

1日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ご は ん	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
牛 乳	牛乳	206
ホ イ コ ー ロ ー	豚肉並(3×3cmスライス)	40
	清酒	1
	しょうゆ	1
	キャベツ	40
	玉葱	30
	人参	10
	ピーマン	8
	生姜	1
	にんにく	0.5
	ごま油	1
中 華 ス ー プ	赤みそ	2
	しょうゆ	1.5
	清酒	1
	上白糖	0.7
	豆板醤	0.05
	(冷)豆腐(カット)1kg	25
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	7
	玉葱	15
	人参	7
	えのきたけ	7
	中ねぎ	5
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ	4
	しょうゆ	0.5
	食塩	0.4
	チキンコンソメ	0.3
	ごま油	0.2
	こしょう	0.03
湯	120	

B 9月

4日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
中華風 たきこみ ごはん (麦入り)	精白米(自校)	55
	米粒麦 自校	5
	鉄強化米	0.5
	焼き豚(1cm角切り)	20
	たけのこ水煮(ホール)	10
	人参	5
	中ねぎ	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	干しいたけ(スライス)	0.5
	ごま油	1
	清酒	4
	しょうゆ	3.5
	上白糖	0.8
	食塩	0.4
	牛乳	206
牛乳 ひじき サラダ フルーツ ポンチ	キャベツ	25
	きゅうり	20
	人参	7
	(缶)ホールコーン	5
	(乾)ひじき	1.3
	(個)焙煎ごまドレッシング	8
	(レト)パインアップル 1kg	20
	(レト)みかん 国産・1kg	20
	(レト)黄桃 1kg	15
	(冷)カクテルゼリー	20
	(冷)カラフルボール	20

5日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 牛乳 なすと あづき のみそ いため すまし 汁	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
	牛乳	206
	豚肉並ミンチ	15
	清酒	2
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	35
	玉葱	25
	<small>なす(高松産ごじまん品等利用拡大事業)</small>	25
	なたね油	2
	チンゲンサイ	10
	人参	10
	たけのこ水煮(ホール)	8
	生姜	0.6
	にんにく	0.2
	ごま油	1
赤みそ	3	
中双糖	2	
しょうゆ	1.5	
チキンコンソメ	0.6	
豆板醤	0.03	
でんぷん	1	
だし汁	20	
さつまいも とくりの タルト (小中のみ)	型抜きかまぼこ(小菊)	8
	玉葱	25
	中ねぎ	5
	干しいたけ(スライス)	0.7
	清酒	1
	しょうゆ	0.5
	食塩	0.4
	削り節 だし用	4
	出し昆布	1
	水	140
	(個)お米のさつまいもと栗のタルト	30

6日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型 コッペ パン 牛乳 スバゲ ティ ナポリ タン イタリ アン サラダ なし (小中のみ)	コッペパン	30
	コッペパン	30
	牛乳	206
	スバゲティ(ハーフ)	35
	ゆで塩	1.3
	粗挽きウインナー(1cm)	15
	ベーコン(短冊)	7
	玉葱	40
	人参	10
	エリンギ(1×2×0.3cm)県産	10
	ピーマン	5
	にんにく	0.3
	サラダ油	2
	(袋)トマトビュレ 1kg	13
	(袋)トマトケチャップ 1kg	7
赤ぶどう酒	4	
粉チーズ	3	
ウスターソース	1.5	
チキンコンソメ	0.3	
食塩	0.2	
こしょう	0.05	
一味	0.01	
キャベツ きゅうり 赤ピー マン (缶)ホ ール コーン (個)イ タリ ア ン ド レ ッ シ ン グ	キャベツ	35
	きゅうり	15
	赤ピーマン	5
	(缶)ホールコーン	5
	(個)イタリアンドレッシング	8
	梨	40

7日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 牛乳 さばの みそ 煮 チン ゲ ン サイ と も や し の あ え も の と う ふ 汁 シャ イン マ ス カ ッ ト (小中のみ)	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
	牛乳	206
	(冷)さばのみそ煮	幼 40
	(冷)さばのみそ煮	小 50
	(冷)さばのみそ煮	中 70
	チンゲンサイ	25
	きゅうり	20
	もやし	15
	人参	7
	炒り白ごま	1.5
	(個)青じそドレッシング	8
	豆腐	30
	玉葱	20
	えのきたけ	7
中ねぎ	3	
干しわかめ(カット)	0.5	
しょうゆ	1	
清酒	1	
食塩	0.5	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	130	
紙ナフキン	1	

