

1日(火)			2日(水)			3日(木)			4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				
	黒糖パン	黒糖パン	50	ガパオライス(麦ごはん)	精白米(自校)	62	麦ごはん	精白米(自校)	62	とりめし	精白米(自校)	60			
		黒糖パン	50		精白米(自校)	68		精白米(自校)	68		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	15			
		粉黒糖	7.5		米粒麦 自校	6		米粒麦 自校	6		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	10			
		粉黒糖	7.5		米粒麦 自校	7		米粒麦 自校	7		ごぼう(さががき・ごはん用)	5			
	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	人参	5			
		豚肉の角煮	豚肉赤身(3cm角)		30	豚肉赤身ミンチ		30	(冷)紫いか(2×4cm)		45	(冷)むき枝豆	5		
	ゴーヤチャンプルー	豚肉の角煮	豚肉並(3cm角)	20	鶏肉 ひき肉	20	いかのさらさら揚げ	生姜	1	きびなごのカリカリフライ	濃口醤油	2.5			
		サラダ油	1	皮むき玉葱	40	濃口醤油		1.5	清酒		1.2	清酒	1.5		
		生姜	0.8	なす	10	清酒		1.2	砂糖(上白糖)		0.9	砂糖(上白糖)	1.2		
		濃口醤油	2.5	赤パプリカ	7	カレー粉		0.5	砂糖(上白糖)		0.5	食塩	0.5		
		砂糖(中双糖)	2.5	黄パプリカ	7	米粉		7.5	牛乳		206	牛乳	206		
		清酒	2.5	ピーマン	5	なたね油		5	(冷)きびなごカリカリフライ		30		なたね油	4	
		水	15	にんにく	0.5	牛肉(3×3cmスライス)		10	(冷)ミニひろうす 青大豆入り		14	(冷)ミニひろうす 青大豆入り	14	(レト)まぐろ油漬	10
		ベーコン(短冊)	5	スイートバジル 乾燥	0.04	洗いごぼう		10	洗いごぼう		10	洗いごぼう	10	切干し大根	4.5
		豆腐	15	サラダ油	1	人参		7	人参		7	(冷)むき枝豆	5	キャベツ	15
		キャベツ	25	食塩	0.4	(冷)むき枝豆		5	(乾)ひじき		2	(レト)ホールコーン	5	人参	5
	太もやし	15	こしょう	0.02	サラダ油	0.7	濃口醤油	3	食酢	2	濃口醤油	2			
	わかめ	15	清酒	1	濃口醤油	2.5	砂糖(三温糖)	1.5	濃口醤油	2	濃口醤油	2			
	かめとう	15	みりん	3	でんぷん	1	みりん	0.35	砂糖(上白糖)	1.3	砂糖(上白糖)	1.3			
	とう	15	オイスターソース	1	ごま油	0.7	削り節 だし用	1	ごま油	1	ごま油	1			
	ら	15	砂糖(上白糖)	0.9	ミニトマト	30	湯	14	(冷)すいとん	25	(冷)すいとん	25			
ず	15	濃口醤油	2.5	太もやし	25	きゅうり	25	油揚げ	5	油揚げ	5				
ら	15	でんぷん	1	きゅうり	20	太もやし	20	皮むき玉葱	20	皮むき玉葱	20				
ら	15	ごま油	0.7	人参	5	人参	7	中ねぎ	5	中ねぎ	5				
ら	15	チキンコンソメ	0.3	ピーマン	5	花かつお 1kg	1	濃口醤油	2	濃口醤油	2				
ら	15	食塩	0.3	濃口醤油	2.5	濃口醤油	2.2	みりん	1	みりん	1				
ら	15	こしょう	0.03	食酢	2.5	ポン酢	1.8	食塩	0.4	食塩	0.4				
ら	15	花かつお 1kg	0.5	砂糖(上白糖)	1.6	生姜	0.2	削り節 だし用	4	削り節 だし用	4				
ら	15	(レト)うずら卵	25	ごま油	1			出し昆布	1	出し昆布	1				
ら	15	皮むき玉葱	20	からし粉	0.06			水	140	水	140				
ら	15	人参	5	(個)プリン 鉄強化	60										
ら	15	中ねぎ	5												
ら	15	干しわかめ(カット)	0.6												
ら	15	(レト)がらスープ	3												
ら	15	清酒	1												
ら	15	濃口醤油	0.8												
ら	15	食塩	0.5												
ら	15	チキンコンソメ	0.4												
ら	15	湯	130												
ら	15	(個)シークワーサーゼリー	50												

7日(月)			8日(火)			9日(水)			10日(木)			11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(自校)	62	コッペパン 牛乳	コッペパン	50	麦ごはん 牛乳	精白米(自校)	62	いり黒豆の炊きこみごはん 牛乳	精白米(自校)	60	麦ごはん 牛乳	精白米(自校)	62
