

1日(木)

2日(金)

				1日(木)			2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
				麦ごはん 牛乳 きびなごの カリカリあげ 大根の香りあえ じゃがいものみそ汁	精白米(委託)	60	小型 コッペパン コッペパン 牛乳 パン スパゲティ(ハーフ) ゆで塩 ベーコン(短冊) 牛乳 (冷)短冊いか(1×4cm) (冷)むきえび 海の幸 白ぶどう酒 皮むき玉葱 しめじ 人参 ピーマン おろしにんにく サラダ油 (袋)トマト水煮 3kg (袋)トマトケチャップ 1kg (袋)トマトパウダー 200g 赤ぶどう酒 ウスターソース 食塩 こしょう チキンコンソメ ネーブル オレレンジ キャベツ きゅうり 人参 (レト)ホールコーン 1kg サラダ油 (冷)レモン果汁 県産・500g 食酢 食塩 こしょう 上白糖 (個)ネーブルオレンジ(1/4)	コッペパン	30
					精白米(委託)	70		コッペパン	30
					米粒麦 委託	6			
					米粒麦 委託	7		牛乳	206
					牛乳	206			
					(冷)きびなごカリカリフライ	35		スパゲティ(ハーフ)	35
					なたね油	7		ゆで塩	1.5
					大根	25		ベーコン(短冊)	10
					きゅうり	25		(冷)短冊いか(1×4cm)	10
					(レト)ホールコーン 1kg	8		(冷)むきえび	7
					かんきつドレッシング	4.5		白ぶどう酒	2
					皮むきじゃがいも(2cm)	20		皮むき玉葱	40
					油揚げ	7		しめじ	8
					皮むき玉葱	25		人参	12
					人参	7		ピーマン	5
					中ねぎ	3		おろしにんにく	0.5
					中みそ	5		サラダ油	2
					甘みそ	2		(袋)トマト水煮 3kg	20
				煮干し だし用	3	(袋)トマトケチャップ 1kg	3		
				湯	90	(袋)トマトパウダー 200g	0.5		
						赤ぶどう酒	5		
						ウスターソース	1		
						食塩	0.3		
						こしょう	0.05		
						チキンコンソメ	0.3		
						ネーブル			
						オレレンジ			
						キャベツ	20		
						きゅうり	25		
						人参	5		
						(レト)ホールコーン 1kg	8		
						サラダ油	1		
						(冷)レモン果汁 県産・500g	1.2		
						食酢	1.5		
						食塩	0.2		
						こしょう	0.03		
						上白糖	0.5		
						(個)ネーブルオレンジ(1/4)	50		

