

7日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーピラフ	精白米(自校)	60
	鉄強化米	0.3
	(冷)鶏肉胸皮なし(1×1cm)	12
	(冷)鶏肉もも皮なし(1×1cm)	8
	白ぶどう酒	1
	玉葱	12
	人参	8
	エリンギ カット	5
	(冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1
牛乳	食塩	0.65
	こしょう	0.03
	カレー粉	0.7
	チキンコンソメ	0.4
	ウスターソース	0.7
	牛乳	206
	(レト)まぐる油漬	15
	(冷)ブロッコリー	15
	きゅうり	20
	(缶)ホールコーン	10
ツナサラダ	食酢	3
	サラダ油	1
	上白糖	0.7
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
	粗挽きウインナー(輪切り)	20
	(冷)白いんげん豆	15
	玉葱	40
	キャベツ	25
	人参	15
ウインナーと野菜のスープ	パセリ	0.5
	セロリー	2
	ローリエ	0.1
	サラダ油	1
	(レト)がらスープ	4
	白ぶどう酒	1
	チキンコンソメ	0.3
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	湯	80

8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	50
	牛乳	206
牛乳	鶏肉胸・皮なし(2×2cm)	30
	鶏肉もも・皮なし(2×2cm)	20
鶏肉と野菜のトマト煮	ベーコン(短冊)	5
	じゃがいも	40
	玉葱	40
	人参	15
	にんにく	1
	サラダ油	1
	トマト水煮	25
	トマトケチャップ 1kg	3
	赤ぶどう酒	1
	上白糖	0.8
キャベツのソテー	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
	キャベツ	35
	人参	10
	しめじ	15
	(缶)ホールコーン	8
	サラダ油	1
味付小魚	チキンコンソメ	0.2
	濃口しょうゆ	0.2
	食塩	0.2
	こしょう	0.03
	味付小魚(個装)	5

18日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
赤飯	精白米(自校)	50
	精白米(自校)	55
牛乳	もち米	18
	もち米	20
鶏肉の から揚げ	(乾)小豆	7
	食塩	0.6
ゆで野菜	炒り黒ごま	0.7
	牛乳	206
すまし汁	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20
いちごゼリー	濃口しょうゆ	2
	清酒	0.7
	生姜	0.7
	でんぷん	2
	米粉	4
	なたね油	5
	キャベツ	40
	人参	10
	ゆで塩	0.5
	型抜きかまぼこ(桜)	6
	(冷)豆腐(カット)	20
	玉葱	25
	中ねぎ	5
	たけのこ水煮(短冊切り)	10
	干しわかめ(カット)	0.5
	清酒	1
	食塩	0.4
	濃口しょうゆ	0.5
	削り節 だし用	4
	出し昆布	1
	水	115
	(個)いちごゼリー	50

19日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーライス (麦ごはん)	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
牛乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
フレンチ サラダ	牛乳	206
	牛肉(3×3cmスライス)	25
小煮干し	じゃがいも	50
	玉葱	40
	人参	10
	(冷)むき枝豆	5
	(乾)レンズ豆	5
	セロリー	5
	にんにく	0.5
	小麦粉	6
	サラダ油	4
	カレー粉	1
	サラダ油	2
	(レト)がらスープ	4
	赤ぶどう酒	2
	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
	濃口しょうゆ	1
	チャツネ	1
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.5
	こしょう	0.04
	湯	90
	キャベツ	20
	きゅうり	25
	人参	10
	(缶)ホールコーン	5
	食酢	3
	サラダ油	1
	上白糖	0.8
	食塩	0.25
	こしょう	0.03
	小煮干し	4

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	50
	コッペパン	50
牛乳	牛乳	206
	(冷)赤魚2cm角・皮付骨なし	50
魚の ごま揚げ	清酒	2
	生姜	1
海藻 サラダ	濃口しょうゆ	1
	食塩	0.2
マカロニ スープ	でんぷん	6
	米粉	4
はっさく (中のみ)	炒り白ごま	3
	なたね油	5
	キャベツ	30
	きゅうり	20
	(缶)ホールコーン	5
	(乾)海藻ミックス	1
	濃口しょうゆ	2
	食酢	2
	上白糖	1.2
	ごま油	0.5
	サラダ油	0.5
	ベーコン(短冊)	5
	(冷)白いんげん豆	10
	玉葱	25
	トマト水煮	20
	人参	10
	マカロニ(シエル)	5
	パセリ	0.5
	サラダ油	1
	(レト)がらスープ	4
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.3
	濃口しょうゆ	0.5
	湯	120
	はっさく	50
	紙ナフキン	1

21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
牛乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
ホイコーロー ビーフン サラダ	牛乳	206
	豚肉赤身(3×3cmスライス)	40
ミニトマト	濃口しょうゆ	1
	清酒	1
	キャベツ	40
	玉葱	35
	たけのこ水煮(ホール)	15
	人参	10
	ピーマン	8
	生姜	1
	にんにく	0.5
	サラダ油	1
	赤みそ	2
	濃口しょうゆ	1
	清酒	1
	上白糖	0.7
	オイスターソース	0.7
	豆板醤	0.05
	ごま油	0.5
	ロースハム(短冊)卵抜き	7
	ビーフン	5
	もやし	25
	きゅうり	15
	人参	8
	濃口しょうゆ	2.5
	食酢	2.5
	上白糖	1.3
	ごま油	1
	からし粉	0.05
	ミニトマト	30

22日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
たけのこ ごはん	精白米(自校)	60
	鉄強化米	0.3
牛乳	(冷)鶏肉胸皮なし(1×1cm)	9
	(冷)鶏肉もも皮なし(1×1cm)	6
きんぴら	清酒	1
	油揚げ	5
すいとん 汁	新たけのこ水煮(ホール)	20
	(冷)むき枝豆	5
野菜 マフィン (中のみ)	人参	5
	濃口しょうゆ	2
	清酒	2
	食塩	0.5
	上白糖	0.5
	出し昆布	1
	牛乳	206
	でんぷん	10
	洗いごぼう	25
	つきこんにゃく	10
	人参	7
	(冷)さやいんげん	6
	ごま油	1
	濃口しょうゆ	2
	三温糖	1
	みりん	1
	炒り白ごま	2
	(冷)すいとん	25
	油揚げ	5
	大根	20
	人参	10
	中ねぎ	5
	中みそ	6
	白みそ	5
	煮干し だし用	4
	水	110
	(個)野菜マフィン	25