8日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
さけ 菜 め し (麦 入 り) 牛 乳 が ん も ど き と ひ じ き の う ま 煮 ご ま あ え	精白米(自校)	62
	精白米(自校)	68
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	鉄強化米	0.5
	鮭菜めしの素 250g	4
	牛乳	206
	牛肉(2×2cmスライス)	20
	(冷)ミニひろうず 青大豆入り	20
	(乾)ひじき	3
	つきこんにゃく(ハーフ)	25
	洗いごぼう	15
	人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	8
	サラダ油	1
しょうゆ	4	
三温糖	3	
清酒	1	
みりん	0.5	
湯	20	
キャベツ	30	
小松菜	20	
きゅうり	10	
炒り白ごま	2	
(個)ゆずかつおドレッシング	10	

11日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
スタミナ ジャー ジャー どんぶり 牛乳 はる さめ スープ	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
	豚肉並ミンチ	40
	玉葱	40
	人参	10
	たけのこ水煮(ホール)	15
	なす	15
	中ねぎ	5
	にんにく	0.6
	生姜	0.3
	ごま油	0.7
	赤みそ	3
	しょうゆ	2.5
	上白糖	1.2
	清酒	1
	テンメンジャン	1
	チキンコンソメ	0.5
	豆板醤	0.1
	でんぶん	1
	湯	20
牛乳	206	
ボンレスハム(短冊)卵抜き	7	
玉葱	20	
キャベツ	15	
人参	7	
中ねぎ	5	
春雨(太め5cm)	5	
(袋)がらスープ	4	
しょうゆ	0.5	
サラダ油	0.5	
チキンコンソメ	0.3	
ごま油	0.1	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
湯	130	

12日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
黒糖 パン 牛乳 はも の エ ス カ ベ ッ シ ユ ゆ で ブ ロ ッ コ リ ー ミ ネ ス ト ロ ー ネ	黒糖パン	50
	黒糖パン	50
	粉黒糖	7.5
	粉黒糖	7.5
	牛乳	206
	(冷)はも澱粉付き	45
	なたね油	5
	玉葱	10
	人参	5
	赤パプリカ	4
	サラダ油	0.5
	食酢	3.5
	上白糖	3
	(冷)レモン果汁 国産・500g	1.5
	しょうゆ	0.7
	食塩	0.3
	こしょう	0.02
	水	10
	(冷)ブロッコリー 国産 1kg	30
	ゆで塩	0.5
ベーコン(短冊)	5	
(冷)白いんげん豆 1kg	18	
玉葱	40	
(袋)トマト水煮	15	
マカロニ(シエル)	7	
セロリ	2	
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ	4	
赤ぶどう酒	1	
食塩	0.6	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ	0.5	
ローリエ	0.1	
湯	120	

13日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ご は ん ひ じ き の り (小 中 の み) 牛 乳 と う ふ の オ イ ス タ ー ソ ー ス 煮 ア ス パ ラ ガ ス の サ ラ ダ	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
	(個)ひじきのり	10
	牛乳	206
	豆腐	85
	豚肉赤身(3×3cmスライス)	25
	玉葱	30
	チンゲンサイ	10
	人参	7
	生姜	1.5
	干しいたけ(スライス)	0.8
	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	しょうゆ	3
	中双糖	1
	オイスターソース	1
	チキンコンソメ	0.5
	でんぶん	0.7
	湯	20
	キャベツ	25
アスパラガス(高級産ごぼう山産品等利用拡大事業)	20	
きゅうり	10	
人参	5	
(個)青じそドレッシング	8	