5日(月)			6日(火)			7日(水)			8日(木)			9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	
牛 ど ん (麦 ご は ん) 牛 乳 か ぼ ち ゃ の フ ラ イ 冷 と う み か ん	精白米(委託)	60	と り め し	精白米(自校)	60	コ ッ ペ パ ン	コッペパン	50	麦 ご は ん	精白米(委託)	60	コ ッ ペ パ ン	コッペパン	50	
	精白米(委託)	70	牛 乳	鉄強化米	0.5	メ ー プ ル シ ロ ッ プ	コッペパン	50	牛 乳	精白米(委託)	70	メ ー プ ル シ ロ ッ プ	コッペパン	50	
	米粒麦 委託	6	切 ば し	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	20	牛 乳	(個)メープルシロップ	12	牛 乳	米粒麦 委託	6	牛 乳	(個)チョコ大豆クリーム	小 10	
	米粒麦 委託	7	だ ご 汁	ごぼう(きさがき・ごはん用小さめ)	8	わ ら び も ち	人參	7	野 菜 の 香 り あ え	米粒麦 委託	7	月 菜 汁	(個)チョコ大豆クリーム	中 15	
				牛 乳	人參	7	キ ャ ロ ッ ト ラ ペ	(冷)むき枝豆 1kg	5				牛 乳	牛乳	206
				だ ご 汁	(冷)むき枝豆 1kg	5	キ ャ ロ ッ ト ラ ペ	サラダ油	0.5	ち あ う お の な ん ば ん づ け	牛乳	206	牛 乳	牛乳	206
				わ ら び も ち	サラダ油	0.5	キ ャ ロ ッ ト ラ ペ	うすくちしょうゆ	2.5	野 菜 の 香 り あ え	ち あ う お の な ん ば ん づ け		夏 野 菜 の ス ー プ 煮	冷)太刀魚でんぶん付き	40
					清酒	1.5	キ ャ ロ ッ ト ラ ペ	清酒	1.5	月 菜 汁	なたね油	8	グ リ ー ン サ ラ ダ	なたね油	8
					上白糖	1		上白糖	1		食酢	3.8		食酢	3.8
					食塩	0.5		食塩	0.5		しょうゆ	2.5		しょうゆ	2.5
					だし昆布	0.5		皮むき玉葱	40		上白糖	3		上白糖	3
					牛乳	206		皮むきかぶ	10		一味	0.01		皮むき玉葱	40
					切干し大根	4		人參	10		湯	4		ズッキーニ	15
					(乾)刻み昆布	0.3		(冷)きやいんげん 3cmカット 500g	4		切干し大根	4		ピーマン	10
					きゅうり	20		(乾)レンズ豆	3		きゅうり	25		おろしにんにく	0.5
					人參	5		サラダ油	2.5		かんきつドレッシング	4.5		パセリ	0.5
					青じそドレッシング	4.5		チキンコンソメ	0.5		(冷)肉だんご	25		サラダ油	0.5
					炒り白ごま 500g	1		ローリエ	0.01		皮むき玉葱	15		オリーブ油	0.5
					(冷)すいとん	25		ナツメグパウダー 100g	0.01		小松菜	10		(袋)トマト水煮 3kg	25
					油揚げ	7		食塩	0.5		人參	5		(袋)トマトケチャップ 1kg	3
					つきこんじゃく	10		こしょう	0.03		中ねぎ	5		赤ぶどう酒	1
					干しいたけ(スライス)	0.5		湯	80		しょうゆ	2		上白糖	0.5
					中ねぎ	5		(レト)まぐろ油漬	7		しょうゆ	2		ウスターソース	0.5
					しょうゆ	2		人參	30		清酒	1		チキンコンソメ	0.6
					食塩	0.3		(レト)ホールコーン 1kg	10		みりん	0.5		食塩	0.3
					削り節 だし用	3		りんご酢	2		削り節 だし用	3		こしょう	0.03
					だし昆布	1		食酢	1		だし昆布	1		湯	40
					水	90		上白糖	0.4		水	100		キャベツ	20
					(個)わらびもち	30		オリーブ油	0.5					きゅうり	20
								食塩	0.2					(レト)パイナップル 1kg	15
							こしょう	0.02					食酢	1.5	
							(個)紅茶ゼリー	40					サラダ油	1	
													食塩	0.3	
													こしょう	0.02	
													上白糖	0.8	

12日(月)

献立名	食品名	一人当たり 正味分量	
ごはん	精白米(自校)	68	
	精白米(自校)	75	
	鉄強化米	0.5	
牛乳	牛乳	206	
	豚肉並ミンチ	20	
マーボー豆腐	清酒	1	
	(冷)豆腐(カット)1kg	65	
	皮むき玉葱	40	
	人参	10	
	たけのこ水煮(短冊切り)	10	
	太ねぎ	3	
	おろし生姜	1	
	おろしにんにく	0.8	
	サラダ油	1	
	(袋)トマトケチャップ 1kg	3	
	(袋)トマトパウダー 200g	0.2	
	しょうゆ	3.5	
(袋)がらスープ 3kg	3		
赤みそ	2.5		
三温糖	0.8		
チキンコンソメ	0.45		
食塩	0.1		
豆板醤	0.15		
ごま油	0.1		
でんぷん	1		
湯	30		
中華あえ	大根	20	
	きゅうり	25	
	人参	5	
	(レト)ホールコーン 1kg	8	
	棒々鶏ドレッシング	4.5	
	(個)小魚入りアーモンド	8	

