六条町　11月

1日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
木の葉どんぶり　牛乳　さといものからあげ　切りぼし大根のあえもの　チーズ	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	鶏卵		30
	かまぼこスライス　冷蔵　1kg		15
	玉葱		40
	人参		10
	中ねぎ		5
	干ししいたけ（スライス）		1
	しょうゆ		4.5
	上白糖		3
	みりん		1
	食塩		0.4
	でんぷん		0.5
	削り節　だし用		2
	湯		60
	里いも（1．5㎝）		45
	でんぷん		4
	なたね油　ローリー		4
	食塩		0.07
	青のり粉		0.04
	（レト）まぐろ油漬		5
	きゅうり		15
	人参		7
	切干し大根		5
	（乾）刻み昆布		0.5
	食酢		2.5
	しょうゆ		2
	上白糖		1.2
	ごま油		0.7
	（個）型抜きチーズ		15

2日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
米粉パン　牛乳　とり肉のトマト煮　アーモンドサラダ　ミニアメリカンドッグ	米粉パン		50
	米粉パン		60
	牛乳		206
	鶏肉　胸・皮なし（2×2㎝）		24
	鶏肉　もも・皮なし（2×2㎝）		16
	（冷）大豆水煮		20
	じゃがいも		35
	皮むき玉葱		40
	（袋）トマト水煮		25
	人参		15
	にんにく		1
	パセリ		0.3
	オリーブ油		1
	（袋）トマトケチャップ　1kg		3
	赤ぶどう酒		1
	上白糖		0.8
	ウスターソース		0.7
	チキンコンソメ		0.6
	食塩		0.3
	こしょう		0.03
	湯		20
	ほうれん草		25
	キャベツ		20
	人参		5
	しょうゆ		2.2
	サラダ油		1
	食酢		2.2
	上白糖		1
	アーモンド（粉）		1
	アーモンド（刻み）		1
	（冷蔵）ミニウインナー		16
	ホットケーキミックス　10kg袋		7
	マヨネーズ　1kg		0.3
	水		16
	なたね油　ローリー		2

六条町　11月

6日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
中華あんかけラーメン　牛乳　キャラメルポテト　ブロッコリーの中華あえ	（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（2×2cmスライス）		25
	豚肉並（2×2cmスライス）		25
	清酒		1
	生姜		0.5
	（冷）短冊いか（1×4cm）		10
	太もやし		20
	玉葱		15
	たけのこ水煮（1／2カット）		10
	人参		5
	中ねぎ		3
	しょうゆ		5.5
	（袋）がらスープ		4
	チキンコンソメ		0.6
	上白糖		0.5
	ごま油		0.5
	食塩		0.25
	こしょう		0.02
	でんぷん		3
	水		120
	牛乳		206
	さつまいも（2cm角）県産		40
	なたね油　ローリー		3
	バター		2.4
	上白糖		2.4
	水		2
	（レト）ささみ油漬（フレーク）		5
	（生）ブロッコリー（カット）県産		15
	キャベツ		25
	人参		5
	（レト）ホールコーン　1kg		5
	食酢		2.3
	上白糖		1.2
	しょうゆ		2.2
	ごま油		0.8

7日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　はまちの照り焼き　食べて菜のゆず香あえ　きのこのみそ汁	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	（冷）はまち		幼　40
	（冷）はまち		小　50
	（冷）はまち		中　70
	清酒		2
	食塩		0.15
	しょうゆ		2.5
	三温糖		1.5
	みりん		1
	でんぷん		0.3
	湯		8
	食べて菜		25
	太もやし		20
	人参		5
	しょうゆ		2.3
	ゆず酢		1.7
	上白糖		1.1
	炒り白ごま		1
	玉葱		25
	油揚げ		5
	人参		5
	しめじ		4
	えのきたけ		4
	生しいたけ（スライス）県産・1kg		4
	干しわかめ（カット）		0.5
	中ねぎ		3
	中みそ		6
	甘みそ		5
	煮干し　だし用		4
	水		120

