

1日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ピビンバ(麦ごはん) 牛乳 トック入りわかめスープ 大福アイス(小のみ)	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	40
	濃口醤油	2
	砂糖(三温糖)	1
	清酒	1
	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
	太もやし	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 卵抜き	5	
トック	20	
玉ねぎ 皮むき	20	
人参	7	
中ねぎ	3	
(乾)干しわかめ カット	0.8	
(レト)がらスープ	4	
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	0.3	
ごま油	0.2	
湯	120	
(個)大福アイス	30	

2日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
わかめごはん(麦入り) 牛乳 かたくちいわしの南蛮漬け ほうれん草のアーモンド和え 筑前煮	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	炊き込みわかめ	2
	牛乳	206
	(冷)かたくちいわし 粉付き	30
	なたね油 ローリー	4
	細ねぎ	2
	食酢	3
	濃口醤油	2.2
	ごま油	2.2
	みりん	0.8
	一味	0.01
	水	1.1
	ほうれん草	20
	キャベツ	20
	太もやし	15
	アーモンド(刻み)	1.5
	濃口醤油	2.5
食酢	2	
砂糖(上白糖)	0.8	
サラダ油	1	
アーモンド(粉)	1	
鶏肉 胸・皮なし カット	10	
鶏肉 もも・皮なし カット	7	
清酒	0.7	
板こんにやく	25	
洗いごぼう	18	
れんこん いちよう切り	14	
人参	7	
ごま油	1	
濃口醤油	3	
砂糖(中双糖)	2	
でんぷん	0.5	
水	15	

3日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ばら ずし 牛乳 小えびのから揚げ 小松菜のごま和え 豆腐のすまし汁 ひしもち	精白米(自校)	65
	清酒	3
	だし昆布	0.5
	食酢	10
	砂糖(上白糖)	7
	食塩	0.8
	鶏肉 もも・皮なし カット	15
	清酒	0.5
	(冷)油揚げ カット	5
	ごぼう(さきかき・ごはん用)	8
	人参	5
	(冷)グリーンピース	3
	(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)	2.5
	淡口醤油	2.5
	清酒	2
	牛乳	206
	(冷)小えび 殻付き 粉付き	20
	なたね油 ローリー	5
食塩	0.15	
キャベツ	30	
小松菜	20	
(レト)ホールコーン	5	
炒り白ごま	1	
濃口醤油	2	
砂糖(上白糖)	1	
ごま油	0.5	
(冷)豆腐 カット	30	
型抜きかまぼこ(梅)	6	
玉ねぎ 皮むき	20	
しめじ	7	
中ねぎ	5	
食塩	0.7	
濃口醤油	0.5	
だし削り節 鯖抜き	4	
だし昆布	1	
湯	120	
(個)菱餅	30	

4日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
赤飯 牛乳 すずきのみそマヨ焼き 野菜の和えもの 紅白だんご汁 いちごクレープ	精白米(自校)	54
	精白米(自校)	60
	もち米	18
	もち米	20
	小豆	7
	食塩	0.6
	牛乳	206
	(冷)すずき	小 50
	(冷)すずき	中 60
	清酒	1
	食塩	0.1
	マヨネーズ 卵抜き	5
	中みそ	1.5
	みりん	0.5
	大根	20
	ほうれん草	20
	太もやし	20
	砂糖(上白糖)	2
	食酢	1.5
	ゆず酢	1.5
濃口醤油	1	
食塩	0.1	
(冷)白玉	15	
(冷)白玉だんご 赤	15	
玉ねぎ 皮むき	30	
(乾)干しいたけ スライス	0.5	
中ねぎ	5	
濃口醤油	2.2	
清酒	1	
食塩	0.2	
だし昆布	1	
だし削り節 鯖抜き	4	
水	125	
(個)いちごクレープ	40	

