

1日(木)		
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
いわしの かば焼き 風	(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	4
	生姜	1.2
	しょうゆ	2.8
	上白糖	2.8
	みりん	1.8
	清酒	1.8
	でんぷん	0.2
	湯	4
小松菜の ごまあえ	小松菜	30
	キャベツ	30
	炒り白ごま	1
	しょうゆ	2
大根の みそ汁	ポン酢	1
	油揚げ	5
	大根	30
	人参	15
節分豆	中ねぎ	5
	干しわかめ(カット)	0.5
	中みそ	5.5
	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
	水	120
	(個)節分豆	5

2日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
味のり	鉄強化米	0.5
	(個)味付けのり(無償提供)	2.5
牛乳	牛乳	206
あつあげと チンゲン サイのみ そいため かきたま 汁	豚肉赤身ミンチ	15
	清酒	2
	生姜	0.6
	にんにく	0.2
	(冷)厚揚げ(カット) 1kg	50
	玉葱	40
	人参	10
	たけのこ水煮(ホール)	8
	しめじ	5
	チンゲンサイ	20
	ごま油	0.8
	中双糖	2
	チキンコンソメ	0.6
	しょうゆ	2
	赤みそ	3
	豆板醤	0.03
でんぷん	0.7	
湯	20	
	鶏卵	20
	玉葱	25
	人参	7
	中ねぎ	5
	干しいたけ(スライス)	1
	しょうゆ	1
	食塩	0.5
	でんぷん	0.5
	削り節 だし用	4
	出し昆布	1
	水	130

5日(月)			6日(火)			7日(水)			8日(木)			9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
冬野菜カレーライス(麦ごはん)	精白米(委託)	60	きなこあげパン 牛乳 はくさいと肉だんごのスープ ブロッコリーのサラダ	コッペパン	50	麦ごはん ひじきのり(中のみ) 牛乳 たいの和風あんかけ すいとん汁	精白米(委託)	60	野菜たっぷり中華ラーメン 牛乳 かみかみあえ マラーカオ	(袋)中華めん	小1-3 150	ガーリックピラフ(麦入り) 牛乳 ロメインレタスのサラダ ミネストローネ ガトーシヨコラ	精白米(自校)	59
	精白米(委託)	70		コッペパン	60		精白米(委託)	70		(袋)中華めん	小4-6 200		米粒麦 自校	6
	米粒麦 委託	6		なたね油	6		米粒麦 委託	6		(袋)中華めん	中 250		鉄強化米	0.5
	米粒麦 委託	7		きな粉 1kg	4.5		米粒麦 委託	7		豚肉並(2×2cmスライス)	20		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12
				三温糖	3					清酒	1		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8
	豚肉並(2×3cmスライス)	25		紙ナフキン	1		(個)ひじきのり	10		生姜	0.5		白ぶどう酒	1
	玉葱	40								食塩	0.15		ベーコン(短冊)	5
	じゃがいも	25		牛乳	206		牛乳	206		こしょう	0.02		玉葱	15
	大根	25		(冷)肉だんご	30					なると(3mm)	7		人参	5
	れんこん(いちよう5mm)	8		白菜	40					食塩	0.1		エリンギ(1×2×0.3cm)	5
	人参	7		玉葱	20		こしょう	0.01		清酒	1.5		(冷)むぎ枝豆 1kg	5
	セロリ	3		たけのこ水煮(ホール)	10		清酒	1.5		でんぶん	5		にんにく	1
	にんにく	0.5		人参	10		でんぶん	5		なたね油	4		サラダ油	1.4
	生姜	0.5		干しいたけ(スライス)	1		なたね油	4		玉葱	25		チキンコンソメ	0.7
	牛乳	206		中ねぎ	5		玉葱	25		人参	10		食塩	0.8
	サラダ油	1		春雨(8~10cm)	3		人参	10		えのきたけ	6		こしょう	0.03
	小麦粉	6		生姜	0.5		(袋)がらスープ	3		(冷)さやいんげん 500g	4			
	カレー粉	1		(袋)がらスープ	3		しょうゆ	2		生姜	0.6		牛乳	206
	サラダ油	4		しょうゆ	0.5		食塩	0.2		しょうゆ	2.4		(レト)まぐろ油漬	15
	(袋)がらスープ	4		こしょう	0.03		みりん	1.2		でんぶん	0.4		大根	25
(袋)トマケチャップ 1kg	2	チキンコンソメ	0.3	でんぶん	0.4	湯	120	ロメインレタス	20					
ウスターソース	1.3	湯	120	だし汁	12	(冷)すいとん	25	人参	10					
とんかつソース	1	(生)ブロッコリー(カット)県産	30	油揚げ	5	油揚げ	5	食酢	2					
しょうゆ	1	キャベツ	30	大根	25	大根	25	サラダ油	1					
チャツネ 450g	1	しょうゆ	2	人参	10	(缶)ホールコーン	5	上白糖	1					
赤ぶどう酒	1	食酢	1.5	中ねぎ	5	するめ(カット)国産	2	食塩	0.2					
食塩	0.5	上白糖	1	中みそ	5.5	(乾)刻み昆布	0.7	こしょう	0.02					
こしょう	0.04	サラダ油	0.5	甘みそ	5	三温糖	1.7							
チキンコンソメ	0.5	ごま油	0.5	煮干し だし用	4	しょうゆ	3	ベーコン(短冊)	5					
湯	80	炒り白ごま	1	水	110	食酢	1.2	(冷)白いんげん豆 1kg	18					
						ごま油	0.3	玉葱	30					
牛乳	206					(個)マラーカオ	35	人参	10					
								セロリ	2					
(乾)海藻ミックス	1							パセリ	0.5					
キャベツ	30							サラダ油	0.5					
きゅうり	10							(袋)トマト水煮	15					
棒々鶏ドレッシング	8							(袋)がらスープ	4					
								赤ぶどう酒	1					
小煮干し	4							食塩	0.6					
								こしょう	0.03					
ぼんかん	100							チキンコンソメ	0.5					
								ローリエ	0.1					
								湯	110					
								(個)ガトーシヨコラ 級分・食物繊維強化	30					

