	
りんご酢	2.5	
食塩	0.1	
みかん	80	

20日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
しつぽくうどん 牛乳 釜揚げいりこのから揚げ 食べて菜のドレッシング和え	(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	8
	清酒	1
	てんぷら	10
	油揚げ	8
	大根	30
	里いも カット	15
	人参	10
	中ねぎ	5
	濃口醤油	4
	みりん	1
	清酒	1
	食塩	0.4
	だし煮干し	5
	水	140
	牛乳	○ 206
(冷)釜揚げいりこ 米粉付き	25	
なたね油 ローリー	4	
食塩	0.1	
食べて菜	15	
キャベツ	25	
人参	5	
棒々鶏ドレッシング	6	

21日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 肉じゃが れんこんのきんぴら スタミナ納豆	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	牛乳	○ 206
	牛肉スライス	20
	じゃがいも	65
	玉ねぎ 皮むき	35
	つきこんにやく	10
	人参	7
	(冷)むきえんどう豆	5
	サラダ油	0.5
	濃口醤油	2.5
	砂糖(中双糖)	1.8
	清酒	1.8
	食塩	0.06
	湯	8
	てんぷら	7
	洗いごぼう	15
れんこん(いちよう5mm)	15	
(乾)茎わかめ カット	0.8	
人参	5	
サラダ油	1	
濃口醤油	2.2	
砂糖(中双糖)	1.5	
みりん	0.5	
炒り白ごま	1	
湯	5	
鶏肉 ひき肉	20	
にんにく	1	
生姜	1	
細ねぎ	3	
濃口醤油	0.4	
清酒	0.8	
ごま油	0.5	
(冷)ひきわり納豆	15	
濃口醤油	1.3	
砂糖(三温糖)	0.4	
みりん	1	
ごま油	0.25	
タバスコ	0.08	

22日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
秋の香りごはん 牛乳 さんまの梅煮 磯香和え さつまいもとにらの味噌汁	精白米(自校)	65
	(冷)鶏肉 胸・皮なし カット	9
	(冷)鶏肉 もも・皮なし カット	6
	むき栗 1/4カット	8
	しめじ	5
	人参	7
	(冷)むき枝豆	5
	濃口醤油	3.2
	清酒	0.8
	砂糖(上白糖)	0.8
	食塩	0.5
	だし昆布	0.5
	牛乳	○ 206
	(冷)さんまの梅煮	30
	(冷)さんまの梅煮	40
	チンゲンサイ	25
	白菜	25
	人参	5
	炒り白ごま	1
(乾)味付けもみり	1	
濃口醤油	1	
玉ねぎ 皮むき	20	
さつまいも(角切り)	25	
人参	7	
(冷)油揚げ カット	5	
にら	3	
中みそ	6	
甘みそ	5	
だし煮干し	4	
湯	120	

23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 なたね油 ローリー きな粉 砂糖(三温糖) 食塩 紙ナフキン 牛乳 (冷)あさりむき身 (冷)いか短冊 白ぶどう酒 ベーコン スライス (冷)白いんげん豆ペースト じゃがいも 玉ねぎ 皮むき 人参 パセリ 有塩バター (レト)からスープ 食塩 こしょう チキンコンソメ 乳・卵抜き コーンスターチ 調理用牛乳 湯 キャベツ きゅうり (レト)ホールコーン 食酢 砂糖(上白糖) サラダ油 食塩 こしょう (個)豆乳プリン (冷)ミックスベリー ダイス (冷)フルーツピューレ 凍いちご 砂糖(上白糖) (冷)レモン果汁 水	コッペパン	50
	コッペパン	60
	なたね油 ローリー	中 6
	きな粉	中 4.5
	砂糖(三温糖)	中 3
	食塩	中 0.01
	紙ナフキン	中 1
	牛乳	○ 206
	(冷)あさりむき身	8
	(冷)いか短冊	8
	白ぶどう酒	1
	ベーコン スライス	5
	(冷)白いんげん豆ペースト	12
	じゃがいも	30
	玉ねぎ 皮むき	35
	人参	10
	パセリ	0.5
	有塩バター	1
	(レト)からスープ	4
	食塩	0.6
	こしょう	0.05
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	コーンスターチ	1
	調理用牛乳	○ 30
湯	60	
キャベツ	35	
きゅうり	10	
(レト)ホールコーン	7	
食酢	2.5	
砂糖(上白糖)	1	
サラダ油	1	
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
(個)豆乳プリン	40	
(冷)ミックスベリー ダイス	12	
(冷)フルーツピューレ 凍いちご	8	
砂糖(上白糖)	7.2	
(冷)レモン果汁	0.48	
水	6.4	

