

1日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
きなごあげパン	コッペパン	50	
	コッペパン	70	
	なたね油 ローリー	6	
	きな粉 1kg	4	
	三温糖	3	
	食塩	0.01	
	紙ナフキン	1	
	牛乳	206	
	豚肉並(2×2cmスライス)	25	
	清酒	1	
ビーフンと野菜のスープ煮	皮むきじゃがいも(2cm)	30	
	皮むき玉葱	40	
	人参	7	
	エリンギ(1×3×0.3cm)県産	8	
	ビーフン	5	
	サラダ油	0.5	
	(袋)がらスープ 3kg	3	
	しょうゆ	1	
	チキンコンソメ	0.6	
	食塩	0.4	
大根サラダ	こしょう	0.03	
	湯	80	
	大根	20	
	きゅうり	25	
	(レト)ホールコーン 1kg	7	
	かんきつドレッシング	4.5	

2日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
さけ菜めし	精白米(自校)	72	
	精白米(自校)	80	
	鮭菜めしの素 250g	4	
	鉄強化米	0.5	
牛乳	牛乳	206	
	牛肉ミンチ	10	
じゃがいものそぼろ煮	豚肉並ミンチ	15	
	清酒	1	
	皮むきじゃがいも(2cm)	70	
	皮むき玉葱	40	
	切りこんにゃく(5×5×50mm)	20	
	人参	15	
	(冷)きやいんげん 3cmカット 500g	5	
	サラダ油	0.5	
	しょうゆ	3.6	
	中双糖	1.8	
おかかあえ	湯	8	
	きゅうり	20	
	太もやし	25	
	しょうゆ	1.2	
	花かつお(砕片)500g	1	
野菜マフィン	(個)野菜マフィン	25	

6日(月)		
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	牛乳	206
	牛肉(2×2cmスライス)	30
牛肉とごぼうの煮もの アーモンドあえ 納豆	切りこんにやく(5×5×50mm)	35
	ごぼう(斜め・5mm厚さ)	35
	人参	15
	(冷)さやいんげん 500g	5
	サラダ油	1
	しょうゆ	4.7
	清酒	1.9
	みりん	1.9
	中双糖	1.5
	でんぷん	1
	湯	25
	太もやし	30
	小松菜	15
	人参	5
	しょうゆ	2.5
	食酢	2
	上白糖	1
	アーモンド(粉)	0.6
	アーモンド(刻み)	1.8
	(個)納豆 チルド	小 30
(個)納豆 チルド	中 40	

7日(火)		
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	牛乳	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	25
とうふの中華煮 れんこんサラダ ココアワッフル	清酒	1
	(冷)豆腐(カット)1kg	65
	皮むき玉葱	35
	人参	10
	きくらげ(せん切り)	1.2
	おろし生姜	1.5
	太ねぎ	7
	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	しょうゆ	3
	中双糖	1
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.2
	一味	0.01
	でんぷん	1
	水	20
	れんこん(いちよう2mm)	20
	きゅうり	20
	人参	5
	(レト)ホールコーン 1kg	8
上白糖	1.2	
しょうゆ	1.8	
食酢	1.3	
ごま油	0.5	
炒り白ごま 500g	1	
(個)ココアワッフル 鉄分強化	28	

8日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
牛乳 焼きとうふのみそそぼろ煮 きゅうりとともやしのドレッシングあえ ミックスナッツ	豚肉並ミンチ	18
	(冷)焼き豆腐(カット)1kg	65
	皮むき玉葱	40
	人参	10
	(冷)むき枝豆 1kg	7
	干しいたけ(スライス)	1
	おろし生姜	0.3
	おろしにんにく	0.2
	ごま油	1
	赤みそ	5
	清酒	3
	しょうゆ	1.8
	三温糖	2
	でんぷん	0.5
	一味	0.01
	湯	17
	太もやし	25
	きゅうり	20
	人参	5
	(レト)ホールコーン 1kg	7
和風ドレッシング	4.5	
(個)ミックスナッツ	15	

9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	牛乳	206
	牛肉(3×3cmスライス)	25
すき焼き風煮 ごま酢あえ 小魚入りアーモンド	(冷)焼き豆腐(カット)1kg	20
	(セ)白菜	30
	大根	30
	皮むき玉葱	25
	波型こんにやく(2×2×1cm)	20
	人参	10
	太ねぎ	10
	麩	5
	サラダ油	1
	しょうゆ	7
	中双糖	4
	清酒	2
	(冷)さやいんげん 3cmカット 500g	20
	人参	20
	(レト)ホールコーン 1kg	8
	ポン酢	0.7
	しょうゆ	1.5
	上白糖	0.5
	炒り白ごま 500g	1
	(個)小魚入りアーモンド	8

