

10日(月)			11日(火)			12日(水)			13日(木)			14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
カレーピラフ 牛乳 ツナサラダ ウインナーと野菜のスープ	精白米(自校)	60	コッペパン 牛乳 とり肉と野菜のトマト煮 キャベツのソテー 清見オレンジ(小中のみ)	コッペパン	50	麦ごはん 牛乳 さけのなんばんづけ 切ほし大根のあえもの とん汁	精白米(委託)	60	ガリックピラフ(麦入り) 牛乳 キャロットサラダ マカロニスープ 豆乳プリン(小中のみ)	精白米(自校)	55	麦ごはん 牛乳 ホイコーロー ビーフンサラダ ミニトマト(小中のみ)	精白米(委託)	60
	鉄強化米	0.5		コッペパン	50		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	5		精白米(委託)	70
	(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	12		牛乳	206		米粒麦 委託	6		(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	0.5		米粒麦 委託	6
	(冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	8		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30		米粒麦 委託	7		(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	15		米粒麦 委託	7
	白ぶどう酒	1		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20		牛乳	206		(冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	10		牛乳	206
	玉葱	12		ベーコン(短冊)	5		(冷)鮭(2cm角)骨皮なし	50		白ぶどう酒	1		豚肉赤身(3×3cmスライス)	40
	人参	8		じゃがいも	45		清酒	1		玉葱	15		濃口しょうゆ	1
	エリンギカット	5		玉葱	40		食塩	0.1		人参	5		清酒	1
	(冷)むき枝豆	5		トマト水煮	25		でんぶん	6		中ねぎ	2		キャベツ	40
	サラダ油	1		人参	20		なたね油	5		食酢	0.6		玉葱	35
	カレー粉	0.7		にんにく	1		中ねぎ	2		濃口しょうゆ	0.6		たけのこ水煮(ホール)	15
	ウスターソース	0.7		サラダ油	1		食酢	3.5		上白糖	2.5		人参	10
	チキンコンソメ	0.4		トマトケチャップ	3		濃口しょうゆ	2.5		みりん	0.9		ピーマン	8
	食塩	0.65		赤ぶどう酒	1		上白糖	2.5		一味	0.01		生姜	1
	こしょう	0.03		上白糖	0.8		みりん	0.9		水	1.3		にんにく	0.5
	牛乳	206		ウスターソース	0.7		一味	0.01		小松菜	20		サラダ油	1
	(レト)まぐろ油漬	15		チキンコンソメ	0.6		水	1.3		人参	7		赤みそ	2
	(冷)ブロッコリー	15		食塩	0.3		小松菜	20		切干し大根	5		濃口しょうゆ	1
	きゅうり	20		こしょう	0.05		人参	7		(乾)刻み昆布	0.5		清酒	1
	(缶)ホールコーン	10		湯	20		切干し大根	5		濃口しょうゆ	2.5		上白糖	0.7
	食酢	3		キャベツ	35		(乾)刻み昆布	0.5		食酢	2.5		豆板醤	0.05
	サラダ油	1		人参	10		濃口しょうゆ	2.5		上白糖	1.5		ごま油	0.5
	上白糖	0.7		しめじ	10		食酢	2.5		サラダ油	0.7		ローズハム(短冊)卵抜き	7
	食塩	0.3		(缶)ホールコーン	10		上白糖	1.5		粗挽きウインナー(1cm)	20		もやし	25
こしょう	0.04	サラダ油	1	サラダ油	0.7	(冷)白いんげん豆	15	きゅうり	15					
		チキンコンソメ	0.2	豚肉赤身(3×3cmスライス)	15	玉葱	40	人参	8					
		濃口しょうゆ	0.2	もやし	20	キャベツ	25	ピーマン	5					
		食塩	0.2	洗いごぼう	10	人参	15	濃口しょうゆ	2.5					
		こしょう	0.03	つきこんにやく	7	セロリ	2	食酢	2.5					
		清見オレンジ	50	中ねぎ	5	パセリ	0.5	マカロニ(シエル)	1.3					
				麦みそ	9	サラダ油	0.5	ごま油	1					
				煮干し だし用	4	(レト)がらスープ	4	からし粉	0.05					
				水	110	濃口しょうゆ	0.5	ミニトマト	30					
						チキンコンソメ	0.4							
						食塩	0.4							