	精白米(自校)	68		コッペパン	50		精白米(自校)	68		牛肉(2×2cmスライス)	15		精白米(自校)	68
	米粒麦 自校	6		牛乳	206		米粒麦 自校	6		炒り黒豆	8		米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7					米粒麦 自校	7		(冷)油揚げカット	5		米粒麦 自校	7
	牛乳	206		豚肉赤身ミンチ	20		牛乳	206		人参	7		牛乳	206
				にんにく	0.5					サラダ油	0.8		濃口醤油	3
				生姜	0.5		豚肉スライス(3×3×0.5cm)	50		清酒	2		清酒	2
				なす	30		生姜	0.5		砂糖(上白糖)	1.5		砂糖(上白糖)	1.5
				皮むき玉葱	20		皮むき玉葱	40		食塩	0.5		食塩	0.5
				トマトケチャップ 1kg	6		エリンギ	7		牛乳	206		牛乳	206
さばの生姜煮	(冷)さばの生姜煮	小 50	なすのミートソース 焼き ごぼうサラダ オニオンスープ	トマトピューレ 1kg	4	豚肉の梅みそ煮 粉ふきいも 月菜汁	中ねぎ	5	さぬきの細天	さぬきの細天	中 30	ゲタのレモンソース かけ ごまあえ けんちん汁	冷)舌平目の濃粉付き	40
	(冷)さばの生姜煮	中 70		トマトピューレ 1kg	4		赤みそ	2		さぬきの細天	小 20		冷)舌平目の濃粉付き	40
				赤ぶどう酒	0.5		濃口醤油	1		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	6		なたね油	5
				ピザ用チーズ	10		清酒	1		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	4		(冷)レモン果汁	4
				パン粉(米粉使用)	1.5		炒り白ごま	1		洗いごぼう	10		砂糖(上白糖)	4
				食塩	0.2		じゃがいも	60		たけのこ水煮(短冊切り)	10		濃口醤油	3
				ウスターソース	0.5		人参	5		つきこんにやく	5		濃口醤油	3
				サラダ油	1		食塩	0.3		(乾)茎わかめ カット	1.5		みりん	1
				ドライパセリ	0.05		(冷)白身魚つみれ	25		人参	5		みりん	1
				紙カップ 小判3号	1		皮むき玉葱	20		干しいたけ(スライス)	0.4		だし汁	5
香りあえ 大根のみそ汁 冷凍みかん	油揚げ	7		きゅうり	15	小松菜	10	油揚げ	3	油揚げ	7			
	玉葱	10		人参	5	人参	5	皮むき玉葱	25	皮むき玉葱	25			
	大根	20		(レト)ホールコーン	5	食塩	0.6	じゃがいも	25	じゃがいも	25			
	(冷)えのきたけ カット	10		焙煎ごまドレッシング	7	濃口醤油	0.5	しめじ	10	しめじ	10			
	人参	7		ベーコン(短冊)	5	清酒	1	中ねぎ	5	中ねぎ	5			
	中ねぎ	5		皮むき玉葱	40	みりん	0.5	中みそ	6	中みそ	6			
	干しわかめ(カット)	0.6		キャベツ	15	削り節 だし用	4	白みそ	5	白みそ	5			
	中みそ	6		人参	5	出し昆布	1	煮干し だし用	4	煮干し だし用	4			
	白みそ	5		セロリー	3	水	120	水	120	水	120			
	煮干し だし用	4		サラダ油	0.5									
水	120		(レト)がらスープ	3										
			食塩	0.7										
			こしょう	0.03										
			チキンコンソメ	0.3										
			濃口醤油	0.5										
			湯	120										

六条町 6月

14日(月)			15日(火)			16日(水)			17日(木)			18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	精白米(自校)	62	コッペパン	コッペパン	50	麦ごはん	精白米(自校)	62	麦ごはん	精白米(自校)	62	中華丼	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	68		コッペパン	50		精白米(自校)	68		精白米(自校)	75			
牛乳	米粒麦 自校	6	牛乳	牛乳	206	牛乳	米粒麦 自校	6	牛乳	米粒麦 自校	6	牛乳	牛乳	206
	米粒麦 自校	7					米粒麦 自校	7		米粒麦 自校	7			
あじのアーモンドソースかけ	牛乳	206	牛乳	鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	小 40	かぼちやとコーンのかきあげ	牛乳	206	卵焼き	牛乳	206	野菜のさつぱりあえ	牛乳	206
	(冷)あじ	小 50		鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	中 60		かえり	2		鶏卵	50		鶏卵	50