## A 2月

13日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
黒糖パン	黒糖パン	50
	黒糖パン	60
	粉黒糖	7.5
	粉黒糖	9
牛乳	牛乳	206
ポルシチ	牛肉(2cm角)	35
	サラダ油	1
	玉葱	40
	大根	25
花野菜サラダ	キャベツ	20
	人参	15
	ピーツ	10
	セロリ	3
	パセリ	0.3
	サラダ油	1
	バター	1
	(袋)トマトケチャップ 1kg	4
	(袋)トマトピューレ 1kg	4
	赤ぶどう酒	2
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.4
	ローリエ	0.1
	生クリーム	3
	湯	80
(生)ブロッコリー(カット)県産	30	
(生)カリフラワー(カット)1kg	15	
(缶)ホールコーン	5	
食酢	3.5	
上白糖	2	
サラダ油	1.5	
食塩	0.3	
こしょう	0.02	

14日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大豆ごはん(麦入り)	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	鉄強化米	0.5
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6
	(冷)大豆水煮	15
	油揚げ	3
	人参	7
	(冷)むぎ枝豆 1kg	5
	サラダ油	1
牛乳	清酒	1.6
	しょうゆ	1.6
	上白糖	0.8
	食塩	0.65
	牛乳	206
	てんぷら	8
	(乾)早煮昆布(カット)	2
	れんこん(いちょう8mm)	20
	人参	10
こんぶとれんこんの煮もの	つきこんにあく	15
	ごま油	1
	中双糖	2
	みりん	0.5
	しょうゆ	2
	だし汁	10
	(冷)鮭(2cm角)骨皮なし	18
	清酒	1
	白菜	30
石かり汁	じゃがいも	25
	太ねぎ	6
	中みそ	5.5
	甘みそ	5
	出し昆布	1
	削り節 だし用	4
	水	100
	(個)ヨーグルト	70

