

								1日(木)			2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
								麦 ごはん 牛乳 さんまの蒲焼き風 おかかあえ 豆腐のみそ汁	精白米(委託)	60	コ ッ ペ バ ン	コッペパン	50
									精白米(委託)	70		コッペパン	60
									米粒麦 委託	6		牛乳	206
									米粒麦 委託	7			
									牛乳	206	牛乳	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
									(冷)さんま開き 澱粉付き	40	牛乳	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
									なたね油	4	白菜のクリーム煮	白ぶどう酒	1
									生姜	1.2	白葱	ベーコン(短冊)	5
									濃口しょうゆ	2.7	白菜	玉葱	40
									上白糖	2.7	じゃがいも	エリンギカット	10
									清酒	1.8	人参	人参	10
									みりん	1.7	煮	サラダ油	0.5
									でんぷん	0.2	ひじき入り根菜サラダ	小麦粉	3.5
									湯	4	りんご	サラダ油	2
									もやし	30		バター	1
									小松菜	25		(レト)がらスープ	3
									人参	7		チキンコンソメ	0.5
									花かつお	0.8		食塩	0.4
									濃口しょうゆ	2		こしょう	0.02
									豆腐	30		調理用牛乳	25
								油揚げ	5		生クリーム	2	
								玉葱	20		ピザ用チーズ	1.5	
								中ねぎ	5		湯	45	
								中みそ	6		(レト)まぐろ油漬	8	
								白みそ	5		(乾)ひじき	0.5	
								煮干し だし用	4		洗いごぼう	15	
								水	120		れんこん(いちょう3mm)	15	
											きゅうり	10	
											人参	5	
											焙煎ごまドレッシング	9	
											りんご	40	

12日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
深川めし 牛乳 かんぴょうの和え物 白玉雑煮	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	鉄強化米	0.5
	(冷)あさりむき身	15
	生姜	1.3
	清酒	2
	油揚げ	4
	洗いごぼう	7
	(冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1
	濃口しょうゆ	3
	上白糖	1.1
	清酒	0.5
	食塩	0.5
	牛乳	206
	ロースハム(短冊)卵抜き	5
	きゅうり	15
	(乾)かんぴょう(2cm)	6
	人参	5
	(乾)刻み昆布	0.8
炒り白ごま	0.5	
濃口しょうゆ	2.7	
食酢	2.2	
上白糖	1.2	
ごま油	1	
鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	9	
鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	6	
かまぼこスライス	5	
(冷)白玉	25	
大根	25	
人参	7	
小松菜	7	
濃口しょうゆ	2	
みりん	1	
食塩	0.35	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	110	

13日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン (袋入り) 牛乳 ボルシチ 粉ふきいも クリームチーズ(中のみ) 香緑	(個)常温コッペパン	小1 40
	(個)常温コッペパン	小2・3 50
	(個)常温コッペパン	小4 60
	(個)常温コッペパン	小5~中 70
	牛乳	206
	牛赤肉(2cm角)	20
	牛肉(2cm角)	10
	大かぶ	50
	玉葱	30
	キャベツ	20
	セロリ	10
	パセリ	0.3
	サラダ油	1
	バター	1
	トマトケチャップ	4
	トマトピューレ	4
	(レト)がらスープ	3
	赤ぶどう酒	2
	チキンコンソメ	0.4
	ローリエ	0.1
食塩	0.55	
こしょう	0.05	
生クリーム	3	
湯	80	
じゃがいも	60	
人参	7	
ゆで塩	1.2	
(個)クリームチーズ	18	
キウイフルーツ(香緑)	50	

14日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 煮しめ 食べて菜のゆず香あえ たつくり だいだいのムース(中のみ)	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
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	21
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	14
	清酒	1
	板こんにやく	25
	洗いごぼう	25
	人参	20
	れんこん(いちよう5mm)	20
	金時人参	10
	(冷)さやいんげん	8
	干しいたけ(スライス)	0.8
	ごま油	1.5
	濃口しょうゆ	3.5
	中双糖	2.5
	でんぷん	0.7
	水	6
(レト)まぐろ油漬	8	
食べて菜	25	
もやし	20	
キャベツ	15	
濃口しょうゆ	2.3	
ゆず酢	1.7	
上白糖	1.1	
かえり	6	
炒り白ごま	1	
みりん	0.9	
上白糖	0.7	
濃口しょうゆ	0.35	
水	0.7	
(個)国産だいだいのムース	30	

15日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 牛乳 フライドチキン ツリーチーズサラダ コーンクリームスープ ミニケーキ	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	60
	牛乳	206
	(冷)フライドチキン	50
	なたね油	4
	星形チーズ	5
	キャベツ	25
	(冷)ブロッコリー	20
	赤パプリカ	3
	黄パプリカ	3
	食酢	2.5
	サラダ油	1
	上白糖	1
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	ベーコン(短冊)	7
	(缶)クリームコーン	40
	玉葱	30
	(缶)ホールコーン	5
	パセリ	0.5
サラダ油	0.5	
(レト)がらスープ	4	
チキンコンソメ	0.3	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
コーンスターチ	1.5	
湯	100	
(個)ミニケーキ	30	

