

六条町 9月

1日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
豚キムチ	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
チどんぶり	牛乳	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	35
牛乳	清酒	1
	濃口しょうゆ	0.4
豚キムチ	玉葱	40
	キャベツ	30
小松菜のナムル	太もやし	20
	白菜キムチ	20
	人参	8
	中ねぎ	5
	エリンギ	5
	生姜	1
	にんにく	0.5
	ごま油	1
	濃口しょうゆ	2
	上白糖	1
ナムル	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.2
ナムル	小松菜	30
	太もやし	25
	人参	5
	炒り白ごま	1
	食酢	2.2
	濃口しょうゆ	2.2
	上白糖	1.2
	ごま油	0.8

2日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
中華風炊き込みごはん	精白米(自校)	60
	焼き豚(1cm角切り)	15
	たけのこ水煮(カット)	10
	人参	7
	(冷)むぎ枝豆	5
	中ねぎ	5
	干しいたけ(スライス)	0.5
	ごま油	1
	清酒	4
	濃口しょうゆ	4
牛乳	上白糖	0.8
	食塩	0.6
春巻き	牛乳	206
	(冷)春巻き	35
ひじきサラダ	なたね油 ローリー	4
	(レト)ささみ油漬(フレーク)	5
	(乾)ひじき	1.2
	キャベツ	25
	きゅうり	15
	人参	5
	セロリ	1
	濃口しょうゆ	2
	食酢	2.2
	上白糖	1
ナタデココ入りフルーツポンチ	サラダ油	1
	(レト)黄桃	27
	(レト)パインアップル	27
	(レト)ナタデココ	25





六条町 9月

20日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
スタミナジャー	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	豚肉並ミンチ	40
	皮むき玉葱	35
	人参	10
	たけのこ水煮(1/2カット)	10
	なす	10
	中葱	3
ジャー	にんにく	0.6
	生姜	0.3
	ごま油	0.7
	清酒	1
	濃口しょうゆ	2.5
	上白糖	1.2
	チキンコンソメ	0.5
	赤みそ	3
	テンメンジャン	1
	豆板醤	0.1
井	でんぷん	1
	湯	20
	チンゲンサイ	25
	キャベツ	20
	人参	5
	棒々鶏ドレッシング	6
	(冷)小えび殻付き 澱粉付き	15
	なたね油 ローリー	2
	さつま芋1.5cm角切り	30
	なたね油	3
食塩	0.1	

牛乳  
チンゲンサイのサラダ  
小えびとさつまいものから揚げ

21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	50	
	牛乳	206	
	粗挽きウインナー(2cm)	25	
	玉葱	10	
	サラダ油	0.5	
	(冷)皮つきフライドポテト	25	
	なたね油 ローリー	3	
	トマトケチャップ	3	
	カレー粉	0.1	
牛乳	ウスターソース	2	
	キャベツ	30	
	きゅうり	20	
	人参	7	
	食酢	2.2	
	サラダ油	1	
	上白糖	1	
	食塩	0.3	
	こしょう	0.02	
	鶏肉胸・皮なし(2×1cm)	9	
カリーブルスト	鶏肉もも・皮なし(2×1cm)	6	
	白ぶどう酒	1	
	玉葱	25	
	大根	20	
	人参	10	
	(冷)白いんげん豆	10	
	(レト)ホールコーン	5	
	セロリ	2	
	(レト)がらスープ	4	
	サラダ油	1	
ザワークラフト風	チキンコンソメ	0.5	
	食塩	0.5	
	こしょう	0.03	
	ローリエ	0.1	
	湯	95	
	アイントップフ		