8日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ガーリックピラフ　牛乳　サイコロステーキ　チョップドサラダ　ピースープ	精白米（自校）		65
	ベーコン（短冊）		10
	皮むき玉葱		20
	人参		5
	（冷）むき枝豆　1kg		5
	白ぶどう酒		1
	サラダ油		0.5
	にんにく		0.7
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.6
	こしょう		0.05
	牛乳		206
	牛肉（2cm角）		45
	食塩		0.2
	こしょう		0.01
	赤ぶどう酒		2
	（冷）オニオンソテー　ダイス70		10
	（レト）おろしりんご		15
	にんにく		0.1
	生姜		0.3
	しょうゆ		3
	上白糖		1.5
	（冷）レモン果汁　県産・500g		2
	（レト）まぐろ油漬		5
	キャベツ		25
	きゅうり		15
	（レト）ホールコーン　1kg		5
	人参		5
	食酢		2.2
	上白糖		1.2
	サラダ油		1
	食塩		0.2
	こしょう		0.03
	ボンレスハム（角切り）卵抜き		10
	皮むきひよこ豆水煮		12
	玉葱		30
	人参		7
	セロリ		2
	（冷）グリンピース		5
	サラダ油		0.5
	（袋）がらスープ		4
	白ぶどう酒		1
	食塩		0.5
	こしょう		0.05
	チキンコンソメ		0.6
	ローリエ		0.1
	湯		110

9日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
肉みそ手まきごはん　牛乳　こんぶあえ　のっぺい汁　お茶豆	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	豚肉赤身ミンチ		25
	（レト）ひきわり大豆　1kg		10
	玉葱		15
	生姜		0.5
	サラダ油		1
	清酒		1
	赤みそ		4.2
	みりん		1.5
	三温糖		2
	しょうゆ		1
	でんぷん		0.2
	（袋）手巻きのり（4枚）		2.4
	（袋）手巻きのり（6枚）		3.6
	白菜		20
	チンゲンサイ		20
	きゅうり		10
	人参		5
	しょうゆ		0.7
	塩ふき昆布		1.5
	炒り白ごま		1
	油揚げ		7
	里いも（1．5cm）		25
	人参		10
	洗いごぼう		15
	中ねぎ		3
	しょうゆ		1
	清酒		1
	食塩		0.6
	みりん		0.3
	でんぷん		0.5
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	水		120
	（個）お茶豆		6

10日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
小型コッペパン　牛乳　ボンゴレスパゲティ　イタリアンサラダ　かき（小中のみ）	コッペパン		30
	コッペパン		40
	牛乳		206
	スパゲティ（ハーフ）		35
	ベーコン（短冊）		5
	（冷）あさりむき身		15
	玉葱		40
	（袋）トマト水煮		25
	人参		7
	エリンギ		7
	パセリ		0.3
	にんにく		0.3
	サラダ油		1
	（袋）トマトケチャップ　1kg		5
	赤ぶどう酒		2
	ウスターソース		1
	上白糖		1
	食塩		0.4
	こしょう		0.05
	チキンコンソメ		0.3
	一味		0.01
	粉チーズ		3
	キャベツ		25
	きゅうり		20
	赤パプリカ		5
	黄パプリカ		5
	食酢		1.5
	（冷）レモン果汁　県産・500g		0.7
	サラダ油		0.5
	オリーブ油		0.5
	上白糖		1.2
	食塩		0.3
	こしょう		0.04
	柿		30

六条町　11月

13日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
黒米ごはん　牛乳　とり肉のレモンソース　大根と水菜のあえもの　ちぬのつみれ汁	精白米（自校）		63
	精白米（自校）		70
	黒米		2
	もち米		9
	もち米		10
	食塩		0.65
	牛乳		206
	鶏肉　胸・皮なし（2×2cm）		30
	鶏肉　もも・皮なし（2×2cm）		20
	清酒		2
	食塩		0.15
	米粉		4
	でんぷん		6
	なたね油　ローリー		6
	（冷）レモン果汁　県産・500g		4.5
	上白糖		3.5
	しょうゆ		2.7
	みりん		1
	水		2
	大根		30
	きゅうり		15
	水菜		10
	花かつお（砕片）500g		0.8
	しょうゆ		2
	りんご酢		2.3
	上白糖		1
	サラダ油		0.5
	ごま油		0.5
	チヌ団子　冷凍（無償提供）		25
	白菜		20
	玉葱		15
	油揚げ		5
	人参		5
	中ねぎ		3
	赤みそ		7
	甘みそ		3
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	水		100

