

## 9日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
梅 ちり めん ごは ん	精白米(自校)	72	
	精白米(自校)	80	
	梅ちりめんの素 280g	3	
	鉄強化米	0.5	
	牛乳	206	
	(冷)平つくね 50g	40	
	なたね油 ローリー	4	
	おろし生姜	1.2	
	しょうゆ	2.8	
	上白糖	2.8	
牛 乳	みりん	1.8	
	清酒	1.8	
	でんぷん	0.2	
	湯	4	
	蒸し黒豆レトルト	15	
	油揚げ	5	
	(乾)ひじき	1	
	れんこん(いちょう2mm)	10	
	金時にんじん	5	
	ごぼう(ささがき)	7	
と り つ く ね の 照 り 焼 き 風	つきこんにやく	5	
	(冷)さやいんげん 500g	5	
	サラダ油	1	
	しょうゆ	1.8	
	上白糖	1.1	
	みりん	0.7	
	削り節 だし用	0.5	
	湯	15	
	(冷)あん入り白玉	30	
	大根	25	
黒 豆 の 五 目 煮	金時にんじん	7	
	中ねぎ	5	
	甘みそ	6	
	中みそ	5	
	煮干し だし用	4	
	清酒	1	
	水	105	
あ ん も ち ぞ う 煮			

## 10日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
年 明 け う ど ん	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小1-3 200	
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4-6 280	
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中 300	
	豚肉並(3×3cmスライス)	18	
	おろし生姜	0.1	
	清酒	1.5	
	サラダ油	0.5	
	型抜きかまぼこ(梅)	10	
	里いも(2cm)	30	
	大根	20	
牛 乳	金時にんじん	10	
	干しいたけ(スライス)	0.5	
	中ねぎ	5	
	しょうゆ	5	
	みりん	0.5	
	食塩	0.3	
	でんぷん	2	
	煮干し だし用	5	
	清酒	1	
	水	120	
え び 入 り 金 時 あ げ	牛乳	206	
	(冷)金時揚げ	40	
	なたね油 ローリー	6	
	しょうゆ豆	10	
	(個)紅白いちごゼリー	40	
し ょう ゆ 豆			
紅 白 い ち ご ゼ リー			

## 11日(木)

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	206	
	豚肉並ミンチ	17	
	(冷)焼き豆腐(カット)1kg	65	
	皮むき玉葱	40	
	金時にんじん	7	
	干しいたけ(スライス)	0.8	
牛 乳	太ねぎ	5	
	おろし生姜	0.3	
	おろしにんにく	0.2	
	ごま油	1	
	赤みそ	4	
	清酒	2	
	しょうゆ	1.5	
	三温糖	1.2	
	でんぷん	0.5	
	一味	0.01	
焼 き と う ふ の み そ そ ぼ ろ 煮	湯	17	
	切りほ大根のあえもの		
	切干し大根	4	
	きゅうり	25	
	人参	5	
	(レト)ホールコーン 1kg	7	
	食酢	2	
	しょうゆ	2	
	上白糖	1	
	ごま油	0.5	
炒り白ごま 500g	1		
切 り ほ 大 根 の あ え も の	(個)野菜マフィン	25	
野 菜 マ フ ィ ン			

## 12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	60	
	牛乳	206	
	(冷)肉だんご	35	
	ロメインレタス	15	
	皮むき玉葱	25	
	たけのこ水煮(短冊切り)	15	
	人参	10	
	エリンギ(1×3×0.3cm)	5	
	春雨(太め5cm)	2.5	
チ ョ コ 大 豆 ク リ ー ム	おろし生姜	0.5	
	サラダ油	1	
	(袋)がらスープ 3kg	3	
	しょうゆ	2	
	チキンコンソメ	0.6	
	食塩	0.5	
	こしょう	0.03	
	湯	90	
	人参	22	
	きゅうり	20	
牛 乳	(レト)まぐろ油漬	7	
	かんきつドレッシング	4.5	
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	
	(個)チョコ大豆クリーム	小 10	
	(個)チョコ大豆クリーム	中 15	
ロ メ ィ ン レ タ ス と 肉 だ ん ご の ス ー プ 煮			
に ん じ ん サ ラ ダ ヨ ー グ ル ト			

