

11日(月)			12日(火)			13日(水)			14日(木)			15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	精白米(委託)	60	セル フスラ ッピ ー ジ ョ ー (全 粒 粉 パ ン) 牛乳	全粒粉パン	50	秋の 香 り ご は ん 牛乳	精白米(自校)	65	ガ バ オ ラ イ ス (麦 ご は ん) 牛乳	精白米(委託)	60	い り こ め し (麦 入 り) 牛乳	精白米(自校)	59		
	精白米(委託)	70		全粒粉パン	60		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		
	米粒麦 委託	6		牛乳	206		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6		米粒麦 委託	6		かえり	3		
	米粒麦 委託	7		豚肉並ミンチ	20		さつまいも(2cm角)	10		米粒麦 委託	7		油揚げ	5		
さんまの ゆ ず み そ 煮	牛乳	206	牛肉ミンチ	10	人参	7	牛乳	206	牛乳	206	つきこんにやく	10	洗いごぼう	7		
	(冷)さんまゆずみそ煮	幼 40	(冷)豚レバーチップ	3	しめじ	5	豚肉赤身ミンチ	25	人参	5	洗いごぼう	7	人参	5		
	(冷)さんまゆずみそ煮	小 50	(冷)玉葱	25	(冷)むき枝豆	5	鶏肉 ひき肉	25	(冷)むき枝豆	5	(冷)むき枝豆	5	(冷)むき枝豆	5		
	(冷)さんまゆずみそ煮	中 80	ピーマン	4	濃口しょうゆ	3.2	清酒	0.8	玉葱	40	濃口しょうゆ	4	濃口しょうゆ	4	清酒	1.5
	小松菜	25	にんにく	0.3	清酒	0.8	上白糖	0.8	なす	15	みりん	0.5	みりん	0.5	みりん	0.5
	キャベツ	25	(袋)トマト水煮	5	食塩	0.4	出し昆布	0.5	赤パプリカ	9	食塩	0.4	食塩	0.4	食塩	0.4
	人参	7	トマトケチャップ 1kg	8	牛乳	206	牛乳	206	黄パプリカ	9	出し昆布	1	出し昆布	1	出し昆布	1
	炒り白ごま	0.5	ウスターソース	2	てんぷら	10	牛乳	206	ピーマン	8	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
	(袋)和風ドレッシング	10	赤ぶどう酒	0.5	洗いごぼう	20	てんぷら	10	にんにく	0.5	高野豆腐	の う ま 煮	高野豆腐	の う ま 煮	高野豆腐	の う ま 煮
	型抜きかまぼこ(小菊)	6	食塩	0.2	れんこん(いちよう切り)	15	洗いごぼう	20	スイートバジル 乾燥	0.04	小松菜	の ご ま あ え	小松菜	の ご ま あ え	小松菜	の ご ま あ え
玉葱	20	小麦粉	1	つきこんにやく	10	れんこん(いちよう切り)	15	サラダ油	1	豚肉並(2×2cmスライス)	25	豚肉並(2×2cmスライス)	25	豚肉並(2×2cmスライス)	25	
えのきたけ	13	サラダ油	0.5	つきこんにやく	10	人参	7	みりん	3	清酒	1	清酒	1	清酒	1	
中ねぎ	5	キャベツ	30	人参	7	(冷)さやいんげん	6	濃口しょうゆ	2	高野豆腐(サイコロ)	15	高野豆腐(サイコロ)	15	高野豆腐(サイコロ)	15	
干しわかめ(カット)	0.5	人参	5	(冷)さやいんげん	6	ごま油	1	オイスターソース	1	玉葱	40	玉葱	40	玉葱	40	
濃口しょうゆ	1	ゆで塩	0.5	ごま油	1	濃口しょうゆ	3	清酒	1	人参	10	人参	10	人参	10	
清酒	1	(冷)あさりむき身	10	濃口しょうゆ	3	三温糖	1.5	上白糖	0.7	(冷)さやいんげん	7	(冷)さやいんげん	7	(冷)さやいんげん	7	
食塩	0.5	白ぶどう酒	1	三温糖	1.5	みりん	1	食塩	0.3	生しいたけ(スライス)	5	生しいたけ(スライス)	5	生しいたけ(スライス)	5	
削り節 だし用	4	ベーコン(短冊)	5	みりん	1	炒り白ごま	1	こしょう	0.02	濃口しょうゆ	3	濃口しょうゆ	3	濃口しょうゆ	3	
出し昆布	1	(レト)大豆ペースト	10	炒り白ごま	1	一味	0.01	でんぷん	1	三温糖	2.5	三温糖	2.5	三温糖	2.5	
水	130	じゃがいも	30	一味	0.01	だし汁	5	ごま油	0.7	食塩	0.2	食塩	0.2	食塩	0.2	
(袋)のり佃煮	5	玉葱	30	だし汁	5	(冷)すいとん	25	(レト)うずら卵	25	削り節 だし用	2	削り節 だし用	2	削り節 だし用	2	
		人参	7	だし汁	5	玉葱	25	ボンレスハム(短冊)卵抜き	7	湯	50	湯	50	湯	50	
		しめじ	5	(冷)すいとん	25	人参	25	白菜	7							
		パセリ	0.5	玉葱	25	油揚げ	10	玉葱	15							
		バター	0.5	人参	10	油揚げ	5	チンゲンサイ	15							
		(レト)がらスープ	4	油揚げ	5	中ねぎ	5	人参	7							
		食塩	0.55	中ねぎ	5	中みそ	6	人参	7							
		こしょう	0.05	食塩	6	白みそ	5	ビーファン	5							
		チキンコンソメ	0.6	こしょう	5	削り節 だし用	4	(レト)がらスープ	4							