22日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
萩ごはん	精白米(自校)	59	
	精白米(自校)	65	
	もち米	9	
	もち米	10	
	黒米	2.5	
	(冷)むき枝豆	8	
	清酒	3	
	食塩	0.7	
	牛乳	206	
	(冷)赤魚3cm角切・皮付き	45	
牛乳	清酒	2	
	食塩	0.15	
	中ねぎ	4	
	赤みそ	3	
	中みそ	1.5	
	みりん	1	
	上白糖	1.5	
	清酒	1	
	水	3	
	(レト)まぐろ油漬	5	
魚のねぎみそソース	切干し大根	4	
	きゅうり	20	
	(レト)ホールコーン	5	
	食酢	2.4	
	濃口しょうゆ	2.4	
	上白糖	1.2	
	ごま油	0.5	
	大根	25	
	玉葱	20	
	人参	5	
スかけ	中ねぎ	3	
	干しわかめ(カット)	0.6	
	清酒	1	
	食塩	0.6	
	濃口しょうゆ	1	
	削り節 だし用	4	
	出し昆布	1	
	水	125	
	すまし汁		

切り干し大根の和え物  
すまし汁

26日(月)			27日(火)			28日(水)			29日(木)			30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
ごはん	精白米(自校)	68	ごはん	精白米(自校)	68	コッペパン	コッペパン	50	ごはん	精白米(自校)	68	ごはん	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75		精白米(自校)	75		コッペパン	50		精白米(自校)	75		精白米(自校)	75
牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206
	豚肉赤身ミンチ	20		豚肉(3×3cmスライス)	10		(冷)はも澱粉付き	40		牛乳	206		豚肉赤身(2cm角)	20
なす入りマーボー豆腐	清酒	1.5	厚揚げのうま煮	清酒	1	牛乳	なたね油 ローリー	5	酢豚	豚肉並(2cm角)	20	秋の香りカレーライス	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	(冷)豆腐(カット)	70		(冷)厚揚げ(カット)	45		玉葱	10		玉葱	1		豚肉並(2cm角)	20
マーボー豆腐	玉葱	35	野菜とたくあんのごまあえ	皮むき玉葱	20	はものエスカベッシュ	人参	5	中華サラダ	清酒	1	じゃがいも	じゃがいも	30
	なす	20		つきこんにやく	10		赤パプリカ	3		食塩	0.1		食塩	0.1
春雨サラダ	サラダ油	0.5	さといものそぼろあんかけ	人参	10	コーンポテト	黄パプリカ	3	マンゴープリン	でんぷん	7	じゃこサラダ	でんぷん	10
	たけのこ水煮(1/2カット)	10		(冷)さやいんげん	5		サラダ油	0.5		なたね油 ローリー	4		なたね油 ローリー	4
かえりアーモンド	チンゲンサイ	10	ひとじきのり(小中のみ)	生姜	0.3	ミネストローネ	サラダ油	3.5	マンゴープリン	玉葱	45	型抜きチーズ(小中のみ)	人参	10
	人参	7		濃口しょうゆ	4		食酢	1.5		人参	15		人参	15
かえりアーモンド	中ねぎ	3	ひとじきのり(小中のみ)	濃口しょうゆ	1	ミネストローネ	(冷)レモン果汁	1.5	マンゴープリン	たけのこ水煮(1/2カット)	15	型抜きチーズ(小中のみ)	エリンギ	7
	干しいたけ(スライス)	0.5		みりん	0.7		上白糖	3		ピーマン	8		にんにく	0.5
かえりアーモンド	生姜	0.7	ひとじきのり(小中のみ)	三温糖	2.5	ミネストローネ	濃口しょうゆ	0.7	マンゴープリン	にんにく	0.5	型抜きチーズ(小中のみ)	生姜	0.2