15日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大根のたまごとしじどんぶり(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
	ベーコン(短冊)	7
	鶏卵	30
	大根	60
	人参	10
	干しいたけ(スライス)	1
	中ねぎ	5
牛乳	サラダ油	1
	しょうゆ	3.5
	みりん	2
	三温糖	1
	食塩	0.25
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.6
	でんぶん	1
	湯	50
	小煮干し	4
	(冷)大豆水煮	25
	でんぶん	3
なたね油	5	
上白糖	2.5	
しょうゆ	0.7	
湯	1.5	
炒り白ごま	1	
食べて菜	20	
もやし	20	
キャベツ	20	
花かつお 1kg	0.8	
しょうゆ	2	
ボン酢	0.8	

16日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ゆかりごはん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	鉄強化米	0.5
	赤じそ粉	2.2
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
	清酒	1
	高野豆腐(サイコロ)	15
	玉葱	35
	ことうやどうふのうま煮	人参
(冷)さやいんげん 500g		7
生しいたけ(スライス)県産・1kg		5
しょうゆ		3
三温糖		2.5
食塩		0.1
削り節 だし用		2
水		50
もやし		30
(生)まんぼ		25
人参		5
しょうゆ		2
食酢	1.5	
上白糖	1	
サラダ油	0.5	
ごま油	0.5	
炒り白ごま	1	

19日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セル フカ レー パン	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	60
	豚肉並ミンチ	20
牛乳	牛肉ミンチ	10
	(レト)ひきわり大豆 1kg	15
	玉葱	30
ゆで ブロッ コリー	人参	10
	ピーマン	4
	レーズン	1
コーン スープ	にんにく	0.3
	生姜	0.2
	サラダ油	0.5
	小麦粉	1
	(袋)トマトケチャップ 1kg	8
	ウスターソース	2
	カレー粉	0.8
	赤ぶどう酒	1
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	牛乳	206
	(生)ブロッコリー(カット)県産	30
	食塩	0.5
	ベーコン(短冊)	5
(缶)クリームコーン	35	
玉葱	30	
(缶)ホールコーン	5	
パセリ	0.5	
バター	1	
調理用牛乳	30	
(袋)がらスープ	4	
チキンコンソメ	0.3	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
コーンスターチ	1	
湯	70	
(個)スライスチーズ(鉄・Ca)	20	

20日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
キム チご はん	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.5
	豚肉並(2×2cmスライス)	20
牛乳	清酒	2
	生姜	0.8
	白菜キムチ(ごはん用) 1kg	18
ナムル	(冷)むき枝豆 1kg	5
	ごま油	2
	上白糖	1.2
トック 入り わかめ スープ	しょうゆ	1.2
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.1
小魚 入り アー モンド	牛乳	206
	もやし	30
	ほうれん草	20
	人参	10
	炒り白ごま	1.5
	にんにく	0.1
	食酢	2
	しょうゆ	2
	上白糖	1.3
	ごま油	1
	一味	0.01
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	トック 国産米使用	20
	玉葱	30
	えのきたけ	5
中ねぎ	5	
干しわかめ(カット)	0.8	
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ	4	
しょうゆ	0.8	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ	0.3	
ごま油	0.4	
湯	130	
(個)小魚入りアーモンド	8	

21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
牛乳	米粒麦 委託	7
	牛乳	206
	(冷)さばのみぞれ煮	小 50
さば のみ ぞれ 煮	(冷)さばのみぞれ煮	中 70
	ロースハム(短冊)卵抜き	10
	大根	35
	水菜	10
	人参	3
	りんご いちよう切り・皮付き(生・国産)	6
	サラダ油	1
	りんご酢	2.5
	上白糖	1
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	6
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	4
	豆腐	25
	油揚げ	7
つきこんにやく	10	
洗いごぼう	10	
人参	7	
中ねぎ	5	
しょうゆ	2	
食塩	0.5	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
ごま油	0.1	
でんぶん	0.5	
水	130	
いちご(高松産ごじまん品等利用協大事業)	20	
紙ナフキン	1	