14日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ド ラ イ カ レ ー (ナ ン) 牛 乳 夏 み か ん サ ラ ダ ビ ー フ ン と う ず ら た ま ご の ス ー プ ヨ ー グ ル ト (小 中 の み)	牛肉ミンチ	15
	豚肉並ミンチ	20
	(レト)ひきわり大豆 1kg	20
	玉葱	30
	人参	10
	ピーマン	4
	にんにく	0.6
	生姜	0.3
	サラダ油	0.5
	小麦粉	1
	(袋)トマトケチャップ 1kg	9
	ウスターソース	3.5
	カレー粉	1.2
	赤ぶどう酒	1
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	(個)ナン 幼・小1-2	50
	(個)ナン 小3-6	70
	(個)ナン 中	100
牛乳	206	
キャベツ	25	
きゅうり	25	
(レト)夏みかん 2kg	15	
(個)コールスロードレッシング	8	
ボンレスハム(短冊)卵抜き	7	
(レト)うずら卵1kg	20	
玉葱	20	
人参	10	
中ねぎ	5	
ビーフン	5	
生姜	0.2	
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ	4	
しょうゆ	0.5	
チキンコンソメ	0.3	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
ごま油	0.1	
湯	130	
(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	

15日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ご は ん 牛 乳 と り 肉 と レ バ ー の 香 り あ げ き ん び ら ゆ で ブ ロ ッ コ リ ー ミ ニ ト マ ト (小 中 の み)	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
	牛乳	206
	(冷)澱粉付き鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	21
	(冷)澱粉付き鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	14
	(冷)鶏レバー 澱粉付き	20
	なたね油	5
	炒り白ごま	1
	細ねぎ	1
	生姜	0.8
	にんにく	0.8
	中双糖	2
	しょうゆ	1.8
	清酒	1.5
	豆板醤	0.05
	湯	4
	でんぶん	15
	洗いごぼう	25
	つきこんにゃく	10
	人参	7
(冷)きやいんげん 500g	6	
ごま油	1	
しょうゆ	2	
みりん	1	
三温糖	1	
(冷)ブロッコリー 国産 1kg	35	
ゆで塩	0.5	
ミニトマト	30	

B 9月

19日(火)

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	50
(個)チョコ大豆クリーム	小	10
	中	15
牛乳		206
(冷蔵)ミニウインナー		30
(冷)白いんげん豆 1kg		15
キャベツ		30
玉葱		25
人参		15
(冷)さやいんげん 500g		5
セロリ		3
ローリエ		0.1
サラダ油		1
白ぶどう酒		1
チキンコンソメ		0.5
食塩		0.5
こしょう		0.03
湯		80
ベーコン(短冊)		5
じゃがいも		50
ゆで塩		0.8
玉葱		15
サラダ油		0.5
しょうゆ		0.5
食塩		0.2
こしょう		0.03
アイントプフ		
ジャーマンポテト		

20日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
焼き肉ピラフ (麦入り)	精白米(自校)	55
	米粒麦 自校	5
	鉄強化米	0.5
	牛肉(2×2cmスライス)	25
	生姜	0.7
	にんにく	0.5
	玉葱	10
	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	ごま油	1
しょうゆ	2	
上白糖	1.3	
清酒	1	
チキンコンソメ	0.5	
食塩	0.5	
炒り白ごま	2	
牛乳		206
きゅうり		10
切干し大根		5
人参		7
(缶)ホールコーン		7
(乾)刻み昆布		0.5
(個)棒々鶏ドレッシング		10
ボンレスハム(短冊)卵抜き		10
(乾)たんめん		7
玉葱		20
チンゲンサイ		10
生しいたけ(スライス)県産・1kg		2
サラダ油		0.5
(袋)がらスープ		4
しょうゆ		1
食塩		0.4
チキンコンソメ		0.3
こしょう		0.05
湯		130
(個)チーズ 鉄強化		13.5

21日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
牛乳		206
(冷)アジ 一口カット打ち粉付き		40
なたね油		5
太ねぎ		4
生姜		0.7
しょうゆ		3
三温糖		2.5
ごま油		0.6
水		3.5
キャベツ		30
小松菜		20
人参		7
(缶)ホールコーン		5
(個)和風ドレッシング		8
豚肉並(3×3cmスライス)		15
もやし		20
洗いごぼう		10
つきこんにゃく		10
人参		10
中ねぎ		5
麦みそ		9
煮干し だし用		4
水		110
とん汁		

22日(金)

