

1日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型	コッペパン	30
	コッペパン	40
コッペパン		
	牛乳	206
スパゲティ	スパゲティ(ハーフ)	35
	ゆで塩	1.5
牛乳	豚肉赤身(3×3cmスライス)	20
	清酒	1.5
ソース	キャベツ	30
	玉葱	20
ス焼き	人参	10
	ピーマン	7
ス焼き	中ねぎ	5
	干しいたけ(スライス)	1
スパゲティ	生姜	1
	にんにく	0.1
スパゲティ	サラダ油	2
	とんかつソース	7
切りぼし	ウスターソース	2
	食塩	0.5
切りぼし	こしょう	0.05
	粉かつお	0.5
大根のサラダ	青のり粉	0.2
大根のサラダ	きゅうり	10
	切干し大根	5
大根のサラダ	人参	5
	(缶)ホールコーン	5
チーズ(小中のみ)	(乾)刻み昆布	0.5
	食酢	2.2
チーズ(小中のみ)	しょうゆ	2
	上白糖	1
チーズ(小中のみ)	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
チーズ(小中のみ)		
	(個)チーズ 鉄強化	13.5
チーズ(小中のみ)		
チーズ(小中のみ)		
チーズ(小中のみ)		
チーズ(小中のみ)		

4日(月)			5日(火)			6日(水)			7日(木)			8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
ごはん 牛乳 ぶた肉とごぼうの煮もの じゃがいものみそ汁 納豆(小中のみ)	精白米(自校)	72	麦ごはん 牛乳 さけのきのこあんかけ ひじきと大豆の五目煮 まんばのごまドレッシングあえ	精白米(委託)	60	コッペパン 牛乳 はくさいのクリーム煮 ブロッコリーのサラダ	コッペパン	50	とりごぼうピラフ(麦入り) 牛乳 ビーフン サラダ うずらたまごのスープ ミックスナッツ(中のみ)	精白米(自校)	59	麦ごはん 牛乳 さんまのかば焼き風 ロメインレタスのあえもの すいとん汁	精白米(委託)	60
	精白米(自校)	80		精白米(委託)	70		コッペパン	60		米粒麦 自校	6		精白米(委託)	70
	鉄強化米	0.5		米粒麦 委託	6		牛乳	206		鉄強化米	0.5		米粒麦 委託	6
	牛乳	206		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)	9		米粒麦 委託	7
	豚肉赤身(2×2cmスライス)	30		牛乳	206		白ぶどう酒	1		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6		牛乳	206
	洗いごぼう	35		冷)鮭2cm角切・骨なし	55		ベーコン(短冊)	5		洗いごぼう	15		(冷)さんま開き でんぶん付き	40
	つきこんにやく	20		清酒	1.5		白菜	40		人参	5		なたね油	4
	人参	15		食塩	0.1		玉葱	40		(缶)ホールコーン	5		生姜	1.2
	(冷)さやいんげん 500g	7		でんぷん	6		じゃがいも	30		干しいたけ(スライス)	0.5		しょうゆ	2.5
	サラダ油	1		なたね油	4		エリンギ(1×3×0.3cm)県産	10		ごま油	1		上白糖	2.5
	しょうゆ	4		えのきたけ	4		人参	10		清酒	1		みりん	1.8
	みりん	2		しめじ	4		サラダ油	0.5		しょうゆ	1.7		清酒	1.8
	中双糖	1.5		サラダ油	0.6		小麦粉	3.5		チキンコンソメ	1.2		食塩	0.2
	清酒	1.5		しょうゆ	2		サラダ油	3		食塩	0.3		こしょう	9
	でんぷん	0.5		上白糖	1.2		(袋)がらスープ	3		牛乳	206			
	だし汁	8		みりん	0.7		チキンコンソメ	0.5		ローズハム(短冊)卵抜き	7		ロメインレタス	30
	油揚げ	5		でんぷん	0.3		食塩	0.4		もやし	25		もやし	30
じゃがいも	30	湯	6	こしょう	0.02	人参	10	人参	10					
玉葱	20	牛赤肉(2×2cmスライス)	8	調理用牛乳	25	しょうゆ	2.5	しょうゆ	2.5					
人参	5	清酒	1	生クリーム	2	食酢	2.5	食酢	2.2					
中ねぎ	5	(冷)大豆水煮	12	ピザ用チーズ	1.5	上白糖	1.3	ごま油	1					
干しわかめ(カット)	0.5	つきこんにやく	20	湯	50	ごま油	1	上白糖	1.2					
中みそ	6	(乾)ひじき	1.5	(生)ブロッコリー(カット)県産	25	からし粉	0.06	炒り白ごま	1					
甘みそ	5	人参	10	キャベツ	30			(冷)すいとん	15					
煮干し だし用	4	(冷)さやいんげん 500g	3	(缶)ホールコーン	5	しょうゆ	2.5	玉葱	30					
水	115	サラダ油	0.5	食酢	3	しょうゆ	0.5	人参	10					
(個)納豆カップ入り チルド	小 30	しょうゆ	2.2	上白糖	1	からし粉	0.06	油揚げ	8					
(個)納豆カップ入り チルド	中 40	上白糖	1.2	オリーブ油	1	(レト)うずら卵1kg	25	中ねぎ	5					
		みりん	0.5	サラダ油	0.5	玉葱	30	中みそ	5					
		湯	7	食塩	0.4	人参	5	甘みそ	5					
		(生)まんば	30	こしょう	0.03	えのきたけ	5	煮干し だし用	4					
		もやし	25			中ねぎ	5	湯	110					
		人参	5			(袋)がらスープ	4							
		炒り白ごま	1			しょうゆ	0.5							
		しょうゆ	2			チキンコンソメ	0.3							
		食酢	1.5			食塩	0.4							
		上白糖	1			こしょう	0.03							
		サラダ油	0.5			湯	125							
		ごま油	0.5			(個)ミックスナッツ	15							