14日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　プルコギ　韓国風いそ香あえ　トック入りたまごスープ	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	牛肉（3×2cmスライス）		25
	にんにく		0.4
	しょうゆ		1.5
	上白糖		1.5
	清酒		1
	太もやし		25
	玉葱		20
	人参		8
	にら		4
	サラダ油		1
	赤みそ		2.2
	ごま油		0.5
	一味		0.01
	小松菜		25
	きゅうり		20
	（レト）ホールコーン　1kg		5
	炒り白ごま		1
	味付けもみのり（5～10mm幅）県産		1
	しょうゆ		1
	食塩		0.15
	ごま油		1
	鶏卵		20
	トック　国産米使用		20
	玉葱		25
	人参		5
	中ねぎ		3
	干ししいたけ（スライス）		0.5
	（袋）がらスープ		4
	チキンコンソメ		0.5
	しょうゆ		0.8
	食塩		0.5
	こしょう		0.03
	湯		110

15日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　焼きどうふのみそそぼろ煮　千草あえ　かえりアーモンド　みかん	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	（冷）焼き豆腐（カット）1kg		85
	豚肉赤身ミンチ		20
	玉葱		30
	人参		10
	チンゲンサイ		10
	中ねぎ		3
	干ししいたけ（スライス）		1
	生姜		0.5
	にんにく		0.1
	ごま油		1
	赤みそ		6.5
	三温糖		3
	清酒		2
	しょうゆ		2
	一味		0.01
	でんぷん		1
	水		20
	ほうれん草		25
	太もやし		20
	人参		5
	えのきたけ		5
	（冷）油揚げ（5mm×20mm）		5
	上白糖		1
	食酢		1
	すだち酢		1.5
	しょうゆ		0.4
	食塩		0.15
	かえり		4.5
	アーモンド（四つ割）		3.5
	上白糖		0.5
	しょうゆ		0.25
	みりん		1
	水		2
	みかん		80

16日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン　牛乳　ロメインレタスのシチュー　くきわかめのサラダ　ココアビーンズ	コッペパン		50
	コッペパン		60
	牛乳		206
	鶏肉　胸・皮なし（2×2cm）		21
	鶏肉　もも・皮なし（2×2cm）		14
	白ぶどう酒		1
	じゃがいも		30
	玉葱		30
	ロメインレタス		12
	人参		7
	（冷）白いんげん豆ペースト		10
	サラダ油		1
	小麦粉		4.5
	サラダ油		2
	バター		2
	（袋）がらスープ		4
	チキンコンソメ		0.6
	ローリエ		0.1
	食塩		0.45
	こしょう		0.03
	調理用牛乳		30
	粉チーズ		3
	湯		60
	（冷）茎わかめ（細切り）500g袋		10
	キャベツ		25
	きゅうり		10
	人参		5
	食酢		2.3
	しょうゆ		2.3
	上白糖		1.2
	ごま油		0.8
	（冷）大豆水煮		20
	でんぷん		2
	なたね油		2
	ピュアココア		1
	三温糖		3

17日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　さぬきサーモンのたつたあげ　食べて菜のごまドレッシングあえ　ふしめん汁	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	牛乳		206
	（冷）讃岐サーモン2cm角切・骨なし		45
	生姜		1
	しょうゆ		1.5
	清酒		2
	食塩		0.1
	米粉		4
	でんぷん		3
	なたね油　ローリー		5
	食べて菜		25
	太もやし		20
	人参		7
	炒り白ごま		1
	しょうゆ		2
	食酢		1.5
	上白糖		1
	サラダ油		0.5
	ごま油		0.5
	ふしめん		5
	玉葱		30
	型抜きかまぼこ（紅葉）		6
	人参		7
	えのきたけ		5
	中ねぎ		3
	しょうゆ		0.5
	食塩		0.7
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	湯		120

