

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 ライス 牛乳 にんじん サラダ	精白米(自校)	68	コッ ペパン 牛乳 ポトフ アー モンド サラダ	コッペパン	50	麦 ごは ん 小魚 のつ くだ 煮 牛乳 こ うや どう ふの 煮も の 小松 菜の おひ たし 清見 オレンジ	精白米(委託)	60	た けの こ こ ご は ん 牛乳 く き わ か め の ふ く め 煮 キャ ベツ の み そ 汁 野 菜 マ フ ィ ン	精白米(自校)	60	中 華 ど ん ぶ り ( 麦 ご は ん ) 牛乳 か ぼ ち ゃ の フ ラ イ 牛 乳 プ リ ン	精白米(委託)	60
	精白米(自校)	75		コッペパン	50		精白米(委託)	70		鉄強化米	0.5		精白米(委託)	70
	鉄強化米	0.5		牛乳	206		米粒麦 委託	6		鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	9		米粒麦 委託	6
	牛赤肉(3×3cmスライス)	20		(冷)ミニウインナー	20		米粒麦 委託	7		鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	6		米粒麦 委託	7
	(乾)レンズ豆	5		皮むきじゃがいも(2cm)	40		(個)小魚佃煮	8		清酒	0.2		豚肉並(3×3cmスライス)	25
	皮むきじゃがいも(2cm)	40		皮むき玉葱	25		牛乳	206		油揚げ	3		おろし生姜	0.2
	皮むき玉葱	40		皮むき玉葱	25		豚肉並(2×2cmスライス)	20		たけのこ水煮(カット)	20		濃口しょうゆ	1.2
	人参	10		キャベツ	20		清酒	1		人参	3		清酒	1
	(冷)むき枝豆	5		人参	10		高野豆腐(サイコロ)	12		(冷)むき枝豆	3		なると(3mm)	15
	トマト水煮	5		サラダ油	1		皮むき玉葱	30		薄口しょうゆ	2.5		チンゲンサイ	20
	おろしにんにく	0.5		(レト)がらスープ	3		人参	10		みりん	1		皮むき玉葱	20
	サラダ油	1		チキンコンソメ	0.6		(冷)さやいんげん	7		食塩	0.7		人参	8
	小麦粉	5.5		食塩	0.5		干しいたけ(スライス)	1		サラダ油	0.35		干しいたけ(スライス)	0.5
	サラダ油	4.5		こしょう	0.03		濃口しょうゆ	3.3		牛乳	206		たけのこ水煮(短冊切り)	10
	カレー粉	1		ローリエ	0.1		三温糖	1.9		てんぷら	6		サラダ油	1
	(レト)がらスープ	3		湯	80		食塩	0.2		れんこん(いちよう5mm)	15		ごま油	0.5
	ウスターソース	3		れんこん(いちよう3mm)	25		サラダ油	1		ごぼう(ささがき)	20		(レト)がらスープ	3
	赤ぶどう酒	2		きゅうり	20		湯	60		(乾)茎わかめ(カット)	1.8		濃口しょうゆ	1.5
	トマトケチャップ	2		(レト)ホールコーン	7		小松菜	17		炒り白ごま	1		チキンコンソメ	0.4
	とんかつソース	1		食酢	2		太もやし	28		ごま油	0.7		食塩	0.4
	濃口しょうゆ	1		サラダ油	0.5		人参	5		濃口しょうゆ	2.5		こしょう	0.06
	チャツネ	1		濃口しょうゆ	2		濃口しょうゆ	1.2		中双糖	1.2		でんぷん	1.5
	食塩	0.8		上白糖	1		花かつお(碎片)	1		みりん	0.4		湯	40
	こしょう	0.04		アーモンド(刻み)	1.5		(個)清見オレンジ(1/4)	50		だし汁	10		牛乳	206
	チキンコンソメ	0.5								(冷)豆腐(カット)	20		(冷)かぼちゃフライ	52
	ローリエ	0.1								油揚げ	8		なたね油 ローリー	7
	湯	90								キャベツ	20		(個)牛乳プリン鉄分強化	40
	牛乳	206								中ねぎ	3			
	人参	20								中みそ	5			
	(冷)さやいんげん3cmカット	20								白みそ	2			
(レト)まぐろ油漬	7					削り節 だし用	3							
すだち酢	1.5					出し昆布	1							
濃口しょうゆ	1.8					湯	100							
上白糖	1.2					(個)野菜マフィン	25							



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				
キムチごはん 牛乳 ナムル とうふのスープ ミックスナッツ	精白米(自校)	60	小型 コッペパン 牛乳 スパゲティ 牛乳 スパゲティ ミートソース グリーン サラダ チーズ	コッペパン	30	ごはん 牛乳 マーボー とうふ 中華 サラダ 味つけ 小魚	精白米(自校)	68	麦 ごはん 牛乳 さごしの レモン ソース キャベツ のたくあん あえ わかめ 汁	精白米(委託)	60	コッ ペパン 牛乳 チャウ ダー アス バラ ガス とツナ のサ ラダ ヨー グル ト	コッペパン	50				
