

1日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	(個)コッペパン	幼・小1 40
	(個)コッペパン	小2・3 50
	(個)コッペパン	小4 60
	(個)コッペパン	小5～中 70
牛乳	牛乳	206
	鶏肉胸・皮なし(2×2cm)	30
	鶏肉もも・皮なし(2×2cm)	20
	ベーコン(短冊)	5
	じゃがいも	40
	玉葱	40
	人参	15
	にんにく	1
	サラダ油	1
	(袋)トマト水煮	25
	トマトケチャップ 1kg	3
	赤ぶどう酒	1
	上白糖	0.8
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	湯	20
	(レト)まぐろ油漬	13
	ダイスチーズ角(生食用)	5
	キャベツ	25
	人参	10
	(乾)ひじき	1.2
	食酢	3
	サラダ油	2
	濃口しょうゆ	2
	上白糖	0.5
	こしょう	0.02

2日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大根の卵とじどんぶり(麦ごはん)	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	206
	ベーコン(短冊)	7
	鶏卵	30
	大根	60
	人参	10
	生しいたけ(スライス)	6
中ねぎ	5	
サラダ油	1	
濃口しょうゆ	3.5	
みりん	2	
三温糖	1	
食塩	0.25	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ	0.6	
でんぷん	1	
湯	50	
小煮干し	4	
(冷)大豆水煮	25	
でんぷん	3	
なたね油	5	
上白糖	2.5	
濃口しょうゆ	0.7	
湯	1.5	
炒り白ごま	1	
もやし	30	
キャベツ	20	
小松菜	10	
花かつお	0.8	
濃口しょうゆ	2	

3日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ばらずし	精白米(自校)	65
	清酒	3
	出し昆布	0.8
	食酢	10
	上白糖	8
	食塩	0.8
	(冷)むきえび	15
	清酒	1
	油揚げ	5
	高野豆腐(すし用)	1
ごぼう(ささがき・ごはん用)	8	
人参	7	
(冷)グリーンピース	5	
干しいたけ(スライス)	0.8	
上白糖	2.5	
清酒	2	
薄口しょうゆ	2.5	
牛乳	206	
キャベツ	35	
小松菜	20	
人参	10	
濃口しょうゆ	1.8	
上白糖	1	
炒り白ごま	1	
型抜きかまぼこ(梅)	6	
(冷)豆腐(カット)	30	
玉葱	20	
しめじ	7	
中ねぎ	5	
食塩	0.7	
薄口しょうゆ	0.5	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	120	
(個)ひなあられ	5	

4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	牛乳	206
	鶏肉胸・皮なし(唐揚げ用)	30
	鶏肉もも・皮なし(唐揚げ用)	20
	清酒	2
	でんぷん	6
	なたね油	5
	上白糖	3.5
	(冷)レモン果汁	5
	濃口しょうゆ	3
洗いごぼう	30	
きゅうり	15	
人参	8	
(缶)ホールコーン	5	
焙煎ごまドレッシング	9	
ボンレスハム(短冊)卵抜き	5	
(レト)うずら卵	25	
玉葱	20	
ロメインレタス	20	
人参	5	
(レト)がらスープ	4	
食塩	0.6	
サラダ油	0.5	
濃口しょうゆ	0.5	
チキンコンソメ	0.3	
ごま油	0.2	
こしょう	0.03	
湯	120	

7日(月)		
献立名	食品名	一人当たり 正味分量
ビビンバ(麦ごはん)	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	206
	牛肉(3×3cmスライス)	30
	濃口しょうゆ	2
	清酒	1
	三温糖	1
	にんにく	1.5
	ごま油	1
牛乳	中ねぎ	1
	一味	0.01
	炒り白ごま	1
	ほうれん草	25
	濃口しょうゆ	1.5
	ごま油	0.3
	もやし	35
	人参	15
	食酢	2.4
	ごま油	1.5
	濃口しょうゆ	1
野菜マフィン(小中のみ)	上白糖	1
	食塩	0.2
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	トック 国産米使用	20
	玉葱	20
	中ねぎ	3
	干しわかめ(カット)	0.8
	サラダ油	0.5
	(レト)がらスープ	4
	濃口しょうゆ	0.8
	食塩	0.5
こしょう	0.03	
チキンコンソメ	0.5	
ごま油	0.2	
湯	140	
(個)野菜マフィン	25	

8日(火)		
献立名	食品名	一人当たり 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)肉だんご	30
	玉葱	40
	じゃがいも	30
	人参	10
	トマト水煮	10
	しめじ	8
	(冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1
肉団子のトマトシチュー	小麦粉	3
	サラダ油	1.5
	バター	1
	トマトピューレ	5
	ウスターソース	2
	赤ぶどう酒	2
	上白糖	0.7
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.6
	こしょう	0.06
	ローリエ	0.1
湯	80	
ビーンズサラダ	(レト)まぐろ油漬	10
	(レト)ミックスビーンズ	10
	キャベツ	20
	きゅうり	10
	人参	5
	(冷)レモン果汁	1.8
	りんご酢	1.5
	濃口しょうゆ	1
	上白糖	0.8
	サラダ油	0.5
	食塩	0.1
こしょう	0.02	
はるみ(小中のみ)	はるみ	50

