

11日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーライス	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	牛乳	206
	牛肉(3×3cmスライス)	12
	(乾)レンズ豆	5
	皮むき玉葱	40
	じゃがいも 2cmカット	50
	人参	15
	(冷)むき枝豆	5
	トマト水煮	5
大根サラダ	おろしにんにく	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉	5.5
	サラダ油	4.5
	カレー粉	1
	(レト)がらスープ	3
	ウスターソース	3
	赤ぶどう酒	2
	トマトケチャップ 1kg	2
	とんかつソース	1
小魚入りアーモンド	濃口しょうゆ	1
	チャツネ	1
	食塩	0.8
	こしょう	0.04
	チキンコンソメ	0.7
	湯	90
	大根	20
	きゅうり	20
	(レト)まぐろ油漬	7
	すだち酢	1.5
濃口しょうゆ	1.8	
上白糖	1.2	
(個)小魚アーモンド	8	

12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	206
	(冷)紫いか(2×4cm)	45
	おろし生姜	1
	濃口しょうゆ	1.5
	清酒	1.2
	上白糖	0.9
いかのさらさ揚げ	カレー粉	0.5
	でんぷん	8
	米粉	3
	なたね油 ローリー	7
	小松菜	15
	太もやし	28
	人参	5
	濃口しょうゆ	2
	食酢	1.8
	上白糖	1
ごま和え	ごま油	0.5
	炒り白ごま 500g	1.2
	油揚げ	5
	さつまいも 2cm角	25
	金時にんじん	10
	カットわかめ(県補助事業)	0.5
	中みそ	6
	白みそ	2
	煮干し だし用	3
	水	115

13日(木)

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
	(冷)肉だんご	35
	白菜	25
	皮むき玉葱	25
	たけのこ水煮(短冊切り)	10
	人参	10
	エリンギ カット	5
	春雨(太め5cm)	2.5
白菜と肉だんごのスープ煮	おろし生姜	0.5
	(レト)がらスープ	3
	濃口しょうゆ	2
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	湯	90
	人参	22
	きゅうり	20
	(レト)まぐろ油漬	7
にんじんサラダ	かんきつドレッシング	4.5
	(個)黒豆きなこクリーム	10
	(個)ヨーグルト Fe強化	70
	黒豆きなこクリーム	
	ヨーグルト	

14日(金)

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	206
	豚肉並ミンチ	15
	(冷)焼き豆腐 カット	65
	皮むき玉葱	40
	人参	7
	干しいたけ スライス	0.8
焼き豆腐のみそそば煮	(冷)むき枝豆	7
	おろし生姜	0.3
	おろしにんにく	0.2
	ごま油	1
	赤みそ	4
	清酒	2
	濃口しょうゆ	1.5
	三温糖	1.2
	でんぷん	0.5
	湯	17
切干大根のあえもの	切干し大根	4
	きゅうり	20
	人参	5
	(レト)ホールコーン	7
	食酢	2
	濃口しょうゆ	2
	上白糖	1
	ごま油	0.5
	炒り白ごま 500g	1
	(個)ココアワッフル	28

