

1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
パン	牛乳	206
袋入り	(冷)赤魚 2cm角切・皮付き骨なし	45
	清酒	2
米	米粉	2
	でんぷん	3
なたね油	ローリー	5
	皮むき玉葱	10
赤パプリカ		5
	黄パプリカ	5
魚の	サラダ油	0.5
	食酢	3.3
エス	上白糖	3
	食塩	0.2
カベ	こしょう	0.03
	水	10
ッシュ		
	(生)ブロッコリー	25
冬	大根	20
	キャベツ	15
野菜	金時人参	5
	食酢	2.2
サラダ	サラダ油	1
	上白糖	1
わかめ	食塩	0.2
	こしょう	0.03
スープ		
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
チーズ	干しわかめ(カット)	0.8
	玉葱	25
中ねぎ		3
	サラダ油	0.5
コンソメ	チキンコンソメ	0.5
	しょうゆ	0.8
中のみ	食塩	0.6
	こしょう	0.03
	湯	140
	(個)チーズ 鉄強化	13.5

4日(月)		
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
	(冷)さんま開き どんぶん付き	40
さんまのかば焼き風	なたね油 ローリー	4
	生姜	1.2
	しょうゆ	3
	上白糖	3
	みりん	1.8
	清酒	1.8
	湯	4
	食べて菜	25
	キャベツ	20
	人参	7
	しょうゆ	2.3
	ゆず酢	1.7
	上白糖	1.1
	高野豆腐(サイコロ・小)	5
	大根	15
玉葱	15	
人参	5	
中ねぎ	3	
中みそ	6	
甘みそ	5	
煮干し だし用	4	
水	135	

5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
	鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	幼 40
とり肉のマーマレード焼き	鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	小 60
	鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	中 70
	食塩	0.2
	こしょう	0.07
	マーマレード 調理用	5
	清酒	1.3
	うすくちしょうゆ	1.3
	みりん	1.3
	どんぶん	0.4
	湯	4
	(生)ブロッコリー	30
	ベーコン(短冊)	5
	(冷)白いんげん豆 1kg	10
	玉葱	20
	白菜	20
人参	7	
セロリ	2	
マカロニ(ホイール)	5	
(袋)がらスープ	4	
食塩	0.5	
しょうゆ	0.5	
チキンコンソメ	0.4	
こしょう	0.03	
湯	115	
(個)のむヨーグルト	80	

6日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
深川めし	精白米(自校)	65
	(冷)あさりむき身	15
	(冷)油揚げ(5mm×40mm)	3
牛乳	ごぼう(ささがき・ごはん用小さめ)	5
	(冷)むき枝豆 1kg	4
	生姜	1.3
	サラダ油	0.5
	清酒	2
	しょうゆ	2
	上白糖	1.2
	食塩	0.8
	牛乳	206
	(冷)いわしの生姜煮	小 40
	(冷)いわしの生姜煮	中 50
	(乾)かんぴょう(2cm)	5
	食塩	0.05
	小松菜	15
	人参	5
花かつお(碎片)500g	0.8	
しょうゆ	2.2	
食酢	2.2	
ごま油	1	
上白糖	1.2	
炒り白ごま	0.5	
油揚げ	4	
(冷)すいとん	15	
じゃがいも	20	
大根	15	
人参	7	
生しいたけ(スライス)果産・1kg	5	
中ねぎ	3	
しょうゆ	2	
みりん	1	
食塩	0.4	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	105	

7日(木)		
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(2cm角)	30
	サラダ油	0.5
	大かぶ	40
	皮むき玉葱	30
	キャベツ	20
	人参	10
	パセリ	0.3
	サラダ油	2
	(袋)トマトケチャップ 1kg	4
	(袋)トマトピューレ 1kg	5
	赤ぶどう酒	2
	(袋)がらスープ	4
	食塩	0.4
	チキンコンソメ	0.4
	こしょう	0.05
ローリエ	0.1	
生クリーム	2	
湯	70	
(レト)ささみ油漬(フレーク)	5	
じゃがいも	30	
きゅうり	15	
人参	5	
(レト)ホールコーン 1kg	5	
(個)マヨネーズ	8	
りんご	25	

8日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
冬野菜カレーライス	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(2×3cmスライス)	20
牛乳	玉葱	40
	じゃがいも	25
	大かぶ	20
	洗いれんこん	15
	金時人参	7
	セロリ	3
	にんにく	0.5
	生姜	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉	5
	カレー粉	1.1
	サラダ油	5
	(袋)がらスープ	4
	(袋)トマトケチャップ 1kg	2
	ウスターソース	1.3
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	
食塩	0.5	
こしょう	0.04	
チキンコンソメ	0.5	
湯	60	
きゅうり	10	
切干し大根	5	
人参	5	
(レト)ホールコーン 1kg	5	
(乾)刻み昆布	0.5	
食酢	2.2	
しょうゆ	2	
上白糖	1	
サラダ油	0.5	
ごま油	0.5	
(個)ココアワッフル 鉄分強化	28	