六条町学校給食センター 10月

26日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ハヤシライス(麦ごはん)牛乳	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	牛肉スライス	20
	じゃがいも	50
	玉ねぎ 皮むき	45
	人参	10
	エリンギ	6
	(冷)むきえんどう	5
	にんにく	0.3
	サラダ油	1
	小麦粉	5
	サラダ油	2
	有塩バター	1.8
	(レト)トマトピューレ	15
	(レト)トマト水煮	10
	(レト)がらスープ	3
	赤ぶどう酒	2
	ウスターソース	2
	食塩	1
	こしょう	0.07
	砂糖(上白糖)	0.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	からし粉	0.15
	ローリエ	0.1
ピザ用チーズ	3	
湯	80	
牛乳	○ 206	
ロースハム 短冊 卵抜き	5	
キャベツ	30	
きゅうり	10	
人参	5	
トマト	10	
(レト)ホールコーン	5	
(乾)刻み昆布	0.5	
花かつお	0.8	
食酢	3	
サラダ油	1	
濃口醤油	2	
砂糖(上白糖)	1	
こしょう	0.02	
キャンディーズ Fe強化	小 10	
キャンディーズ Fe強化	中 15	

27日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
オリーブ牛のピビンバ(発芽玄米ごはん)牛乳	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	発芽玄米	6
	発芽玄米	7
	牛乳	○ 206
	オリーブ牛 スライス	50
	濃口醤油	4
	砂糖(三温糖)	2
	清酒	1.2
	にんにく	1.5
	中ねぎ	1
	ごま油	1
	炒り白ごま	1
	一味	0.01
	ほうれん草	20
	もやし	20
	人参	10
	食酢	2.2
	濃口醤油	2.5
	砂糖(上白糖)	1.5
	ごま油	1
	ボンレスハム 短冊切り 卵抜き	5
	(レト)うずら卵	25
	玉ねぎ 皮むき	30
	人参	7
	えのきたけ 1/2	5
中ねぎ	5	
(乾)干しわかめ カット	0.8	
炒り白ごま	0.5	
サラダ油	0.5	
(レト)がらスープ	3	
濃口醤油	0.8	
食塩	0.6	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
ごま油	0.4	
湯	110	
ヨーグルト(無糖)	75	
希少糖入りシロップ	10	

28日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	牛乳	○ 206
	(チルド)讃岐サーモン	小 50
	(チルド)讃岐サーモン	中 70
	清酒	1
	食塩	0.1
	マヨネーズ	5
	中みそ	1.5
	みりん	0.5
	チンゲンサイ	25
	キャベツ	20
	太もやし	10
	人参	5
	ロースハム 短冊 卵抜き	5
	砂糖(上白糖)	1.3
	食酢	1
	シークワーサー果汁	1.2
	淡口醤油	0.4
	食塩	0.1
	てんぷら	10
	油揚げ	5
	(乾)切干し大根	8
	人参	7
(冷)さやいんげん	5	
サラダ油	0.5	
砂糖(上白糖)	1.1	
濃口醤油	2.5	
みりん	1.2	
ごま油	0.1	
だし削り節 鯖抜き	1	
湯	20	

29日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大豆ごはん 牛乳	精白米(自校)	65
	牛肉スライス	12
	(冷)大豆水煮	10
	人参	7
	(乾)ひじき	0.5
	(冷)むき枝豆	7
	サラダ油	0.1
	清酒	2
	濃口醤油	2.3
	砂糖(上白糖)	0.5
	食塩	0.4
	牛乳	○ 206
	(個)笹かまぼこ	16
	上乾ちりめん	1
	食べて菜	25
	白菜	20
	(レト)ホールコーン	5
	濃口醤油	2
	食酢	2
	砂糖(上白糖)	1
	サラダ油	1
	(冷)豆腐 カット	25
	大根	15
	里芋 角切り	10
	洗いごぼう	10
	人参	5
中ねぎ	5	
中みそ	6	
甘みそ	5	
だし煮干し	4	
水	110	
(個)スイートポテト	35	

30日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 牛乳	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	○ 206
	ベーコン スライス	8
	(冷)オニオンソー スライス	15
	かぼちゃ カット 皮なし	50
	ピザ用チーズ	10
	パン粉(米粉使用)	1.5
	ドライパセリ	0.05
	紙カップ 小判4号 250枚入	1
	(レト)まぐる油漬	8
	きゅうり	20
	(冷)ブロッコリー	15
	人参	5
	(レト)ホールコーン	5
	食酢	2.5
	サラダ油	1
	砂糖(上白糖)	0.7
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
	ロースハム 短冊 卵抜き	5
	玉ねぎ 皮むき	30
	キャベツ	20
	人参	7
	セロリー	3
	ドライパセリ	0.3
サラダ油	1	
白ぶどう酒	0.5	
ローリエ	0.1	
(レト)がらスープ	3	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
濃口醤油	0.3	
湯	120	