

6日(月)			7日(火)			8日(水)			9日(木)			10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		
深川 めし(麦入り) 牛乳 かんび ょうの和え物 白玉 雑煮 プリン (中のみ)	精白米(自校)	59	大根 の卵とじ どんぶり (麦) ごはん (牛乳) かたくち いわしのから揚げ チンゲンサイ とたくあん のごまあえ	精白米(委託)	60	コッ ペパン 牛乳 ポル シチ ポテ トサラ ダ いち ごジャ ム(小 中のみ)	コッペパン	50	麦 ごは ん 牛乳 煮 込み おで ん 食 べて 菜の ごま あえ ふり かけ (小中 のみ)	精白米(委託)	60	年 明 け 八 菜 う ど ん 牛乳 え び 入 り 金 時 揚 げ ゆ で ブ ロ ッ コ リ ー コ ア ワ ツ フ ル (中の のみ)	(個)ゆでうどん さぬきの夢	小1~3 200		
	米粒麦 自校	6		精白米(委託)	70		コッペパン	60		精白米(委託)	70		(個)ゆでうどん さぬきの夢	小4~6 280		
	(冷)あさりむき身	15		米粒麦 委託	6		牛乳	206		牛乳	206		米粒麦 委託	6	(個)ゆでうどん さぬきの夢	中 300
	生姜	1.3		米粒麦 委託	7								米粒麦 委託	7	豚肉並(3×3cmスライス)	20
	清酒	2		牛乳	206		牛肉(2cm角)	30		牛肉(3×3cmスライス)	20		牛乳	206	生姜	0.4
	洗いごぼう	7					サラダ油	0.5		てんぷら	15				清酒	1.5
	人参	5		ベーコン(短冊)	7		大かぶ	50		(レト)うずら卵	20				サラダ油	0.5
	油揚げ	4		鶏卵	30		玉葱	30		(冷)厚揚げ(カット)	25				型抜きかまぼこ(梅)	5
	(冷)むき枝豆	5		大根	60		キャベツ	20		大根	30				白菜	30
	サラダ油	1		人参	10		人参	10		里いも(2cmカット)	25				玉葱	25
	清酒	0.5		生しいたけ(スライス)	6		サラダ油	1		板こんにやく	20				金時人参	15
	濃口しょうゆ	3		中ねぎ	5		バター	1		人参	10				大根	15
	上白糖	1.1		サラダ油	1		トマトケチャップ 1kg	4		(乾)早煮昆布(カット)	1				もやし	10
	食塩	0.5		濃口しょうゆ	4		トマトピューレ	4		白みそ	5				生しいたけ(スライス)	5
				みりん	2		赤ぶどう酒	2		赤みそ	3				中ねぎ	5
	牛乳	206		三温糖	1		食塩	0.55		中双糖	3				濃口しょうゆ	4
				食塩	0.25		こしょう	0.05		清酒	1				みりん	1
	ロースハム(短冊)卵抜き	5		こしょう	0.03		(レト)がらスープ	3		濃口しょうゆ	0.8				食塩	0.5
	(乾)かんびょう(2cmカット)	6		チキンコンソメ	0.6		チキンコンソメ	0.4		水	50				でんぷん	2
	きゅうり	15		でんぷん	1		ローリエ	0.1		食べて菜	25				煮干し だし用	5
	人参	5		湯	50		生クリーム	3		キャベツ	30				水	110
	(乾)刻み昆布	0.8		(冷)かたくちいわし濃粉付き	30		湯	80		人参	5				牛乳	206
	濃口しょうゆ	2.7		なたね油	4		じゃがいも	60		炒り白ごま	1				(冷)金時揚げ	40
	食酢	2.2		チンゲンサイ	25		人参	8		ポン酢	1.5				なたね油	4
	ごま油	1		キャベツ	30		(缶)ホールコーン	7		濃口しょうゆ	2.5				(冷)ブロッコリー	25
	上白糖	1.2		たくあん(刻み)	6		ゆで塩	1		(個)大豆ふりかけ	2.5				ゆで塩	0.5
	炒り白ごま	0.5		濃口しょうゆ	0.6		(個)マヨネーズ	8							(個)ココアワッフル Fe強化	28
		食酢	0.3	(個)いちごジャム	15											
鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9	炒り白ごま	1													
鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6															
(冷)白玉	25															
なると(3mm)	5															
大根	25															
人参	7															
小松菜	7															
濃口しょうゆ	2															
みりん	1															
食塩	0.35															
削り節 だし用	4															
出し昆布	1															
水	110															
(個)プリン鉄強化	60															

