

10日(火)			11日(水)			12日(木)			13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				
さげ菜めし	精白米(自校)	72	年明けうどん	(個)ゆでうどん袋入り	小1~3 200	コッペパン(袋入り)	(個)常温コッペパン	小1 40	麦ごはん	精白米(委託)	60				
	精白米(自校)	80		(個)ゆでうどん袋入り	小4~6 280		(個)常温コッペパン	小2・3 50		精白米(委託)	70				
	鉄強化米	0.3		豚肉赤身(3×3cmスライス)	18		(個)常温コッペパン	小4 60		米粒麦 委託	6				
	鮭菜めしの素	4		おろし生姜	0.1		(個)常温コッペパン	小5~中 70		米粒麦 委託	7				
	牛乳	牛乳		206	清酒		1.5	牛乳		206	牛乳	206	焼き豆腐	豚肉赤身ミンチ	17
		(冷)平つくね		40	サラダ油		0.5	(冷)肉だんご		35	(冷)焼き豆腐(カット)	65			
		なたね油 ローリー		4	型抜きかまぼこ(梅)		10	ロメインレタス		15	皮むき玉葱	40			
		おろし生姜		1.2	(冷)里いも乱切り		30	皮むき玉葱		25	金時にんじん	7			
		濃口しょうゆ		2.8	大根		20	たけのこ水煮(短冊切り)		10	干しいたけ(スライス)	0.8			
		上白糖		2.8	金時にんじん		10	人参		10	太ねぎ	5			
みりん		1.8	干しいたけ(スライス)	0.5	エリンギ(カット)	5	おろし生姜	0.3							
清酒		1.8	中ねぎ	5	春雨(太め5cm)	2.5	おろしにんにく	0.2							
でんぷん		0.2	濃口しょうゆ	5	おろし生姜	0.5	ごま油	1							
湯		4	みりん	0.5	サラダ油	1	赤みそ	4							
焼き風	湯	4	食塩	0.3	(レと)がらスープ	3	清酒	2	切ほし大根のあえもの	濃口しょうゆ	1.5				
	蒸し黒豆レトルト	15	でんぷん	2	濃口しょうゆ	2	チキンコンソメ	0.6							
	(冷)油揚げ(5mm×20mm)	5	煮干し だし用	5	食塩	0.5	食塩	0.5							
	(乾)ひじき	1	水	120	こしょう	0.03	こしょう	0.03							
	れんこん(いちょう2mm)	10	牛乳	206	湯	90	湯	90							
	金時にんじん	5	(冷)金時揚げ	40	人参	22	切干し大根	4							
	ごぼう(ささがき)	7	なたね油	4	きゅうり	20	きゅうり	25							
	つきこんにやく	5	しょうゆ豆	10	(レト)まぐろ油漬	7	(レト)ホールコーン	7							
	(冷)さやいんげん3cmカット	5	みかん(10個入り)	80	かんきつドレッシング	4.5	食酢	2							
	サラダ油	1			(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	濃口しょうゆ	2							
濃口しょうゆ	1.8			にんじんサラダ		上白糖	1								
上白糖	1.1			ヨーグルト		ごま油	0.5								
みりん	0.7					炒り白ごま	1								
削り節 だし用	0.5					(個)キャンディチーズ鉄強化	10								
湯	15														
あんもちぞう煮	(冷)あん入り白玉	30													
	大根	25													
	金時にんじん	7													
	中ねぎ	5													
	白みそ	6													
	中みそ	5													
	煮干し だし用	4													
	水	120													





30日(月)			31日(火)												
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										
ごはん 牛乳 煮こみ おでん アーモンド あえ	精白米(自校)	72	麦 ごはん 牛乳 えび ととう ふの チリ ソース 煮 中華 サラダ いよ かん ゼリー	精白米(委託)	60										
	精白米(自校)	80		精白米(委託)	70										
	鉄強化米	0.3		米粒麦 委託	6										
	牛乳	206		米粒麦 委託	7										
	牛肉(3×3cmスライス)	18		牛乳	206										
	てんぷら	15		(冷)むきえび	25										
	(レト)うずら卵	25		清酒	1										
	(冷)厚揚げ(カット)	25		(冷)豆腐(カット)	65										
	大根	25		おろしにんにく	0.5										
	三角こんにゃく(ミニ)	20		おろし生姜	0.5										
	人参	10		サラダ油	1										
	(乾)早煮昆布(カット)	1		皮むき玉葱	30										
	白みそ	6		たけのこ水煮(短冊切り)	15										
	赤みそ	4		人参	10										
	中双糖	2		(冷)むき枝豆	5										
	清酒	1		太ねぎ	3										
	濃口しょうゆ	0.8		干しいたけ(スライス)	0.5										
	湯	60		上白糖	2										
	小松菜	15		濃口しょうゆ	2.5										
	太もやし	30		(レト)がらスープ	3										
	人参	5		チキンコンソメ	0.3										
	濃口しょうゆ	2.5		食塩	0.08										
	食酢	2		トマトケチャップ	7.5										
	サラダ油	0.5		トマトパウダー	0.75										
	上白糖	1		豆板醤	0.1										
	アーモンド(粉)	0.6		ごま油	0.2										
	アーモンド(刻み)	1.8		でんぷん	1										
		湯	20												
		大根	25												
		きゅうり	20												
		人参	5												
		濃口しょうゆ	2												
		食酢	2												
		上白糖	0.8												
		ごま油	0.5												
		炒り白ごま	1												
		(個)伊予柑ゼリー	50												