

11日(火)

| 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 | |
| | | | |
| とり肉のすだちソースかけ | 鶏肉 胸・皮なし(2×2cm) | 30 | |
| | 鶏肉 もも・皮なし(2×2cm) | 20 | |
| | 清酒 | 2 | |
| | 食塩 | 0.15 | |
| | でんぷん | 6 | |
| | なたね油 | 5 | |
| | 三温糖 | 3 | |
| | すだち酢 | 3.5 | |
| | 濃口しょうゆ | 2 | |
| | みりん | 1 | |
| | でんぷん | 0.2 | |
| | 湯 | 6 | |
| | チンゲンサイのあえもの | キャベツ | 30 |
| | | チンゲンサイ | 25 |
| | | 人参 | 10 |
| | | (個)和風ドレッシング | 8 |
| 油揚げ | | 5 | |
| 豆腐 | | 25 | |
| なす | | 15 | |
| 玉葱 | | 15 | |
| 中ねぎ | | 5 | |
| 中みそ | | 5.5 | |
| なすのみそ汁 | 白みそ | 5 | |
| | 煮干し だし用 | 4 | |
| | 湯 | 110 | |
| | | | |

12日(水)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|---------------|-----------------|--------------|
| 麦ごはん | 精白米(自校) | 66 |
| | 精白米(自校) | 73 |
| | 米粒麦 自校 | 6 |
| | 米粒麦 自校 | 7 |
| 牛乳 | 鉄強化米 | 0.3 |
| | 牛乳 | 206 |
| 厚揚げとピーマンのみそ炒め | 豚肉赤身(2×2cmスライス) | 20 |
| | 清酒 | 2 |
| | (冷)厚揚げ(カット) | 50 |
| | 玉葱 | 40 |
| | ピーマン | 12 |
| | 人参 | 10 |
| | たけのこ水煮(ホール) | 8 |
| | 生しいたけ(スライス) | 2 |
| | 生姜 | 0.6 |
| | にんにく | 0.2 |
| | ごま油 | 0.8 |
| | 赤みそ | 3 |
| | 中双糖 | 2 |
| | 濃口しょうゆ | 2 |
| | チキンコンソメ | 0.6 |
| | 豆板醤 | 0.03 |
| でんぷん | 1 | |
| 湯 | 20 | |
| もやし | もやし | 40 |
| | きゅうり | 25 |
| | (缶)ホールコーン | 7 |
| | (個)青じそドレッシング | 8 |
| | | |
| | (レト)しじみ佃煮 | 10 |
| | | |
| | (個)冷凍生パイン | 40 |
| | | |
| | | |

13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 |
| | | |
| さんまの蒲焼き風野菜のこまあえすまし汁 | (冷)さんま開き でんぷん付き | 40 |
| | なたね油 | 4 |
| | 生姜 | 1.2 |
| | 濃口しょうゆ | 3 |
| | 上白糖 | 3 |
| | みりん | 1.8 |
| | 清酒 | 1.8 |
| | でんぷん | 0.2 |
| | 湯 | 4 |
| | (冷)小松菜 | 25 |
| | キャベツ | 25 |
| | 人参 | 7 |
| | 炒り白ごま | 1 |
| | (個)ゆずかつおドレッシング | 10 |
| | 型抜きかまぼこ(小菊) | 6 |
| | 玉葱 | 25 |
| えのきたけ | 13 | |
| 中ねぎ | 5 | |
| 干しわかめ(カット) | 0.5 | |
| 濃口しょうゆ | 1 | |
| 清酒 | 1 | |
| 食塩 | 0.5 | |
| 削り節 だし用 | 4 | |
| 出し昆布 | 1 | |
| 水 | 130 | |

14日(金)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|-----------|----------------------|--------------|
| 食パン(袋入り) | (個)食パン(冷凍) 幼小 6枚切り1枚 | |
| | (個)食パン(冷凍) 中 8枚切り2枚 | |
| 牛乳 | 牛乳 | 206 |
| | | |
| | スパゲティ(ハーフ) | 35 |
| | ゆで塩 | 1.5 |
| | 鶏肉胸・皮なし(1×1cm) | 12 |
| | 鶏肉もも・皮なし(1×1cm) | 8 |
| | 清酒 | 1 |
| | ベーコン(短冊) | 10 |
| | 玉葱 | 40 |
| | 人参 | 10 |
| | えのきたけ | 8 |
| | エリンギカット | 8 |
| | しめじ | 8 |
| | ピーマン | 5 |
| | にんにく | 0.5 |
| | サラダ油 | 2 |
| バター | 1 | |
| 白ぶどう酒 | 1 | |
| 濃口しょうゆ | 1 | |
| チキンコンソメ | 0.6 | |
| 食塩 | 0.4 | |
| こしょう | 0.04 | |
| (個)刻みのり | 0.3 | |
| りんご(小中のみ) | (乾)海藻ミックス | 1 |
| | (乾)ひじき | 0.5 |
| | キャベツ | 30 |
| | きゅうり | 15 |
| | (缶)ホールコーン | 5 |
| | (個)青じそドレッシング | 8 |
| | | |
| | りんご | 50 |
| | | |
| | | |