13日(月)			14日(火)			15日(水)			16日(木)			17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		
キムチごはん(麦入り) 牛乳 ナムル トックとわかめのスープ ヨーグルト(小中のみ)	精白米(自校)	59	冬野菜カレーライス(麦ごはん) 牛乳 アーモンドサラダ 小煮干し(小中のみ)	精白米(委託)	60	コッペパン 牛乳 魚のレモンソース ブロッコリーとチーズのサラダ コーンチャウダー	コッペパン	50	麦ごはん 牛乳 厚揚げとチンゲンサイのみそ炒め ちりめんあえ チーズ(小中のみ)	精白米(自校)	66	コッペパン(袋入り) 牛乳 フライドチキン チョップドサラダ かぼちやのスープ	コッペパン	50		
	米粒麦 自校	6		精白米(委託)	70		コッペパン	60		精白米(自校)	73		コッペパン	60		
	豚肉並(2×2cmスライス)	15		米粒麦 委託	6		牛乳	206		米粒麦 自校	6		牛乳	206	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30
	清酒	2		米粒麦 委託	7		(冷)メルルーサ 2cm角切	50		米粒麦 自校	7		牛乳	206	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20
	生姜	0.8		牛乳	206		清酒	2		豚肉赤身ミンチ	15		生薑	0.6	食塩	0.3
	白菜キムチ(ごはん用)	15		豚肉並(2×3cmスライス)	20		食塩	0.1		清酒	2		にんにく	0.2	こしょう	0.03
	人参	7		玉葱	40		でんぶん	8		生姜	0.6		にんにく	0.8	白ぶどう酒	1
	(冷)むぎ枝豆	5		じゃがいも	20		(冷)レモン果汁	4		にんにく	0.2		(冷)厚揚げ(カット)	50	生薑	0.8
	炒り白ごま	2		大かぶ	30		上白糖	3		玉葱	40		チンゲンサイ	20	コーンミール	3
	ごま油	2		れんこん(いちょう切り)	15		濃口しょうゆ	2		チンゲンサイ	20		人参	10	でんぶん	4
	上白糖	1.2		エリンギ カット	5		ライスチーズ 角生食用	2.5		人參	5		たけのこ水煮(ホール)	8	なたね油	5
	濃口しょうゆ	1.2		セロリー	3		星形チーズ	2.5		食酢	3		生しいたけ(スライス)	2	(レト)まぐろ油漬	5
	チキンコンソメ	0.4		にんにく	0.5		(冷)ブロッコリー	25		キャベツ	20		ごま油	0.8	マカロニ(シエル)	5
	食塩	0.1		生姜	0.5		キャベツ	20		人參	5		赤みそ	3	人参	10
	牛乳	206		サラダ油	1		人參	5		食酢	3		濃口しょうゆ	2.2	キャベツ	13
	もやし	40		小麦粉	6		食酢	3		濃口しょうゆ	2		中双糖	2	きゅうり	15
	小松菜	15		カレー粉	1		サラダ油	1		チキンコンソメ	0.6		チキンコンソメ	0.6	セロリー	2
	人参	7		サラダ油	4		濃口しょうゆ	2		でんぶん	1		でんぶん	1	食酢	1.5
	にんにく	0.1		(レト)がらスープ	4		上白糖	0.5		豆板醤	0.03		豆板醤	0.03	(冷)レモン果汁	1
	食酢	2		トマトケチャップ 1kg	2		こしょう	0.02		湯	20		湯	20	サラダ油	1
濃口しょうゆ	2	ウスターソース	1.3	ベーコン(短冊)	8	上乾ちりめん	5	小松菜	25	上白糖	1.2					
上白糖	1.3	とんかつソース	1	じゃがいも	30	小松菜	25	もやし	40	食塩	0.3					
ごま油	1	濃口しょうゆ	1	玉葱	30	もやし	40	濃口しょうゆ	2.3	こしょう	0.03					
一味	0.01	チャツネ	1	(缶)ホールコーン	20	濃口しょうゆ	2.3	ボン酢	0.7	(冷)かぼちや1.5cmカット皮付	50					
ボンレスハム(短冊)卵抜き	5	赤ぶどう酒	1	(冷)白いんげん豆ペースト	15	湯	20	(個)チーズ(鉄強化)	15	玉葱	20					
トック 国産米使用	20	食塩	0.5	人參	5	上乾ちりめん	5			ベーコン(短冊)	5					
玉葱	20	こしょう	0.04	パセリ	0.3	小松菜	25			パセリ	0.5					
干しわかめ(カット)	0.8	チキンコンソメ	0.5	バター	0.5	中松菜	3			バター	2					
中ねぎ	3	湯	60	(レト)がらスープ	4	サラダ油	0.5			調理用牛乳	30					
サラダ油	0.5	小松菜	20	食塩	0.5	濃口しょうゆ	0.8			チキンコンソメ	0.5					
(レト)がらスープ	4	キャベツ	20	こしょう	0.05	食塩	0.5			食塩	0.4					
濃口しょうゆ	0.8	もやし	20	チキンコンソメ	0.6	こしょう	0.05			こしょう	0.03					
