

1日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コ ツ ペ バ ン	コッペパン	50
	コッペパン	50
	(個)いちごジャム	15
い ち ご じ ャ ム (小 中 の み)	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	24
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	16
	ベーコン(短冊)	5
	(冷)大豆水煮	15
	じゃがいも	25
	玉葱	35
	(袋)トマト水煮	25
	なす	20
	人参	10
牛 乳	にんにく	1
	サラダ油	1
	(袋)トマトケチャップ 1kg	3
と り 肉 と 野 菜 の ト マ ト 煮	赤ぶどう酒	1
	上白糖	0.8
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	湯	20
	(冷)ブロッコリー 国産 1kg	25
	キャベツ	20
	きゅうり	15
フ レ ン チ サ ラ ダ	(缶)ホールコーン	5
	(個)フレンチドレッシング	10

C 9月

4日(月)		
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
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
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

5日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
中華風	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
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)ハインアップル 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

6日(水)		
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
豚肉並ミンチ		15
清酒		2
(冷)厚揚げ(カット)1kg		35
玉葱		25
なたね油	<small>なす(高松産)ごしまん品等利用拡大事業)</small>	25
		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
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

7日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型 コッペパン	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)トマトピューレ 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		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

8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		206
(冷)さばのみそ煮	幼	40
	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
(個)紙ナフキン		20
		1

11日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
さけ菜めし(麦入り)	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	
がんとどきとひじきのうま煮	つきこんにやく(1/2)	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	
ごまあえ	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	

12日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
スタミナジャー	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	
どんぶり	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	
	でんぷん	1	
	湯	20	
牛乳	牛乳	206	
	ポンス火腿(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	
はるさめスープ	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	

13日(水)

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	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	
牛乳	サラダ油	0.5	
	食酢	3.5	
	上白糖	3	
	(冷)レモン果汁 県産・500g	1.5	
	しょうゆ	0.7	
	食塩	0.3	
	豆板醤	0.02	
	水	10	
	(冷)プロッコリー 国産 1kg	30	
	ゆで塩	0.5	
ゆでプロッコリー	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	
ミネストローネ	こしょう	0.03	
	チキンコンソメ	0.5	
	ローリエ	0.1	
	湯	120	

14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	
	(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	
ひじきのり(小中のみ)	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	
	でんぷん	0.7	
	湯	20	
	キャベツ	25	
とうふのオイスターソース煮	アスパラガス(薄切並)75人分(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	

15日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ドライカレー(ナン)	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
牛乳	(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
夏みかんサラダ	牛乳	206
	キャベツ	25
	きゅうり	25
	(レト)夏みかん 2kg	15
	(個)コールスロドレッシング	8
	ポンス火腿(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	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	

C 9月

19日(火)

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
	(冷)鶏粉付き鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	21
とり肉とレバーの香りあげ	(冷)鶏粉付き鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	14
	(冷)鶏レバー 鶏粉付き	20
きんぴら	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
	てんぷら	15
	洗いごぼう	25
ゆでブロッコリー	つきこんにやく	10
	人参	7
ミニトマト(小中のみ)	(冷)さやいんげん 500g	6
	ごま油	1
ミニトマト	しょうゆ	2
	みりん	1
ミニトマト	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	

20日(水)

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

21日(木)

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	鉄強化米	0.5
	牛肉(2×2cmスライス)	25
生姜	生姜	0.7
	にんにく	0.5
玉葱	玉葱	10
	人参	5
(冷)むき枝豆 1kg	(冷)むき枝豆 1kg	5
	ごま油	1
しょうゆ	しょうゆ	2
	上白糖	1.3
清酒	清酒	1
	チキンコンソメ	0.5
食塩	食塩	0.5
	炒り白ごま	2
牛乳	牛乳	206
	きゅうり	10
切干し大根	切干し大根	5
	人参	7
(缶)ホールコーン	(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	(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	(乾)たんめん	7
	玉葱	20
チンゲンサイ	チンゲンサイ	10
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	2
サラダ油	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ	4
しょうゆ	しょうゆ	1
	食塩	0.4
チキンコンソメ	チキンコンソメ	0.3
	こしょう	0.05
湯	湯	130
	(個)チーズ 鉄強化	13.5

22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
	(冷)アジ ーロカット打ち粉付き	40
あじの香味ソースかけ	なたね油	5
	太ねぎ	4
しょうゆ	生姜	0.7
	しょうゆ	3
三温糖	しょうゆ	2.5
	ごま油	0.6
水	水	3.5
	キャベツ	30
小松菜	小松菜	20
	人参	7
野菜のドレッシングあえ	(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)	豚肉並(3×3cmスライス)	15
	もやし	20
洗いごぼう	洗いごぼう	10
	つきこんにやく	10
人参	人参	10
	中ねぎ	5
麦みそ	麦みそ	9
	煮干し だし用	4
水	水	110

25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	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
ポークビーンスズ	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
みかんジュース(小中のみ)	(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	

26日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
秋の香りカレールイス	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
海そうら	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
いりことアーモンドのオリーブオイルがらめ(小中のみ)	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	

27日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
はぎごはん	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
	ちくぜん煮	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)
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(いちょう8mm)		20
人参		15
(冷)さやいんげん 500g		8
ごま油		1.5
しょうゆ		4
とうふのみそ汁	中双糖	2.8
	でんぷん	0.7
	だし汁	6
	食塩	1
	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	

28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)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
さんまのかんろ煮	(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
小松菜のあえもの	出し昆布	1
	水	120
	(個)月見ゼリー 食物繊維強化	50
	みかんジュース	125
	みかんジュース	125
	みかんジュース	125
	みかんジュース	125
	みかんジュース	125
	みかんジュース	125
	みかんジュース	125

29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
	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
マカロニととうがんのクリーム煮	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
大豆のサラダ	(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
	みかんジュース	125
	みかんジュース	125
	みかんジュース	125
	みかんジュース	125
	みかんジュース	125