

4日(月)			5日(火)			6日(水)			7日(木)			8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	ビ ビ ン バ (麦 ご は ん)	精白米(委託)	60	ご は ん	精白米(自校)	68	全 粒 粉 パ ン	全粒粉パン	50	菜 飯	精白米(自校)	68
	コッペパン	50		精白米(委託)	70		精白米(自校)	75		全粒粉パン	50		精白米(自校)	75
	牛乳	206		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.3		牛乳	206		鉄強化米	0.3
	(冷)肉だんご	30		米粒麦 委託	7		牛乳	206		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	15		菜めしの素	3
	チンゲンサイ	25		牛乳	206		(冷)アジ ヨーンフレークフライ	小40		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10		牛乳	206
	皮むき玉葱	30		牛肉(2×2cmスライス)	30		(冷)アジ ヨーンフレークフライ	中50		白ぶどう酒	1		じゃがいものうま煮	206
	たけのこ水煮(短冊切り)	10		中ねぎ	3		なたね油 ローリー	7		ベーコン(短冊)	10		豚肉並(3×3cmスライス)	30
	人参	15		おろしにんにく	0.8		(個)濃厚ソース	10		皮むきじゃがいも(2cm)	35		清酒	1
	春雨(太め5cm)	3.5		ごま油	1		ふしめん	3		皮むき玉葱	35		皮むき玉葱	40
	おろし生姜	0.5		濃口しょうゆ	2.5		油揚げ	7		人参	15		つきこんにゃく(ハーフ)	20
(レト)がらスープ	3	三温糖	1	皮むき玉葱	25	しめじ	5	人参	15					
濃口しょうゆ	1.8	ほうれん草	17	えのきたけ(1/2カット)	10	サラダ油	0.5	(冷)むき枝豆	5					
チキンコンソメ	0.6	太もやし	25	人参	7	サラダ油	1.5	サラダ油	1					
食塩	0.5	人参	5	中ねぎ	5	バター	2	濃厚しょうゆ	3.7					
こしょう	0.03	食酢	1	中みそ	5	小麦粉	3.5	中双糖	1.7					
湯	100	ごま油	0.5	白みそ	2	調理用牛乳	20	食塩	0.1					
人参	22	濃口しょうゆ	2	煮干し だし用	3	生クリーム	1	湯	10					
きゅうり	20	上白糖	1	水	100	チキンコンソメ	0.6	キャベツ	20					
(レト)まぐろ油漬	7	食塩	0.2	ミニトマト(35個・43個入り)	30	食塩	0.3	きゅうり	20					
かんきつドレッシング	4.5	ボンレスハム(短冊)卵抜き	7	(個)セタゼリー	50	こしょう	0.05	(レト)夏みかん	15					
(個)黒豆きなこクリーム	10	(冷)豆腐(カット)	20			ローリエ	0.1	パセリ	0.5					
		(冷)オニオンソテー スライス	23			湯	55	湯	55					
		人参	7			キャベツ	20							
		干しわかめ(カット)	0.4			きゅうり	20							
		サラダ油	1			(レト)夏みかん	15							
		食塩	0.3			食酢	1.5							
		こしょう	0.03			サラダ油	1							
		濃口しょうゆ	0.8			上白糖	0.8							
		(レト)がらスープ	3			食塩	0.3							
		チキンコンソメ	0.3			こしょう	0.02							
		でんぷん	0.2											
		ごま油	0.1											
		湯	100											