11日(月)			12日(火)			13日(水)			14日(木)			15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
とりにごぼうピラフ 牛乳 平つくねのねぎソースかけ ビーフンサラダ うずらたまごとチンゲンサイのスープ	精白米(自校)	65	しつぽくうどん 牛乳 かたくちいわしのからあげ まんばのごまドレッシング あえ ミックスマッツ (中のみ)	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	幼-小3 200	ごはん 牛乳 煮こみおでん 温でも冷でも！ 八彩サラダ みかん	精白米(自校)	72	コッペパン 牛乳 はくさいのクリーム煮 ひじき入り根菜サラダ 香緑	コッペパン	50	ごはん 牛乳 フェイジョア キヌアのサラダ コーヒーゼリー (中のみ)	精白米(自校)	72
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	15		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4-6 280		精白米(自校)	80		コッペパン	60		精白米(自校)	80
	ごぼう(ささがき・ごはん用小さめ)	12		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中 300		牛乳	206		牛乳	206		鉄強化米	0.5
	(冷)むき枝豆 1kg	5		鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)	9		てんぷら	20		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12		牛乳	206
	(レト)ホールコーン 1kg	5		鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)	6		(レト)うずら卵1kg	20		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8		粗挽きウインナー(1cm)	20
	干しいたけ(スライス)	0.4		てんぷら	10		(冷)厚揚げ(カット)1kg	25		白ぶどう酒	1		(冷)大豆水煮	20
	サラダ油	0.8		油揚げ	5		てんぷら	15		ベーコン(短冊)	5		豚肉並ミンチ	20
	清酒	1		大根	30		大根	30		白菜	40		玉葱	40
	しょうゆ	0.8		里いも(1.5cm)	20		里いも(2cm)セレバス	20		玉葱	40		(袋)トマト水煮	8
	チキンコンソメ	1.2		中ねぎ	3		液型こんにやく(2×2×1cm)	12		じゃがいも	30		にんにく	1
	食塩	0.3		しょうゆ	4		人参	7		人参	10		パセリ	0.5
	こしょう	0.03		みりん	1		(乾)早煮昆布(カット)	1		しめじ	10		サラダ油	1
	牛乳	206		清酒	2		赤みそ	3		甘みそ	0.5		(袋)トマトケチャップ 1kg	6
	(冷)キャベツ入り平つくね 50g	小 50		食塩	0.4		中双糖	3		サラダ油	0.5		ウスターソース	1
	(冷)キャベツ入り平つくね 60g	中 60		煮干し だし用	5		清酒	1		小麦粉	3.5		チキンコンソメ	0.6
	細ねぎ	3		水	150		しょうゆ	0.8		サラダ油	3		食塩	0.3
	生姜	0.5		牛乳	206		水	50		(袋)がらスープ	3		こしょう	0.03
	しょうゆ	2.2		(冷)かたくちいわし濃粉付き	25		(レト)ささみ油漬(フレーク)	15		チキンコンソメ	0.5		湯	10
	食酢	2		なたね油 ローリー	4		キャベツ	15		食塩	0.4		(レト)まぐろ油漬	5
	上白糖	1		食塩	0.05		太もやし	10		こしょう	0.03		キャベツ	25
でんぷん	0.3	(生)まんば	25	人参	5	調理用牛乳	25	きゅうり	15					
湯	4	太もやし	25	しょうゆ	2	生クリーム	2	人参	5					
ビーフン	5	人参	5	食酢	1.5	ピザ用チーズ	1.5	(レト)ホールコーン 1kg	5					
太もやし	25	しょうゆ	2	しょうゆ	1	湯	45	キヌア 100g袋	1.2					
きゅうり	20	食酢	1.5	上白糖	1	(レト)まぐろ油漬	8	食酢	1.2					
人参	5	サラダ油	0.5	サラダ油	0.5	(乾)ひじき	0.5	(冷)レモン果汁 県産・500g	1					
しょうゆ	2.5	ごま油	0.5	炒り白ごま	1	洗いごぼう	15	上白糖	1.2					
食酢	2.5	炒り白ごま	1	しょうゆ	1.5	れんこん(いちよう3mm)	12	サラダ油	1					
上白糖	1.6	(個)ミックスマッツ	15	(冷)レモン果汁 県産・500g	2	きゅうり	7	食塩	0.3					
ごま油	1			食酢	1	人参	5	こしょう	0.03					
からし粉	0.06			上白糖	1.5	焙煎ごまドレッシング	9	(個)コーヒーゼリー	60					
ボンレスハム(短冊)卵抜き	7			ごま油	0.5		50							
(レト)うずら卵 1kg	25			みかん	80									
玉葱	15													
チンゲンサイ	10													
人参	5													
エリンギ	5													
サラダ油	0.5													
(袋)がらスープ	4													
しょうゆ	0.5													
チキンコンソメ	0.3													
食塩	0.3													
こしょう	0.03													
ごま油	0.1													
湯	120													