食塩	0.5	濃口しょうゆ	2.5	コーンスターチ	1	チキンコンソメ	0.5			生クリーム	5					
こしょう	0.03	サラダ油	1.5	調理用牛乳	30	湯	70			湯	70					
チキンコンソメ	0.5	ごま油	2.5	湯	50											
ごま油	0.2	上白糖	1													
湯	140	アーモンド(粉)	1													
(個)ヨーグルト Fe強化	70	アーモンド(刻み)	1.5													
		小煮干し	4													

20日(月)			21日(火)			22日(水)			23日(木)			24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	中華風炊き込みごはん(麦入り)	精白米(自校)	59	麦ごはん 牛乳	精白米(委託)	60	大豆ごはん(麦入り)	精白米(自校)	59	コッペパン	コッペパン	50
	精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		コッペパン	60
	米粒麦 委託	6		焼き豚(1cm角切り)	15		米粒麦 委託	6		牛肉(2×2cmスライス)	15		牛乳	206
	米粒麦 委託	7		たけのこ水煮(ホール)	10		米粒麦 委託	7		(冷)大豆水煮	12			
	牛乳	206		人参	5		牛乳	206		油揚げ	3		牛乳	206
				(冷)むき枝豆	5					人参	5		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
				中ねぎ	5					(冷)むき枝豆	5		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
				干しいたけ(スライス)	0.5					サラダ油	0.8		白ぶどう酒	1
				ごま油	1					清酒	2		ベーコン(短冊)	5
				清酒	4					濃口しょうゆ	2		白菜	40
さばのみぞれ煮	(冷)さばのみぞれ煮	幼小50	ビーフンサラダ	濃口しょうゆ	4	煮しめ	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	21	牛乳	上白糖	0.5	白菜のクリーム煮	玉葱	40
	(冷)さばのみぞれ煮	中70		上白糖	0.8		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	14		食塩	0.5		エリンギ カット	10
				食塩	0.4		清酒	1					人参	7
				牛乳	206		板こんにやく	25		牛乳	206		サラダ油	0.5
							洗いごぼう	25					小麦粉	3.5
							大根	20					サラダ油	2
							れんこん(いちょう切り)	20					バター	1
							金時人参	10					(レト)がらスープ	3
							(冷)さやいんげん	8					チキンコンソメ	0.5
							干しいたけ(スライス)	0.8					食塩	0.4
野菜のポン酢あえ	小松菜	20	ロメインレタスとうずら卵のスープ	濃口しょうゆ	2.5	食べて菜のゆず香あえ	濃口しょうゆ	3.5	かぼちゃのみそ汁	生姜	0.5	キウイフルーツ	しょうゆ	0.02
	もやし	20		食酢	2.5		中双糖	2.5		サラダ油	0.5		調理用牛乳	25
	キャベツ	20		上白糖	1.3		でんぷん	0.7		濃口しょうゆ	3		生クリーム	2
	炒り白ごま	1		ごま油	1		水	6		上白糖	1.7		ピザ用チーズ	1.5
	濃口しょうゆ	2.5		からし粉	0.06					清酒	1		湯	45
	ポン酢	1.5		豆腐	20					みりん	1			
				(レト)うずら卵	20					でんぷん	0.5		(レト)まぐろ油漬	8
				ロメインレタス	20					だし汁	10		洗いごぼう	20
				玉葱	15								れんこん(いちょう切り)	15
				(レト)がらスープ	4								人参	10
すいとん汁	(冷)すいとん	25	黒豆とナッツ	濃口しょうゆ	0.5	田作り	かえり	6	さつまいもと栗のタルト(中のみ)	中ねぎ	7	キウイフルーツ(香緑)	きゅうり	15
	油揚げ	5		食酢	2.5		炒り白ごま	1		食酢	2.4			
	大根	30		上白糖	1.1		上白糖	0.7		濃口しょうゆ	2.4			
	人参	8		ごま油	0.5		濃口しょうゆ	0.35		上白糖	1.3			
	しめじ	5		からし粉	0.06		みりん	0.9		煮干し だし用	4			
	中ねぎ	5		湯	110		水	0.7		水	120			
	中みそ	6												
	白みそ	5												
	煮干し だし用	4												
	湯	105												
みかん(小中のみ)	みかん	80												