9日(水)		
献立名	食品名	一人当たり 正味分量
五目チャーハン(麦入り)	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	鉄強化米	0.3
	焼き豚(1cm角切り)	20
	玉葱	15
	人参	5
	(冷)むき枝豆	5
	中ねぎ	3
	ごま油	1.5
	清酒	1
	濃口しょうゆ	1
牛乳	チキンコンソメ	0.6
	サラダ油	0.5
	こしょう	0.02
	牛乳	206
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	玉葱	15
	白菜	15
	チンゲンサイ	10
	人参	7
	ビーフン	5
	(レト)がらスープ	4
濃口しょうゆ	0.5	
サラダ油	0.5	
チキンコンソメ	0.3	
ごま油	0.1	
フルーツ白玉	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	湯	130
	(レト)白桃	20
	(レト)みかん	15
	(冷)カラフルボール	20

10日(木)		
献立名	食品名	一人当たり 正味分量
カレーうどん	(個)ゆでうどん さぬきの夢	幼~小3 200
	(個)ゆでうどん さぬきの夢	小4~6 280
	(個)ゆでうどん さぬきの夢	中 300
	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	油揚げ	7
	玉葱	40
	人参	10
	中ねぎ	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
	サラダ油	2
牛乳	カレー粉	1.1
	(レト)がらスープ	4
	チキンコンソメ	0.5
	トマトケチャップ 1kg	2
	ウスターソース	1.7
	とんかつソース	1
	濃口しょうゆ	1
	チャツネ	1
	赤ぶどう酒	1
	食塩	0.8
	こしょう	0.03
海そうサラダ	でんぶん	2
	削り節 だし用	4
	湯	120
	牛乳	206
	(レト)ささみ油漬(フレーク)	10
	(乾)海藻ミックス	0.8
	(乾)ひじき	0.5
	キャベツ	30
	きゅうり	15
	(缶)ホールコーン	5
	食酢	2.5
濃口しょうゆ	2.5	
上白糖	1.2	
ごま油	0.8	

11日(金)		
献立名	食品名	一人当たり 正味分量
麦ごはん	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	206
	(冷)鮭(2cm角)骨皮なし	45
	生姜	1
	清酒	2
	濃口しょうゆ	1
	食塩	0.1
	のりおかかあえ	米粉
でんぶん		3
なたね油		5
キャベツ		30
ほうれん草		20
人参		7
花かつお 1kg		0.5
もみのり		0.5
濃口しょうゆ		1.5
ボン酢		1
おくずかけ		じゃがいも
	糸こんにやく	7
	洗いごぼう	7
	人参	5
	中ねぎ	5
	(乾)うーめん	5
	生しいたけ(スライス)	4
	麩	1.5
	薄口しょうゆ	2
	みりん	0.5
	食塩	0.1
でんぶん	0.7	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	130	

14日(月)		
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	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	1.9
	牛乳	206
	鶏肉胸・皮なし(2×2cm)	15
	鶏肉もも・皮なし(2×2cm)	10
	清酒	1
	板こんにやく	35
	洗いごぼう	30
	れんこん(いちょう切り)	15
	人参	15
筑前煮 ブロッコリーの あえもの 焼きプリンタルト (小中のみ)	(冷)さやいんげん	8
	ごま油	1.5
	濃口しょうゆ	4
	中双糖	2.8
	でんぷん	0.7
	水	6
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	7
	(冷)ブロッコリー(カット)	25
	きゅうり	20
	(缶)ホールコーン	10
	濃口しょうゆ	3
	上白糖	1.3
	ボン酢	1.3
炒り白ごま	1	
(個)焼きプリンタルト	30	

15日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン (袋入り) 牛乳 チリコンカン チーズ入り かるちゃん サラダ ぶどうゼリー (小中のみ)	(個)コッペパン	幼・小1 40
	(個)コッペパン	小2・3 50
	(個)コッペパン	小4 60
	(個)コッペパン	小5～中 70
	牛乳	206
	豚肉並ミンチ	20
	(冷)白いんげん豆	30
	じゃがいも	55
	玉葱	40
	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 1kg	6	
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	0.5	
食塩	0.3	
チリパウダー	0.05	
湯	30	
上乾ちりめん	2	
ダイスチーズ 角・生食用	2.5	
星形チーズ	2.5	
(乾)ひじき	1.2	
キャベツ	20	
小松菜	15	
人参	7	
食酢	2	
サラダ油	2	
濃口しょうゆ	2	
上白糖	1.2	
こしょう	0.02	
(個)ぶどうゼリー	40	

