

## 1日(火)

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
	豚肉並ミンチ	25
マーボー豆腐	清酒	1
	豆腐	80
	玉葱	35
	人参	15
中華サラダ	生しいたけ(スライス)	1
	中ねぎ	5
	生姜	1
	にんにく	0.8
	サラダ油	1
	トマトケチャップ 1kg	7
	濃口しょうゆ	3.5
	(レト)がらスープ	3
	赤みそ	2
	清酒	1
	三温糖	0.5
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.1
	豆板醤	0.1
	でんぷん	1
	ごま油	0.1
	湯	35
ロースハム(短冊)卵抜き	7	
もやし	25	
小松菜	10	
人参	10	
春雨(8~10cm)	5	
炒り白ごま	1	
濃口しょうゆ	2.5	
食酢	2	
上白糖	1.5	
ごま油	1	
からし粉	0.05	

## 2日(水)

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
	鶏肉胸・皮なし(2×2cm)	30
鶏肉のトマト煮	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	

## 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
牛乳	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
小松菜のごまあえ	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
すまし汁	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
ひなあられ(小中のみ)	(個)ひなあられ	5

## 4日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大根の卵とじ	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
どんぶり(麦ごはん)	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
牛乳	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	
大豆と小煮干しの揚げ煮	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
	おかかあえ	





22日(火)

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
	(冷)かたくちいわし 澱粉付き	35
かたくちいわしの南蛮漬け	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
ごまあえ	濃口しょうゆ	2.5
	ポン酢	1.5
うちこみ汁	炒り白ごま	2
	油揚げ	5
ふりかけ(小中のみ)	生うどん さぬきの夢	20
	大根	15
ふりかけ(小中のみ)	人参	8
	中ねぎ	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

23日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
チキンライス(麦入り)	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
	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
フレンチサラダ	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	206
	キャベツ	35
	きゅうり	20
	(缶)ホールコーン	5
じゃがボールのスープ	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	
湯	(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