16日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
とりごぼうピラフ(麦入り) 牛乳 ビーフン サラダ ロメインレタスと卵のスープ	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	鉄強化米	0.5
	(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	9
	(冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	6
	洗いごぼう	15
	人参	5
	(冷)むき枝豆	5
	(缶)ホールコーン	5
	干しいたけ(スライス)	0.5
	ごま油	1
	清酒	1
	濃口しょうゆ	1
	チキンコンソメ	0.8
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	牛乳	206
	ロースハム(短冊)卵抜き	7
	もやし	25
	チンゲンサイ	15
人参	8	
ビーフン	5	
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	0.06	
鶏卵	20	
豆腐	20	
ロメインレタス	20	
玉葱	15	
サラダ油	0.5	
(レト)がらスープ	4	
濃口しょうゆ	0.5	
チキンコンソメ	0.3	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
でんぷん	0.3	
湯	110	

19日(月)			20日(火)			21日(水)			22日(木)			23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
麦ごはん 牛乳 冬野菜カレールイス 切干大根のサラダ 小煮干し	精白米(委託)	60	大豆ごはん(麦入り) 牛乳 大根のそぼろ煮 かぼちやのみそ汁 ゆずゼリー	精白米(自校)	59	コッペパン コッペパン 牛乳 豚肉赤身(3×3cmスライス) 赤ぶどう酒 (冷)白いんげん豆 じゃがいも 玉葱 人参 パセリ サラダ油 トマトピューレ トマトケチャップ 上白糖 ウスターソース チキンコンソメ 食塩 こしょう 湯 (レト)ささみ油漬(フレーク) マカロニ(シエル) きゅうり キャベツ 人参 セロリ 食酢 上白糖 (冷)レモン果汁 サラダ油 食塩 こしょう (個)いちごジャム (個)チーズ鉄強化	コッペパン	50	麦ごはん 牛乳 さばのみぞれ煮 ほうれん草のみぞれ煮 ほうれん草のみそ炒め ちりめんあえ すいとん汁 しじみの佃煮	精白米(委託)	60	厚揚げとチンゲンサイのみそ炒め ちりめんあえ	精白米(自校)	66
	精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		コッペパン	60		精白米(委託)	70		精白米(自校)	73
	米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5		牛乳	206		米粒麦 委託	6		米粒麦 自校	6
	米粒麦 委託	7		牛肉(2×2cmスライス)	15		(冷)大豆水煮	12		米粒麦 委託	7		米粒麦 自校	7
	牛乳	206		油揚げ	3		牛乳	30		牛乳	206		鉄強化米	0.5
	牛肉(3×2cmスライス)	20		人参	5		赤ぶどう酒	1		牛乳	206		牛乳	206
	玉葱	40		(冷)むき枝豆	5		(冷)白いんげん豆	35		さばのみぞれ煮	50		豚肉並ミンチ	15
	大かぶ	30		サラダ油	0.8		じゃがいも	45		(冷)さばのみぞれ煮	50		清酒	2
	じゃがいも	20		清酒	2		玉葱	40		ローズハム(短冊)卵抜き	7		生姜	0.6
	れんこん(いちよう5mm)	10		濃口しょうゆ	2		人参	10		もやし	30		にんにく	0.2
	人参	10		上白糖	0.5		パセリ	0.5		ほうれん草	25		(冷)厚揚げ(カット)	50
	エリンギカット	5		食塩	0.5		サラダ油	0.5		炒り白ごま	0.5		玉葱	40
	セロリ	3		牛乳	206		トマトピューレ	6		濃口しょうゆ	1.8		チンゲンサイ	20
	にんにく	0.5					トマトケチャップ	3		食酢	1.8		人参	10
	生姜	0.5					上白糖	1.2		上白糖	1.5		たけのこ水煮(ホール)	8
	サラダ油	1					ウスターソース	0.7		ごま油	1		生しいたけ(スライス)	5
	小麦粉	6					チキンコンソメ	0.6					ごま油	0.8
	カレー粉	1					食塩	0.5		(冷)すいとん	25		赤みそ	3
	サラダ油	4					こしょう	0.05		油揚げ	5		濃口しょうゆ	2.2
	(レト)がらスープ	4					湯	40		大根	25		人参	2
	トマトケチャップ	2								人参	10		中双糖	0.6
	ウスターソース	1.3								中ねぎ	5		チキンコンソメ	0.03
	とんかつソース	1								中みそ	6		でんぷん	1
濃口しょうゆ	1					白みそ	5	湯	20					
チャツネ	1					煮干し だし用	4							
赤ぶどう酒	1					水	110							
チキンコンソメ	0.5							上乾ちりめん	5					
食塩	0.5							もやし	40					
こしょう	0.04							小松菜	25					
湯	60							濃口しょうゆ	2.3					
きゅうり	10							ポン酢	0.7					
切干し大根	5													
(缶)ホールコーン	5													
人参	4													
(乾)刻み昆布	0.5													
食酢	2.2													
濃口しょうゆ	2													
上白糖	1													
サラダ油	0.5													
ごま油	0.5													
小煮干し	4													