| 24日(月) | | | 25日(火) | | | 26日(水) | | | 27日(木) | | | 28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 |
| シーフードカレーピラフ(麦入り)牛乳 ひじきとチーズのサラダ じゃがボールのスープ ココアワッフル(小中のみ) | 精白米(自校) | 59 | 麦ごはん 牛乳 いわしのしょうが煮 ほうれん草のごまドレッシング あえ さつま汁 | 精白米(委託) | 60 | 玄米粉あげパン 牛乳 肉だんごと野菜のスープ 根菜サラダ りんごゼリー(小中のみ) | コッペパン | 50 | オリブ牛のハヤシライス(麦ごはん)牛乳 りっちゃんサラダ ミニトマト(小中のみ) | 精白米(委託) | 60 | いりこめし(麦入り)牛乳 こらやど うふのうま煮 小松菜のごまあえ いも大福(小中のみ) | 精白米(自校) | 59 |
| | 米粒麦 自校 | 6 | | 精白米(委託) | 70 | | コッペパン | 60 | | 精白米(委託) | 70 | | 米粒麦 自校 | 6 |
| | 鉄強化米 | 0.3 | | 米粒麦 委託 | 6 | | なたね油 | 4 | | 米粒麦 委託 | 6 | | かえり | 3 |
| | (冷)あさりむき身 | 10 | | 米粒麦 委託 | 7 | | 焙煎玄米粉 | 4 | | 米粒麦 委託 | 7 | | 油揚げ | 5 |
| | (冷)むきえび | 8 | | 牛乳 | 206 | | 三温糖 | 3 | | 牛乳 | 206 | | つきこんにやく | 10 |
| | (冷)短冊いか(1×2cm) | 8 | | (冷)いわしの生姜煮 | 幼40 | | 紙ナフキン | 1 | | 牛乳 | 206 | | 洗いごぼう | 7 |
| | 白ぶどう酒 | 2 | | (冷)いわしの生姜煮 | 小50 | | 牛乳 | 206 | | オリーブ牛(3×3cmスライス) | 20 | | 人参 | 5 |
| | 玉葱 | 15 | | (冷)いわしの生姜煮 | 中80 | | (冷)肉だんご | 30 | | 牛赤肉(3×3cmスライス) | 5 | | (冷)むき枝豆 | 5 |
| | 人参 | 7 | | きくらげ(せん切り) | 1 | | 玉葱 | 40 | | じゃがいも | 50 | | 濃口しょうゆ | 4 |
| | (冷)むき枝豆 | 5 | | もやし | 35 | | 白菜 | 35 | | 人参 | 10 | | 清酒 | 1.5 |
| | サラダ油 | 0.8 | | (冷)ほうれん草 | 30 | | 人参 | 15 | | エリンギカット | 6 | | みりん | 0.5 |
| | ウスターソース | 1 | | 濃口しょうゆ | 2 | | チンゲンサイ | 15 | | (冷)グリーンピース | 5 | | 食塩 | 0.3 |
| | カレー粉 | 0.8 | | 食酢 | 2 | | 生姜 | 0.5 | | にんにく | 0.3 | | 出し昆布 | 1 |
| | チキンコンソメ | 0.5 | | 上白糖 | 1.5 | | サラダ油 | 1 | | サラダ油 | 1 | | 牛乳 | 206 |
| | 食塩 | 0.55 | | ごま油 | 1 | | (レト)がらスープ | 4 | | 小麦粉 | 5 | | 豚肉赤身(2×2cmスライス) | 20 |
| | こしょう | 0.03 | | 炒り白ごま | 2 | | 清酒 | 1 | | サラダ油 | 2 | | 清酒 | 1 |
| | 牛乳 | 206 | | 鶏肉 胸・皮なし(1×1cm) | 9 | | 食塩 | 0.35 | | バター | 2 | | 高野豆腐(サイコロ) | 13 |
| | (レト)まぐろ油漬 | 10 | | 鶏肉 もも・皮なし(1×1cm) | 6 | | チキンコンソメ | 0.3 | | トマトピューレ | 15 | | 玉葱 | 40 |
| | ダイスチーズ生食用 | 5 | | さつまいも(2cm角) | 30 | | 濃口しょうゆ | 0.3 | | トマト水煮 | 10 | | 人参 | 10 |
| | (乾)ひじき | 1.2 | | 大根 | 15 | | こしょう | 0.03 | | (レト)がらスープ | 3 | | (冷)さやいんげん | 7 |
| | キャベツ | 20 | | 人参 | 8 | | ごま油 | 0.2 | | 赤ぶどう酒 | 2 | | 生しいたけ(スライス) | 5 |
| | (冷)ブロッコリー | 20 | | 洗いごぼう | 7 | | 湯 | 80 | | ウスターソース | 2 | | 濃口しょうゆ | 2.8 |
| | 食酢 | 2.8 | | つきこんにやく | 7 | | れんこん(いちょう切り) | 20 | | 食塩 | 0.9 | | 三温糖 | 2.3 |
| サラダ油 | 1 | 中ねぎ | 5 | ぎゅうり | 18 | 上白糖 | 0.5 | 食塩 | 0.2 | | | | | |
| 濃口しょうゆ | 1.5 | 麦みそ | 8.5 | 洗いごぼう | 10 | チキンコンソメ | 0.5 | 削り節 だし用 | 2 | | | | | |
| 上白糖 | 0.8 | 煮干し だし用 | 4 | 人参 | 7 | からし粉 | 0.15 | 水 | 50 | | | | | |
| こしょう | 0.02 | 湯 | 110 | (缶)ホールコーン | 5 | こしょう | 0.07 | 小松菜 | 25 | | | | | |
| 粗挽きウインナー(1cmカット) | 10 | | | 焙煎ごまドレッシング | 8 | ローリエ | 0.1 | キャベツ | 20 | | | | | |
| (冷)いももち | 30 | | | 食酢 | 0.3 | ピザ用チーズ | 3 | きゅうり | 20 | | | | | |
| 玉葱 | 25 | | | (個)りんごゼリー | 50 | 湯 | 80 | 食酢 | 2.8 | | | | | |
| 人参 | 10 | | | | | ポンレスハム(短冊)卵抜き | 5 | 濃口しょうゆ | 2.5 | | | | | |
| セロリ | 2 | | | | | キャベツ | 30 | 上白糖 | 1 | | | | | |
| サラダ油 | 1 | | | | | きゅうり | 10 | サラダ油 | 0.5 | | | | | |
| (レト)がらスープ | 4 | | | | | 人参 | 7 | ごま油 | 0.5 | | | | | |
| 濃口しょうゆ | 0.5 | | | | | (缶)ホールコーン | 5 | 炒り白ごま | 2 | | | | | |
| 食塩 | 0.4 | | | | | 花かつお | 0.8 | | | | | | | |
| チキンコンソメ | 0.3 | | | | | (乾)刻み昆布 | 0.5 | | | | | | | |
| こしょう | 0.03 | | | | | 食酢 | 3 | | | | | | | |
| 湯 | 110 | | | | | サラダ油 | 3 | | | | | | | |
| (個)ココアワッフル 鉄強化 | 28 | | | | | 濃口しょうゆ | 2 | | | | | | | |
| | | | | | | 上白糖 | 0.5 | | | | | | | |
| | | | | | | こしょう | 0.02 | | | | | | | |
| | | | | | | ミニトマト | 30 | | | | | | | |

