

				1日(水)			2日(木)			3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		
				コッ ペ パ ン	コッペパン	50	麦 こ は ん	精白米(委託)	60	ば ら ず し	精白米(自校)	65		
					コッペパン	60		精白米(委託)	70		鉄強化米	0.5		
					(個)いちごジャム	15		米粒麦 委託	6		清酒	3		
								米粒麦 委託	7		出し昆布	0.8		
					い ち ご じ ャ ム	牛乳	206	牛 乳	牛乳		206	手 ま き の り	食酢	10
						豚肉赤身ミンチ	20		(冷)さばの塩麹焼き		小50		上白糖	8
						(冷)白いんげん豆	20	(冷)さばの塩麹焼き	中60		食塩		0.8	
						(冷)金時豆	15				(冷)むきえび		15	
					じゃがいも	55	さ ば の 塩 こ う じ 焼 き	切干し大根	5		清酒		1	
					玉葱	40		きゅうり	15		油揚げ		8	
					トマト水煮	8		人参	5	高野豆腐(すし用)	1			
					にんにく	1		(乾)刻み昆布	0.5	ごぼう(さがき・小さめ)	8			
					パセリ	0.8		濃口しょうゆ	2.7	人参	10			
					サラダ油	1		食酢	2.2	(冷)グリーンピース	5			
					トマトケチャップ	6		ごま油	1	干しいたけ(スライス)	0.8			
					中双糖	1.5		上白糖	1.2	上白糖	2.5			
					ウスターソース	1		炒り白ごま	0.5	清酒	2			
					赤ぶどう酒	1		切 り ぼ し 大 根 の あ え も の	豚肉赤身(3×3cmスライス)	10	薄口しょうゆ	2		
					チキンコンソメ	0.5	さつまいも(2cm角)		40	(個)手巻きのり(6枚)	2.4			
					食塩	0.3	洗いごぼう		7	牛乳	206			
				チリパウダー	0.05	つきこんにゃく	7		(レト)ささみ油漬(フレーク)	15				
				湯	30	人参	5		ブロッコリー(カット)	20				
						もやし	5		キャベツ	20				
				ロースハム(短冊)卵抜き	5	中ねぎ	5		(缶)ホールコーン	5				
				ブロッコリー(カット)	25	麦みそ	9		濃口しょうゆ	1.8				
				キャベツ	15	煮干し だし用	4		上白糖	1				
				きゅうり	10	水	110		サラダ油	0.5				
				食酢	3.4	い ち ご 大 福	(個)大福もち(豆乳いちご)	30						
				上白糖	1.5				型抜きかまぼこ(梅)	8				
				サラダ油	2				(冷)豆腐(カット)	30				
				食塩	0.3				玉葱	20				
				こしょう	0.03				えのきたけ	7				
									中ねぎ	5				
									食塩	0.7				
									薄口しょうゆ	0.5				
									削り節 だし用	4				
									出し昆布	1				
								水	120					
								(個)ひな祭りゼリー	55					

13日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーピラフ (麦入り)	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)	15
	(冷)鶏肉もも・皮なし(1×2cm)	10
	白ぶどう酒	1
	ベーコン(短冊)	5
	玉葱	15
	エリンギ(カット)	8
	(冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1.5
	食塩	0.65
	こしょう	0.03
牛乳 ひじきとチーズの サラダ	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)まぐろ油漬	15
	ダイスチーズ角生食用	13
	キャベツ	30
	人参	5
	(乾)ひじき	1.2
	食酢	3
	サラダ油	1
	濃口しょうゆ	2
	上白糖	0.5
こしょう	0.02	
ロメインレタスの スープ ぶどうゼリー	ボンレスハム(短冊)卵抜き	7
	ロメインレタス	25
	玉葱	30
	人参	10
	サラダ油	0.5
	(レト)がらスープ	4
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	濃口しょうゆ	0.5
	チキンコンソメ	0.5
	湯	120
	(個)ぶどうゼリー	40

14日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳	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)かたくちいわし 濃粉付き	35
	なたね油	4
	細ねぎ	2
	食酢	3.5
	濃口しょうゆ	2.5
	上白糖	2.5
	カリ粉	0.9
	一味	0.01
水のなんばんづけ いそ香あえ うちこみ汁	水	1.3
	白菜	20
	もやし	25
	小松菜	20
	人参	5
	もみのり	1
	濃口しょうゆ	1.5
	ポン酢	1
	油揚げ	5
	生うどん さぬきの夢2009	20
	大根	15
	人参	8
	中ねぎ	5
生しいたけ(スライス)	5	
中みそ	6	
白みそ	5	
煮干し だし用	4	
水	150	

