

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 海藻サラダ	精白米(自校)	68	麦ごはん 牛乳 きびなごの カリカリあげ いそ香あえ 春大根のみそ汁	精白米(委託)	60	たけのこごはん 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	麦ごはん 小魚のつくだけ煮 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	ごはん 牛乳 じゃがいもの そばろ煮 いんげんのごま酢あえ ショコラブッセ	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75		精白米(委託)	70		鉄強化米	0.5		精白米(委託)	70		精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5		米粒麦 委託	6		鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	9		米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	0.5
	牛赤肉(3×3cmスライス)	20		米粒麦 委託	7		鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	6		米粒麦 委託	7		牛乳	206
	(乾)レンズ豆	5		牛乳	206		清酒	0.2		(個)小魚佃煮	8		牛乳	206
	皮むきじゃがいも(2cm)	40		(冷)きびなごカリフライ	35		油揚げ	3		牛乳	206		牛赤肉ミンチ	10
	皮むき玉葱	40		なたね油 ローリー	6		たけのこ水煮(カット)	20		豚肉並(2×2cmスライス)	20		豚肉赤身ミンチ	15
	人参	10		小松菜	17		人参	3		清酒	1		清酒	1
	(冷)むき枝豆	5		太もやし	28		(冷)むき枝豆	3		高野豆腐(サイコロ)	12		皮むきじゃがいも(2cm)	70
	トマト水煮	5		人参	5		薄口しょうゆ	2.5		皮むき玉葱	30		皮むき玉葱	40
	おろしにんにく	0.5		味付けもみのり	1.2		みりん	1		人参	10		つきこんにゃく(ハーフ)	20
	サラダ油	1		濃口しょうゆ	1.2		食塩	0.7		(冷)さやいんげん	7		(冷)むき枝豆	5
	小麦粉	5.5		春大根	30		出し昆布	0.5		干しいたけ(スライス)	1		サラダ油	1
	サラダ油	4.5		人参	7		サラダ油	0.35		濃口しょうゆ	3.3		濃口しょうゆ	3.6
	カレー粉	1		油揚げ	7		牛乳	206		三温糖	1.9		中双糖	1.8
	(レト)がらスープ	3		干しわかめ(カット)	0.5		てんぷら	6		食塩	0.2		湯	8
	ウスターソース	3		中ねぎ	3		れんこん(いちよう5mm)	15		サラダ油	1		(冷)さやいんげん	20
	赤ぶどう酒	2		白みそ	5		ごぼう(ささがき)	20		湯	60		れんこん(いちよう3mm)	15
	トマトケチャップ	2		白みそ	2		(乾)莖わかめ(カット)	1.8		小松菜	17		(レト)ホールコーン	7
	とんかつソース	1		煮干し だし用	3		炒り白ごま	1		太もやし	28		濃口しょうゆ	2.3
	濃口しょうゆ	1		湯	100		ごま油	0.7		人参	5		食酢	2
	チャツネ	1					濃口しょうゆ	2.5		濃口しょうゆ	1.2		上白糖	1
	食塩	0.8					中双糖	1.2		花かつお(碎片)	1		炒り白ごま	1.5
	こしょう	0.04					みりん	0.4		(個)清見オレンジ(1/4)	50		すりごま	0.5
	チキンコンソメ	0.5					だし汁	10						
	ローリエ	0.1					(冷)豆腐(カット)	20						
湯	90			油揚げ	8									
牛乳	206			キャベツ	20									
				中ねぎ	3									
キャベツ	20			中みそ	5									
きゅうり	20			白みそ	2									
(乾)海藻ミックス	0.5			削り節 だし用	3									
(レト)ホールコーン 1kg	7			出し昆布	1									
青じそドレッシング	4.5			湯	100									
				(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
小型 コッペパン	コッペパン	30	キム チ ご はん	精白米(自校)	60	麦 ご はん	精白米(委託)	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	30		鉄強化米	0.5		精白米(委託)	70		コッペパン	50		精白米(委託)	70