22日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
赤 飯	精白米(自校)	52
	精白米(自校)	60
	もち米	20
牛乳	(乾)小豆	7
	食塩	0.6
	炒り白ごま	0.7
ヒレ カツ	牛乳	206
	(冷)ヒレカツ	小 50
	(冷)ヒレカツ	中 60
ゆで 野菜	なたね油	5
	キャベツ	35
	人参	10
赤 だ し	(個)中濃ソース	8
	(冷)豆腐(カット) 1kg	20
	玉葱	25
	えのきたけ	7
	みつば	7
	赤みそ	6
	中みそ	3
	出し昆布	1
	削り節 だし用	4
	水	120
	(個)いちごクレープ	40

26日(月)

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)	12
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
	白ぶどう酒	1
	ベーコン(短冊)	5
	じゃがいも	45
	玉葱	40
	人参	10
	エリンギ(1×2×0.3cm)	5
レタスの クリーム シチュー	レタス	15
	サラダ油	2
	小麦粉	4
	バター	2
	サラダ油	1
	(袋)がらスープ	4
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.4
	こしょう	0.05
	調理用牛乳	30
	生クリーム	1
	ピザ用チーズ	3
	ローリエ	0.1
湯	60	
ローズハム(短冊)卵抜き	5	
キャベツ	25	
菜の花	20	
(缶)ホールコーン	10	
食酢	2	
サラダ油	2	
上白糖	0.5	
食塩	0.2	
こしょう	0.02	
ネーブルオレンジ	50	

27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	206
	煮こみ おでん	牛肉(3×3cmスライス)
ちくわ		10
(レト)うずら卵1kg		20
(冷)厚揚げ(カット)1kg		25
大根		30
里いも(2cm)		25
板こんにやく		20
人参		10
(乾)早煮昆布(カット)		1
甘みそ		5
赤みそ		3
中双糖		3
清酒		1
しょうゆ	0.8	
水	50	
れんこん のゆず 香あえ	(レト)まぐろ油漬	10
	れんこん(いちよう2mm)	15
	きゅうり	15
	人参	7
	(缶)ホールコーン	7
	しょうゆ	1.8
	ゆず酢	0.7
	上白糖	0.8

28日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ひじき ごはん	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.5
	牛肉(2×2cmスライス)	20
	つきこんにやく(ハーフ)	5
	(冷)むぎ枝豆 1kg	5
	(乾)ひじき	1
	サラダ油	0.8
	しょうゆ	3
	清酒	2
	上白糖	1
	食塩	0.3
牛乳 切り ぼし 大根 のふく め煮	牛乳	206
	てんぷら	6
	油揚げ	5
	切干し大根	8
	人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	10
	ごま油	0.5
	上白糖	2.5
	しょうゆ	1.5
	みりん	1.2
	だし汁	20
うち こみ 汁	油揚げ	5
	生うどん さぬきの夢	20
	大根	15
	人参	8
	中ねぎ	5
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	5
	中みそ	5.5
	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
	水	150

29日(木)

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
	マー ボー どろ ろ	豚肉赤身ミンチ
清酒		1
豆腐		80
玉葱		35
人参		15
干しいたけ(スライス)		1
中ねぎ		5
生姜		1
にんにく		0.8
サラダ油		1
(袋)トマトケチャップ 1kg		7
はる さめ サ ラ ダ	しょうゆ	3.5
	(袋)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
	でんぶん	1
	ごま油	0.1
	湯	35
か え り ア ー モ ン ド	ローズハム(短冊)卵抜き	7
	春雨(8~10cm)	5
	もやし	25
	きゅうり	10
	人参	10
	炒り白ごま	1
	しょうゆ	2.5
	食酢	2
	上白糖	1.5
	ごま油	1
	からし粉	0.05
か え り ア ー モ ン ド	かえり	5
	アーモンド(四つ割)	4
	上白糖	1
	しょうゆ	0.3
	みりん	1
水	1	