10日(金)		
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
ひじきのり	(個)ひじきのり	10
	牛乳	206
牛乳 こうやとうふの煮もの たくあんあえ	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	清酒	1
	高野豆腐(サイコロ)	17
	皮むき玉葱	30
	人参	8
	(冷)さやいんげん 500g	8
	干しいたけ(スライス)	1
	しょうゆ	3.2
	三温糖	2.1
	食塩	0.3
	削り節 だし用	1.5
	出し昆布	0.3
	湯	60
	太もやし	28
	きゅうり	17
	人参	5
	たくあん(刻み)1kg袋	7
	しょうゆ	1.2
	炒り白ごま 500g	1

13日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
セル フ フ イ ッ シ ュ バ ー ガ ー 牛 乳 コ ー ン チ ャ ウ ダ ー	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
	(個)白身魚フライ	小 50
	(個)白身魚フライ	中 70
	なたね油 ローリー	7
	キャベツ	30
	人参	5
	ベーコン(短冊)	5
	(レト)ホールコーン 1kg	8
	(レト)クリームコーン 1kg	20
	皮むきじゃがいも(2cm)	20
	皮むき玉葱	30
	人参	7
	サラダ油	1
	(袋)がらスープ 3kg	3
	食塩	0.4
	こしょう	0.04
	チキンコンソメ	0.5
	コーンスターチ	0.5
調理用牛乳	20	
湯	55	
(個)タルタルソース	小 5	
(個)タルタルソース	中 12	

14日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
き の こ カ レ ー ラ イ ス (<small>麦ごはん</small>) 牛 乳 海 そ う サ ラ ダ ヨ ー グ ル ト	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
	牛肉(3×3cmスライス)	20
	皮むきじゃがいも(2cm)	50
	皮むき玉葱	40
	人参	10
	エリンギ(1×3×0.3cm)県産	10
	(袋)マッシュルーム 1kg	10
	(袋)トマト水煮 3kg	5
	おろしにんにく	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉	5.5
	サラダ油	4.5
	カレー粉	1
	(袋)がらスープ 3kg	3
	ウスターソース	3
	赤ぶどう酒	2
(袋)トマトケチャップ 1kg	2	
とんかつソース	1	
しょうゆ	1	
チャツネ 450g	1	
食塩	0.7	
こしょう	0.04	
チキンコンソメ	0.5	
湯	80	
キャベツ	15	
きゅうり	25	
(乾)海藻ミックス	0.5	
(レト)ホールコーン 1kg	7	
青じそドレッシング	4.5	
(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	

15日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ご は ん 牛 乳 は ま ち の ゆ う あ ん 焼 き あ つ あ げ と ひ じ き の う ま 煮 食 べ て 菜 の い そ 香 あ え	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
	(冷)はまち	小 50
	(冷)はまち	中 70
	清酒	0.9
	しょうゆ	1.5
	みりん	2.2
	ゆず酢	2.1
	上白糖	0.2
	清酒	2
	水	2
	太もやし	28
	食べて菜	17
	人参	5
	味付けもみのり(5~10mm幅)県産	1.2
	しょうゆ	1.2
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	15
つきこんにやく(ハーフ)	10	
てんぷら	15	
ごぼう(ささがき)	20	
人参	5	
(冷)むき枝豆 1kg	5	
(乾)ひじき	2.2	
サラダ油	1	
しょうゆ	2.6	
三温糖	1.5	
みりん	0.5	
水	8	

16日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コ ッ ペ パ ン 牛 乳 さ つ ま い も の シ チ ユ ー ビ ー ン ズ サ ラ ダ	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	18
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	12
	白ぶどう酒	1
	皮むき玉葱	40
	さつまいも(2cm角)県産	45
	人参	12
	しめじ	10
	小麦粉	5
	バター	3
	サラダ油	2
	サラダ油	1
	(袋)がらスープ 3kg	3
	食塩	0.3
	こしょう	0.08
	チキンコンソメ	0.5
	調理用牛乳	20
	生クリーム	3
ピザ用チーズ	2	
ローリエ	0.05	
湯	68	
きゅうり	20	
人参	5	
(ドライハック)ミックスビーンズ 雑豆入り	15	
かんきつドレッシング	4.5	