17日(月)			18日(火)			19日(水)			20日(木)			21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
中華どんぶり(麦ごはん)牛乳 かぼちゃのフライプリン	精白米(委託)	60	コッペパン	コッペパン	50	麦ごはん	精白米(委託)	60	梅ちりめんごはん	精白米(自校)	72	米粉パン	米粉パン	50
	精白米(委託)	70		コッペパン	60		精白米(委託)	70		精白米(自校)	80		米粉パン	60
	米粒麦 委託	6	牛乳	牛乳	206	牛乳	米粒麦 委託	6	牛乳	梅ちりめんごはん	3	牛乳	牛乳	206
	米粒麦 委託	7		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	15		米粒麦 委託	7		牛乳	206		鶏肉 胸・皮なし(唐揚げ用)	50
	牛乳	206	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10	牛乳	牛乳	206	牛乳	豚肉並(3×3cmスライス)	30	鶏肉のはちみつレモンソースかけ	清酒	1	
	豚肉並(3×3cmスライス)	27	じゃがいも 2cmカット	30		(冷)さばの生姜煮	小50		清酒	1		清酒	1	食塩
	おろし生姜	0.2	皮むき玉葱	40	さばのしょうが煮	(冷)さばの生姜煮	中70	牛乳	じゃがいも 2cmカット	70	鶏肉のはちみつレモンソースかけ	こしょう	0.06	
	濃口しょうゆ	1.2	人参	15		ほうれん草	15		皮むき玉葱	40		つきこんにやく(ハーフ)	20	でんぷん
	清酒	1	しめじ	10	ゆず香和え	太もやし	28	牛乳	人参	15	プリン	米粉	1	
	なると(3mm)	15	パセリ	0.5		人参	5		濃口しょうゆ	1		濃口しょうゆ	3.7	なたね油 ローリー
	チンゲンサイ	15	小麦粉	5	大根のみそ汁	小麦粉	5	牛乳	(冷)むき枝豆	5	プリン	(冷)レモン果汁	3.5	
	皮むき玉葱	20	バター	3		ゆず酢	2		濃口しょうゆ	1		サラダ油	1	はちみつ
	人参	8	サラダ油	2	大根のみそ汁	上白糖	1	牛乳	濃口しょうゆ	3.7	プリン	濃口しょうゆ	2.8	
	干しいたけ スライス	1	サラダ油	1		大根	30		中双糖	1.7		中双糖	1.7	上白糖
	たけのこ水煮(短冊切り)	10	(レト)がらスープ	3	大根のみそ汁	食塩	0.8	牛乳	食塩	0.1	プリン	みりん	0.7	
	サラダ油	1	食塩	0.04		油揚げ	7		湯	10		湯	10	でんぷん
	ごま油	0.5	こしょう	0.04	大根のみそ汁	人参	7	牛乳	湯	10	プリン	湯	5	
	(レト)がらスープ	3	チキンコンソメ	0.6		カットわかめ(県補助事業)	0.5		キャベツ	20		キャベツ	20	きゅうり
	濃口しょうゆ	1.5	調理用牛乳	20	大根のみそ汁	中みそ	5	牛乳	太もやし	25	プリン	(レト)ホールコーン	7	
	チキンコンソメ	0.4	生クリーム	3		白みそ	2		人参	5		人参	5	フレンチサラダ
	食塩	0.4	ピザ用チーズ	3	大根のみそ汁	煮干し だし用	3	牛乳	たくあん(刻み)	7	プリン	ベーコン(短冊)	5	
こしょう	0.06	ローリエ	0.1	湯		110	濃口しょうゆ		1.2	濃口しょうゆ		1.2	皮むき玉葱	25
でんぷん	1.5	湯	65	大根のみそ汁	ブロccoliリー カット	40	牛乳	でんぷん	1.5	プリン	レタス	15		
湯	40	人参	5		人参	5		人参	8		(レト)がらスープ	3	食塩	0.4
(冷)かぼちゃフライ	52	(レト)ホールコーン	7	大根のみそ汁	(レト)ホールコーン	7	牛乳	食塩	0.4	プリン	こしょう	0.03		
なたね油 ローリー	7	イタリアンドレッシング	4.5		イタリアンドレッシング	4.5		チキンコンソメ	0.5		濃口しょうゆ	0.5	濃口しょうゆ	0.5
(個)プリン Fe強化	60	(個)りんご(1/4カット)	50	大根のみそ汁	(個)りんご(1/4カット)	50	牛乳	でんぷん	0.4	プリン	でんぷん	0.4		
									湯		110	湯	110	