13日(火)

献立名	食品名	一人当たり 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
牛乳	米粒麦 委託	7
	牛乳	206
フライドチキン	鶏肉 もも・皮なし(3×3cm)	50
	清酒	1.5
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	ガーリックパウダー	0.1
	オールスパイス 粉 300g缶	0.1
	パプリカ粉	0.05
	でんぷん	8.8
	米粉	3.5
	なたね油	5
	キャベツ	20
	きゅうり	25
(レト)ホールコーン 1kg	8	
イタリアンドレッシング	4.5	
イタリアンサラダ	ベーコン(短冊)	7
	皮むき玉葱	20
	大根	20
	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	セロリ	2
	押し麦	4
	(袋)がらスープ 3kg	4
	しょうゆ	0.5
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
チキンコンソメ	0.3	
湯	110	
(個)和三盆糖	2	

14日(水)

献立名	食品名	一人当たり 正味分量
コッペパン	コッペパン	50
	コッペパン	50
	牛乳	206
大豆のシチュー	(レト)蒸大豆 国産	20
	ベーコン(短冊)	7
	豚肉並(2×2cmスライス)	15
	白ぶどう酒	2
	皮むきじゃがいも(2cm)	40
	皮むき玉葱	30
	人参	10
	エリンギ(1×3×0.3cm)県産	15
	ローリエ	0.1
	サラダ油	0.5
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
チキンコンソメ	0.5	
バター	2	
サラダ油	1	
(レト)ホールコーン 1kg	3	
調理用牛乳	20	
湯	50	
アーモンドサラダ	れんこん(いちょう3mm)	15
	きゅうり	22
	人参	5
	(レト)ホールコーン 1kg	8
	上白糖	1
	しょうゆ	2
	食酢	1.5
	サラダ油	0.5
	アーモンド(粉)	0.5
	アーモンド(刻み)	1.5
	(個)チーズ 鉄強化(個装)	13.5

15日(木)

献立名	食品名	一人当たり 正味分量
ごはん	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
小魚のつくだ煮	(個)小魚佃煮	8
	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	40
	皮むき玉葱	40
	たけのこ水煮(短冊切り)	20
	人参	12
	(冷)さやいんげん 500g	10
	おろしにんにく	0.5
	サラダ油	1
	食酢	2.5
	上白糖	3.3
しょうゆ	4	
(袋)トマトケチャップ 1kg	1.7	
(袋)トマトパウダー 200g	0.1	
清酒	1	
チキンコンソメ	0.6	
食塩	0.1	
でんぷん	1	
水	10	
あつあげのあま酢煮	小松菜	17
	太もやし	25
	人参	5
	(レト)ホールコーン 1kg	8
	しょうゆ	2
	食酢	2
	上白糖	1
	ごま油	0.5
	炒り白ごま 500g	1

16日(金)

献立名	食品名	一人当たり 正味分量
ガバオライス(麦ごはん)	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
牛乳	米粒麦 委託	7
	豚肉並ミンチ	17
	鶏肉 ひき肉	17
	皮むき玉葱	40
	なす	15
	赤パプリカ	7
	黄パプリカ	7
	おろしにんにく	0.5
	スイートバジル 乾燥	0.04
	サラダ油	1
	みりん	3
	しょうゆ	2.5
オイスターソース	1	
清酒	1	
上白糖	0.9	
食塩	0.4	
こしょう	0.02	
でんぷん	1	
ごま油	0.7	
ビーフンスープ	牛乳	206
	ロースハム(短冊)卵抜き	7
	チンゲンサイ	20
	皮むき玉葱	15
	ビーフン	5
	(袋)がらスープ 3kg	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	100	
(個)プリン 鉄分強化	60	

