

1日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
牛丼 (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	
	牛肉(3×3cmスライス)	30	
	清酒	1	
	皮むき玉葱	50	
	人参	10	
	干しいたけ(スライス)	1	
	太ねぎ	10	
	濃口しょうゆ	5.5	
	みりん	4	
	上白糖	1.8	
切干大根 といんげん のごま酢 あえ	食塩	0.3	
	でんぷん	0.6	
	出し昆布	1	
	湯	50	
	切干し大根	4	
	(冷)さやいんげん	25	
	人参	5	
	濃口しょうゆ	2.3	
	食酢	2	
	上白糖	1	
小魚入り アーモンド	炒り白ごま 500g	1	
	すりごま	1	
	(個)小魚入りアーモンド	8	

2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	
	(冷)いわし開き 澱粉付	小40	
	(冷)いわし開き 澱粉付	中50	
	なたね油 ローリー	7	
	上白糖	2.4	
	濃口しょうゆ	2.4	
	みりん	1.4	
	清酒	1.4	
	でんぷん	0.3	
	湯	3	
いわしの 香り揚げ	小松菜	17	
	太もやし	25	
	人参	5	
	濃口しょうゆ	2	
	ゆず酢	1.5	
	上白糖	1	
	(冷)豆腐(カット)	30	
	(冷)油揚げ(カット)	7	
	皮むき玉葱	20	
	干しわかめ(カット)	0.5	
ゆず香あえ	中ねぎ	5	
	中みそ	6	
	白みそ	2	
	煮干し だし用	3	
	湯	90	
	(個)節分豆	5	

3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	
	牛肉(2cm角)	30	
牛乳	おろしにんにく	0.1	
	赤ぶどう酒	2	
	皮むきじゃがいも(2cm)	30	
	皮むきかぶ	18	
	皮むき玉葱	30	
	キャベツ	20	
	パセリ	0.8	
	トマト水煮	10	
	サラダ油	1	
	バター	1	
ボルシチ	トマトケチャップ 1kg	4	
	食塩	0.5	
	こしょう	0.05	
	チキンコンソメ	0.5	
	ローリエ	0.1	
	生クリーム	3	
	湯	50	
	大根	20	
	きゅうり	20	
	(レト)まぐろ油漬	7	
青じそドレッシング	4		
ツナ サラダ	(個)りんご(1/4)	50	

4日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
大豆 ごはん	精白米(自校)	65	
	牛肉(2×2cmスライス)	15	
	清酒	0.6	
	(レト)蒸大豆 国産	13	
牛乳	(冷)油揚げ(カット)	3	
	人参	7	
	(冷)むき枝豆	5	
	サラダ油	1	
	清酒	2	
	薄口しょうゆ	2.5	
	上白糖	1	
	食塩	0.8	
	出し昆布	0.5	
	牛乳	206	
磯香あえ	小松菜	17	
	太もやし	30	
	濃口しょうゆ	1.2	
	味付けもみのり	1.2	
	うどん	20	
	油揚げ	7	
	白菜	20	
	人参	7	
	中ねぎ	3	
	中みそ	6	
うちこみ 汁	白みそ	2	
	削り節 だし用	3	
	出し昆布	1	
	湯	90	
	(個)プリン Fe強化	60	

7日(月)			8日(火)			9日(水)			10日(木)		
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	精白米(委託)	60	米粉パン	米粉パン	50	麦ごはん	精白米(委託)	60	カレーピラフ	精白米(自枝)	65
	精白米(委託)	70		米粉パン	60		精白米(委託)	70		鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	9
牛乳	米粒麦 委託	6	牛乳	牛乳	206	牛乳	米粒麦 委託	6	牛乳	鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	6
	米粒麦 委託	7					米粒麦 委託	7		皮むき玉葱	10
きびなごの カリカリ揚げ	牛乳	206	牛乳	豚肉並(2×2cmスライス)	10	煮込みおでん	牛乳	206	白菜の クリーム煮	人参	10
	(冷)きびなごカリカリフライ	35		白ぶどう酒	2		牛肉(3×3cmスライス)	15		人参	5
食べて菜の ごま酢あえ	なたね油 ローリー	7	白いんげん豆	ベーコン(短冊)	5	ほうれん草 のおひたし	てんぷら	15	アーモンド サラダ	(冷)マッシュルーム	5
	食べて菜	17		(冷)白いんげん豆ペースト	10		皮むきじゃがいも(2cm)	30		(冷)うずら卵	20
ひじきの 炒煮	切干し大根	4	豆の シチュー	(冷)白いんげん豆	10	納豆(中のみ)	(冷)厚揚げ(カット)	25	ガトー ショコラ	(冷)むき枝豆	5
	濃口しょうゆ	2.3		皮むき玉葱	30		三角こんにやく(ミニ)	15		里いも(2cm)	20
	食酢	2	大根 サラダ	人參	10		大根	30		おろしにんにく	0.2
	上白糖	1		エリンギ(カット)	10		ほうれん草	17		バター	0.26
	炒り白ごま 500g	1		(冷)むき枝豆	7		白みそ	6		食塩	0.9
	すりごま	1		ローリエ	0.1		赤みそ	4		こしょう	0.03
	(冷)厚揚げ(カット)	15		サラダ油	0.5		中双糖	1.8		カレー粉	0.6
	(乾)ひじき	2		食塩	0.3		清酒	1		チキンコンソメ	0.6
	ごぼう(ささがき)	20		こしょう	0.03		濃口しょうゆ	0.8		白ぶどう酒	2.2
	人参	5		チキンコンソメ	0.5		湯	60		ウスターソース	1
	つきこんにやく(ハーフ)	10		サラダ油	1		ほうれん草	17		牛乳	206
	(冷)むき枝豆	5		バター	1		太もやし	28		豚肉並(2×2cmスライス)	15
	サラダ油	1		小麦粉	2		人参	5		豚肉並(2×2cmスライス)	15
	濃口しょうゆ	2.5		調理用牛乳	20		濃口しょうゆ	1.2		皮むき玉葱	30
	三温糖	1		湯	70		花かつお(碎片)	1		人参	7
	みりん	0.5		大根	30		きゅうり	20		湯	30
	水	10		きゅうり	20		(個)納豆	40		きゅうり	20
				(冷)ホールコーン	7					人参	20
				かんきつドレッシング	4.5					(冷)ホールコーン	7
										サラダ油	0.5
										上白糖	0.5
										アーモンド(刻み)	1.5



