

1日(月)			2日(火)												
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 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 こうやどろふのうま煮 ちりめんあえ	精白米(自校)	68										
	精白米(委託)	70		精白米(自校)	75										
	米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5										
	米粒麦 委託	7		(レト)しじみ佃煮	10										
	牛乳	206		牛乳	206										
	(冷)さごし	幼-小2 35		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12										
	(冷)さごし	小3-6 50		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8										
	(冷)さごし	中 70		清酒	1										
	生姜	1		高野豆腐(サイコロ)	15										
	清酒	2		玉葱	40										
	食塩	0.2		人参	10										
	米粉	7		(冷)さやいんげん	7										
	なたね油	5		生しいたけ(スライス)	5										
	油揚げ	5		しょうゆ	2.8										
	新たけのこ水煮(ホール)	20		三温糖	2.5										
	(レト)ふき水煮	10		食塩	0.2										
	人参	8		削り節 だし用	2										
	花かつお	0.5		湯	50										
	しょうゆ	1		上乾ちりめん	5										
	中双糖	0.8		大根	30										
	みりん	0.7		きゅうり	15										
食塩	0.1	人参	5												
だし汁	20	上白糖	2												
油揚げ	3	すだち酢	1.5												
じゃがいも	30	食酢	1.5												
玉葱	25	しょうゆ	0.3												
しめじ	10	食塩	0.1												
中ねぎ	5														
中みそ	6														
甘みそ	5														
煮干し だし用	4														
水	110														

8日(月)			9日(火)			10日(水)			11日(木)			12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 八宝菜 中華サラダ かえりのごまがらめ(小中のみ)	精白米(委託)	60	コッペパン 牛乳 とり肉のレモンソースかけ ごぼうサラダ コンソメスープ	コッペパン(丸型)	50	麦ごはん 牛乳 肉じゃが おひたし 小魚のあま酢煮	精白米(委託)	60	えんどう ごぼう 牛乳 ぶた肉とごぼうの煮もの 小松菜のあえもの チョコクレープ(小中のみ)	精白米(自校)	68	麦ごはん 牛乳 さばのかぼす煮 そら豆の塩ゆで みそ汁 野菜マフィン(中のみ)	精白米(委託)	60						
	精白米(委託)	70		コッペパン(丸型)	50		精白米(委託)	70		精白米(自校)	75		精白米(委託)	70						
	米粒麦 委託	6		牛乳	206		米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		(冷)むきえんどう	10	米粒麦 委託	6				
	米粒麦 委託	7					米粒麦 委託	7		清酒	1.5		食塩	0.8	米粒麦 委託	7				
	牛乳	206		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30		牛乳	206		出し昆布	1		牛乳	206	牛乳	206				
				鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20															
	豚肉赤身(3×3cmスライス)	20		清酒	1		牛肉(2×2cmスライス)	30		牛乳	206						(冷)さば かぼすレモン煮	幼小 50		
	生姜	1		でんぷん	6		じゃがいも	85									(冷)さば かぼすレモン煮	中 70		
	しょうゆ	1		なたね油	5		玉葱	40												
	(冷)短冊いか(1×4cm)	15		(冷)レモン果汁	4		つきこんにやく	15		豚肉赤身(3×3cmスライス)	30									
	清酒	0.5		上白糖	3		人参	10		洗いごぼう	35							(冷)そら豆	20	
	(レト)うずら卵	20		しょうゆ	2.2		サラダ油	1		板こんにやく	35								食塩	0.7
	玉葱	40		水	1.5		しょうゆ	4		人参	15									
	白菜	30		洗いごぼう	25		中双糖	3		(冷)さやいんげん	7								油揚げ	5
	たけのこ水煮(ホール)	15		きゅうり	15		清酒	3		サラダ油	1								キャベツ	20
	チンゲンサイ	15		人参	10		食塩	0.1		しょうゆ	4								玉葱	15
	人参	10		(缶)ホールコーン	5		湯	5		中双糖	1.5								人参	5
	生しいたけ(スライス)	5		焙煎ごまドレッシング	10		もやし	30		みりん	2								中ねぎ	5
	サラダ油	2		ベーコン(短冊)	5		小松菜	25		清酒	1.5								中みそ	6
	しょうゆ	0.8		玉葱	20		人参	5		でんぷん	0.5								甘みそ	5
	チキンコンソメ	0.5		じゃがいも	30		しょうゆ	2.5		湯	8								煮干し だし用	4
	食塩	0.3		人参	7		花かつお	1											水	120
	ごしょう	0.04		セロリ	5															
でんぷん	1	パセリ	0.5	上乾ちりめん	4															
湯	8	サラダ油	0.5	食酢	1															
		(袋)がらスープ	4	ボン酢	1															
もやし	35	チキンコンソメ	0.3	三温糖	1.2															
きゅうり	20	食塩	0.5	炒り白ごま	0.4															
人参	5	ごしょう	0.03																	
きくらげ(せん切り)	0.2	しょうゆ	0.2																	
しょうゆ	2.5	しょうゆ	0.2																	
食酢	2	湯	120																	
上白糖	1.5																			
ごま油	1																			
かえり	5																			
炒り白ごま	1																			
みりん	0.8																			
上白糖	0.6																			
しょうゆ	0.3																			
水	0.6																			