17日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
キ ム チ ご は ん 牛 乳 小 え び の か ら あ げ わ か め と う ず ら た ま ご の ス ー プ り ん ご	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.5
	豚肉並(2×2cmスライス)	15
	おろし生姜	0.8
	うすくちしょうゆ	1.2
	上白糖	0.8
	白菜キムチ(ごはん用)1kg	20
	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	3
	ごま油	0.1
	清酒	1.6
	うすくちしょうゆ	2.7
	チキンコンソメ	0.3
	牛乳	206
	(冷)小えび殻付き どんぶり付き・県産	30
	なたね油 ローリー	7
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	7
	(レト)うずら卵1kg	20
	春雨(太め5cm)	3.5
	皮むき玉葱	25
人参	7	
干しわかめ(カット)	0.4	
食塩	0.25	
こしょう	0.02	
しょうゆ	0.8	
(袋)がらスープ 3kg	3	
チキンコンソメ	0.3	
でんぷん	0.2	
ごま油	0.1	
湯	100	
(個)りんご(1/4)	50	

20日(月)		
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
しじみのつくだ煮	(レト)しじみ佃煮	10
	牛乳	206
	牛肉(3×3cmスライス)	30
	清酒	1
	皮むきじゃがいも(2cm)	70
	皮むき玉葱	40
	つきこんにやく(ハーフ)	20
	人参	15
	(冷)きやいんげん 3cmカット 500g	7
	サラダ油	1
肉じゃが	しょうゆ	3.2
	中双糖	2.3
	湯	10
	切干し大根	4.5
	きゅうり	20
	(乾)刻み昆布	0.3
	(レト)ホールコーン 1kg	7
	食酢	2
	しょうゆ	2
	上白糖	1
切りほし大根のあえもの	ごま油	0.5
	炒り白ごま 500g	1.2

21日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ふきよせごはん	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.5
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6
	清酒	1
	油揚げ	3
	むき栗(1/4)国産	10
	しめじ	5
	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
牛乳	うすくちしょうゆ	4
	清酒	1
	上白糖	1
	食塩	0.8
	出し昆布	0.5
	牛乳	206
	小松菜	17
	太もやし	28
	塩ふき昆布	1
	しょうゆ	1.2
塩こんぶあえ	炒り白ごま 500g	1
	里いも(2cm)	30
	人参	7
	油揚げ	7
	干しわかめ(カット)	0.5
	太ねぎ	5
	ゆず酢	5
	中みそ	5
	甘みそ	2
	削り節 だし用	3
さといもとねぎのみそ汁	出し昆布	1
	湯	105
	(個)もちクリームアイス 冷凍 40g	40

22日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
みそラーメン	(袋)中華めん	小1-3 150
	(袋)中華めん	小4-6 200
	(袋)中華めん	中 250
	豚肉並(3×3cmスライス)	15
	清酒	1
	しょうゆ	1
	キャベツ	25
	たけのこ水煮(短冊切り)	10
	太もやし	25
	人参	10
小さいわしのからあげ	太ねぎ	2
	きくらげ(せん切り)	0.7
	(レト)ホールコーン 1kg	5
	おろしにんにく	0.7
	ごま油	1
	赤みそ	7
	(袋)がらスープ 3kg	4
	清酒	1.5
	上白糖	1.1
	チキンコンソメ	0.9
ミニトマト	食塩	0.35
	豆板醤	0.1
	こしょう	0.06
	でんぷん	1
	湯	125
	牛乳	206
	小さいわし	35
	なたね油 ローリー	7
	ミニトマト(35個入り)	30
	ミニトマト(43個入り)	30

24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
牛乳	牛肉ミンチ	10
	豚肉並ミンチ	10
	(冷)金時豆 1kg	25
	(乾)赤レンズ豆	4
	皮むきじゃがいも(2cm)	55
	皮むき玉葱	50
	人参	15
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	0.5
	白ぶどう酒	2
金時豆と野菜のカレー煮	しょうゆ	1
	三温糖	0.6
	チキンコンソメ	0.5
	カレー粉	0.3
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	湯	12
	人参	24
	(レト)まぐろ油漬	7
	(冷)きやいんげん 3cmカット 500g	18
にんじんサラダ	りんご酢	2
	食酢	1
	上白糖	0.4
	オリーブ油	0.2
	サラダ油	0.3
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	(個)牛乳プリン鉄分強化	40