5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(中) 牛乳 肉団子とフォアのスープ ひじきとチーズのサラダ はるみ いちごジャム(中)	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
	牛乳	206
	(冷)肉だんご	30
	白菜	35
	玉ねぎ 皮むき	25
	(レト)たけのこポイル(短冊切り)	8
	人参	8
	しいたけ スライス	3
	中ねぎ	5
	フォー	4
	生姜	0.5
	(レト)がらスープ	4
	濃口醤油	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
湯	120	
(レト)まぐろ油漬	5	
キャベツ	35	
人参	5	
ダイスチーズ 角 生食用	6	
(乾)ひじき	1.2	
食酢	2.5	
サラダ油	1	
濃口醤油	2	
砂糖(上白糖)	1.2	
はるみ	50	
(袋)いちごジャム	15	

8日(月)		
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
	牛赤肉 スライス	15
	(冷)油揚げ カット	5
	人参	5
	つきこんにやく(ハーフ)	5
	(冷)むき枝豆	5
	(乾)ひじき	1
	サラダ油	0.8
	濃口醤油	3
	清酒	2
牛乳	砂糖(上白糖)	1
	食塩	0.5
	牛乳	206
	(冷)いわし梅醤油煮	50
	キャベツ	30
	菜の花	10
	(レト)ホールコーン	7
	濃口醤油	1.2
	ポン酢	0.8
	花かつお	1
いわしの梅煮	(冷)豆腐 カット	30
	玉ねぎ 皮むき	15
	大根	10
	人参	10
	えのきたけ 1/2カット	7
	中ねぎ	5
	中みそ	6
	甘みそ	5
	だし煮干し	4
	湯	110
菜花の和えもの		
豆腐のみそ汁		

9日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーうどん	(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
	牛肉 スライス	30
	玉ねぎ 皮むき	40
	人参	10
	中ねぎ	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
	サラダ油	1
牛乳	カレー粉	1.1
	(レト)がらスープ	4
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	トマトケチャップ	2
	ウスターソース	1.7
	とんかつソース	1
	濃口醤油	1
	チャツネ	1
	赤ぶどう酒	1
	食塩	0.8
りっちゃん	こしょう	0.03
	コーンスターチ	4
	湯	85
	牛乳	206
	ローズハム 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
サラダ	(乾)刻み昆布	0.5
	花かつお	0.8
	食酢	2.5
	サラダ油	1
	濃口醤油	2
	砂糖(上白糖)	1
	こしょう	0.02
	れんこん スライス(チップス用)	50
	なたね油 ローリー	3
食塩	0.2	
ブルベリータルト	(個)ブルーベリータルト (米粉)	25

10日(水)		
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	206
	生ちくわ	50
	天ぷら粉 乳・卵抜き	6
	青のり粉	0.3
	水	12
	なたね油 ローリー	4.5
牛乳	ほうれん草	20
	キャベツ	35
	人参	5
	たくあん漬 きざみ	5
	濃口醤油	1
	炒り白ごま	1
	(冷)あん入り白玉	25
	油揚げ	5
	大根	25
	人参	10
ちくわの磯辺揚げ	中ねぎ	5
	中みそ	5
	甘みそ	6
	だし煮干し	4
	水	110
あんもち雑煮		

11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	206
	(冷)さば	小 50
	(冷)さば	中 70
	清酒	1
	食塩	0.3
	キャベツ	30
牛乳	ブロッコリー カット	15
	(冷)カリフラワー	2
	人参	5
	食酢	0.8
	すだち酢	1.2
	砂糖(上白糖)	1.2
	濃口醤油	0.2
	食塩	0.1
	牛肉 スライス	10
	(冷)ひろうす ミニ	14
さばの塩焼き	洗いごぼう	10
	人参	7
	(冷)むき枝豆	5
	(乾)ひじき	2
	サラダ油	0.7
	濃口醤油	3
	砂糖(三温糖)	1.5
	みりん	0.35
	だし削り節 鯖抜き	1
	湯	20
野菜の香り		
がんもどき		