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	50
牛乳		206
豚肉赤身(3×3cmスライス)		25
ベーコン(短冊)		5
(冷)大豆水煮		20
(冷)金時豆 1kg		10
じゃがいも		45
玉葱		40
人参		10
サラダ油		1
(袋)トマトピューレ 1kg		6
(袋)トマトケチャップ 1kg		3
上白糖		1.2
赤ぶどう酒		1
ウスターソース		0.7
チキンコンソメ		0.6
食塩		0.5
こしょう		0.05
湯		40
(レト)まぐろ油漬		15
キャベツ		30
もやし		30
人参		10
エリンギ(1×3×0.3cm)県産		10
サラダ油		1
清酒		0.5
しょうゆ		0.2
食塩		0.1
こしょう		0.03
(個)みかんジュース		125

25日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
秋の香りカレーライス 牛乳 海そうサラダ いりことアーモンドのオリーブオイルがらめ(小中のみ)	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
	牛肉(3×3cmスライス)	20
	玉葱	35
	じゃがいも	30
	さつまいも(2cm角)	20
	人参	10
	しめじ	7
	エリンギ(1×3×0.3cm)県産	7
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
	サラダ油	2
	小麦粉	5
	サラダ油	5
	カレー粉	1.1
	(袋)がらスープ	3
	(袋)トマトケチャップ 1kg	2
	ウスターソース	1.7
	とんかつソース	1
しょうゆ	1	
赤ぶどう酒	1	
チャツネ 450g	1	
食塩	0.7	
こしょう	0.04	
チキンコンソメ	0.5	
湯	85	
牛乳	206	
(乾)海藻ミックス	1	
キャベツ	25	
きゅうり	20	
人参	7	
(個)青じそドレッシング	8	
小煮干し	4	
アーモンド(刻み)	6	
オリーブ油	0.8	
食塩	0.02	

26日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
はぎごはん 牛乳 ちくぜん煮 とうふのみそ汁	精白米(自校)	59
	精白米(自校)	65
	もち米	9
	もち米	10
	黒米	2.5
	(冷)むき枝豆 1kg	8
	清酒	3
	食塩	0.7
	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
	板こんにやく	30
	洗いごぼう	20
	れんこん(いちよう8mm)	20
	人参	15
	(冷)さやいんげん 500g	8
	ごま油	1.5
	しょうゆ	4
	中双糖	2.8
でんぷん	0.7	
だし汁	6	
豆腐	30	
油揚げ	5	
玉葱	20	
中ねぎ	5	
干しわかめ(カット)	0.5	
中みそ	6	
甘みそ	5	
煮干し だし用	4	
水	120	

27日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 牛乳 さんまのかんろ煮 小松菜のあえもの だんご汁 月見ゼリー(小中のみ)	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
	牛乳	206
	(冷)さんまの甘露煮 幼・小	50
	(冷)さんまの甘露煮 中	60
	小松菜	25
	もやし	25
	きゅうり	20
	炒り白ごま	1
	(個)ゆずかつおドレッシング	10
	(冷)白玉	25
	玉葱	25
	人参	10
	しめじ	7
	中ねぎ	5
	清酒	1
	しょうゆ	0.6
	食塩	0.6
	みりん	0.5
	削り節 だし用	4
出し昆布	1	
水	120	
(個)月見ゼリー 食物繊維強化	50	

28日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 牛乳 マカロニととうがんのクリーム煮 大豆のサラダ	コッペパン	50
	コッペパン	50
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	15
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10
	白ぶどう酒	1
	玉葱	35
	じゃがいも	30
	ミニ冬瓜	25
	人参	10
	マカロニ	8
	サラダ油	1
	小麦粉	3
	サラダ油	2.5
	(袋)がらスープ	4
	食塩	0.4
	こしょう	0.05
	チキンコンソメ	0.3
	調理用牛乳	25
	湯	50
(レト)蒸大豆 国産	10	
キャベツ	25	
きゅうり	15	
人参	5	
(個)焙煎ごまドレッシング	8	

29日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 牛乳 ぶたキムチ ナムル	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
	牛乳	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	40
	生姜	1
	清酒	1
	しょうゆ	0.4
	玉葱	30
	キャベツ	30
	白菜キムチ 1kg	20
	人参	8
	中ねぎ	8
	にんにく	0.5
	サラダ油	1
	ごま油	2
	しょうゆ	2
	上白糖	0.8
	もやし	35
	(冷)小松菜	30
	人参	5
(個)韓国ナムルドレッシング	10	