11日(月)			12日(火)			13日(水)			14日(木)			15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
ごはん 牛乳 こうやどつふのうま煮 食べて菜のゆず香あえ みかん(小中のみ)	精白米(自校)	72	コッペパン 牛乳 フライドチキン チョップドサラダ コーンスープ	コッペパン(丸型)	50	麦ごはん しじみのつくただ煮(中のみ) 牛乳 煮こみおでん 温でも冷でも！ ハ彩サラダ	精白米(委託)	60	れんこんごはん(麦入り) 牛乳 かんぴょうのあえもの けんちん汁 さつまいもとくりのタルト(小中のみ)	精白米(自校)	59	しつぽくうどん 牛乳 たちうおのからあげ ブロッコリーのおかかあえ	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	幼-小3 200
	精白米(自校)	80		コッペパン(丸型)	60		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4-6 280
	鉄強化米	0.5		牛乳	206		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中 300
	牛乳	206		冷)フライドチキン	幼 40		米粒麦 委託	7		豚肉並 (2×2cmスライス)	15		鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)	8
	豚肉並(2×2cmスライス)	25		冷)フライドチキン	小 50		(レト)しじみの佃煮	12.5		油揚げ	5		鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)	12
	清酒	1		冷)フライドチキン	中 60					れんこん(いちよう3mm)	12		清酒	1
	高野豆腐(サイコロ)	18		なたね油	4		牛乳	206		人参	7		てんぷら	10
	玉葱	30					牛赤肉(3×3cmスライス)	20		(冷)むき枝豆 1kg	5		油揚げ	8
	人参	8		(レト)まぐろ油漬	8		てんぷら	15		干しいたけ(スライス)	0.5		大根	30
	(冷)さやいんげん 500g	7		マカロニ(シエル)	5		(レト)うずら卵1kg	25		サラダ油	0.8		里いも(1.5cm)	20
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	4		人参	10		(冷)厚揚げ(カット)1kg	25		しょうゆ	3		人参	10
	しょうゆ	3.5		きゅうり	15		大根	35		清酒	2		中ねぎ	5
	三温糖	3		キャベツ	13		板こんにやく	20		上白糖	1		しょうゆ	5
	食塩	0.3		セロリ	2		人参	10		食塩	0.5		みりん	1
	削り節 だし用	2		食酢	1.5		(乾)早煮昆布(カット)	1		牛乳	206		清酒	1
	水	50		上白糖	1.2		甘みそ	5					食塩	0.4
	食べて菜	25		(冷)レモン果汁 県産・500g	1		赤みそ	3		ロースハム(短冊)卵抜き	5		煮干し だし用	5
	もやし	25		サラダ油	1		中双糖	3		(乾)かんぴょう(2cm)	6		水	150
	キャベツ	20		食塩	0.3		清酒	1		きゅうり	15		牛乳	206
	しょうゆ	2.3		こしょう	0.03		しょうゆ	0.8		人参	5			
	ゆず酢	1.7		ベーコン(短冊)	7		水	50		(乾)刻み昆布	0.8		冷)太刀魚でんぶん付き	35
	上白糖	1.1		(缶)クリームコーン	40		(レト)ささみ油漬(フレーク)	15		しょうゆ	2		なたね油	4
	みかん	80		(缶)ホールコーン	5		キャベツ	20		食酢	2.2		食塩	0.08
				玉葱	30		もやし	15		ごま油	1		(生)ブロッコリー(カット)県産	30
				パセリ	0.5		人参	5		上白糖	1.2		しょうゆ	1.6
				サラダ油	0.5		(缶)ホールコーン	5		炒り白ごま	0.5		ポン酢	0.8
		(袋)がらスープ	4	しめじ	5	豆腐	25	花かつお 1kg	0.6					
		コーンスターチ	1.5	ピーマン	3	油揚げ	7							
		食塩	0.5	干しわかめ(カット)	0.4	つきこんにやく	10							
		こしょう	0.03	炒り白ごま	1	洗いごぼう	13							
		チキンコンソメ	0.3	(冷)レモン果汁 県産・500g	2	人参	7							
		湯	100	食酢	1	中ねぎ	5							
				しょうゆ	1.5	しょうゆ	2							
				上白糖	1.1	食塩	0.4							
				ごま油	0.5	削り節 だし用	4							
						出し昆布	1							
						水	120							
						(鰯)お米のさつまいと栗のタルト	30							