15日(月)			16日(火)			17日(水)			18日(木)			19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		
まごはん 牛乳 さばのみそだれかけ ゆかりあえ ひじきとあつあげのうま煮	精白米(委託)	60	コッペパン 牛乳 ぶた肉とトマトのシチュー カラフルサラダ チーズ	コッペパン	50	ごはん 牛乳 煮こみおでん アーモンドあえ みかん	精白米(自校)	72	ごはん しじみのつくだ煮 牛乳 じゃがいものうま煮 たくあんあえ 牛乳プリン	精白米(自校)	72	米粉パン 牛乳 とり肉のはちみつレモンソースかけ ミニトマト らりるれレタスのスープ	米粉パン	50		
	精白米(委託)	70		コッペパン	60		精白米(自校)	80		精白米(自校)	80		米粉パン	60		
	米粒麦 委託	6		牛乳	206		鉄強化米	0.5		鉄強化米	0.5		牛乳	206	鶏肉 胸・皮なし(唐揚げ用)	50
	米粒麦 委託	7		豚肉並(2×2cmスライス)	25		牛乳	206		(レト)しじみ佃煮	10		牛乳	206	清酒	1
	牛乳	206		皮むき玉葱	40		牛肉(3×3cmスライス)	15		牛乳	206		豚肉並(3×3cmスライス)	30	食塩	0.15
	(冷)さば	小 50		皮むきじゃがいも(2cm)	30		てんぷら	15		豚肉並(3×3cmスライス)	30		清酒	1	こしょう	0.06
	(冷)さば	中 70		人参	10		(レト)うずら卵1kg	20		清酒	1		皮むきじゃがいも(2cm)	70	でんぷん	4
	清酒	1		(袋)トマト水煮 3kg	10		里いも(2cm)	20		(冷)厚揚げ(カット)1kg	25		皮むき玉葱	40	米粉	1
	中みそ	3.5		(袋)マッシュルーム 1kg	5		(冷)厚揚げ(カット)1kg	25		大根	25		つきこんにやく(ハーフ)	20	なたね油 ローリー	7
	上白糖	2.5		サラダ油	1		三角こんにやく(ミニ)	20		人参	10		金時にんじん	15	(冷)レモン果汁 県産・500g	3.5
	みりん	0.8		小麦粉	5		甘みそ	6		人参	10		(冷)むき枝豆 1kg	5	はちみつ	1.5
	清酒	1		バター	3		赤みそ	4		(乾)早煮昆布(カット)	1		しょうゆ	3.7	しょうゆ	2.8
	おろし生姜	0.1		サラダ油	2		中双糖	2		清酒	1		上白糖	1.5	しょうゆ	1.5
	すりごま	0.5		(袋)がらスープ 3kg	3		清酒	1		しょうゆ	0.8		みりん	0.7	でんぷん	0.1
	炒りごま 500g	0.5		ウスターソース	2.8		湯	60		湯	60		湯	5	湯	5
	湯	1.5		赤ぶどう酒	2		小松菜	15		小松菜	15		ほうれん草	20	ベーコン(短冊)	5
	(セ)白菜	17		(袋)トマトパウダー 200g	1		太もやし	30		太もやし	30		太もやし	30	皮むき玉葱	25
	太もやし	25		上白糖	0.7		人参	5		人参	5		たくあん(刻み)1kg袋	7	レタス	15
	人参	5		食塩	0.6		しょうゆ	0.8		しょうゆ	0.8		しょうゆ	1.2	人参	8
	赤じそ粉	0.5		こしょう	0.06		湯	60		湯	60		しょうゆ	1.2	(袋)がらスープ 3kg	3
しょうゆ	1.5	チキンコンソメ	0.5	人参	5	人参	5	しょうゆ	1.2	食塩	0.4					
(冷)厚揚げ(カット)1kg	15	ローリエ	0.01	しょうゆ	2.5	しょうゆ	2.5	しょうゆ	1.2	こしょう	0.03					
つきこんにやく(ハーフ)	12	湯	60	食酢	2	食酢	2	しょうゆ	1.2	チキンコンソメ	0.5					
てんぷら	15	(生)ブロッコリー(カット)県産	40	サラダ油	0.5	サラダ油	0.5	しょうゆ	1.2	しょうゆ	0.5					
ごぼう(ささがき)	20	人参	5	上白糖	1	上白糖	1	しょうゆ	1.2	でんぷん	0.4					
人参	5	(レト)まぐろ油漬	7	アーモンド(粉)	0.6	アーモンド(粉)	0.6	湯	110	湯	110					
(冷)さやいんげん 3cmカット 500g	5	(レト)ホールコーン 1kg	7	アーモンド(刻み)	1.8	アーモンド(刻み)	1.8									
(乾)ひじき	2.2	イタリアンドレッシング	4.5													
サラダ油	1	(個)チーズ 鉄強化	13.5	(袋)洗浄みかん(10個入り)	80											
しょうゆ	2.6															
三温糖	1.5															
みりん	0.5															
水	8															