牛乳	牛乳	206	牛乳	豚肉並(2×2cmスライス)	15	牛乳	米粒麦 委託	6	牛乳	牛乳	206	牛乳	米粒麦 委託	6
	スパゲティ(ハーフ)	35		おろし生姜	0.8		米粒麦 委託	7		牛乳	206		米粒麦 委託	7
牛乳	ゆで塩	1.3	牛乳	薄口しょうゆ	1.2	肉 じ や が	牛乳	206	牛乳	豚肉並(2×2cmスライス)	10	さ ご し の レ モ ン ソ ー ス	牛乳	206
	サラダ油	1		上白糖	0.8		清酒	1		白ぶどう酒	1		(冷)さごし	小50
スパゲティ	サラダ油	1	ナムル	白菜キムチ	20	が ご ん ぶ あ え	豚肉赤身(2×2cmスライス)	30	チャ ウ ダ ー	ベーコン(短冊)	15	ミ ッ ク ス ナ ツ	(冷)さごし	中60
	牛肉ミンチ	15		人参	5		清酒	1		皮むきじゃがいも(2cm)	30		皮むき玉葱	35
ミートソース	豚肉並ミンチ	15	とう ふ の ス ー プ	(冷)むき枝豆	3	味 つ け 小 魚	皮むきじゃがいも(2cm)	70	ア ス パ ラ ガ ス と ツ ナ の サ ラ ダ	皮むき玉葱	35	キ ャ ベ ツ の た く あ ん あ え	米粉	1
	皮むき玉葱	35		ごま油	0.1		つきこんにやく(ハーフ)	20		人参	40		人参	10
グリーン	人参	10	ミ ッ ク ス ナ ツ	薄口しょうゆ	2.7	味 つ け 小 魚	人参	20	ヨ ー グ ル ト	(冷)むき枝豆	5	わ か め 汁	(冷)レモン果汁	3.5
	エリンギカット	10		チキンコンソメ	0.3		人参	15		(冷)むき枝豆	5		サラダ油	0.5
サラダ	ドライパセリ	0.03	ミ ッ ク ス ナ ツ	牛乳	206	味 つ け 小 魚	(冷)むき枝豆	5	ヨ ー グ ル ト	サラダ油	1	わ か め 汁	濃口しょうゆ	2.8
	おろしにんにく	0.3		太もやし	25		サラダ油	1		中双糖	1.8		バター	2
チーズ	サラダ油	1	ミ ッ ク ス ナ ツ	きゅうり	20	味 つ け 小 魚	でんぷん	0.5	ヨ ー グ ル ト	小麦粉	2	わ か め 汁	みりん	0.7
	トマトピューレ	13		人参	5		湯	10		湯	10		調理用牛乳	20
チーズ	トマトケチャップ	4	ミ ッ ク ス ナ ツ	人參	5	味 つ け 小 魚	湯	10	ヨ ー グ ル ト	ピザ用チーズ	1.5	わ か め 汁	湯	5
	トマトパウダー	0.2		棒々鶏ドレッシング	4.5		キャベツ	20		キャベツ	0.3		ピザ用チーズ	1.5
チーズ	赤ぶどう酒	4	ミ ッ ク ス ナ ツ	(冷)豆腐(カット)	30	味 つ け 小 魚	キャベツ	20	ヨ ー グ ル ト	食塩	0.2	わ か め 汁	太もやし	25
	ウスターソース	1.5		ベーコン(短冊)	5		太もやし	25		食塩	0.2		食塩	0.2
チーズ	チキンコンソメ	0.3	ミ ッ ク ス ナ ツ	皮むき玉葱	25	味 つ け 小 魚	塩ふき昆布	0.5	ヨ ー グ ル ト	ローリエ	0.1	わ か め 汁	たくあん(刻み)	5
	食塩	0.2		しめじ	5		しょうゆ	1.2		湯	50		湯	50
チーズ	こしょう	0.05	ミ ッ ク ス ナ ツ	しめじ	5	味 つ け 小 魚	炒り白ごま	1	ヨ ー グ ル ト	湯	50	わ か め 汁	濃口しょうゆ	1.2
	キャベツ	20		中ねぎ	5		(個)味付小魚	5		きゅうり	20		アスパラガス	20
チーズ	きゅうり	20	ミ ッ ク ス ナ ツ	(レト)がらスープ	3	味 つ け 小 魚	(個)味付小魚	5	ヨ ー グ ル ト	アスパラガス	20	わ か め 汁	(冷)豆腐(カット)	20
	人参	5		チキンコンソメ	0.4		キャベツ	20		(レト)まぐろ油漬	7		(レト)まぐろ油漬	7
チーズ	サラダ油	1	ミ ッ ク ス ナ ツ	濃口しょうゆ	2	味 つ け 小 魚	太もやし	25	ヨ ー グ ル ト	(レト)ホールコーン	7	わ か め 汁	えのきたけ(1/2)	7
	上白糖	0.3		食塩	0.3		塩ふき昆布	0.5		しょうゆ	1.2		かんきつドレッシング	4.5
チーズ	食酢	0.7	ミ ッ ク ス ナ ツ	こしょう	0.03	味 つ け 小 魚	しょうゆ	1.2	ヨ ー グ ル ト	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	わ か め 汁	中ねぎ	5
	食塩	0.3		でんぷん	0.1		炒り白ごま	1		(個)ヨーグルト 鉄分強化	70		食塩	0.3
チーズ	こしょう	0.02	ミ ッ ク ス ナ ツ	ごま油	0.1	味 つ け 小 魚	湯	100	ヨ ー グ ル ト			わ か め 汁	濃口しょうゆ	1
	(個)チーズ 鉄強化	13.5		湯	100									削り節 だし用
チーズ			ミ ッ ク ス ナ ツ	(個)ミックスナッツ	小10	味 つ け 小 魚			ヨ ー グ ル ト			わ か め 汁	出し昆布	1
				(個)ミックスナッツ	中15									水