12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
	(冷)ペンネ	15
	(冷)オニオンソテー スライス	20
	鶏肉 もも・皮なし カット	20
	人参	7
	エリンギ カット	7
	ドライパセリ	0.05
	有塩バター	1.5
グラタン	小麦粉	1.5
	調理用牛乳	15
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	粉チーズ	3
	白ぶどう酒	1
	食塩	0.2
	サラダ油	1
	こしょう	0.02
	紙カップ 小判4号 250枚入	1
	(レト)まぐろ油漬	10
ツナサラダ	キャベツ	20
	きゅうり	15
	人参	5
	(レト)ホールコーン	5
	食酢	2.5
	砂糖(上白糖)	1
	濃口醤油	1
	食塩	0.15
	ボンレスハム 短冊 卵抜き	5
	(レト)うずら卵	20
うずら卵とロメインレタスのスープ	玉ねぎ 皮むき	20
	ロメインレタス	20
	サラダ油	0.5
	(レト)がらスープ	4
	食塩	0.6
	濃口醤油	0.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	でんぷん	0.5
	ごま油	0.2
	こしょう	0.03
湯	120	
清見オレンジ	清見オレンジ	50
	紙ナフキン	1

15日(月)			
献立名	食品名	一人当り 正味分量	
中華どんぶり (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	206	
	豚赤肉スライス	20	
	生姜	2	
	濃口醤油	1	
	清酒	1	
	(冷)紫いか 短冊	10	
牛乳	清酒	1	
	(レト)うずら卵	20	
	白菜	20	
	玉ねぎ 皮むき	35	
	人参	10	
	(レト)たけのこポイル(短冊切り)	15	
	(冷)さやいんげん	8	
	ごま油	0.5	
	(レト)がらスープ	3	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	
春雨サラダ	濃口醤油	1.5	
	食塩	0.4	
	こしょう	0.06	
	でんぷん	1	
	湯	55	
	太もやし	25	
	キャベツ	15	
	人参	7	
	(乾)はるさめ カット	5	
	濃口醤油	2.5	
さつまいものから揚げ	食酢	2	
	砂糖(上白糖)	1.2	
	ごま油	1	
	からし粉	0.06	
	さつまいも 角切り	50	
	なたね油 ローリー	4	
	食塩	0.1	

16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(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	60
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし カット	小 27
	鶏肉 もも・皮なし カット	18
	濃口醤油	2
	清酒	2
	生姜	0.7
	にんにく	0.3
	でんぷん	3
鶏のから揚げ(小)	米粉	1
	なたね油 ローリー	5
	(冷)ハンバーグ(焼き)	中 80
	有塩バター	0.5
	オリーブ油	0.1
	玉ねぎ 皮むき	10
	エリンギ	7
	えのきたけ 1/2カット	2
	トマトケチャップ	3
	ウスターソース	0.4
ハンバーグ	濃口醤油	0.1
	砂糖(上白糖)	0.3
	赤ぶどう酒	0.1
	キャベツ	40
	人参	10
	食塩	0.15
	ベーコン スライス	7
	(レト)クリームコーン	20
	(レト)ホールコーン	10
	玉ねぎ 皮むき	30
蒸し野菜	ごま油	7
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	(レト)がらスープ	3
	食塩	0.7
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	こしょう	0.03
	調理用牛乳	30
	水	90
	コーンスターチ	2

17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	206	
	豚赤肉ミンチ	10	
	清酒	1	
	キャベツ	20	
	人参	5	
	玉ねぎ 皮むき	5	
	生姜 みじん切り	3	
	(冷)液卵	12	
牛乳	小麦粉	10	
	青のり粉	0.3	
	食塩	0.15	
	粉かつお	1	
	サラダ油	1	
	紙カップ 小判4号 250枚入	1	
	(袋)中濃ソース	8	
	キャベツ	35	
	小松菜	20	
	人参	5	
お好み焼き	濃口醤油	0.5	
	(冷)レモン果汁	1.5	
	りんご酢	1.5	
	砂糖(上白糖)	1.5	
	食塩	0.3	
	油揚げ	5	
	大根	30	
	人参	10	
	中ねぎ	5	
	(乾)干しわかめ カット	0.5	
酢のもの	中みそ	6	
	人参	5	
	だし煮干し	4	
	水	120	
	(袋)おかかふりかけ(27品目フリー)	2	