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
麦ごはん 牛乳 たちうおのなんばんづけ 食べて菜 太もやし 人参 しょうゆ 炒り白ごま 500g すりごま 油揚げ さつまいも(2cm角) 金時にんじん 中ねぎ 干しわかめ(カット) 中みそ 甘みそ 煮干し だし用 清酒 水	精白米(委託)	60	コッペパン コッペパン 牛乳 牛乳 鶏肉 胸・皮なし(2×2cm) 鶏肉 もも・皮なし(2×2cm) 皮むきじゃがいも(2cm) 皮むき玉葱 人参 ブナビー ドライパセリ おろしにんにく サラダ油 小麦粉 バター サラダ油 白ぶどう酒 チキンコンソメ 食塩 こしょう 調理用牛乳 生クリーム 湯 (生)ブロックリー(カット)県産 きゅうり (レト)ホールコーン 1kg フレンチドレッシング (個)クリームチーズ	コッペパン	50	いりこめし 牛乳 まんばのけんちゃん うちこみ汁 わさんぼんとう うどん 大根 油揚げ 金時にんじん 中ねぎ 中みそ 甘みそ 煮干し だし用 出し昆布 水 (個)和三盆糖	精白米(自校)	65	カレーライス(麦ごはん) 牛乳 大根サラダ 小魚入りアーモンド	精白米(委託)	60	ごはん 牛乳 あつあげのみそいため ロメインレタスのごま風味あえ	精白米(自校)	72
	精白米(委託)	70		コッペパン	60		鉄強化米	0.5		精白米(委託)	70		精白米(自校)	80
	米粒麦 委託	6		牛乳	206		かえり	3.5		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5
	米粒麦 委託	7					(冷)油揚げ(5mm×20mm)	5		米粒麦 委託	7		牛乳	206
	牛乳	206		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	18		(冷)切りこんにやく(5×5×2.7cm)	10		牛乳	206		牛乳	206
				鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	15		ごぼう(さがき・ごはん用小さめ)	7						
	(冷)太刀魚でんぶん付き	45		皮むきじゃがいも(2cm)	30		金時にんじん	5		牛肉(3×3cmスライス)	12		豚肉並ミンチ	25
	なたね油 ローリー	5		皮むき玉葱	40		(冷)むき枝豆 1kg	3		(乾)レンズ豆	5		清酒	1
	細ねぎ	3		人参	15		うすくちしょうゆ	4		皮むき玉葱	40		(冷)厚揚げ(カット)1kg	40
	食酢	4		ブナビー	10		清酒	1.5		皮むき玉葱	50		皮むき玉葱	40
	しょうゆ	3		ドライパセリ	0.05		食塩	0.4		皮むきじゃがいも(2cm)	50		人参	10
	上白糖	3		おろしにんにく	0.1		出し昆布	0.5		人参	15		たけのこ水煮(短冊切り)	20
	湯	4		サラダ油	1		牛乳	206		(冷)むき枝豆 1kg	5		干しいたけ(スライス)	1
	一味	0.01		小麦粉	2.5					(袋)トマト水煮 3kg	5		おろし生姜	0.5
				バター	1		てんぷら	10		おろしにんにく	0.5		ごま油	0.8
	食べて菜	17		サラダ油	1.5		豆腐	30		サラダ油	1		中双糖	1.3
	太もやし	28		白ぶどう酒	4		(生)まんば	30		小麦粉	5.5		チキンコンソメ	0.5
	人参	5		チキンコンソメ	0.3		太もやし	25		サラダ油	4.5		しょうゆ	3
	しょうゆ	1.2		食塩	0.3		サラダ油	0.8		カレー粉	1		赤みそ	2.5
	炒り白ごま 500g	0.5		こしょう	0.03		しょうゆ	2.5		(袋)がらスープ 3kg	3		豆板醤	0.1
	すりごま	1.2		調理用牛乳	20		清酒	2		ウスターソース	3		でんぶん	1
				生クリーム	1		みりん	0.5		赤ぶどう酒	2		一味	0.01
油揚げ	5	湯	30	ごま油	0.2	(袋)トマトケチャップ 1kg	2	湯	20					
さつまいも(2cm角)	30	(生)ブロックリー(カット)県産	20	煮干し だし用	0.3	とんかつソース	1							
金時にんじん	10	きゅうり	25	出し昆布	0.5	しょうゆ	1	ロメインレタス	15					
中ねぎ	5	(レト)ホールコーン 1kg	7	水	10	チャツネ 450g	1	きゅうり	25					
干しわかめ(カット)	0.5	フレンチドレッシング	4.5			食塩	0.8	人参	5					
中みそ	6			うどん	20	こしょう	0.04	(レト)ホールコーン 1kg	7					
甘みそ	5	(個)クリームチーズ	18	大根	15	チキンコンソメ	0.7	しょうゆ	2					
煮干し だし用	4			油揚げ	7	湯	90	食酢	1.5					
清酒	1			金時にんじん	5	大根	20	ゆず酢	0.5					
水	105			中ねぎ	5	きゅうり	20	上白糖	0.8					
				中みそ	6	人参	5	炒り白ごま 500g	1					
				甘みそ	2	(レト)まぐろ油漬	7							
				煮干し だし用	3	かんきつドレッシング	4.5							
				出し昆布	0.5									
				水	105	(個)小魚入りアーモンド	8							
				(個)和三盆糖	2									