20日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
わかめごはん　牛乳　松風焼き　まんばのおかかあえ　けんちん汁	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	炊き込みわかめ		2
	牛乳		206
	鶏肉　ひき肉		30
	豚肉並ミンチ		10
	清酒		1
	（冷）オニオンソテー　ダイス70		10
	（冷）液卵		5
	人参		4
	パン粉（米粉使用）		4
	中みそ		3
	上白糖		1.5
	炒り白ごま		1.5
	（生）まんば		25
	キャベツ		25
	人参		7
	花かつお（砕片）500g		0.7
	しょうゆ		2.5
	ポン酢		1.5
	豆腐		30
	油揚げ		5
	洗いごぼう		10
	つきこんにゃく		7
	人参		5
	中ねぎ		3
	しょうゆ		1.5
	食塩		0.7
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	水		120

21日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　すき焼き煮　れんこんとツナのあえもの　小魚のあまず煮	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	牛赤肉（3×3㎝スライス）		25
	（冷）焼き豆腐（カット）1kg		35
	白菜		40
	玉葱		25
	大根		20
	糸こんにゃく		20
	人参		10
	太ねぎ		10
	麩		3
	サラダ油		1
	しょうゆ		7
	中双糖		4
	清酒		1
	湯		5
	（レト）まぐろ油漬		7
	洗いれんこん		15
	キャベツ		15
	人参		5
	（レト）ホールコーン　1kg		5
	しょうゆ		1
	上白糖		1
	食酢		2.2
	食塩		0.15
	上乾ちりめん		4
	食酢		1
	ポン酢		1
	三温糖		1.2
	炒り白ごま		0.4

22日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン　牛乳　白身魚のフライ　ひじきとチーズのサラダ　マカロニスープ　さぬきキウイっこ	コッペパン		50
	コッペパン		60
	牛乳		206
	（冷）タラ米粉フライ		小　40
	（冷）タラ米粉フライ		中　50
	なたね油　ローリー		5
	ロースハム（短冊）卵抜き		5
	キャベツ		20
	きゅうり		15
	人参		5
	ダイスチーズ（4㎜角）生食用		6
	（乾）ひじき		1.2
	食酢		2.5
	サラダ油		1
	しょうゆ		2.2
	上白糖		1
	こしょう		0.02
	ベーコン（短冊）		7
	じゃがいも		25
	玉葱		25
	大根		10
	人参		5
	マカロニ（英字）		5
	セロリ		2
	（袋）がらスープ		4
	食塩		0.5
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.4
	しょうゆ		0.5
	湯		110
	さぬきキウイっこ（約30g／個）		30

24日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
きのこカレーライス　牛乳　食べて菜のサラダ　ヨーグルト（小中のみ）	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	豚肉赤身（2×2㎝スライス）		25
	じゃがいも		35
	玉葱		40
	人参		10
	エリンギ（1×3×0．3㎝）県産		7
	しめじ		7
	（乾）レンズ豆		5
	セロリ		5
	にんにく		0.5
	生姜		0.2
	サラダ油		1
	小麦粉		5.5
	サラダ油		4
	カレー粉		1.1
	（袋）がらスープ		3
	（袋）トマトケチャップ　1kg		2
	ウスターソース		1.7
	とんかつソース		1
	しょうゆ		1
	チャツネ　450g		1
	赤ぶどう酒		1
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.8
	こしょう		0.04
	湯		60
	上乾ちりめん		2
	食べて菜		25
	キャベツ		20
	人参		5
	（レト）ホールコーン　1kg		5
	しょうゆ		2.2
	食酢		2.2
	サラダ油		1
	上白糖		1
	（個）ヨーグルト　鉄分強化		70