15日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン (袋入り) 牛乳 ごぼうの クリームシチュー くきわかめの サラダ 清見オレンジ	(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
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
	白ぶどう酒	1
	ベーコン(短冊)	5
	洗いごぼう	20
	じゃがいも	40
	玉葱	40
	(レト)大豆ペースト	20
人参	10	
エリンギ(カット)	8	
パセリ	0.5	
サラダ油	3	
食塩	0.5	
こしょう	0.05	
小麦粉	4	
サラダ油	3.5	
バター	1	
ローリエ	0.1	
(レト)がらスープ	4	
チキンコンソメ	0.5	
調理用牛乳	30	
生クリーム	2	
湯	60	
(乾)荳わかめ(カット)	1	
キャベツ	30	
きゅうり	10	
(缶)ホールコーン	7	
人参	5	
食酢	1.5	
上白糖	1.2	
(冷)レモン果汁	1	
サラダ油	1	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
清見オレンジ	50	

16日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
中華風 たきこみごはん (麦入り) 牛乳 ビーフン サラダ 中華スープ ミックスナッツ	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	鉄強化米	0.5
	焼き豚(1cm角切り)	15
	たけのこ水煮(ホール)	10
	(冷)むき枝豆	5
	中ねぎ	5
	干しいたけ(スライス)	0.5
	ごま油	1
	清酒	4
	濃口しょうゆ	4
	上白糖	0.8
	食塩	0.4
牛乳	206	
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	0.06	
(レト)うずら卵	20	
玉葱	30	
人参	10	
えのきたけ	5	
チンゲンサイ	10	
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	0.4	
こしょう	0.03	
湯	120	
(個)ミックスナッツ	15	

17日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 焼き ごぼうのみそ そぼろ煮 ちりめん あえ 四国ゼリー	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
	豚肉赤身ミンチ	20
	焼き豆腐	85
	玉葱	30
	人参	10
	チンゲンサイ	10
	中ねぎ	3
	干しいたけ(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	2.5	
清酒	2	
濃口しょうゆ	2	
一味	0.02	
でんぷん	1	
水	20	
上乾ちりめん	5	
もやし	30	
小松菜	25	
人参	5	
濃口しょうゆ	2.7	
ポン酢	0.7	
上白糖	0.5	
(個)四国ゼリー	40	

20日(月)

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
牛乳	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20
とり肉の トマト煮	ベーコン(短冊)	5
	(冷)大豆水煮	20
	じゃがいも	25
	玉葱	40
	トマト水煮	25
	人参	15
	にんにく	1
	パセリ	0.5
	オリーブ油	1
	トマトケチャップ	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
カラフル サラダ	ブロッコリー(カット)	20
	きゅうり	20
	キャベツ	15
	赤パプリカ	5
	黄パプリカ	5
	食酢	3
	サラダ油	1.2
	上白糖	0.8
	食塩	0.3
	こしょう	0.02
	(個)クリームチーズ	18

22日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
菜めし(麦入り)	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	鉄強化米	0.5
	菜めしの素	2
	牛乳	206
	豚肉赤身(2×2cmスライス)	30
	つきこんにやく	20
	洗いごぼう	35
	人参	15
	(冷)さやいんげん	7
	サラダ油	1
	濃口しょうゆ	4
みりん	2	
中双糖	1.5	
清酒	1.5	
でんぶん	0.5	
だし汁	8	
(冷)白玉	25	
大根	25	
人参	10	
中葱	5	
中みそ	6	
白みそ	5	
煮干し だし用	4	
水	120	
(個)ココアワッフル鉄強化	28	

23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
しじみの つくだ煮	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	(レト)しじみ佃煮	10
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
	清酒	1
	鶏卵	20
	高野豆腐(サイコロ)	15
	玉葱	30
	人参	8
	(冷)さやいんげん	7
	生しいたけ(スライス)	4
	濃口しょうゆ	3
	三温糖	2.5
	食塩	0.25
	削り節 だし用	2
	湯	50
	(乾)ひじき	3
(レト)まぐろ油漬	5	
キャベツ	25	
人参	5	
(缶)ホールコーン	5	
濃口しょうゆ	2.5	
食酢	3	
上白糖	1.6	
こしょう	0.02	
サラダ油	1.8	