16日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
中華どんぶり (麦ごはん) 牛乳 春雨 サラダ さつまいもの からあげ	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	206
	(レト)うずら卵	25
	豚肉並(3×3cmスライス)	20
	生姜	2
	清酒	2
	濃口しょうゆ	1
	(冷)短冊いか(1×4cm)	10
	清酒	1
	白菜	30
玉葱	30	
たけのこ水煮(ホール)	15	
人参	10	
チンゲンサイ	5	
(レト)がらスープ	3	
濃口しょうゆ	1.5	
チキンコンソメ	0.3	
ごま油	0.5	
食塩	0.4	
こしょう	0.04	
でんぷん	1	
湯	55	
もやし	25	
きゅうり	15	
人参	7	
春雨(8～10cm)	5	
濃口しょうゆ	2	
食酢	2	
上白糖	1.6	
ごま油	1	
からし粉	0.06	
さつまいも(2cm角)	50	
なたね油	4	
食塩	0.05	

17日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフハンバーガー (ハンバーグ) ゆで野菜 チーズ(中のみ) 牛乳 コーン クリーム スープ 清見オレンジ (小中のみ)	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
	(冷)ハンバーグ鉄強化	幼小60
	(冷)ハンバーグ鉄強化	中80
	キャベツ	35
	人参	10
	ゆで塩	0.5
	(個)濃厚ソース	10
	(個)スライスチーズ 鉄Ca強化	20
	ベーコン(短冊)	8
	玉葱	40
	(缶)クリームコーン	20
人参	10	
エリンギ カット	8	
(缶)ホールコーン	5	
パセリ	0.5	
バター	1	
(レト)がらスープ	4	
コーンスターチ	1.5	
チキンコンソメ	0.3	
食塩	0.5	
こしょう	0.04	
ローリエ	0.1	
調理用牛乳	30	
生クリーム	2	
湯	75	
清見オレンジ	50	

18日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 かたくちいわしの 南蛮漬 ごまあえ うちこみ汁 ふりかけ (小中のみ)	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	206
	(冷)かたくちいわし濃粉付き	35
	なたね油	4
	細ねぎ	2
	食酢	3.5
	濃口しょうゆ	2.5
	上白糖	2.5
	みりん	0.9
	一味	0.01
水	1.3	
もやし	30	
小松菜	25	
人参	7	
濃口しょうゆ	2.5	
ボン酢	1.5	
炒り白ごま	2	
油揚げ	5	
生うどん さぬきの夢	20	
大根	15	
人参	8	
おねぎ	5	
生しいたけ(スライス)	5	
中みそ	6	
白みそ	5	
煮干し だし用	4	
水	150	
(個)おかかふりかけ (27品目フリー)	2	

22日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
チキンライス	精白米(自校)	59	
	米粒麦 自校	6	
(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)		12	
	(冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	8	
(麦入り)	白ぶどう酒	1	
	玉葱	15	
	人参	8	
	エリンギ カット	5	
	(冷)むき枝豆	5	
	バター	1	
	サラダ油	0.5	
	トマトケチャップ 1kg	13	
	ウスターソース	0.6	
	チキンコンソメ	0.6	
	食塩	0.3	
こしょう	0.04		
牛乳			
	牛乳	206	
じゃがボールのスープ	キャベツ	35	
	きゅうり	20	
	(缶)ホールコーン	5	
	食酢	3.2	
	サラダ油	2	
	上白糖	1.5	
	食塩	0.3	
	こしょう	0.03	
	粗挽きウインナー(輪切り)	10	
	(冷)いももち	25	
	玉葱	20	
人参	5		
セロリー	5		
パセリ	0.5		
(レト)がらスープ	4		
サラダ油	1		
チキンコンソメ	0.3		
濃口しょうゆ	0.5		
食塩	0.5		
こしょう	0.03		
湯	120		

23日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦ごはん	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	
肉じゃが	豚肉並(2×2cmスライス)	30	
	清酒	1	
	じゃがいも	80	
	玉葱	50	
	つきこんにゃく	25	
	人参	10	
	(冷)さやいんげん	7	
	サラダ油	1.5	
	濃口しょうゆ	4	
	中双糖	3	
	清酒	3	
	食塩	0.1	
湯	5		
切干大根のあえもの	きゅうり	10	
	切干し大根	5	
	(缶)ホールコーン	5	
	人参	4	
	(乾)刻み昆布	0.5	
	食酢	2.7	
	濃口しょうゆ	2.5	
	上白糖	1.2	
	サラダ油	0.5	
	ごま油	0.5	
	(レト)しじみの佃煮	10	