18日(月)		
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) 牛乳 ロメインレタスのサラダ 香緑(小中のみ)	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
	豚肉並(2×3cmスライス)	25
	玉葱	40
	じゃがいも	25
	大かぶ	20
	れんこん(いちよう5mm)	15
	金時人参	7
	セロリ	3
	にんにく	0.5
	生姜	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉	6
	カレー粉	1
	サラダ油	4
	(袋)がらスープ	4
	(袋)トマトケチャップ 1kg	2
	ウスターソース	1.3
	とんかつソース	1
	しょうゆ	1
	チャツネ 450g	1
	赤ぶどう酒	1
	食塩	0.5
	こしょう	0.04
チキンコンソメ	0.5	
湯	60	
上乾ちりめん	2	
ロメインレタス	25	
大根	35	
人参	7	
食酢	2.5	
サラダ油	1	
上白糖	1.2	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
紙ナフキン	50	
紙ナフキン	1	

19日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 牛乳 ボルシチ ポテトサラダ	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
	牛肉(2cm角)	30
	サラダ油	0.5
	大かぶ	50
	玉葱	30
	キャベツ	20
	人参	10
	セロリ	3
	パセリ	0.3
	サラダ油	2
	(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	0.05
	(袋)がらスープ	3
	チキンコンソメ	0.4
	ローリエ	0.1
	生クリーム	2
	湯	80
	じゃがいも	60
	人参	8
	(缶)ホールコーン	7
	ゆで塩	1
(個)マヨネーズ	8	

20日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 牛乳 ホイコーロー たまごスープ マファール(小中のみ)	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	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	35
	たけのこ水煮(ホール)	15
	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
	上白糖	0.7
	清酒	1
	しょうゆ	1.5
	豆板醤	0.05
	鶏卵	20
	玉葱	25
	人参	7
	しめじ	7
	中ねぎ	3
	(袋)がらスープ	4
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	湯	120
	(個)中華菓子(マファール)	10

21日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 煮しめ まんぼのあえもの たつくり いちごクリーム大福(小中のみ)	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
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	21
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	14
	清酒	1
	板こんにやく	25
	洗いごぼう	25
	大根	20
	れんこん(いちよう5mm)	20
	金時人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	8
	干しいたけ(スライス)	0.8
	ごま油	1.5
	しょうゆ	3.5
	中双糖	2.5
	でんぷん	0.7
	水	6
	(生)まんぼ	30
	もやし	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	
かえり	6	
炒り白ごま	1	
みりん	0.9	
上白糖	0.7	
しょうゆ	0.35	
水	0.7	
(個)大福もち(豆乳いちご)	30	

22日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
大豆ごはん(麦入り) 牛乳 大根のそぼろ煮 かぼちゃのみそ汁	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	鉄強化米	0.5
	牛肉(2×2cmスライス)	15
	(冷)大豆水煮	12
	油揚げ	3
	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	0.8
	清酒	2
	しょうゆ	2
	上白糖	0.5
	食塩	0.5
	牛乳	206
	鶏肉 ひき肉	20
	大根	80
	人参	10
	(冷)グリーンピース	5
	生姜	0.5
	サラダ油	0.5
	しょうゆ	3
	上白糖	1.7
	清酒	1
	みりん	1
	でんぷん	0.5
	だし汁	10
	油揚げ	7
	(生)かぼちゃ(2×2cm)	30
	玉葱	25
	中ねぎ	5
	中みそ	6
甘みそ	5	
煮干し だし用	4	
水	120	