

1日(火)				2日(水)				3日(木)				4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	
コッペパン (袋入り) 牛乳 冬野菜 ポークビーンズ グリーンサラダ	(個)コッペパン	小1 40		麦ごはん 牛乳 厚揚げとチンゲンサイのみそ炒め ごまあえ 味つけのり ぼんかん	精白米(委託)	60		麦ごはん 牛乳 いわしの蒲焼き風 ゆで野菜 大根のみそ汁 節分豆	精白米(自校)	66		コッペパン コッペパン 牛乳 牛肉(2cm角) 玉葱 キャベツ 大根 人参 セロリー パセリ サラダ油 バター トマトケチャップ 1kg トマトピューレ 赤ぶどう酒 食塩 こしょう チキンコンソメ ローリエ 生クリーム 湯 (冷)ブロッコリー (冷)カリフラワー (缶)ホールコーン 食酢 上白糖 サラダ油 食塩 こしょう (個)クリームチーズ	コッペパン	50	
	(個)コッペパン	小2・3 50			精白米(委託)	70			精白米(自校)	73			コッペパン	60	
	(個)コッペパン	小4 60			米粒麦 委託	6			米粒麦 自校	6			牛乳	206	
	(個)コッペパン	小5~中 70			米粒麦 委託	7			米粒麦 自校	7			鉄強化米	0.3	
	牛乳	206			牛乳	206			牛乳	206			牛乳	206	
	豚肉並(2×2cmスライス)	20			豚肉赤身ミンチ	15			(冷)いわし開き 澱粉付	小40			牛肉(2cm角)	30	
	ベーコン(短冊)	5			清酒	2			(冷)いわし開き 澱粉付	中50			玉葱	40	
	赤ぶどう酒	1.5			生姜	0.6			なたね油	4			キャベツ	20	
	(冷)白いんげん豆	30			にんにく	0.2			生姜	1.2			大根	35	
	じゃがいも	30			(冷)厚揚げ(カット)	50			濃口しょうゆ	2.8			人参	15	
	玉葱	25			玉葱	40			上白糖	2.8			セロリー	3	
	大根	20			人参	10			みりん	1.8			パセリ	0.3	
	金時人参	15			たけのこ水煮(ホール)	8			清酒	1.8			サラダ油	1	
	セロリー	5			生しいたけ(スライス)	2			でんぷん	0.2			バター	1	
	パセリ	1			チンゲンサイ	20			湯	4			トマトケチャップ 1kg	4	
	サラダ油	0.8			ごま油	0.8			ロメインレタス	20			トマトピューレ	4	
	トマト水煮	7			中双糖	2			キャベツ	20			赤ぶどう酒	2	
	トマトピューレ	6			チキンコンソメ	0.6			ゆで塩	0.5			食塩	0.5	
	トマトケチャップ 1kg	6			濃口しょうゆ	2.2			油揚げ	5			こしょう	0.03	
	中双糖	1.2			赤みそ	3			大根	30			チキンコンソメ	0.4	
	ウスターソース	1			豆板醤	0.03			人参	15			ローリエ	0.1	
	チキンコンソメ	0.65			でんぷん	1			中ねぎ	5			生クリーム	3	
	食塩	0.3			湯	40			干しわかめ(カット)	0.5			湯	80	
	こしょう	0.04			もやし	30			中みそ	6			(冷)ブロッコリー	30	
	湯	60			キャベツ	30			白みそ	5			(冷)カリフラワー	15	
	キャベツ	25			小松菜	10			煮干し だし用	4			(缶)ホールコーン	5	
	ロメインレタス	20			炒り白ごま	1			水	110			食酢	3.5	
きゅうり	10		濃口しょうゆ	2.5		(個)節分豆	5		上白糖	2					
食酢	3		ポン酢	1.5					サラダ油	1.5					
上白糖	1		(個)味つけのり(5枚)	2.5					食塩	0.3					
オリーブ油	1		ぼんかん	100					こしょう	0.02					
サラダ油	0.5								(個)クリームチーズ	18					
食塩	0.4														
こしょう	0.03														

