

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						
コッペパン	コッペパン	50	ビビンバ	精白米(自校)	68	スタミナごはん	精白米(自校)	60	麦ごはん	精白米(自校)	62	コッペパン	コッペパン	50						
	コッペパン	50		精白米(自校)	75		牛肉(2×2cmスライス)	15		精白米(自校)	68		牛乳	牛乳	206	豚肉並(3×3cmスライス)	豚肉並(3×3cmスライス)	20		
	牛乳	206		鉄強化米	0.3		清酒	1		米粒麦 自校	6			牛乳	牛乳		206	(冷)大豆水煮	(冷)大豆水煮	25
	(冷)メルルーサ2cm角切	40		牛乳	206		人参	5		米粒麦 自校	7				牛乳		牛乳	206	じゃがいも	じゃがいも
	清酒	1.5		牛肉(3×2cmスライス)	45		ごぼう(さがき小さめ)	5		(冷)かたくちいわし濃粉付き	30		カレービーンズ			カレービーンズ	野菜としめじのソテー	野菜としめじのソテー	5	
	食塩	0.1		濃口しょうゆ	3		(冷)むき枝豆	3		なたね油 ローリー	4			手作りももジャム		手作りももジャム	チーズ(小中のみ)	チーズ(小中のみ)	10	
	こしょう	0.01		三温糖	1.3		にんにく	0.4		細ねぎ	2				手作りももジャム	手作りももジャム	冷)桃ピューレ	冷)桃ピューレ	10	
	皮むき玉葱	10		清酒	0.8		にんにく	0.4		食酢	3		手作りももジャム			手作りももジャム	上白糖	上白糖	4	
	ズッキーニ	5		牛肉(3×2cmスライス)	45		中ねぎ	2		濃口しょうゆ	2.2			手作りももジャム		手作りももジャム	ウスターソース	ウスターソース	4	
	なす	5		濃口しょうゆ	3		ごま油	0.5		上白糖	2.2				手作りももジャム	手作りももジャム	トマトピューレ	トマトピューレ	3	
にんにく	0.5	三温糖	1.3	炒り白ごま	1	みりん	0.8	手作りももジャム	手作りももジャム	上白糖	上白糖	2								
サラダ油	0.5	清酒	0.8	一味	0.01	一味	0.01		手作りももジャム	手作りももジャム	チキンコンソメ	チキンコンソメ	0.5							
トマトケチャップ	4	濃口しょうゆ	3	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	9	水	1.1			手作りももジャム	手作りももジャム	カレー粉	カレー粉	0.35						
トマトピューレ	1.5	ごま油	0.5	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	6	系かまぼこ	7	手作りももジャム			手作りももジャム	食塩	食塩	0.2						
チキンコンソメ	0.5	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	9	清酒	0.5	(乾)ひじき	1		手作りももジャム		手作りももジャム	こしょう	こしょう	0.05						
ウスターソース	0.5	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	6	鶏卵	12	キャベツ	20			手作りももジャム	手作りももジャム	湯	湯	20						
赤ぶどう酒	0.3	高野豆腐(サイコロ)	12	高野豆腐(サイコロ)	12	きゅうり	10	手作りももジャム			手作りももジャム	ベーコン(短冊)	ベーコン(短冊)	5						
三温糖	0.3	皮むき玉葱	30	皮むき玉葱	30	(レト)ホールコーン	5		手作りももジャム		手作りももジャム	キャベツ	キャベツ	25						
食塩	0.1	サラダ油	1	人参	7	人参	3			手作りももジャム	手作りももジャム	チンゲンサイ	チンゲンサイ	15						
こしょう	0.02	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	10	(冷)さやいんげん	4	サラダ油	1	手作りももジャム			手作りももジャム	しめじ	しめじ	10						
でんぷん	0.3	もち麦	7	干しいたけ(スライス)	0.7	食酢	2.5		手作りももジャム		手作りももジャム	人参	人参	7						
水	5	皮むき玉葱	30	濃口しょうゆ	2	濃口しょうゆ	2			手作りももジャム	手作りももジャム	(レト)ホールコーン	(レト)ホールコーン	7						
(冷)カットとうもろこし	50	人参	7	三温糖	1.7	上白糖	1	手作りももジャム			手作りももジャム	サラダ油	サラダ油	0.5						
ベーコン(短冊)	5	中ねぎ	3	食塩	0.15	湯	50		手作りももジャム		手作りももジャム	濃口しょうゆ	濃口しょうゆ	0.2						
玉葱	20	干しいたけ(スライス)	0.8	削り節 だし用	2	油揚げ	7			手作りももジャム	手作りももジャム	チキンコンソメ	チキンコンソメ	0.2						
(冷)白いんげん豆	15	生姜	0.5	湯	50	玉葱	20	手作りももジャム			手作りももジャム	食塩	食塩	0.2						
じゃがいも	20	にんにく	0.2	きゅうり	30	皮むきミニ冬瓜	15		手作りももジャム		手作りももジャム	こしょう	こしょう	0.03						
人参	7	サラダ油	0.5	太もやし	20	人参	5			手作りももジャム	手作りももジャム	(レト)黄桃	(レト)黄桃	10						
しめじ	5	(レト)がらスープ	4	(レト)ホールコーン	5	中ねぎ	3	手作りももジャム			手作りももジャム	冷)桃ピューレ	冷)桃ピューレ	10						
セロリ	3	食塩	0.6	(冷)レモン果汁	1	中みそ	6		手作りももジャム		手作りももジャム	上白糖	上白糖	4						
ローリエ	0.1	濃口しょうゆ	0.5	食酢	1.2	白みそ	5			手作りももジャム	手作りももジャム	(冷)レモン果汁	(冷)レモン果汁	0.5						
(レト)がらスープ	4	チキンコンソメ	0.6	濃口しょうゆ	0.5	煮干し だし用	4	手作りももジャム			手作りももジャム	(個)キャンディチーズ 鉄強化	(個)キャンディチーズ 鉄強化	小5						
チキンコンソメ	0.3	ごま油	0.2	上白糖	1.5	水	120		手作りももジャム		手作りももジャム	(個)キャンディチーズ 鉄強化	(個)キャンディチーズ 鉄強化	中10						
食塩	0.3	湯	120	サラダ油	1	(個)日向夏ゼリー	50			手作りももジャム	手作りももジャム									
こしょう	0.03			食塩	0.2			手作りももジャム			手作りももジャム									
濃口しょうゆ	0.3	(個)桃の杏仁豆腐	40						手作りももジャム		手作りももジャム									
湯	110			ゴーヤ(チップス用スライス)	20					手作りももジャム	手作りももジャム									
				食塩	0.1			手作りももジャム			手作りももジャム									
				でんぷん	3				手作りももジャム		手作りももジャム									
				食塩	0.1					手作りももジャム	手作りももジャム									
				なたね油 ローリー	3			手作りももジャム			手作りももジャム									