	にんにく	0.3		でんぷん	0.5		食塩	0.02		生姜	0.5		にんにく	0.5
かえりアーモンド	サラダ油	1	ひとじきのり(小中のみ)	水	20	ミネストローネ	水	10	マンゴープリン	生姜	0.5	型抜きチーズ(小中のみ)	小麦粉	5
	トマトケチャップ	6		小松菜	20		じゃがいも	55		サラダ油	0.5		にんにく	0.5
かえりアーモンド	(レト)がらスープ	4	ひとじきのり(小中のみ)	キャベツ	20	ミネストローネ	(レト)ホールコーン	7	マンゴープリン	トマトケチャップ	3	型抜きチーズ(小中のみ)	カレー粉	1.1
	濃口しょうゆ	3.5		人参	5		食酢	3		上白糖	3.5		(レト)がらスープ	3
かえりアーモンド	赤みそ	2.5	ひとじきのり(小中のみ)	たくあん(刻み)	6	ミネストローネ	食塩	0.15	マンゴープリン	濃口しょうゆ	3.5	型抜きチーズ(小中のみ)	トマトケチャップ	2
	三温糖	0.5		濃口しょうゆ	1.2		ベーコン(短冊)	5		トマトケチャップ	3.5		ウスターソース	1.7
かえりアーモンド	チキンコンソメ	0.5	ひとじきのり(小中のみ)	炒り白ごま	1	ミネストローネ	玉葱	25	マンゴープリン	清酒	1	型抜きチーズ(小中のみ)	とんかつソース	1
	食塩	0.15		里いも(1.5cm)	35		(冷)白いんげん豆	15		濃口しょうゆ	1		濃口しょうゆ	1
かえりアーモンド	豆板醤	0.15	ひとじきのり(小中のみ)	なたね油 ローリー	3	ミネストローネ	トマト水煮	15	マンゴープリン	チキンコンソメ	0.5	型抜きチーズ(小中のみ)	赤ぶどう酒	1
	でんぷん	2		鶏肉 ひき肉	10		玉葱	25		湯	10		食塩	0.1
かえりアーモンド	ごま油	1	ひとじきのり(小中のみ)	サラダ油	0.2	ミネストローネ	マカロニ(ホイール)	7	マンゴープリン	湯	10	型抜きチーズ(小中のみ)	食塩	0.7
	からし粉	0.05		生姜	0.3		人参	5		きゅうり	30		湯	10
かえりアーモンド	かえり	5	ひとじきのり(小中のみ)	みりん	2	ミネストローネ	人参	5	マンゴープリン	太もやし	20	型抜きチーズ(小中のみ)	チキンコンソメ	0.5
	アーモンド(四つ割)	4		三温糖	1		セロリ	2		人参	7		人参	7
かえりアーモンド	上白糖	0.6	ひとじきのり(小中のみ)	濃口しょうゆ	2.5	ミネストローネ	サラダ油	0.5	マンゴープリン	炒り白ごま	1	型抜きチーズ(小中のみ)	上乾ちりめん	3
	濃口しょうゆ	0.3		でんぷん	0.3		(レト)がらスープ	4		濃口しょうゆ	2.3		炒り白ごま	1
かえりアーモンド	みりん	1	ひとじきのり(小中のみ)	水	5	ミネストローネ	食塩	0.5	マンゴープリン	濃口しょうゆ	0.8	型抜きチーズ(小中のみ)	きゅうり	20
	水	2		(個)ひじきのり	10		食酢	2.2		ごま油	1		人参	5
かえりアーモンド			ひとじきのり(小中のみ)			ミネストローネ	ローリエ	0.1	マンゴープリン	ごま油	1	型抜きチーズ(小中のみ)	食酢	2.2
							湯	105		(個)マンゴープリン	40		濃口しょうゆ	2.2
かえりアーモンド			ひとじきのり(小中のみ)			ミネストローネ			マンゴープリン			型抜きチーズ(小中のみ)	サラダ油	1
かえりアーモンド			ひとじきのり(小中のみ)			ミネストローネ			マンゴープリン			型抜きチーズ(小中のみ)	こしょう	0.02
かえりアーモンド			ひとじきのり(小中のみ)			ミネストローネ			マンゴープリン			型抜きチーズ(小中のみ)		