7日(月)			8日(火)			9日(水)			10日(木)		
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
シーフードカレーピラフ(麦入り) 牛乳 大根サラダ コーンスープ ガトーショコラ	精白米(自校)	59	麦ごはん 牛乳 魚のごま揚げ いそかあえ 豆腐のみそ汁	精白米(委託)	60	わかめごはん(麦入り) 牛乳 がんとどきとひじきのうま煮 豚汁	精白米(自校)	66	米粉パン 牛乳 鮭入りクリームシチュー 食べて菜とコーンのサラダ 野菜マフィン	米粉パン	50
	米粒麦 自校	6		精白米(委託)	70		精白米(自校)	73		米粉パン	60
	鉄強化米	0.3		米粒麦 委託	6		米粒麦 自校	6		牛乳	206
	(冷)あさりむき身	10		米粒麦 委託	7		鉄強化米	0.3		(冷)鮭 2cm角	30
	(冷)むきえび	10		牛乳	206		炊き込みわかめ	2		白ぶどう酒	1
	(冷)短冊いか(1×2cm)	10		(冷)メルルーサ 2cm角	55		牛乳	206		玉葱	40
	白ぶどう酒	2		清酒	2		鶏肉胸・皮なし(2×2cm)	12		じゃがいも	30
	玉葱	20		生姜	1		鶏肉もも・皮なし(2×2cm)	8		人参	10
	人参	7		濃口しょうゆ	1		(冷)ミニひろす	20		パセリ	0.5
	エリンギ カット	5		食塩	0.3		つきこんにやく	25		サラダ油	1
	(冷)グリーンピース	5		炒り白ごま	3		洗いごぼう	15		小麦粉	4
	バター	1		でんぷん	7		人参	10		バター	1
	サラダ油	0.5		なたね油	5		(冷)さやいんげん	8		サラダ油	2
	カレー粉	0.8		もやし	35		(乾)ひじき	3		(レト)がらスープ	4
	チキンコンソメ	0.5		小松菜	20		サラダ油	1		食塩	0.5
	食塩	0.8		人参	5		濃口しょうゆ	4		こしょう	0.04
	こしょう	0.03		もみのり	1		三温糖	3		チキンコンソメ	0.4
	牛乳	206		濃口しょうゆ	1.5		みりん	0.5		ローリエ	0.1
	(レト)まぐる油漬	7		ポン酢	1		だし汁	20		調理用牛乳	30
	大根	40		豆腐	30		豚肉並(3×3cmスライス)	10		湯	50
	水菜	10		油揚げ	5		油揚げ	5		ローズハム(短冊)卵抜き	5
	人参	5		玉葱	20		さつまいも(2cm角)	30		キャベツ	30
	(冷)レモン果汁	2		しめじ	7		大根	15		食べて菜	20
	上白糖	1		中ねぎ	5		もやし	15		大根	15
	濃口しょうゆ	0.5		中みそ	6		人参	8		(缶)ホールコーン	8
	サラダ油	0.5		白みそ	5		中ねぎ	5		食酢	2
	食塩	0.1		煮干し だし用	4		麦みそ	9		サラダ油	1
	こしょう	0.02		湯	120		煮干し だし用	4		上白糖	1
	ベーコン(短冊)	7					水	110		食塩	0.2
	(缶)クリームコーン	40								こしょう	0.02
	玉葱	35									
	(缶)ホールコーン	10								(個)野菜マフィン	25
	パセリ	0.5									
サラダ油	0.5										
(レト)がらスープ	4										
チキンコンソメ	0.3										
食塩	0.5										
こしょう	0.03										
コーンスターチ	1										
湯	110										
(個)ガトーショコラ(米粉)	30										



21日(月)			22日(火)			24日(木)			25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	
冬野菜カレーライス(麦ごはん) 牛乳 フレンチサラダ 小煮干し	精白米(委託)	60	赤飯	精白米(自校)	52				コッペパン	コッペパン	50	
	精白米(委託)	70	精白米(自校)	60	コッペパン					60		
	米粒麦 委託	6	もち米	20	牛乳					206		
	米粒麦 委託	7	鉄強化米	0.3	牛乳					206	鶏肉胸・皮なし(2×2cm)	30
	牛乳	206	(乾)小豆	7	豚肉並ミンチ					25	鶏肉もも・皮なし(2×2cm)	20
	豚肉並(2×3cmスライス)	25	食塩	0.6	清酒					1	ベーコン(短冊)	5
	玉葱	40	炒り白ごま	0.7	豆腐					80	じゃがいも	40
	じゃがいも	25	牛乳	206	玉葱					35	玉葱	40
	大根	20	(冷)ヒレカツ	小50	人参					15	人参	15
	れんこん(いちよう切り)	15	(冷)ヒレカツ	中60	生しいたけ(スライス)					5	にんにく	1
	人参	7	なたね油	5	中ねぎ					5	サラダ油	1
	セロリー	3	きゅうり	10	生姜					1	トマト水煮	25
	にんにく	0.5	キャベツ	30	にんにく					0.8	トマトケチャップ 1kg	3
	生姜	0.5	人参	10	サラダ油					1	赤ぶどう酒	1
	サラダ油	1	(袋)中濃ソース	8	トマトケチャップ 1kg					7	上白糖	0.8
	小麦粉	6	(冷)豆腐(カット)	25	濃口しょうゆ					3.5	ウスターソース	0.7
	カレー粉	1	型抜きかまぼこ(梅)	7	(レト)がらスープ					3	チキンコンソメ	0.6
	サラダ油	4	玉葱	30	赤みそ					2	食塩	0.3
	(レト)がらスープ	4	えのきたけ	10	清酒					1	こしょう	0.03
	トマトケチャップ 1kg	2	みつば	7	三温糖					0.5	湯	20
	ウスターソース	1.3	薄口しょうゆ	2	チキンコンソメ					0.5	(レト)まぐろ油漬	13
	とんかつソース	1	清酒	1	食塩					0.1	キャベツ	25
	濃口しょうゆ	1	食塩	0.2	豆板醤					0.1	人参	10
	チャツネ	1	出し昆布	1	でんぷん					1	ダイスチーズ 角切り 生食用	5
	赤ぶどう酒	1	削り節 だし用	4	ごま油					0.1	(乾)ひじき	1.2
	食塩	0.5	水	125	湯					35	食酢	3
	こしょう	0.04	(個)いちごゼリー	40	ローズハム(短冊)卵抜き					7	サラダ油	2
	チキンコンソメ	0.5			春雨 カット					5	濃口しょうゆ	2
	湯	80			もやし					25	上白糖	0.5
	キャベツ	40			小松菜					10	こしょう	0.02
	きゅうり	20			人参					10		
	(缶)ホールコーン	7			炒り白ごま					1		
	人参	5			濃口しょうゆ					2.5		
食酢	2			食酢	2							
サラダ油	1			上白糖	1.5							
上白糖	1			ごま油	1							
食塩	0.2			からし粉	0.05							
こしょう	0.02											
小煮干し	4											