27日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
米粉パン	米粉パン	50
	米粉パン	60
牛乳	牛乳	206
	(冷)肉だんご	30
皮むきじゃがいも(2cm)	皮むきじゃがいも(2cm)	40
	皮むき玉葱	45
(冷)ひよこ豆水煮	(冷)ひよこ豆水煮	8
エリンギ(1×2×0.3cm)黒産	エリンギ(1×2×0.3cm)黒産	10
人参	人参	15
パセリ	パセリ	0.5
おろしにんにく	おろしにんにく	0.5
サラダ油	サラダ油	1
バター	バター	0.5
(袋)トマト水煮 3kg	(袋)トマト水煮 3kg	25
(袋)トマトピューレ 3kg	(袋)トマトピューレ 3kg	3
(袋)トマトパウダー 200g	(袋)トマトパウダー 200g	0.1
赤ぶどう酒	赤ぶどう酒	1
上白糖	上白糖	1
ウスターソース	ウスターソース	0.8
チキンコンソメ	チキンコンソメ	0.4
食塩	食塩	0.3
こしょう	こしょう	0.03
湯	湯	20
きゅうり	きゅうり	25
大根	大根	20
(レト)まぐろ油漬	(レト)まぐろ油漬	5
りんご酢	りんご酢	2
食酢	食酢	1
上白糖	上白糖	0.4
オリーブ油	オリーブ油	0.4
サラダ油	サラダ油	0.4
食塩	食塩	0.2
こしょう	こしょう	0.02

28日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	鉄強化米	0.5
牛乳	牛乳	206
	チヌ団子 冷凍(無償提供)	25
豚肉並(3×3cmスライス)	豚肉並(3×3cmスライス)	25
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	20
つきこんにやく(ハーフ)	つきこんにやく(ハーフ)	15
里いも(2cm)	里いも(2cm)	20
大根	大根	35
(乾)早煮昆布(カット)	(乾)早煮昆布(カット)	1
甘みそ	甘みそ	3
赤みそ	赤みそ	6
中双糖	中双糖	3.2
清酒	清酒	1
しょうゆ	しょうゆ	0.8
湯	湯	40
ほうれん草	ほうれん草	17
太もやし	太もやし	28
人参	人参	5
しょうゆ	しょうゆ	1.2
花かつお(碎片)500g	花かつお(碎片)500g	1

29日(水)

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	牛乳	206
	(冷蔵)ミニウインナー	20
皮むきじゃがいも(2cm)	皮むきじゃがいも(2cm)	40
	皮むき玉葱	30
キャベツ	キャベツ	20
皮むきかぶ	皮むきかぶ	20
サラダ油	サラダ油	1
ドライパセリ	ドライパセリ	0.03
(袋)がらスープ 3kg	(袋)がらスープ 3kg	3
食塩	食塩	0.4
こしょう	こしょう	0.03
チキンコンソメ	チキンコンソメ	0.6
ローリエ	ローリエ	0.05
湯	湯	80
大根	大根	25
きゅうり	きゅうり	20
(レト)ホールコーン 1kg	(レト)ホールコーン 1kg	7
かんきつドレッシング	かんきつドレッシング	4.5
(個)チーズ 鉄強化	(個)チーズ 鉄強化	13.5

30日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	鉄強化米	0.5
牛乳	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	25
清酒	清酒	1
	おろし生姜	0.1
(冷)厚揚げ(カット)1kg	(冷)厚揚げ(カット)1kg	30
たけのこ水煮(乱切り)	たけのこ水煮(乱切り)	20
ごぼう(斜め・5mm厚さ)	ごぼう(斜め・5mm厚さ)	25
人参	人参	15
(冷)きやいんげん 3cmカット 500g	(冷)きやいんげん 3cmカット 500g	7
つきこんにやく(ハーフ)	つきこんにやく(ハーフ)	15
(乾)早煮昆布(カット)	(乾)早煮昆布(カット)	1
サラダ油	サラダ油	1
しょうゆ	しょうゆ	3.2
中双糖	中双糖	1.2
ごま油	ごま油	0.1
湯	湯	13
小松菜	小松菜	17
太もやし	太もやし	28
人参	人参	5
食酢	食酢	1.7
しょうゆ	しょうゆ	2
上白糖	上白糖	1.2
ごま油	ごま油	0.8
炒り白ごま 500g	炒り白ごま 500g	1
(個)さつまいもチップ	(個)さつまいもチップ	5