21日(月)			22日(火)			24日(木)			25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
麦ごはん	精白米(委託)	60	カレーうどん	(個)ゆでうどん さぬきの夢 小1~3	200	麦ごはん	精白米(委託)	60	麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70		(個)ゆでうどん さぬきの夢 小4~6	280		精白米(委託)	70		精白米(委託)	70
牛乳	米粒麦 委託	6	豚肉並	(個)ゆでうどん さぬきの夢 中	300	牛乳	米粒麦 委託	6	牛乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7		豚肉並(2×2cmスライス)	30		米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7
厚揚げとチンゲンサイのみそ炒め	牛乳	206	清酒	清酒	2	豆腐チゲ	牛乳	206	肉じゃが	牛乳	206
	豚肉並ミンチ	15		皮むき玉葱	40		豚肉並(2×2cmスライス)	20		豚肉並(3×3cmスライス)	30
切干大根のごま酢あえ	清酒	2	しめじ	しめじ	15	ナムル	清酒	1	菜の花のおひたし	清酒	1
	(冷)厚揚げ(カット)	50		中ねぎ	5		おろし生姜	0.3		皮むきじゃがいも(2cm)	70
焼きのり	皮むき玉葱	30	サラダ油	サラダ油	1	ミックスナッツ	おろしにんにく	0.3	味つけのり	皮むき玉葱	40
	チンゲンサイ	25		小麦粉	5.5		おろしにんにく	0.3		(冷)豆腐(カット)	60
	人参	10	サラダ油	サラダ油	4.5		大豆	25		人参	15
	たけのこ水煮(短冊切り)	8		カレールー	1		白菜	15		(冷)むき枝豆	5
	干しいたけ(スライス)	0.5	トマトケチャップ 1kg	トマトケチャップ 1kg	2.5		太もやし	10		サラダ油	1
	おろし生姜	0.3		ウスターソース	1.3		人参	10		濃口しょうゆ	3.6
	おろしにんにく	0.3	とんかつソース	とんかつソース	1		太ねぎ	10		中双糖	1.8
	ごま油	0.8		濃口しょうゆ	4		ごま油	1.5		湯	10
	中双糖	1.3	みりん	みりん	0.5		キムチの素	3		キャベツ	20
	チキンコンソメ	0.5		チキンコンソメ	0.5		(レト)がらスープ	3		(レト)がらスープ	3
	濃口しょうゆ	3	食塩	食塩	0.5		濃口しょうゆ	2.5		濃口しょうゆ	1.2
	赤みそ	2.5		出し昆布	1		みりん	2		湯	50
	豆板醤	0.1	湯	湯	80		食塩	0.6		(個)味つけのり(5枚)	2.5
	でんぷん	1		牛乳	206		湯	50		小松菜	17
	湯	20		さきいか	3		太もやし	28			
	切干し大根	4		れんこん(いちょう切り)	15		人参	5		(レト)ホールコーン	7
	きゅうり	25		きゅうり	15		食酢	1			
	濃口しょうゆ	2.5		人参	5		ごま油	0.5		濃口しょうゆ	2
	食酢	2		(レト)ホールコーン	5		濃口しょうゆ	2			
	上白糖	0.8		上白糖	0.5		上白糖	1		食塩	0.2
	炒り白ごま 500g	1		濃口しょうゆ	1.5		(個)ミックスナッツ	15			
	すりごま	1		食酢	2						
	(個)焼きのり(5枚)	2.5		ごま油	0.5						
				すりごま	1						
				(個)野菜マフィン	25						