18日(月)		
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
煮しめ	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	21
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	14
食べて菜のおかかあえ	清酒	1
	板こんにやく	25
	洗いごぼう	25
	大根	30
	れんこん(いちよう5mm)	20
	金時人参	10
	(冷)きやいんげん 500g	8
	干しいたけ(スライス)	0.8
	ごま油	1.5
	しょうゆ	3.5
	中双糖	2.5
	でんぷん	0.7
	水	6
	食べて菜	25
	太もやし	25
	人参	5
しょうゆ	2.5	
ポン酢	1	
花かつお(碎片)500g	0.7	
かえり	5	
炒り白ごま	1	
みりん	2	
上白糖	1.4	
しょうゆ	0.6	
水	3	
(個)大福もち(豆乳いちご)	30	

19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
白身魚のレモンソース	(チルド)メルルーサ3cm角切・皮付き骨なし	50
	清酒	2
	食塩	0.1
	(冷)レモン果汁 県産・500g	4
	上白糖	4
	しょうゆ	1.5
	でんぷん	0.3
	水	3
	ロースハム(短冊)卵抜き	7
	(生)まんば	30
	太もやし	25
	アーモンド(刻み)	1.5
	しょうゆ	2.5
	食酢	2.2
	上白糖	1
	サラダ油	1
アーモンド(粉)	1	
鶏卵	25	
玉葱	25	
人参	5	
中ねぎ	3	
きくらげ(せん切り)	1	
サラダ油	1	
(袋)がらスープ	4	
チキンコンソメ	0.5	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
しょうゆ	1	
でんぷん	0.5	
ごま油	0.2	
湯	120	

20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(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	60
牛乳	牛乳	206
ミートローフ	牛肉ミンチ	20
	豚肉並ミンチ	25
	赤ぶどう酒	1
	(冷)オニオンソーテ スライス	8
	白いんげん豆ペーストトレルト	9
	人参	3
	鶏卵	5
	パン粉(米粉使用)	4
	食塩	0.2
	こしょう	0.03
	(袋)トマトケチャップ 1kg	3
	とんかつソース	2
	赤ぶどう酒	0.5
	上白糖	0.15
	水	0.8
	星形チーズ	5
(生)ブロッコリー	20	
きゅうり	20	
人参	7	
食酢	2.5	
サラダ油	1	
上白糖	1	
食塩	0.15	
こしょう	0.03	
ベーコン(短冊)	7	
(レト)クリームコーン 1kg	40	
玉葱	30	
パセリ	0.5	
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ	4	
食塩	0.5	
チキンコンソメ	0.3	
こしょう	0.03	
水	100	
(個)ミニケーキ	30	

21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
ロメインレタスのさつまあげ	(冷)白身魚すり身	45
	皮むき玉葱	10
	ロメインレタス	5
	(レト)ホールコーン 1kg	3
	でんぷん	2
	食塩	0.15
	なたね油 ローリー	4
	小松菜	25
	キャベツ	15
	人参	5
	たくあん(刻み)1kg袋	6
	しょうゆ	1
	炒り白ごま	1
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	6
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	4
	豆腐	20
つきこんにやく	7	
油揚げ	5	
洗いごぼう	10	
人参	7	
中ねぎ	3	
しょうゆ	2	
食塩	0.7	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	120	
野菜とたくあんのごまあえ		
けんちん汁		

22日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
大豆ごはん	精白米(自校)	65
	牛肉(2×2cmスライス)	15
	(冷)大豆水煮	10
牛乳	(冷)油揚げ(5mm×40mm)	5
	人参	5
さばのごまだれかけ	(冷)むき枝豆 1kg	3
	サラダ油	0.5
	清酒	2
	しょうゆ	2
	上白糖	0.5
	食塩	0.5
	牛乳	206
	(チルド)さば	幼・小 50
	(チルド)さば	中 60
	清酒	1.5
	生姜	0.3
	しょうゆ	2
	上白糖	1.2
	炒り白ごま	0.5
	すりごま	1
	でんぷん	0.3
水	8	
大根	35	
きゅうり	15	
人参	5	
ゆず酢	1.7	
上白糖	1.1	
しょうゆ	2.3	
油揚げ	5	
(生)かぼちゃ(2×2cm)	25	
玉葱	20	
中ねぎ	3	
中みそ	6	
甘みそ	5	
煮干し だし用	4	
水	120	
かぼちゃのみそ汁		