18日(木)			
献立名	食品名	一人当り 正味分量	
ガーリックピラフ	精白米(自校)	65	
	白ぶどう酒	1	
	(冷)鶏肉 胸・皮なし カット	8	
	(冷)鶏肉 もも・皮なし カット	8	
	玉ねぎ 皮むき	20	
	(冷)むき枝豆	5	
	にんにく	1	
	サラダ油	1	
	有塩バター	1	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
牛乳	食塩	0.8	
	こしょう	0.05	
	牛乳	206	
	(冷)讃岐さーもん	小 50	
	(冷)讃岐さーもん	中 70	
	香草焼きシーズニング(魚用)	0.2	
	食塩	0.1	
	(レト)まぐろ油漬	8	
	洗いごぼう	30	
	きゅうり	10	
讃岐さーもん	人参	8	
	(レト)ホールコーン	5	
	担煎ごまドレッシング 乳・卵抜き	7	
	ベーコン スライス	6	
	キャベツ	30	
	玉ねぎ 皮むき	25	
	人参	5	
	セロリー	2	
	パセリ	0.5	
	サラダ油	0.5	
チーズ	(レト)がらスープ	3	
	食塩	0.6	
	こしょう	0.05	
	濃口醤油	0.4	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
	ローリエ	0.1	
	湯	120	
	(個)チーズ 鉄強化	15	

19日(金)			
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	206	
	鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	小 50	
	鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	中 70	
	清酒	2	
	食塩	0.15	
	濃口醤油	2.5	
鶏肉の照り焼き	砂糖(三温糖)	1.5	
	みりん	1	
	でんぷん	0.3	
	湯	8	
	上乾ちりめん	5	
	太もやし	30	
	チンゲンサイ	15	
	キャベツ	10	
	濃口醤油	2	
	ボン酢	0.5	
ちりめん和え	砂糖(上白糖)	0.4	
	牛肉 スライス	10	
	じゃがいも	50	
	玉ねぎ 皮むき	35	
	つきこんにゃく	18	
	人参	7	
	(冷)さやいんげん	4	
	サラダ油	0.7	
	濃口醤油	2.8	
	砂糖(中双糖)	2.1	
じゃがいものうま煮	清酒	2.1	
	食塩	0.07	
	湯	10	

22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
	豚赤肉 スライス	45
豚肉のしょうが焼き	にんにく	0.2
	生姜	1.5
	濃口醤油	2.5
	清酒	1
	みりん	0.5
	砂糖(上白糖)	1
	玉ねぎ 皮むき	20
	エリンギ カット	7
	サラダ油	2
	ほうれん草	20
ほうれん草の和えもの	キャベツ	25
	太もやし	20
	花かつお	1
	濃口醤油	2.5
	食酢	1.8
	砂糖(上白糖)	1.5
	ごま油	1
	鶏肉 胸・皮なし カット	6
	鶏肉 もも・皮なし カット	4
	清酒	0.5
高野豆腐の卵とじ	鶏卵	12
	(乾)高野豆腐 サイコロ	10
	玉ねぎ 皮むき	25
	人参	7
	(冷)さやいんげん	4
	(乾)干しいたけ スライス	0.3
	濃口醤油	2
	砂糖(三温糖)	1.7
	食塩	0.3
	だし削り節 鯖抜き	1.5
湯	40	
ミックスナッツ	(袋)ミックスナッツ 小	10
	(袋)ミックスナッツ 中	15

23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	50
	コッペパン	60
牛乳	牛乳	206
	豚肉ミンチ	20
チリコンカン	(冷)白いんげん豆	20
	(冷)金時豆	15
切り干し大根のサラダ	じゃがいも	55
	玉ねぎ 皮むき	40
	(袋)トマト水煮	8
	にんにく	1
	パセリ	0.8
	サラダ油	1
	トマトケチャップ	6
	砂糖(中双糖)	1.5
	ウスターソース	1
	赤ぶどう酒	1
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
手作りりんごジャム	食塩	0.3
	チリパウダー	0.05
	湯	30
	きゅうり	10
	(乾)切干し大根	5
	人参	5
	(レト)ホールコーン	5
	(乾)刻み昆布	0.5
	食酢	2.7
	濃口醤油	2.5
砂糖(上白糖)	1.2	
ぶどうゼリー	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	炒り白ごま	1
	(冷)りんご紅玉 ビューレ	10
	りんご いちよう切り 皮つき	10
	砂糖(上白糖)	3
	(冷)レモン果汁	0.5
	(個)ぶどうゼリー	40