



5日(月)			6日(火)			7日(水)			8日(木)			9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
コッペパン	コッペパン	50	里芋ごはん	精白米(自校)	65	しつぽくうどん	(個)ゆでうどん袋入り 幼~小3	200	えび入り五目チャーハン(麦入り)	精白米(自校)	59	コッペパン	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン	60		(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	6		(個)ゆでうどん袋入り 小4~6	280		米粒麦 自校	6		コッペパン(丸型)	60
	牛乳	206		(冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	4		(個)ゆでうどん袋入り 中	300		鉄強化米	0.5		牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12		油揚げ	5		豚肉赤身(2×2cmスライス)	20		(冷)むきえび	20		(冷)メルルーサ2cm角切	50
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8		里いも(1.5cm)	20		清酒	1		清酒	1		清酒	2
	白ぶどう酒	1		人参	7		てんぷら	10		焼き豚(1cm角切り)	15		食塩	0.1
	ベーコン(短冊)	5		(冷)むき枝豆	3		油揚げ	5		玉葱	15		でんぷん	8
	白菜	40		濃口しょうゆ	3		大根	30		人参	5		なたね油	6
	玉葱	40		清酒	2		里いも(1.5cm)	20		(冷)むき枝豆	5		(冷)レモン果汁	4
	じゃがいも	30		上白糖	0.7		人参	10		中ねぎ	3		上白糖	3
エリンギカット	10	食塩	0.55	中ねぎ	5	ごま油	1	濃口しょうゆ	3					
人参	10	出し昆布	0.7	濃口しょうゆ	4.8	チキンコンソメ	0.6	濃口しょうゆ	2					
サラダ油	0.5	牛乳	206	みりん	1	食塩	0.5	きゅうり	25					
小麦粉	3.5	豚肉並(2×3cmスライス)	20	清酒	1	こしょう	0.02	(冷)プロッコリー	15					
サラダ油	2	清酒	1	食塩	0.3	牛乳	206	赤パプリカ	5					
バター	1	鶏卵	20	煮干し だし用	5	キャベツ	25	黄パプリカ	5					
(レト)がらスープ	3	高野豆腐(サイコロ)	18	水	150	(冷)莖わかめ(細切り)	15	食酢	3					
チキンコンソメ	0.5	玉葱	30	牛乳	206	きゅうり	10	サラダ油	1.2					
食塩	0.4	(冷)さやいんげん	7	(冷)かたくちいわし 澱粉付き	25	(缶)ホールコーン	5	上白糖	0.8					
こしょう	0.02	生しいたけ(スライス)	4	なたね油	4	濃口しょうゆ	2	食塩	0.4					
調理用牛乳	25	濃口しょうゆ	3.5	食塩	0.1	食酢	1.5	こしょう	0.03					
生クリーム	2	三温糖	3	(冷)プロッコリー	20	上白糖	1	ベーコン(短冊)	10					
ピザ用チーズ	1.5	食塩	0.3	キャベツ	20	サラダ油	0.5	(冷)白いんげん豆	10					
湯	45	削り節 だし用	2	濃口しょうゆ	2.3	ごま油	0.5	玉葱	20					
(レト)まぐろ油漬	8	湯	50	ポン酢	0.7	ポンスレスハム(短冊)卵抜き	10	白菜	20					
(乾)ひじき	0.5	キャベツ	30			玉葱	30	人参	5					
洗いごぼう	15	小松菜	20			人参	7	マカロニ(雪)	3					
れんこん(いちょう3mm)	15	もやし	10			生しいたけ(スライス)	5	セロリ	3					
きゅうり	10	アーモンド(刻み)	1.5			中ねぎ	5	パセリ	0.5					
人参	5	濃口しょうゆ	2.7			春雨(8~10cm)	5	(レト)がらスープ	4					
焙煎ごまドレッシング	9	食酢	2.2			サラダ油	1	濃口しょうゆ	0.5					
りんご	40	上白糖	1			(レト)がらスープ	4	チキンコンソメ	0.4					
		サラダ油	1			濃口しょうゆ	0.5	食塩	0.5					
		アーモンド(粉)	1			チキンコンソメ	0.3	こしょう	0.03					
						ごま油	0.1	湯	110					
						食塩	0.5							
						こしょう	0.03							
						湯	120							
						(個)ヨーグルト	小70							
						(個)ヨーグルト	中100							

12日(月)		
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
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	206
煮込みおでん	牛肉(3×3cmスライス)	20
	(レト)うずら卵	25
	(冷)厚揚げ(カット)	25
	てんぷら	15
	大根	35
	板こんにやく	20
	人参	10
	(乾)早煮昆布(カット)	1
	白みそ	5
	赤みそ	3
まんばのごまドレッシング和え	中双糖	3
	清酒	1
	濃口しょうゆ	0.8
	水	50
	まんば	30
	もやし	25
	人参	5
	炒り白ごま	1
	濃口しょうゆ	2
	食酢	1.5
小原紅早生(小中のみ)	上白糖	1
	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	小原紅早生	80

13日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
深川めし	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
牛乳	生姜	1.3
	清酒	2
かんびょうの和え物	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
白玉雑煮	ロースハム(短冊)卵抜き	5
	きゅうり	15
	(乾)かんびょう(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