15日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
きなこ 茶あげ パン	コッペパン	50	
	コッペパン	50	
	なたね油	4	
	三温糖	5	
	青大豆きな粉	4	
	煎茶(粉末)	0.4	
	食塩	0.01	
	紙ナフキン	1	
	牛乳	206	
	(冷)肉だんご	30	
	玉葱	35	
肉だんご のスープ	たけのこ水煮(ホール)	10	
	人参	10	
	チンゲンサイ	12	
	生しいたけ(スライス)	4	
	春雨(太め5cm)	3	
	生姜	0.5	
	サラダ油	0.5	
	(袋)がらスープ	4	
	しょうゆ	2	
	清酒	1	
	食塩	0.2	
	こしょう	0.03	
野菜 サラダ	チキンコンソメ	0.5	
	湯	120	
	キャベツ	30	
	きゅうり	20	
	人参	5	
	(缶)ホールコーン	5	
	イタリアンドレッシング	8	

16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	牛乳	206
あつあ げとチ ンゲン サイの みそ いた め ご ま あ え	豚肉並ミンチ	15
	清酒	2
	生姜	0.6
	にんにく	0.2
	(冷)厚揚げ(カット)	50
	玉葱	40
	人参	10
	たけのこ水煮(ホール)	8
	生しいたけ(スライス)	2
	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	2.2
	赤みそ	3
	豆板醤	0.03
	でんぷん	1
	湯	20
	もやし	30
キャベツ	25	
人参	10	
炒り白ごま	1	
和風ドレッシング	8	

17日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
山 菜 ご は ん	精白米(自枝)	60	
	鉄強化米	0.5	
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12	
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8	
	清酒	1	
	油揚げ	5	
	(レト)山菜ミックス	15	
	人参	5	
	サラダ油	1	
	しょうゆ	3	
	上白糖	1	
	食塩	0.8	
	牛乳	206	
	小松菜	25	
	もやし	35	
	野 菜 の あ え も の と ん 汁 プ リ ン (小 中 の み)	人参	5
ゆずかつおドレッシング		8	
豚肉赤身(3×3cmスライス)		10	
さつまいも(2cm角)		40	
洗いごぼう		7	
つきこんにやく		7	
人参		5	
もやし		5	
中ねぎ		5	
麦みそ		9	
煮干し だし用		4	
水		110	
(個)プリン 鉄分強化		60	

18日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ハ ヤ シ ラ イ ス (麦 ご は ん) 牛 乳	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	牛肉(3×3cmスライス)	20
	玉葱	45
	じゃがいも	45
	人参	10
	エリンギ(1×3×0.3cm)	6
	(冷)グリーンピース	6
	にんにく	0.3
	サラダ油	1
	小麦粉	5
	バター	3
	サラダ油	2
	か ん び よ う の サ ラ ダ パ イ ナ ッ プ ル (中 の み)	(袋)トマトピューレ
(袋)トマト水煮		10
(袋)がらスープ		3
赤ぶどう酒		2
ウスターソース		2
食塩		0.8
こしょう		0.07
チキンコンソメ		0.5
上白糖		0.5
からし粉		0.15
ローリエ		0.1
ピザ用チーズ		3
湯		80
水		
牛乳		206
(乾)かんぴょう(2cm)		5
きゅうり		15
人参		5
(乾)刻み昆布		0.5
棒々鶏ドレッシング		8
(個)冷凍生パイン	50	

19日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
み そ ラ ー メ ン 牛 乳	(袋)中華めん	幼-小3 150
	(袋)中華めん	小4-6 200
	(袋)中華めん	中 250
	豚肉並(3×3cmスライス)	25
	清酒	1
	しょうゆ	0.8
	キャベツ	30
	もやし	15
	人参	10
	たけのこ水煮(ホール)	10
	中ねぎ	5
	にんにく	0.7
	ごま油	1
	(袋)がらスープ	4
	赤みそ	6.5
	清酒	1.5
	上白糖	1.5
	チキンコンソメ	0.5
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
豆板醤	0.1	
でんぷん	0.8	
湯	125	
牛乳	206	
さつまいも(2cm角)	50	
なたね油	4	
はちみつ	3	
三温糖	1	
食酢	0.6	
しょうゆ	0.5	
水	1	
ミニトマト	30	
(個)チーズ 鉄強化	13.5	