		コーンスターチ	1	チキンコンソメ	4	出し昆布	1	濃口しょうゆ	0.5							
		調理用牛乳	30	出し昆布	1	水	110	サラダ油	0.5							
		湯	50	水	110			チキンコンソメ	0.3							
								ごま油	0.1							
								食塩	0.5							
								こしょう	0.03							
								湯	130							
								(個)レモンマフィン	25							

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	精白米(委託)	60	コッペパン (袋入り)	(個)コッペパン	幼 30	麦ごはん 牛乳	精白米(委託)	60	小型コッペパン	コッペパン	30	シーフード カレー ピラフ (麦入り)	精白米(自枝)	59
	精白米(委託)	70		(個)コッペパン	小1 40		精白米(委託)	70		コッペパン	40		米粒麦 自枝	6
	米粒麦 委託	6		(個)コッペパン	小2・3 50		米粒麦 委託	6		牛乳	206		(冷)むきえび	8
	米粒麦 委託	7		(個)コッペパン	小4 60		米粒麦 委託	7		牛乳	206		(冷)短冊いか	8
	牛乳	206		(個)コッペパン	小5~中 70		牛乳	206		スバゲティ(ハーフ)	35		(冷)あさりむき身	5
	(冷)鮭2cm角切・骨なし	50		牛乳	206		豚肉赤身(3×3cmスライス)	40		ゆで塩	1.3		白ぶどう酒	2
	生姜	1		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12		濃口しょうゆ	1		牛赤肉ミンチ	15		玉葱	15
	清酒	2		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8		清酒	1		(冷)豚レバーチップ	3		人参	7
	濃口しょうゆ	1		白ぶどう酒	1		キャベツ	40		玉葱	35		(冷)むき枝豆	5
	食塩	0.1		玉葱	30		玉葱	35		エリンギ	10		サラダ油	0.5
米粉	4	さつまいも(2cm角)	25	たけのこ水煮(ホール)	15	ピーマン	10	ウスターソース	1					
でんぷん	3	じゃがいも	20	人参	10	にんにく	0.3	カレー粉	0.8					
なたね油	5	人参	10	ピーマン	8	生姜	1	チキンコンソメ	0.5					
大根	40	しめじ	10	生姜	1	にんにく	0.5	食塩	0.9					
きゅうり	15	エリンギカット	10	にんにく	0.5	サラダ油	2	こしょう	0.03					
水菜	10	パセリ	0.5	サラダ油	1	(レト)トマトピューレ	13	牛乳	206					
(缶)ホールコーン	5	サラダ油	2	赤みそ	2	トマトケチャップ 1kg	7	ひじきと チーズの サラダ						
濃口しょうゆ	2.5	小麦粉	3.5	濃口しょうゆ	1	赤ぶどう酒	4	ダイスターズ 角生食用	5					
食酢	2.5	バター	1	清酒	1	粉チーズ	2.5	(レト)まぐろ油漬	10					
上白糖	1.8	サラダ油	1.5	上白糖	0.7	ウスターソース	1.5	キャベツ	30					
サラダ油	0.5	(レト)がらスープ	4	オイスターソース	0.7	チキンコンソメ	0.3	きゅうり	10					
ごま油	0.5	チキンコンソメ	0.4	豆板醤	0.05	食塩	0.2	(乾)ひじき	1.2					
花かつお	0.5	食塩	0.5	ごま油	0.5	こしょう	0.05	食酢	3					
玉葱	30	こしょう	0.04	もやし	30	キャベツ	30	サラダ油	1					
人参	10	ローリエ	0.1	小松菜	25	(冷)ブロccoli	20	濃口しょうゆ	1.8					
油揚げ	8	調理用牛乳	30	人参	5	(缶)ホールコーン	10	上白糖	0.5					
中ねぎ	5	湯	75	きくらげ(せん切り)	0.2	赤パプリカ	5	こしょう	0.02					
干しわかめ(カット)	0.6	(レト)まぐろ油漬	5	濃口しょうゆ	2.5	食酢	2.5	ベーコン(短冊)	7					
中みそ	6	きゅうり	18	食酢	2.5	(冷)レモン果汁	0.5	玉葱	30					
白みそ	5	人参	10	上白糖	1.5	サラダ油	1	人参	10					
煮干し だし用	4	(缶)ホールコーン	7	ごま油	1	上白糖	0.8	マカロニ(シエル)	5					
水	120	(冷)むき枝豆	5	炒り白ごま	1	食塩	0.3	セロリー	2					
		セロリー	2	かえり	5	こしょう	0.02	パセリ	0.5					
		食酢	1.5	アーモンド(四つ割)	4	(個)チーズ(鉄強化)	15	サラダ油	1					
		上白糖	1.2	上白糖	1			(レト)がらスープ	4					
		(冷)レモン果汁	1	濃口しょうゆ	0.3			食塩	0.5					
		サラダ油	1	みりん	1			チキンコンソメ	0.3					
		食塩	0.3	水	1			こしょう	0.03					
		こしょう	0.03					ローリエ	0.1					
		(個)ぶどうゼリー	40					湯	110					
								(個)マロンワッフル	40					