	鉄強化米	0.5		コッペパン	30		精白米(自校)	75		精白米(委託)	70		コッペパン	50				
	豚肉並(2×2cmスライス)	15		牛乳	206		鉄強化米	0.5		牛乳	206		米粒麦 委託	6	牛乳	206	豚肉並(2×2cmスライス)	10
	おろし生姜	0.8		スパゲティ(ハーフ)	35		牛乳	206		豚肉赤身ミンチ	20		牛乳	206	白ぶどう酒	1	ベーコン(短冊)	15
	薄口しょうゆ	1.2		ゆで塩	1.3		清酒	1		清酒	1		(冷)さごし	小50	皮むきじゃがいも(2cm)	30	皮むき玉葱	35
	上白糖	0.8		サラダ油	1		(冷)豆腐(カット)	65		(冷)豆腐(カット)	65		(冷)さごし	中60	人參	10	しめじ	5
	白菜キムチ	20		牛肉ミンチ	15		皮むき玉葱	40		皮むき玉葱	40		でんぷん	4	米粉	1	なたね油 ローリー	7
	人參	5		豚肉並ミンチ	15		人參	10		人參	10		米粉	1	(冷)レモン果汁	3.5	(冷)むき枝豆	5
	(冷)むき枝豆	3		皮むき玉葱	35		たけのこ水煮(短冊切り)	10		たけのこ水煮(短冊切り)	10		なたね油 ローリー	7	濃口しょうゆ	2.8	サラダ油	0.5
	ごま油	0.1		エリンギカット	10		きくらげ(せん切り)	0.5		きくらげ(せん切り)	0.5		(冷)レモン果汁	3.5	上白糖	1.2	サラダ油	1
	清酒	1.6		ドライパセリ	0.03		太ねぎ	3		太ねぎ	3		はちみつ	1.5	みりん	0.7	バター	2
	薄口しょうゆ	2.7		おろしにんにく	0.3		おろし生姜	1		おろし生姜	1		濃口しょうゆ	2.8	でんぷん	0.2	小麦粉	2
	チキンコンソメ	0.3		サラダ油	1		おろしにんにく	0.8		おろしにんにく	0.8		上白糖	1.2	湯	5	調理用牛乳	20
	牛乳	206		トマトピューレ	13		サラダ油	1		サラダ油	1		みりん	0.7	キャベツ	20	ピザ用チーズ	1.5
	太もやし	25		トマトケチャップ	4		トマトケチャップ	4		トマトケチャップ	4		でんぷん	0.2	太もやし	25	チキンコンソメ	0.6
	きゅうり	20		トマトパウダー	0.2		トマトパウダー	0.2		トマトパウダー	0.2		湯	5	人參	5	食塩	0.3
	人參	5		赤ぶどう酒	4		濃口しょうゆ	3.5		濃口しょうゆ	3.5		湯	5	たくあん(刻み)	5	こしょう	0.02
	棒々鶏ドレッシング	4.5		ウスターソース	1.5		(レト)がらスープ	3		(レト)がらスープ	3		キャベツ	20	濃口しょうゆ	1.2	ローリエ	0.1
	(冷)豆腐(カット)	30		チキンコンソメ	0.3		赤みそ	2.5		赤みそ	2.5		太もやし	25	炒り白ごま	1	湯	50
	ベーコン(短冊)	5		食塩	0.2		三温糖	0.8		三温糖	0.8		人參	5	(冷)豆腐(カット)	20	きゅうり	20
	皮むき玉葱	25		こしょう	0.05		チキンコンソメ	0.45		チキンコンソメ	0.45		たくあん(刻み)	5	皮むき玉葱	20	アスバラガス	20
	しめじ	5		キャベツ	20		食塩	0.1		食塩	0.1		濃口しょうゆ	1.2	えのきたけ(1/2)	7	(レト)まぐろ油漬	7
	中ねぎ	5		きゅうり	20		豆板醤	0.15		豆板醤	0.15		えのきたけ(1/2)	7	干しわかめ(カット)	0.5	(レト)ホールコーン	7
	(レト)がらスープ	3		人參	5		ごま油	0.1		ごま油	0.1		干しわかめ(カット)	0.5	中ねぎ	5	かんきつドレッシング	4.5
チキンコンソメ	0.4	濃口しょうゆ	2	でんぷん	1	でんぷん	1	中ねぎ	5	清酒	1	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70					
濃口しょうゆ	2	食塩	1	湯	30	湯	30	清酒	1	濃口しょうゆ	1							
食塩	0.3	こしょう	0.03	大根	20	大根	20	濃口しょうゆ	1	食塩	0.3							
こしょう	0.03	でんぷん	0.1	きゅうり	25	きゅうり	25	削り節 だし用	3	だし昆布	1							
でんぷん	0.1	ごま油	0.1	人參	5	人參	5	出し昆布	1	水	100							
ごま油	0.1	湯	100	(レト)ホールコーン	7	(レト)ホールコーン	7	水	100									
湯	100	(個)チーズ 鉄強化	13.5	棒々鶏ドレッシング	4.5	棒々鶏ドレッシング	4.5											
(個)ミックスナッツ	小10			(個)味付小魚	5	(個)味付小魚	5											
(個)ミックスナッツ	中15																	