ひじきサラダ	(冷)あじ	中 60	鶏肉のマーマレード焼き	食塩	0.2	蒸しブロッコリー	かぼちや(スティック状)	15	肉じゃが	サラダ油	0.5	ヨーグルト	生姜	2
	アーモンド(刻み)	2		こしょう	0.07		皮むき玉葱	10		濃口醤油	0.5		濃口醤油	0.5
ズッキーニの卵スープ	生姜	0.8	マカロニスープ	マーマレード 調理用	5	あさりの佃煮	(レト)ホールコーン	4		濃口醤油	0.5		清酒	1
	砂糖(三温糖)	3		清酒	1.3		天ぶら粉 乳・卵抜き	12		濃口醤油	0.5		削り節 だし用	0.25
冷凍みかん	濃口醤油	2.8	チーズ	みりん	1.3		食塩	0.1		湯	8		(レト)うずら卵	25
	清酒	1.5		でんぷん	0.4		なたね油	5		湯	8		湯	8
	豆板醤	0.05		湯	4		水	7		きゅうり	25		人参	10
	湯	4		アスパラガス	10		(冷)ブロッコリー	25		小松菜	20		人参	5
	キャベツ	25		キャベツ	30		食塩	0.15		セロリー	3		ごま油	0.5
	きゅうり	15		きゅうり	10		豚肉(3×3cmスライス)	15		(冷)レモン果汁	2		セロリー	3
	(乾)ひじき	1		サラダ油	7		太もやし	20		りんご酢	1.2		濃口醤油	1.7
	セロリー	1		食酢	2		洗いごぼう	10		食塩(上白糖)	1.5		りんご酢	1.2
	人參	5		砂糖(上白糖)	1		人參	10		砂糖(上白糖)	1.5		こしょう	0.06
	食酢	1.8		食塩	0.3		つきこんにやく	7		食塩	0.3		湯	8
	濃口醤油	1.8		こしょう	0.03		中ねぎ	5		牛肉(3×3cmスライス)	18		でんぷん	1
	砂糖(上白糖)	0.7		(冷)白いんげん豆	10		麦みそ	9		じゃがいも	50		じゃがいも	50
	サラダ油	0.3		ベーコン(短冊)	5		煮干し だし用	4		皮むき玉葱	35		(冷)ししゃも	20
	こしょう	0.03		皮むき玉葱	30		湯	110		人参	7		人参	7
	ベーコン(短冊)	5		トマト水煮	20		水	110		糸こんにやく	18		なたね油	4
	鶏卵	20		マカロニ(英字)	5		(個)あさり佃煮	8		サラダ油	0.7		人参	7
	ズッキーニ	20		サラダ油	0.5					濃口醤油	2.4		チンゲンサイ	15
	皮むき玉葱	15		(レト)がらスープ	3					濃口醤油	2.4		濃口醤油	2.4
	人參	5		チキンコンソメ	0.5					砂糖(中双糖)	2.1		炒り白ごま	1
	サラダ油	0.5		食塩	0.6					清酒	2.1		清酒	2.1
	サラダ油	0.5		こしょう	0.03					湯	10		食酢	2
	(レト)がらスープ	3.5		湯	110					(個)ヨーグルト鉄強化	70		湯	10
	濃口醤油	0.5		(個)チーズ鉄強化	15								砂糖(上白糖)	1.5
	チキンコンソメ	0.4												
	食塩	0.5											からし粉	0.05
	こしょう	0.03												
	でんぷん	0.4												
	湯	120												
	(個)冷凍みかん	80												

21日(月)			22日(火)			23日(水)			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	献立名	食品名	一人当り 正味分量
た こ め し 牛 乳 か た く ち い わ し の 南 蛮 漬 け ア ー モ ン ド あ え ふ し め ん 汁	精白米(自校)	60	コッペパン	50	野菜	精白米(自校)	62	ごはん	精白米(自校)	68	食パン(袋入り)	(冷)食パン(6枚切1枚)	小 57	
	(冷)たこ(1cm)	15	コッペパン	50	たつぷりカレーライス(麦ごはん)	精白米(自校)	68	牛乳	精白米(自校)	75	食パン(袋入り)	(冷)食パン(8枚切2枚)	中 85	
	生姜	1				米粒麦 自校	6							
	ごぼう(さががき・ごはん用)	8				米粒麦 自校	7							
	人参	5	牛乳	206					牛乳	206		牛乳	206	
	干しいたけ(スライス)	0.8												
	(冷)油揚げカット	5	豚肉赤身ミンチ	20										
	(冷)むき枝豆	5	(冷)大豆水煮	10										
	サラダ油	1	(冷)金時豆	20										
	濃口醤油	3	じゃがいも	45										
	砂糖(上白糖)	1	皮むき玉葱	50										
	清酒	2	トマト水煮	10										
	食塩	0.1	にんにく	0.8										
	出し昆布	0.3	パセリ	0.5										
			サラダ油	0.5										
	牛乳	206	トマトケチャップ 1kg	6.5										
	(冷)かたくちいわし濃粉付き	30	砂糖(中双糖)	1.3										