						こしょう	0.03							
						湯	125							
						(個)豆乳プリン	40							

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
カレーライス(麦ごはん)牛乳海そうサラダヨーグルト(中のみ)	精白米(委託)	60	たけのこごはん牛乳きんぴらすいとん汁野菜マフィン(中のみ)	精白米(自校)	60	コッペパン コッペパン 牛乳 豚肉赤身(2cm角) 豚肉並(2cm角) サラダ油 春大根 玉葱 キャベツ じゃがいも 人参 セロリ サラダ油 (レト)がらスープ 白ぶどう酒 チキンコンソメ 食塩 こしょう ローリエ 湯 きゅうり アスパラガス 人参 (缶)ホールコーン 食酢 サラダ油 上白糖 食塩 こしょう (個)チーズ 鉄強化	コッペパン	50	麦ごはん牛乳さごしのからあげたけのことふきの土佐煮じゃがいものみそ汁	精白米(委託)	60	ごはんしじみのつくだ煮(小中のみ)牛乳 ¹⁵⁶ ことうやどふうのうま煮ちりめんあえ	精白米(自校)	68
	精白米(委託)	70		鉄強化米	0.5		コッペパン	50		精白米(委託)	70		精白米(自校)	75
	米粒麦 委託	6		(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	9		牛乳	206		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5
	米粒麦 委託	7		(冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	6		豚肉赤身(2cm角)	20		米粒麦 委託	7		(レト)しじみ佃煮	10
				清酒	1		豚肉並(2cm角)	10		牛乳	206		牛乳	206
	牛肉(3×3cmスライス)	30		油揚げ	5		サラダ油	1		(冷)さごし	幼~小2 35			
	じゃがいも	50		新たけのこ水煮(ホール)	20		春大根	40		(冷)さごし	小3~6 50			
	玉葱	40		(冷)むき枝豆	5		玉葱	40		(冷)さごし	中 70			
	人参	10		濃口しょうゆ	2		キャベツ	25		生姜	1		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
	(冷)むき枝豆	5		清酒	2		じゃがいも	15		清酒	2		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
	(乾)レンズ豆	5		食塩	0.5		出し昆布	1		清酒	0.2		清酒	1
	セロリ	5		上白糖	0.5		牛乳	206		食塩	0.2		高野豆腐(サイコロ)	15
	にんにく	0.5		牛乳	206		てんぷら	10		米粉	7		玉葱	40
	小麦粉	6					洗いごぼう	25		なたね油	5		人参	10
	サラダ油	4					つきこんにやく	10		油揚げ	5		(冷)さやいんげん	7
	カレー粉	1					人参	10		新たけのこ水煮(ホール)	20		生しいたけ(スライス)	5
	サラダ油	2					(冷)さやいんげん	6		(レト)ふき水煮ロング	10		濃口しょうゆ	2.8
	(レト)がらスープ	4					ごま油	1		人参	8		三温糖	2.5
	赤ぶどう酒	2					濃口しょうゆ	2		ローリエ	0.1		食塩	0.2
	トマトケチャップ	2					三温糖	1		湯	75		削り節 だし用	2
	ウスターソース	1.3					みりん	1		きゅうり	30		湯	50
	とんかつソース	1					炒り白ごま	2		アスパラガス	15			
	濃口しょうゆ	1					(冷)すいとん	25		人参	10		上乾ちりめん	5
	チャツネ 450g	1					油揚げ	5		(缶)ホールコーン	5		大根	30
チキンコンソメ	0.5			春大根	20	食酢	3	きゅうり	15					
食塩	0.5			人参	10	サラダ油	1.2	人参	5					
こしょう	0.04			中ねぎ	5	上白糖	1	上白糖	2					
湯	90			中みそ	6	食塩	0.4	すだち酢	1.5					
				白みそ	5	こしょう	0.03	食酢	1.5					
牛乳	206			煮干し だし用	4	(個)チーズ 鉄強化	13.5	濃口しょうゆ	0.3					
				水	110			食塩	0.1					
キャベツ	30			(個)野菜マフィン	25									
きゅうり	20													
(缶)ホールコーン	5													
(乾)海藻ミックス	1													
濃口しょうゆ	2.5													
食酢	2.5													
上白糖	1.2													
ごま油	0.5													
サラダ油	0.5													
(個)ヨーグルト 鉄分強化	70													