11日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
カレーライス　牛乳　海藻サラダ　小魚入りアーモンド	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
	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
	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
	キャベツ		20
	きゅうり		20
	（乾）海藻ミックス		0.5
	人参		5
	（レト）ホールコーン		7
	青じそドレッシング		4.5
	（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
コッペパン　牛乳　白菜と肉だんごのスープ煮　にんじんサラダ　黒豆きなこクリーム　ヨーグルト	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
	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
	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

13日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん　牛乳　いかのさらさ揚げ　ごま和え　金時汁	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
	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

14日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
梅ちりめんごはん　牛乳　じゃがいものうま煮　たくあん和え	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	梅ちりめんの素		3
	牛乳		206
	豚肉並（3×3cmスライス）		30
	清酒		1
	じゃがいも　2cmカット		70
	皮むき玉葱		40
	つきこんにゃく（ハーフ）		20
	人参		15
	（冷）むき枝豆		5
	サラダ油		1
	濃口しょうゆ		3.7
	中双糖		1.7
	食塩		0.1
	湯		10
	キャベツ		20
	太もやし		25
	人参		5
	たくあん（刻み）		7
	濃口しょうゆ		1.2

17日（月）

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

18日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん　牛乳　さばのしょうが煮　ゆず香和え　大根のみそ汁	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）さばの生姜煮		小50
	（冷）さばの生姜煮		中70
	ほうれん草		15
	太もやし		28
	人参		5
	濃口しょうゆ		2
	ゆず酢		1.5
	上白糖		1
	大根		30
	人参		7
	油揚げ		7
	カットわかめ(県補助事業)		0.5
	中みそ		5
	白みそ		2
	煮干し　だし用		3
	湯		110

19日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン　牛乳　クリームシチュー　カラフルサラダ　りんご	コッペパン		50
	コッペパン		60
	牛乳		206
	鶏肉　胸・皮なし（2×2cm）		15
	鶏肉　もも・皮なし（2×2cm）		10
	じゃがいも　2cmカット		30
	皮むき玉葱		40
	人参		15
	しめじ		10
	パセリ		0.5
	小麦粉		5
	バター		3
	サラダ油		2
	サラダ油		1
	（レト）がらスープ		3
	食塩		0.8
	こしょう		0.04
	チキンコンソメ		0.6
	調理用牛乳		20
	生クリーム		3
	ピザ用チーズ		3
	ローリエ		0.1
	湯		65
	ブロッコリー　カット		40
	人参		5
	（レト）ホールコーン		7
	イタリアンドレッシング		4.5
	（個）りんご（1/4カット）		50

20日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん　牛乳　焼き豆腐のみそそぼろ煮　切干大根のあえもの　ココアワッフル（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
	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
	干ししいたけ　スライス		0.8
	（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

21日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん　牛乳　えびと豆腐のチリソース煮　中華サラダ	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）むきえび100-200		25
	清酒		1
	（冷）豆腐　カット		65
	おろし生姜		0.5
	おろしにんにく		0.5
	サラダ油		1
	皮むき玉葱		30
	たけのこ水煮（短冊切り）		15
	人参		10
	（冷）むき枝豆		5
	太ねぎ		3
	干ししいたけ　スライス		0.5
	上白糖		2
	濃口しょうゆ		2.5
	（レト）がらスープ		3
	チキンコンソメ		0.3
	食塩		0.08
	トマトケチャップ　1kg		15
	豆板醤		0.1
	ごま油		0.2
	でんぷん		1
	湯		20
	大根		25
	きゅうり		20
	人参		5
	濃口しょうゆ		2
	食酢		2
	上白糖		0.8
	ごま油		0.5
	炒り白ごま　500g		1

24日（月）

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
厚揚げのみそ炒め			
	豚肉並ミンチ		25
	清酒		1
	（冷）厚揚げ　カット		40
	皮むき玉葱		40
	人参		10
	たけのこ水煮（短冊切り）		20
	干ししいたけ　スライス		1
	おろし生姜		0.5
	おろしにんにく		0.5
	ごま油		0.8
	中双糖		1.3
	チキンコンソメ		0.5
	濃口しょうゆ		3
	赤みそ		2.5
	豆板醤		0.1
	でんぷん		1
	湯		20
らりるれレタスのごまドレッシング和え			
	レタス		20
	きゅうり		25
	人参		5
	（レト）ホールコーン		7
	濃口しょうゆ		2
	食酢		2
	上白糖		0.8
	ごま油		0.5
	炒り白ごま　500g		1
野菜マフィン			
	（個）野菜マフィン		25