	なたね油	4	ウスターソース	1.2										
	細ねぎ	2	赤ぶどう酒	1										
	食酢	4	チキンコンソメ	0.5										
	濃口醤油	3	食塩	0.3										
砂糖(上白糖)	3	チリパウダー	0.05											
みりん	1	湯	30											
一味	0.01	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5											
水	1.5	キャベツ	20											
		チンゲンサイ	15											
キャベツ	30	しめじ	12											
小松菜	20	人参	10											
人参	7	(レト)ホールコーン	8											
濃口醤油	2	サラダ油	1											
砂糖(上白糖)	1	濃口醤油	0.2											
アーモンド(刻み)	1.5	チキンコンソメ	0.2											
アーモンド(粉)	0.6	食塩	0.2											
		こしょう	0.03											
油揚げ	7													
皮むき玉葱	30	メロン	50											
人参	7													
中ねぎ	5													
ふしめん	5													
濃口醤油	0.7													
食塩	0.5													
削り節 だし用	4													
出し昆布	1													
湯	130													

28日(月)			29日(火)			30日(水)										
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		
わかめごはん(麦入り) 牛乳 豚肉とごぼうの煮物 切り干し大根のあえもの みかんジュース	精白米(自校)	68	コッペパン 牛乳 さげのカレー マヨネーズ焼き 夏野菜のサラダ コンソメスープ	コッペパン	50	麦ごはん 牛乳 厚揚げとなすのみそ炒め 春雨サラダ 小魚の甘酢煮	精白米(自校)	62								
	精白米(自校)	68		コッペパン	50		精白米(自校)	68								
	米粒麦 自校	7		牛乳	206		米粒麦 自校	6								
	米粒麦 自校	7		(冷)鮭	小 50		米粒麦 自校	7								
	炊き込みわかめ	1.9		(冷)鮭	中 60		牛乳	206								
	牛乳	206		清酒	1		豚肉赤身ミンチ	15								
	豚肉(3×3cmスライス)	30		食塩	0.1		清酒	2								
	ごぼう(斜め切り)	40		マヨネーズ	8		生姜	0.6								
	板こんにやく	40		カレー粉	0.3		にんにく	0.2								
	人参	10		きゅうり	25		なす	25								
	(冷)さやいんげん	5		アスパラガス	20		サラダ油	2								
	サラダ油	1		(レト)ホールコーン	8		(冷)厚揚げ カット	50								
	濃口醤油	4.5		食酢	2		皮むき玉葱	30								
	砂糖(中双糖)	2		砂糖(上白糖)	1		人参	10								
	みりん	2		サラダ油	1		たけのこ水煮(短冊切り)	8								
	清酒	1.5		食塩	0.3		ごま油	1								
	でんぷん	0.5		こしょう	0.03		濃口醤油	2.2								
	削り節 だし用	2		ベーコン(短冊)	5		赤みそ	3								
	湯	10		皮むき玉葱	30		砂糖(中双糖)	2								
	きゅうり	20		じゃがいも	20		チキンコンソメ	0.6								
	切干し大根	5		人参	10		でんぷん	0.5								
	人参	7		セロリー	2		豆板醤	0.03								
(レト)ホールコーン	5	ローリエ	0.1	湯	20											
(乾)刻み昆布	0.5	(レト)がらスープ	3	太もやし	15											
濃口醤油	1.7	濃口醤油	0.4	きゅうり	15											
砂糖(上白糖)	1.5	チキンコンソメ	0.3	小松菜	10											
食酢	1.7	食塩	0.4	人参	7											
ごま油	1	こしょう	0.03	春雨(8~10cm)	5											
(個)みかんジュース	125	湯	120	濃口醤油	2											
				食酢	2											
				砂糖(上白糖)	1.6											
				ごま油	1											
				からし粉	0.05											
				食塩	0.1											
				上乾ちりめん	4											
				食酢	1											
				ボン酢	1											
				砂糖(三温糖)	1.2											
				炒り白ごま	0.4											