19日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
ごはん	精白米(自校)	68	
	精白米(自校)	75	
	鉄強化米	0.3	
牛乳	牛乳	206	
厚揚げとチンゲンサイのみそ炒め 冷やし中華風サラダ かえりアーモンド	豚肉赤身ミンチ	15	
	清酒	2	
	生姜	0.6	
	にんにく	0.2	
	(冷)厚揚げ(カット)	50	
	玉葱	30	
	人参	10	
	たけのこ水煮(1/2カット)	8	
	干しいたけ(スライス)	0.5	
	チンゲンサイ	15	
	ごま油	0.8	
	中双糖	2	
	チキンコンソメ	0.6	
	濃口しょうゆ	2.2	
	赤みそ	3	
	豆板醤	0.03	
	でんぷん	1	
	湯	40	
		(冷)中華そば	15
	ロースハム(短冊)卵抜き	5	
	太もやし	25	
	きゅうり	15	
	人参	7	
	食酢	2.5	
	上白糖	1.5	
	ごま油	1	
	からし粉	0.04	
	濃口しょうゆ	2.5	
	かえり	5	
	アーモンド(四つ割)	4	
	上白糖	0.8	
	濃口しょうゆ	0.3	
	みりん	1	
	水	1	

20日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
わかめごはん	精白米(自校)	68	
	精白米(自校)	75	
	炊き込みわかめ	1.8	
牛乳	牛乳	206	
たご焼き風天ぷら にんじんのあえものすまし汁	(冷)たご(1cmカット)	20	
	キャベツ	15	
	中ねぎ	3	
	生姜(みじん切り)	1	
	小麦粉	20	
	(冷)液卵	6	
	食塩	0.3	
	粉かつお	1	
	青のり粉	0.2	
	水	15	
	(個)中濃ソース	8	
		人参	25
		きゅうり	15
		玉葱	10
		(レト)まぐろ油漬	8
		りんご酢	2.5
		サラダ油	1
		食塩	0.3
		こしょう	0.02
	上白糖	1	
	豆腐	20	
	玉葱	15	
	大根	15	
	えのきたけ(1/2カット)	7	
	人参	5	
	中ねぎ	3	
	清酒	1	
	食塩	0.6	
	濃口しょうゆ	0.6	
	削り節 だし用	4	
	出し昆布	1	
	水	110	