11日(月)			12日(火)			13日(水)			14日(木)			15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	精白米(委託)	60	夏野菜カレーライス(麦ごはん)	精白米(委託)	60	ごはん 牛乳 高野豆腐の煮物 磯香和え ひじきのり(小のみ) しじみの佃煮(中のみ)	精白米(自校)	68	セルフ照り焼きバーガー(コッペパン・照り焼きハンバーグ・ゆで野菜) コーンスープ チーズ	コッペパン(丸型)	50	麦ごはん 牛乳 いわしのかば焼き ゆかりあえ 切干大根煮	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		精白米(自校)	75		コッペパン(丸型)	50		精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.3		牛乳	206		米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7		牛乳	206		牛乳	206		米粒麦 委託	7
	牛乳	206		牛乳	206		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12		(冷)ハンバーグ鉄強化・減塩	小60		牛乳	206
	(冷)むきえび	25		豚肉並(3×3cmスライス)	20		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8		(冷)ハンバーグ鉄強化・減塩	中80		(冷)いわし開き 澱粉付	小40
	清酒	1		皮むき玉葱	30		清酒	1		三温糖	2.5		(冷)いわし開き 澱粉付	中50
	(冷)豆腐(カット)	65		なす	20		高野豆腐(サイコロ)	17		濃口しょうゆ	1.5		なたね油 ローリー	7
	おろし生姜	0.5		かぼちゃカット(2×2cm)	25		皮むき玉葱	35		みりん	2		濃口しょうゆ	2.5
	おろしにんにく	0.5		ピーマン	5		(冷)むき枝豆	5		でんぷん	0.2		湯	4
サラダ油	1	(冷)むき枝豆	5	(レト)ホールコーン	5	湯	4	上白糖	1.2					
皮むき玉葱	30	(レト)ホールコーン	5	トマト水煮	5	キャベツ	30	おろし生姜	0.2					
たけのこ水煮(短冊切り)	15	トマト水煮	5	おろしにんにく	0.5	人参	5	でんぷん	0.2					
人参	10	おろしにんにく	0.5	小麦粉	5.5	三温糖	1.9	湯	2					
(冷)むき枝豆	5	小麦粉	5.5	サラダ油	4.5	食塩	0.3	ベーコン(短冊)	7					
太ねぎ	3	サラダ油	4.5	カレー粉	1	削り節 だし用	1.5	(レト)クリームコーン	20					
干しいたけ(スライス)	0.5	カレー粉	1	サラダ油	3	湯	60	(レト)ホールコーン	8					
上白糖	2	サラダ油	3	(レト)がらスープ	3	キャベツ	20	皮むき玉葱	30					
濃口しょうゆ	2.5	(レト)がらスープ	3	ウスターソース	3	太もやし	25	人参	5					
(レト)がらスープ	3	ウスターソース	3	赤ぶどう酒	2	味付けもみのり	1.2	パセリ	0.5					
チキンコンソメ	0.3	赤ぶどう酒	2	トマトケチャップ	2	濃口しょうゆ	1.2	サラダ油	0.8					
食塩	0.08	トマトケチャップ	2	とんかつソース	1	(個)ひじきのり	10	(レト)がらスープ	3					
トマトケチャップ	15	とんかつソース	1	濃口しょうゆ	1	しじみの佃煮	12.5	チキンコンソメ	0.5					
豆板醤	0.1	濃口しょうゆ	1	チャツネ	1			食塩	0.5					
ごま油	0.2	チャツネ	1	食塩	0.8			こしょう	0.04					
でんぷん	1	食塩	0.8	こしょう	0.04			コーンスターチ	1					
湯	15	こしょう	0.04	チキンコンソメ	0.5			調理用牛乳	20					
きゅうり	20	チキンコンソメ	0.5	湯	90			湯	70					
太もやし	25	湯	90	さきいか	3			(個)チーズ(鉄強化)	13.5					
人参	5	さきいか	3	れんこん(いちよう3mm)	15									
棒々鶏ドレッシング	4.5	れんこん(いちよう3mm)	15	きゅうり	15									
		きゅうり	15	人参	5									
		人参	5	(レト)ホールコーン	7									
		(レト)ホールコーン	7	焙煎ごまドレッシング	4.5									
		焙煎ごまドレッシング	4.5	(個)小魚入りアーモンド	8									
		(個)小魚入りアーモンド	8											

19日(火)

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	豚肉並(3×3cmスライス)	20
	ベーコン(短冊)	10
	(冷)大豆水煮	12
カレー ビー ンズ	皮むきじゃがいも(2cm)	45
	皮むき玉葱	45
	人参	10
	(冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1
	白ぶどう酒	2
	濃口しょうゆ	1
カラ フル サラ ダ	三温糖	0.6
	チキンコンソメ	0.5
	カレー粉	0.3
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	湯	20
	ヨー グル ト	キャベツ
	アスパラガス	15
	人参	5
	(レト)ホールコーン	7
	かんきつドレッシング	4.5
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70

20日(水)

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
	豚肉並(3×3cmスライス)	45
豚 肉 の し ょ う が 焼 き	おろし生姜	1.5
	おろしにんにく	0.2
	濃口しょうゆ	4
	清酒	1
	上白糖	1
	みりん	0.5
	サラダ油	1
	皮むき玉葱	40
	エリンギカット	10
	(冷)豆腐(カット)	25
	油揚げ	7
	切りこんにゃく	7
	ごぼう(さがき)	12
	人参	5
	中ねぎ	3
	濃口しょうゆ	2
	け ん ち ん 汁	食塩
清酒		1
みりん		1
削り節 だし用		3
出し昆布		1
湯		100