22日(月)			23日(火)			24日(水)			25日(木)			26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
米粉パン	米粉パン	50	麦ごはん	精白米(委託)	60	チキンライス(麦入り)	精白米(自校)	55	小型コッペパン	コッペパン	30	中華風たきこみおこわ	精白米(自校)	50
	米粉パン	50		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	5		コッペパン	30		もち米	10
牛乳	牛乳	206	牛乳	米粒麦 委託	6	牛乳	鉄強化米	0.5	牛乳	牛乳	206	スナッブえんどうのサラダ	焼き豚(1cm角切り)	20
	豚肉並(3×3cmスライス)	25		米粒麦 委託	7		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8		たけのこ水煮(ホール)	10
ポークビーンズ	ベーコン(短冊)	5	あじのなんばんづけ	牛乳	206	牛乳	白ぶどう酒	1	牛乳	スパゲティ(ハーフ)	35	スナッブえんどうのサラダ	(冷)むき枝豆	5
	(冷)大豆水煮	30		(冷)アジ 一口カット打ち粉付き	35		人参	8		ゆで塩	1.3		ベーコン(短冊)	8
海そうサラダ	じゃがいも	45	アスパラガスのサラダ	なたね油	4	マカロニスープ	玉葱	12	チーズ(小中のみ)	(レト)まぐる油漬	15	みかんジュース(小中のみ)	サラダ油	1
	玉葱	40		細ねぎ	2		エリンギ(1×3×0.3cm)県産	5		キャベツ	40		(レト)まぐる油漬	15
日向夏ゼリー(中のみ)	人参	10	ふしめん汁	食酢	3	ココアワッフル(中のみ)	(冷)むき枝豆	5	パイナップル	バター	0.6	パイナップル	しょうゆ	3
	パセリ	0.5		しょうゆ	2.2		牛乳	1		ウスターソース	0.9		ユスターソース	10
	サラダ油	1		上白糖	2.2		(袋)トマトケチャップ	13		エリンギ(1×3×0.3cm)	8		上白糖	0.8
	(袋)トマトピューレ	6		みりん	0.8		ウスターソース	0.9		人参	8		食塩	0.3
	(袋)トマトケチャップ	3		一味	0.01		チキンコンソメ	0.5		にんにく	0.3		牛乳	206
	上白糖	1.2		水	1.1		食塩	0.45		サラダ油	2			
	ウスターソース	0.7		アスパラガス	15		こしょう	0.05		しょうゆ	1.2		キャベツ	30
	チキンコンソメ	0.6		キャベツ	20		牛乳	206		食塩	0.2		スナッブえんどう	15
	食塩	0.5		きゅうり	15		キャベツ	25		こしょう	0.04		きゅうり	10
	こしょう	0.05		(缶)ホールコーン	5		きゅうり	20		白ぶどう酒	1		(缶)ホールコーン	5
	湯	40		ゆずかつおドレッシング	8		人参	8		チキンコンソメ	0.7		焙煎ごまドレッシング	8
	(乾)海藻ミックス	1		(レト)うずら卵	20		(乾)ひじき	1					ボンレスハム(短冊)卵抜き	7
	キャベツ	25		しめじ	10		棒々鶏ドレッシング	8		(レト)ミックスビーンズ	15		(レト)うずら卵	25
	きゅうり	15		玉葱	20		ベーコン(短冊)	5		(冷)ブロッコリー	20		玉葱	30
	人参	5		人参	5		キャベツ	30		きゅうり	15		チンゲンサイ	7
	青じそドレッシング	8		中ねぎ	5		マカロニ(シエル)	7		(缶)ホールコーン	5		春雨(太め5cm)	5
	(個)日向夏ゼリー	50		ふしめん	5		玉葱	30		(袋)イタリアンドレッシング	8		きくらげ(せん切り)	1
				しょうゆ	0.6		人参	8		(個)キャンディチーズ 鉄強化	小 10		サラダ油	0.5
				食塩	0.7		セロリ	5		(個)キャンディチーズ 鉄強化	中 15		(袋)がらスープ	4
				削り節 だし用	5		パセリ	0.5					食塩	0.4
				湯	130		サラダ油	0.5					しょうゆ	0.5
							ローリエ	0.1					チキンコンソメ	0.3
							(袋)がらスープ	4					こしょう	0.03
							チキンコンソメ	0.3					ごま油	0.1
							食塩	0.5					湯	120
							こしょう	0.03					(個)みかんジュース	125
							湯	120						
							(個)ココアワッフル 鉄分強化	28						