19日(月)			20日(火)			21日(水)			22日(木)			23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 ひじきのり 牛乳 こ우やどうふの煮もの ボン酢あえ みかんジュース	精白米(自校)	68	カレーライス(麦ごはん) 牛乳 海そうサラダ チーズ	精白米(委託)	60	麦ごはん 牛乳 さわらのみそづけ焼き 切りぼし大根のふくめ煮 しそ香りあえ	精白米(委託)	60	コッペパン 牛乳 ぶた肉のトマト煮 ツナサラダ ヨーグルト	コッペパン	50	ごはん 牛乳 あつあげとなすのみそいため おかかあえ	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75		精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		コッペパン	50		精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5		米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		牛乳	206		鉄強化米	0.5
	(個)ひじきのり	10		米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7		豚肉並(2×2cmスライス)	25		牛乳	206
	牛乳	206		牛肉(3×3cmスライス)	20		牛乳	206		皮むきじゃがいも(2cm)	40		豚肉並ミンチ	15
	豚肉並(2×2cmスライス)	25		皮むき玉葱	40		(チルド)さわらのみそ漬け 小	50		皮むき玉葱	50		清酒	1
	清酒	1		皮むきじゃがいも(2cm)	45		(チルド)さわらのみそ漬け 中	60		(冷)ひよこ豆水煮	20		なす	20
	高野豆腐(サイコロ)	17		人参	15					しめじ	10		サラダ油	2
	皮むき玉葱	30		(冷)むき枝豆 1kg	5		てんぷら	15		パセリ	0.5		(冷)厚揚げ(カット)1kg	40
	人参	10		(乾)レンズ豆	5		油揚げ	7		おろしにんにく	0.5		皮むき玉葱	30
	(冷)さやいんげん 500g	7		(袋)トマト水煮 3kg	5		おろしにんにく	7		サラダ油	1		人参	10
	干しいたけ(スライス)	1		サラダ油	1		切干し大根	7		バター	0.5		たけのこ水煮(乱切り)	15
	サラダ油	1		小麦粉	5.5		干しいたけ(スライス)	0.5		(袋)トマト水煮 3kg	25		しめじ	5
	しょうゆ	3.2		サラダ油	4.5		(冷)さやいんげん 500g	7		(袋)トマトケチャップ 1kg	2		チンゲンサイ	20
	三温糖	1.9		カレー粉	1		サラダ油	1		(袋)トマトパウダー 200g	0.1		おろし生姜	0.5
	食塩	0.3		(袋)がらスープ 3kg	3		しょうゆ	2.5		赤ぶどう酒	1		おろしにんにく	0.2
	湯	60		ウスターソース	3		中双糖	1		上白糖	0.5		ごま油	1
	きゅうり	25		赤ぶどう酒	2		みりん	0.5		ウスターソース	0.7		赤みそ	3
	太もやし	20		(袋)トマトケチャップ 1kg	2		清酒	1		チキンコンソメ	0.5		しょうゆ	2.2
人参	5	とんかつソース	1	ごま油	0.3	食塩	0.3	中双糖	1.5					
ボン酢	0.7	しょうゆ	1	水	20	こしょう	0.03	チキンコンソメ	0.5					
しょうゆ	1.5	チャツネ 450g	1	きゅうり	25	湯	20	でんぷん	1					
上白糖	0.5	食塩	0.8	太もやし	20	きゅうり	25	豆板醤	0.1					
炒り白ごま 500g	1	こしょう	0.04	人参	5	キャベツ	20	湯	20					
(個)みかんジュース	125	チキンコンソメ	0.7	赤じそ粉	0.5	(レト)まぐろ油漬	7	小松菜	17					
		湯	90	しょうゆ	1	りんご酢	2	太もやし	30					
		牛乳	206			食酢	1	しょうゆ	1.2					
		キャベツ	20			上白糖	0.4	花かつお(碎片)500g	1					
		きゅうり	25			オリーブ油	0.3							
		(乾)海藻ミックス	0.5			サラダ油	0.3							
		(レト)ホールコーン 1kg	8			食塩	0.2							
		青じそドレッシング	4.5			こしょう	0.02							
						(個)ヨーグルト 鉄分強化	70							
		(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	10											