25日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
しっぽくうどん	（個）ゆでうどん　さぬきの夢		小1～3　200
	（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
	鶏肉　胸・皮なし（2×2cm）		12
	鶏肉　もも・皮なし（2×2cm）		10
	清酒		1
	てんぷら		10
	油揚げ		5
	大根		25
	里いも1.5cmカット		20
	金時にんじん		5
	中ねぎ		5
	しめじ		5
	濃口しょうゆ		5
	清酒		1.5
	みりん		1
	食塩		0.6
	煮干し　だし用		3
	水		130
牛乳			
	牛乳		206
小いわしの三杯			
	小いわし		35
	なたね油　ローリー		7
	食酢		3.8
	濃口しょうゆ		2.5
	上白糖		3
	湯		3
ミニトマト			
	ミニトマト（35個・45個入り）		30

26日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
米粉パン	米粉パン		50
	米粉パン		60
牛乳			
	牛乳		206
鶏肉のはちみつレモンソースかけ			
	鶏肉　胸・皮なし（唐揚げ用）		50
	清酒		1
	食塩		0.15
	こしょう		0.06
	でんぷん		4
	米粉		1
	なたね油　ローリー		7
	（冷）レモン果汁		3.5
	はちみつ		1.5
	濃口しょうゆ		2.8
	上白糖		1.5
	みりん		0.7
	でんぷん		0.2
	湯		5
フレンチサラダ			
	キャベツ		20
	きゅうり		25
	（レト）ホールコーン		7
	フレンチドレッシング		4.5
らりるれレタスのスープ			
	ベーコン（短冊）		5
	皮むき玉葱		25
	レタス		15
	人参		8
	（レト）がらスープ		3
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.5
	濃口しょうゆ		0.5
	でんぷん		0.4
	湯		110

27日（木）

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
	かえり（香川県補助事業）		5.5
	（冷）油揚げ　カット		5
	切りこんにゃく		10
	ごぼう　ささがきごはん用小さめ		7
	金時にんじん		5
	（冷）むき枝豆		3
	薄口しょうゆ		4
	清酒		1.5
	食塩		0.4
	出し昆布		0.5
牛乳			
	牛乳		206
茎わかめのきんぴら			
	牛肉（2×2cmスライス）		12
	つきこんにゃく（ハーフ）		15
	ごぼう（ささがき）		20
	人参		10
	（冷）むき枝豆		5
	（乾）茎わかめ　カット		1.7
	炒り白ごま		1
	ごま油		0.7
	濃口しょうゆ		3
	中双糖		1.5
	みりん		0.5
	だし汁		10
ブロッコリーのおかか和え			
	ブロッコリー　カット		40
	濃口しょうゆ		1.5
	花かつお（砕片）		1
和三盆糖			
	（個）和三盆糖		3

28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			
	牛乳		206
高野豆腐の煮物			
	豚肉並（2×2cmスライス）		20
	清酒		1
	高野豆腐（サイコロ）		17
	皮むき玉葱		30
	人参		10
	（冷）さやいんげん		7
	干ししいたけ　スライス		0.8
	サラダ油		1
	濃口しょうゆ		3.2
	三温糖		1.9
	食塩		0.3
	湯		60
食べて菜の磯香あえ			
	食べて菜		17
	太もやし		28
	人参		5
	味付けもみのり		1.2
	濃口しょうゆ		1.2
あさりの佃煮			
	（個）あさり佃煮		8

31日(月)

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																	
	精白米(委託)		70																	
	米粒麦　委託		6																	
	米粒麦　委託		7																	
	牛乳		206																	
	豚肉並(3×3cmスライス)		27																	
	おろし生姜		0.2																	
	濃口しょうゆ		1.2																	
	清酒		1																	
	なると(3mm)		15																	
	チンゲンサイ		15																	
	皮むき玉葱		20																	
	人参		8																	
	干ししいたけ　スライス		1																	
	たけのこ水煮(短冊切り)		10																	
	サラダ油		1																	
	ごま油		0.5																	
	(レト)がらスープ		3																	
	濃口しょうゆ		1.5																	
	チキンコンソメ		0.4																	
	食塩		0.4																	
	こしょう		0.06																	
	でんぷん		1.5																	
	湯		40																	
	(冷)かぼちゃフライ		52																	
	なたね油　ローリー		7																	
	(個)プリン　Fe強化		60																	