24日(月)			25日(火)			26日(水)			27日(木)			28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		
いりこめし	精白米(自校)	65	麦ごはん	精白米(委託)	60	麦ごはん	精白米(委託)	60	麦ごはん	精白米(委託)	60	しっぽくうどん	(個)ゆでうどん さぬきの夢	小1~3 200		
	かえり(香川県補助事業)	5.5		精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		(個)ゆでうどん さぬきの夢	小4~6 280		
	(冷)油揚げ カット	5		米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		(個)ゆでうどん さぬきの夢	中 300		
	切りこんにやく	10		米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12		
	ごぼう ささがきごはん用小さめ	7											鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10		
	牛乳	5		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206	清酒	1
	(冷)むき枝豆	3													てんぷら	10
	薄口しょうゆ	4		豚肉並(2×2cmスライス)	20		(冷)むきえび100~200	25		厚揚げのみそ炒め	25		豚肉並ミンチ	25	油揚げ	5
	清酒	1.5		清酒	1		清酒	1		清酒	1		清酒	1	大根	25
	食塩	0.4		高野豆腐(サイコロ)	17		(冷)豆腐 カット	65		(冷)豆腐 カット	40		(冷)厚揚げ カット	40	里も1.5cmカット	20
出し昆布	0.5	皮むき玉葱	30	おろし生姜	0.5	おろし生姜	0.5	皮むき玉葱	40	金時にんじん	5					
牛乳	206	人参	10	おろしにんにく	0.5	おろしにんにく	0.5	人参	10	中ねぎ	5					
牛肉(2×2cmスライス)	12	(冷)さやいんげん	7	サラダ油	1	サラダ油	1	たけのこ水煮(短冊切り)	20	しめじ	5					
つきこんにやく(ハーフ)	15	干しいたけ スライス	0.8	皮むき玉葱	30	皮むき玉葱	30	干しいたけ スライス	1	濃口しょうゆ	5					
ごぼう(ささがき)	20	サラダ油	1	たけのこ水煮(短冊切り)	15	たけのこ水煮(短冊切り)	15	おろし生姜	0.5	清酒	1.5					
人参	10	濃口しょうゆ	3.2	人参	10	人参	10	おろしにんにく	0.5	みりん	1					
(冷)むき枝豆	5	三温糖	1.9	(冷)むき枝豆	5	(冷)むき枝豆	5	ごま油	0.8	食塩	0.6					
(乾)荳わかめ カット	1.7	食塩	0.3	太ねぎ	3	太ねぎ	3	中双糖	1.3	煮干し だし用	3					
炒り白ごま	1	湯	60	干しいたけ スライス	0.5	干しいたけ スライス	0.5	チキンコンソメ	0.5	水	130					
ごま油	0.7	食べて菜	17	上白糖	2	上白糖	2	濃口しょうゆ	3							
濃口しょうゆ	3	太もやし	28	濃口しょうゆ	2.5	濃口しょうゆ	2.5	赤みそ	2.5	牛乳	206					
中双糖	1.5	人参	5	(レト)がらスープ	3	(レト)がらスープ	3	豆板醤	0.1							
みりん	0.5	味付けもみのり	1.2	チキンコンソメ	0.3	チキンコンソメ	0.3	でんぷん	1	小さいわし	35					
だし汁	10	濃口しょうゆ	1.2	食塩	0.08	食塩	0.08	湯	20	なたね油 ローリー	7					
ブロッコリー カット	40	(個)あさり佃煮	8	トマトケチャップ 1kg	15	トマトケチャップ 1kg	15	レタス	20	食酢	3.8					
濃口しょうゆ	1.5			豆板醤	0.1	豆板醤	0.1	きゅうり	25	濃口しょうゆ	2.5					
花かつお(碎片)	1			ごま油	0.2	ごま油	0.2	人参	5	上白糖	3					
(個)和三盆糖	3			でんぷん	1	でんぷん	1	湯	3	湯	3					
				湯	20	湯	20	(レト)ホールコーン	7							
				大根	25	大根	25	濃口しょうゆ	2	ミニトマト(35個・45個入り)	30					
				きゅうり	20	きゅうり	20	食酢	2							
				人参	5	人参	5	上白糖	0.8							
				濃口しょうゆ	2	濃口しょうゆ	2	ごま油	0.5							
				食酢	2	食酢	2	炒り白ごま 500g	1							
				上白糖	0.8	上白糖	0.8									
				ごま油	0.5	ごま油	0.5	(個)野菜マフィン	25							
				炒り白ごま 500g	1	炒り白ごま 500g	1									

31日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量																		
ごはん	精白米(自校)	72																		
	精白米(自校)	80																		
牛乳	牛乳	206																		
	牛肉(3×3cmスライス)	20																		
煮込み おでん	てんぷら	15																		
	(レト)うずら卵	25																		
アー モンド 和え	(冷)厚揚げ カット	25																		
	大根	25																		
アー モンド 和え	三角こんにゃく(ミニ)	20																		
	人参	10																		
アー モンド 和え	(乾)早煮昆布 カット	1																		
	白みそ	6																		
アー モンド 和え	赤みそ	4																		
	中双糖	2																		
アー モンド 和え	清酒	1																		
	濃口しょうゆ	0.8																		
アー モンド 和え	湯	60																		
アー モンド 和え	太もやし	30																		
	小松菜	15																		
アー モンド 和え	人参	5																		
	濃口しょうゆ	2.5																		
アー モンド 和え	上白糖	1																		
	食酢	2																		
アー モンド 和え	サラダ油	0.5																		
	アーモンド(刻み)	1.2																		
アー モンド 和え	アーモンド(粉)	1.2																		
アー モンド 和え																				
アー モンド 和え																				
アー モンド 和え																				
アー モンド 和え																				
アー モンド 和え																				
アー モンド 和え																				
アー モンド 和え																				
アー モンド 和え																				
アー モンド 和え																				
アー モンド 和え																				
アー モンド 和え																				
アー モンド 和え																				