14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	60
牛乳	牛乳	206
ボルシチ	牛赤肉(2cm角)	20
	牛肉(2cm角)	10
	大かぶ	50
	玉葱	30
	キャベツ	20
	人参	10
	セロリ	3
	パセリ	0.3
	サラダ油	1
	バター	1
粉ふきいも	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
クリームチーズ(中のみ)	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

15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
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
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
	清酒	1
	板こんにやく	25
	洗いごぼう	25
	大根	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
食べて菜のゆず香あえ	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	
たづくり	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)国産だいたいのみース	30	

16日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン(袋入り)	(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	牛乳	206
	(冷)フライドチキン	幼40
	(冷)フライドチキン	小50
	(冷)フライドチキン	中60
	なたね油	4
	星形チーズ	5
	キャベツ	25
	(冷)ブロックリー	20
ツリーチーズサラダ	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	
コーンクリームスープ	(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	

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
とりにごぼうピラフ(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	麦ごはん 牛乳 冬野菜カレー ライス 切干大根のサラダ 小煮干し(小中のみ)	精白米(委託)	60	大豆ごはん(麦入り) 牛乳 大根のそぼろ煮 かぼちゃのみそ汁 ゆずゼリー(小中のみ)	精白米(自校)	59	コッペパン 牛乳 ポークビーフンズ チョップドサラダ いちごジャム(小中のみ) チーズ(中のみ)	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 ほうれん草のごまあえ すいとん汁 しじみの佃煮	精白米(委託)	60
	米粒麦 自校	6		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		コッペパン	60		精白米(委託)	70
	鉄強化米	0.5		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5		牛乳	206		米粒麦 委託	6
	(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	9		米粒麦 委託	7		牛肉(2×2cmスライス)	15		豚肉赤身(3×3cmスライス)	30		米粒麦 委託	7
	(冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	6		牛乳	206		(冷)大豆水煮	12		赤ぶどう酒	1		牛乳	206
	洗いごぼう	15		牛肉(3×2cmスライス)	20		油揚げ	3		(冷)白いんげん豆	35		(冷)さばのみぞれ煮	幼小50
	人参	5		玉葱	40		人参	5		じゃがいも	45		(冷)さばのみぞれ煮	中70
	(冷)むき枝豆	5		大かぶ	30		(冷)むき枝豆	5		玉葱	40		ローズハム(短冊)卵抜き	7
	(缶)ホールコーン	5		じゃがいも	20		サラダ油	0.8		人参	10		もやし	30
	干しいたけ(スライス)	0.5		れんこん(いちょう5mm)	10		清酒	2		パセリ	0.5		ほうれん草	25
	ごま油	1	人参	10	濃口しょうゆ	2	サラダ油	0.5	炒り白ごま	0.5				
	清酒	1	エリンギカット	5	上白糖	0.5	トマトピューレ	6	濃口しょうゆ	1.8				
	濃口しょうゆ	1	セロリ	3	食塩	0.5	トマトケチャップ	3	食酢	1.8				
	チキンコンソメ	0.8	にんにく	0.5	牛乳	206	上白糖	1.2	上白糖	1.5				
	食塩	0.2	生姜	0.5	鶏肉 ひき肉	15	ウスターソース	0.7	ごま油	1				
	こしょう	0.02	サラダ油	1	大根	80	チキンコンソメ	0.6	(冷)すいとん	25				
	牛乳	206	小麦粉	6	人参	10	食塩	0.5	油揚げ	5				
	ローズハム(短冊)卵抜き	7	カレー粉	1	(冷)グリーンピース	5	こしょう	0.05	大根	25				
	もやし	25	サラダ油	4	生姜	0.5	湯	40	人参	10				
	チンゲンサイ	15	(レト)がらスープ	4	サラダ油	0.5	(レト)ささみ油漬(フレーク)	5	中ねぎ	5				
	人参	8	トマトケチャップ	2	濃口しょうゆ	3	マカロニ(シエル)	5	中みそ	6				
	ビーフン	5	ウスターソース	1.3	上白糖	1.7	きゅうり	15	白みそ	5				
	濃口しょうゆ	2.5	とんかつソース	1	清酒	1	キャベツ	13	煮干し だし用	4				
	食酢	2.5	濃口しょうゆ	1	みりん	1	人参	10	水	110				
	上白糖	1.3	チャツネ	1	でんぷん	0.5	セロリ	2						
	ごま油	1	赤ぶどう酒	1	だし汁	10	食酢	1.5						
	からし粉	0.06	チキンコンソメ	0.5	油揚げ	5	上白糖	1.2						
	鶏卵	20	食塩	0.5	かぼちゃ(2×2cm)	25	(冷)レモン果汁	1						
	豆腐	20	こしょう	0.04	玉葱	25	サラダ油	1						
	ロメインレタス	20	湯	60	中ねぎ	5	食塩	0.3						
	玉葱	15	きゅうり	10	中みそ	6	こしょう	0.03						
	サラダ油	0.5	切干し大根	5	白みそ	5								
(レト)がらスープ	4	(缶)ホールコーン	5	煮干し だし用	4	(個)いちごジャム	15							
濃口しょうゆ	0.5	人参	4	水	120	(個)チーズ(鉄強化)	13.5							
チキンコンソメ	0.3	(乾)刻み昆布	0.5											
食塩	0.5	食酢	2.2	(個)ゆずゼリー	40									
こしょう	0.03	濃口しょうゆ	2											
でんぷん	0.3	上白糖	1											
湯	110	サラダ油	0.5											
		ごま油	0.5											
		小煮干し	4											