29日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
牛 ど ん ( 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  わ か さ ぎ の フ ラ イ  ミ ニ ト マ ト	牛乳	206
	牛肉(3×3cmスライス)	30
	清酒	1
	皮むき玉葱	50
	人参	10
	干しいたけ(スライス)	0.5
	太ねぎ	7
	サラダ油	1
	しょうゆ	5.5
	みりん	4
	上白糖	1.8
	食塩	0.3
	でんぶん	0.6
	削り節 だし用	3
	出し昆布	1
	湯	50
(冷)わかさぎのフライ	35	
なたね油 ローラー	4	
ミニトマト(35個入り)	30	
ミニトマト(43個入り)	30	

30日(火)

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(丸型)	30
	コッペパン(丸型)	40
牛 乳  ミ ー ト ス バ ゲ テ イ	牛乳	206
	スパゲティ(ハーフ)	35
	ゆで塩	1.3
	サラダ油	1
	牛肉ミンチ	10
	豚肉並ミンチ	20
	皮むき玉葱	35
	人参	10
	エリンギ(1×2×0.3cm)	10
	おろしにんにく	0.3
れ ん こ ん の サ ラ ダ	サラダ油	1
	(袋)トマトピューレ 3kg	13
	(袋)トマトケチャップ 1kg	5
	(袋)トマトパウダー 200g	0.2
	赤ぶどう酒	4
	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
	れんこん(いちよう3mm)	20
	きゅうり	20
	人参	5
	(レト)ホールコーン 1kg	7
食酢	2	
(冷)レモン果汁 県産・500g	0.5	
サラダ油	1.8	
上白糖	0.8	
食塩	0.2	
こしょう	0.03	

31日(水)

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  え び と と う ふ の チ リ ソ ー ス 煮  中 華 サ ラ ダ  黒 ご ま プ リ ン	牛乳	206
	(冷)むきえび	25
	清酒	1
	(冷)豆腐(カット)1kg	65
	おろしにんにく	0.5
	おろし生姜	0.5
	サラダ油	1
	皮むき玉葱	30
	たけのこ水煮(短冊切り)	15
	人参	10
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	太ねぎ	3
	干しいたけ(スライス)	0.5
	上白糖	2
	しょうゆ	2.5
	(袋)がらスープ 3kg	3
チキンコンソメ	0.3	
食塩	0.08	
(袋)トマトケチャップ 1kg	5	
(袋)トマトパウダー 200g	1	
豆板醤	0.1	
ごま油	0.2	
でんぶん	1	
湯	20	
大根	25	
きゅうり	20	
人参	5	
しょうゆ	2	
食酢	2	
上白糖	0.8	
ごま油	0.5	
炒り白ごま 500g	1	
(個)黒ごまプリン	40	