六条町　11月

27日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ふきよせごはん　牛乳　いかのさらさあげ　きんぴら　打ち豆汁	精白米（自校）		65
	鶏肉　胸・皮なし（1×1cm）		9
	鶏肉　もも・皮なし（1×1cm）		6
	むき栗（1／4）国産		8
	しめじ		5
	人参		7
	（冷）むき枝豆　1kg		4
	サラダ油		0.5
	しょうゆ		3
	清酒		1
	上白糖		1
	食塩		0.4
	出し昆布		0.3
	牛乳		206
	（冷）紫いか（2×4cm）		40
	生姜		1.3
	清酒		2
	しょうゆ		1.8
	カレー粉		0.5
	でんぷん		8
	なたね油　ローリー		5
	てんぷら		8
	ごぼう（ささがき）		20
	洗いれんこん		10
	つきこんにゃく		10
	人参		5
	（冷）さやいんげん　500g		3
	ごま油		0.5
	しょうゆ		1.2
	三温糖		0.6
	みりん		0.8
	炒り白ごま		0.8
	だし汁		5
	油揚げ		5
	打ち豆　500g袋		5
	玉葱		20
	大根		25
	中ねぎ		3
	中みそ		6
	甘みそ		5
	煮干し　だし用		4
	水		110

28日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン　牛乳　さといものグラタン　根菜サラダ　ロメインレタスのたまごスープ	コッペパン		50
	コッペパン		60
	牛乳		206
	鶏肉　もも・皮なし（1×1cm）		12
	白ぶどう酒		0.5
	（冷）里いも乱切り		25
	（冷）オニオンソテー　ダイス70		20
	人参		5
	サラダ油		0.5
	食塩		0.1
	こしょう		0.02
	ホワイトルウ（米粉使用）		12
	ドライパセリ		0.05
	ピザ用チーズ		10
	紙カップ　小判4号　250枚入		1
	ごぼう（サラダ用スティック）		20
	洗いれんこん		10
	きゅうり		15
	（レト）ホールコーン　1kg		7
	焙煎ごまドレッシング		9
	鶏卵		20
	ボンレスハム（短冊）卵抜き		5
	玉葱		25
	ロメインレタス		15
	人参		5
	サラダ油		0.5
	（袋）がらスープ		4
	しょうゆ		1
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.4
	こしょう		0.04
	でんぷん		0.5
	湯		110

29日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　肉じゃが　小松菜とひじきのいため煮　スタミナ納豆	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	牛肉（3×3cmスライス）		25
	じゃがいも		65
	玉葱		35
	つきこんにゃく		12
	人参		10
	（冷）さやいんげん　500g		5
	サラダ油		0.5
	しょうゆ		2.5
	中双糖		1.8
	清酒		1.8
	食塩		0.06
	湯		5
	てんぷら		5
	小松菜		20
	たけのこ水煮（1／2カット）		10
	人参		7
	（乾）ひじき		1.2
	すりごま		1
	サラダ油		0.5
	しょうゆ		2
	三温糖		1.5
	みりん		0.6
	清酒		1
	水		5
	鶏肉　ひき肉		20
	水		6.5
	ごま油		1
	にんにく		1
	生姜		1
	ドライひきわり納豆		3
	細ねぎ		3
	しょうゆ		1.4
	みりん		1
	清酒		0.8
	三温糖		0.3
	タバスコ		0.08

30日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
セルフオムライス（ピラフ・うすやきたまご）　牛乳　ブロッコリーのカレードレッシング　コンソメスープ　豆乳プリンタルト	精白米（自校）		65
	鶏肉　胸・皮なし（1×1cm）		6
	鶏肉　もも・皮なし（1×1cm）		4
	皮むき玉葱		20
	人参		5
	（冷）むき枝豆　1kg		5
	サラダ油		0.8
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.6
	こしょう		0.05
	（袋）トマトパウダー　200g		0.4
	（冷）薄焼き卵		40
	（袋）トマトケチャップ		8
	牛乳		206
	（生）ブロッコリー（カット）県産		15
	キャベツ		20
	きゅうり		15
	赤パプリカ		4
	食酢		2.3
	サラダ油		1
	カレー粉		0.2
	上白糖		1.5
	食塩		0.2
	こしょう		0.02
	粗挽きウインナー（2cm）		5
	じゃがいも		25
	玉葱		25
	（冷）白いんげん豆　1kg		10
	ロメインレタス		10
	人参		5
	セロリ		2
	サラダ油		1
	（袋）がらスープ		4
	しょうゆ		0.5
	食塩		0.4
	チキンコンソメ		0.3
	こしょう		0.03
	湯		100
	（個）国産豆乳プリンタルト		25