31日(月)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 | |
|---|-------------|--------------|--|
| 木の葉どんぶり (麦ごはん) 牛乳 さつまいものからあげ かみかみあえ | 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 | |
| | | | |
| | 鶏卵 | 30 | |
| | かまぼこスライス | 14 | |
| | 型抜きかまぼこ(紅葉) | 6 | |
| | 玉葱 | 40 | |
| | 人参 | 10 | |
| | 中ねぎ | 5 | |
| | 濃口しょうゆ | 4.5 | |
| | 生しいたけ(スライス) | 4 | |
| | 上白糖 | 3 | |
| | みりん | 1 | |
| | 食塩 | 0.4 | |
| | でんぷん | 0.5 | |
| | 削り節 だし用 | 2 | |
| | 湯 | 60 | |
| | | | |
| | さつまいも(2cm角) | 50 | |
| | なたね油 | 4 | |
| | 食塩 | 0.1 | |
| | | | |
| | ほうれん草 | 25 | |
| | 切干し大根 | 4 | |
| | 人参 | 5 | |
| | (缶)ホールコーン | 3 | |
| | するめ(カット)国産 | 2 | |
| (乾)刻み昆布 | 0.7 | | |
| 濃口しょうゆ | 3 | | |
| 三温糖 | 1.7 | | |
| 食酢 | 1.2 | | |
| ごま油 | 0.3 | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |