

3日(月)			4日(火)			5日(水)			6日(木)			7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 牛乳 ハンバーグ きのこ ソース かけ むし 野菜 コンソメ スープ ブルーベリー タルト	精白米(自校)	72	コッペパン・手作りおさつクリーム(幼小のみ) 玄米粉揚げパン(中) 牛乳 肉団子と野菜のスープ煮 根菜サラダ	コッペパン	50	麦ごはん 牛乳 とり肉のいそべげ おひたし けんちん汁 ⁵⁴ しじみのつくだ煮	精白米(自校)	66	ばらずし 牛乳 さつまいものあげもん こんぶあえ とうふのすまし汁	精白米(自校)	65	ごはん 牛乳 さけのみ みじ焼き ほうれん草の ごまあえ 秋野菜の みそ汁	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80		コッペパン	60		精白米(自校)	73		精白米(自校)	80			
	牛乳	206		(冷)さつま芋ペースト	20		米粒麦 自校	6		出し昆布	0.5		鉄強化米	0.5
	(冷)ハンバーグ鉄強化・減塩 焼き用	小60 中80		上白糖	1.7		米粒麦 自校	7		食酢	10		牛乳	206
	皮むき玉葱	5		バター	1.3		牛乳	206		上白糖	8		(冷)鮭2cm角切・骨なし	45
	しめじ	5		調理用牛乳	4		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30		食塩	0.8		清酒	2
	エリンギカット	5		湯	5		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	10		清酒	1
	えのきたけ	5		コッペパン	80		清酒	1.5		(冷)油揚げ(5mm×40mm)	5		(冷)油揚げ(5mm×40mm)	5
	生姜	0.3		なたね油 ローリー	4		食塩	0.1		ごぼう(さがき小さめ)	5		人参	5
	にんにく	0.1		焙煎玄米粉	4.5		天ぷら粉 乳・卵抜き	5		人参	5		(冷)グリッピーズ	3
	サラダ油	0.5		三温糖	3.5		青のり粉	0.2		高野豆腐(ずし用)	0.3		干しいたけ(スライス)	0.3
	トマトケチャップ	10		紙ナフキン	1		水	10		上白糖	1.9		薄口しょうゆ	1.9
	トマトピューレ	5		牛乳	206		なたね油 ローリー	4		薄口しょうゆ	1.9		清酒	1.5
	ウスターソース	1.3		(冷)肉だんご	30		キャベツ	25		牛乳	206		(冷)さつまいも天ぷら	40
	みりん	0.8		皮むき玉葱	40		小松菜	15		(冷)さつまいも天ぷら	40		なたね油 ローリー	4
	上白糖	0.75		キャベツ	35		人参	5		濃口しょうゆ	2.3		キャベツ	30
	濃口しょうゆ	0.5		人参	15		(レト)ホールコーン	5		ボン酢	1		チンゲンサイ	15
	水	4		チンゲンサイ	15		濃口しょうゆ	2.3		花かつお(碎片)	0.5		(レト)ホールコーン	5
	キャベツ	30		生姜	0.5		ポソ酢	1		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9		塩ふき昆布	1
	人参	7		サラダ油	1		花かつお(碎片)	0.5		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6		濃口しょうゆ	1
食塩	0.08	(レト)がらスープ	4	豆腐	15	油揚げ	5	濃口しょうゆ	1					
ベーコン(短冊)	5	清酒	1	油揚げ	5	つきこんにゃく	10	(冷)豆腐(カット)	30					
じゃがいも	30	食塩	0.35	つきこんにゃく	10	洗いごぼう	10	型抜きかまぼこ(銀杏)	3					
皮むき玉葱	25	チキンコンソメ	0.3	洗いごぼう	10	人参	5	型抜きかまぼこ(紅葉)	3					
人参	5	濃口しょうゆ	0.3	ごま油	0.2	中ねぎ	3	皮むき玉葱	20					
セロリ	2	こしょう	0.03	ごま油	0.2	濃口しょうゆ	2	人参	7					
(レト)がらスープ	3.5	ごま油	0.2	湯	70	食塩	0.5	中ねぎ	3					
チキンコンソメ	0.6	湯	70	れんこん(いちょう切り)	20	削り節 だし用	4	干しわかめ(カット)	0.5					
濃口しょうゆ	0.5	れんこん(いちょう切り)	20	きゅうり	18	出し昆布	1	食塩	0.5					
食塩	0.5	きゅうり	18	洗いごぼう	10	水	115	濃口しょうゆ	0.5					
こしょう	0.03	洗いごぼう	10	人参	7	(レト)しじみ佃煮	10	削り節 だし用	4					
湯	115	人参	7	(レト)ホールコーン	5			出し昆布	1					
(冷)ブルーベリータルト	25	(レト)ホールコーン	5	焙煎ごまドレッシング	10			湯	115					
		焙煎ごまドレッシング	10	食酢	0.3									
		食酢	0.3											

六条町 10月

11日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型 コッペパン	コッペパン	30
	コッペパン	40
	牛乳	206
	スパゲティ(ハーフ)	35
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8
	ベーコン(短冊)	10
	皮むき玉葱	40
	人参	10
	えのきたけ	5
きのこ スバゲティ	エリンギ	5
	しめじ	5
	まいたけ	5
	ピーマン	5
	サラダ油	1
	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
イタリアン サラダ	こしょう	0.04
	(個)刻みのり(小中のみ)	0.3
	(レト)まぐろ油漬	5
	キャベツ	30
	きゅうり	15
	赤パプリカ	3
	食酢	2
	(冷)レモン果汁	0.5
	オリーブ油	1
	上白糖	0.7
牛乳 プリン	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	(個)牛乳プリン 鉄強化	40

12日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
さつまいも ごはん	精白米(自枝)	65
	さつまいも(2cm角)	30
	清酒	1.6
	食塩	0.7
	出し昆布	0.3
	水	10
	牛乳	206
	鶏肉もも皮付(切込み入り)	小50
	鶏肉もも皮付(切込み入り)	中70
	清酒	2
牛乳 とり肉 のてり 焼き	食塩	0.15
	濃口しょうゆ	2.5
	三温糖	1.5
	みりん	1
	でんぷん	0.3
	湯	8
	上乾ちりめん	2
	小松菜	20
	太もやし	30
	濃口しょうゆ	2.3
ちりめん あえ	ポン酢	1
	上白糖	0.5
	牛赤肉(2×2cmスライス)	10
	清酒	0.5
	(冷)大豆水煮	15
	油揚げ	5
	洗いごぼう	10
	つきこんにゃく	5
	人参	5
	(冷)さやいんげん	5
大豆 とひじき のうま 煮	(乾)ひじき	1.5
	サラダ油	0.5
	濃口しょうゆ	2.4
	三温糖	1.4
	みりん	0.8
	削り節 だし用	2
	湯	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
ごはん 牛乳	精白米(自枝)	72
	精白米(自枝)	80
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	(冷)むきえび	30
	清酒	1.5
	(冷)豆腐(カット)	65
	皮むき玉葱	35
	たけのこ水煮(1/2カット)	15
	人参	10
えびと とうふ のチリ ソース 煮	ピーマン	3
	太ねぎ	3
	生しいたけ(スライス)	5
	生姜	0.5
	にんにく	0.2
	ごま油	1
	トマトケチャップ	15
	(レト)がらスープ	3
	濃口しょうゆ	2.5
	上白糖	1.5
ビーフン サラダ	チキンコンソメ	0.3
	豆板醤	0.1
	食塩	0.1
	でんぷん	1
	湯	30
	ローズハム(短冊)卵抜き	5
	太もやし	30
	きゅうり	20
	人参	5
	ビーフン	5
ヨーグルト ・希少 糖入り シロップ	濃口しょうゆ	2.5
	食酢	2.5
	上白糖	1.3
	ごま油	1
	からし粉	0.06
	(個)ヨーグルト(無糖)	小70
	(個)ヨーグルト(無糖)	中100
	(個)希少糖入りシロップ	10

14日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
どん どろ けめし	精白米(自枝)	65
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6
	豆腐	12
	(冷)油揚げ(5mm×40mm)	5
	人参	4
	(冷)むき枝豆	4
	サラダ油	1
	濃口しょうゆ	3
	清酒	0.8
牛乳 たち うお のゆ ずソ ース かけ	上白糖	1
	食塩	0.5
	だし汁	10
	牛乳	206
	(冷)太刀魚でんぷん付き	40
	なたね油 ローリー	4
	三温糖	4
	ゆず酢	3.5
	濃口しょうゆ	2.5
	みりん	0.8
れん こん とさ さみ のあ えも の	湯	7
	(レト)ささみ油漬(フレーク)	5
	れんこん(いちよう切り)	15
	キャベツ	15
	人参	7
	(レト)ホールコーン	5
	食酢	2.2
	濃口しょうゆ	1
	上白糖	1
	食塩	0.15
ふし めん 汁	(レト)うずら卵	20
	ふしめん	5
	玉葱	20
	人参	5
	中ねぎ	3
	濃口しょうゆ	0.6
	食塩	0.7
	削り節 だし用	4
	出し昆布	1
	湯	125

17日(月)			18日(火)			19日(水)			20日(木)			21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		
セル フ フ イ ッ シ ュ バ ー ガ ー (全 粒 粉 パ ン) 牛 乳 ミ ネ ス ト ロ ー ネ りん ご	全粒粉パン 丸型	50	き つ ね う ど ん 牛 乳 か ま あ げ い り こ の か ら あ げ ご ま 酢 あ え し ょ う ゆ 豆 (小 中 の み)	(個)ゆでうどん袋入り 幼~小3	200	い り こ め し 牛 乳 さ ぬ き の 細 天 食 べ て 菜 の ア ー モ ン ド あ え こ う や ど う ふ の う ま 煮 い も 大 福	精白米(自枝)	65	ご は ん 牛 乳 肉 じ ゃ が れ ん こ ん の き ん び ら ス タ ミ ナ 納 豆 ミ ッ ク ス ナ ッ ツ	精白米(自枝)	72	玄 米 粉 あ げ パ ン (幼 小) コ ッ ペ バ ン ・ 手 作 り お さ つ ク リ ー ム (中) 牛 乳 カ レ ー ポ ト フ 海 そ う サ ラ ダ	コッペパン	50		
	全粒粉パン 丸型	60		(個)ゆでうどん袋入り 小4~6	280		かえり	3		精白米(自枝)	80		コッペパン	60		
	牛乳	206		(個)ゆでうどん袋入り 中	300		(冷)油揚げ(5mm×40mm)	7		濃口しょうゆ	7		牛乳	206	なたね油 ローリー	4
	(冷)白身魚フライ	小50		油揚げ	30		つきこんにやく(ハーフ)	7		濃口しょうゆ	3		牛赤肉(3×3cmスライス)	25	焙煎玄米粉	4.5
	(冷)白身魚フライ	中70		中双糖	4.5		ごぼう(さがき小さめ)	7		みりん	6		三温糖	3.5	紙ナフキン	1
	なたね油 ローリー	5		濃口しょうゆ	3		人参	6		(冷)むき枝豆	5		紙ナフキン	1	コッペパン	80
	キャベツ	35		みりん	0.8		(冷)むき枝豆	5		濃口しょうゆ	3		じゃがいも	65	(冷)さつま芋ペースト	20
	人参	7		水	30		濃口しょうゆ	3		清酒	1.5		皮むき玉葱	35	上白糖	1.7
	食塩	0.1		豚肉赤身(2×3cmスライス)	10		みりん	0.5		みりん	0.5		つきこんにやく	15	バター	1.3
	(個)タルタルソース	小5		皮むき玉葱	30		食塩	0.3		食塩	0.3		人参	7	調理用牛乳	4
	(個)タルタルソース	中12		人参	10		生しいたけ(スライス)	5		牛乳	206		(冷)さやいんげん	4	湯	5
	スライスチーズ(中のみ)	20		中ねぎ	3		中ねぎ	5		濃口しょうゆ	2.5		サラダ油	1	湯	5
	ベーコン(短冊)	5		濃口しょうゆ	3		濃口しょうゆ	3		中双糖	1.8		濃口しょうゆ	2.5	牛乳	206
	(冷)白いんげん豆	15		清酒	2		清酒	2		清酒	1.5		中双糖	1.8	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	15
	玉葱	20		食塩	0.9		食塩	0.9		食塩	0.1		清酒	1.5	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10
	人参	7		煮干し だし用	4.5		出し昆布	1		湯	10		食塩	0.1	粗挽きウインナー(2cmカット)	10
	マカロニ(ツイスト)	5		出し昆布	1		水	160		湯	10		湯	10	白ぶどう酒	1
	セロリ	2		牛乳	206		牛乳	206		てんぷら	7		てんぷら	7	にんにく	0.2
	サラダ油	0.5		(冷)釜揚げいりこ米粉付	25		(冷)釜揚げいりこ米粉付	25		れんこん(いちよう切り)	15		れんこん(いちよう切り)	15	セロリ	2
	トマト水煮	20		なたね油 ローリー	4		なたね油 ローリー	4		洗いごぼう	15		洗いごぼう	15	サラダ油	0.5
	(レト)がらスープ	3		食塩	0.03		食塩	0.03		人参	5		人参	5	じゃがいも	30
	赤ぶどう酒	1		ローズハム(短冊)卵抜き	5		ローズハム(短冊)卵抜き	5		(乾)茎わかめ(カット)	0.5		(乾)茎わかめ(カット)	0.5	皮むき玉葱	30
	食塩	0.7		きゅうり	30		きゅうり	30		ごま油	1		ごま油	1	キャベツ	25
	こしょう	0.03		チンゲンサイ	20		チンゲンサイ	20		濃口しょうゆ	2.2		濃口しょうゆ	2.2	人参	10
	チキンコンソメ	0.5		人参	5		人参	5		三温糖	1.5		三温糖	1.5	(冷)白いんげん豆	10
ローリエ	0.1	濃口しょうゆ	2	濃口しょうゆ	2	みりん	0.5	みりん	0.5	エリンギ	7					
湯	110	食酢	2.2	食酢	2.2	炒り白ごま	1	炒り白ごま	1	(レト)がらスープ	4					
りんご	25	上白糖	1.2	上白糖	1.2	湯	5	湯	5	食塩	0.45					
		サラダ油	0.5	サラダ油	0.5	鶏肉 ひき肉	20	鶏肉 ひき肉	20	チキンコンソメ	0.5					
		ごま油	0.5	ごま油	0.5	水	6.5	水	6.5	ウスターソース	0.4					
		炒り白ごま	1	炒り白ごま	1	にんにく	1	にんにく	1	カレー粉	0.3					
						生姜	1	生姜	1	ローリエ	0.1					
						細ねぎ	3	細ねぎ	3	こしょう	0.03					
						濃口しょうゆ	0.4	濃口しょうゆ	0.4	湯	65					
						みりん	1	みりん	1	(乾)海藻ミックス	1					
						清酒	0.8	清酒	0.8	キャベツ	25					
						ごま油	0.5	ごま油	0.5	きゅうり	20					
						(冷)ひきわり納豆	10	(冷)ひきわり納豆	10	人参	5					
						濃口しょうゆ	1.3	濃口しょうゆ	1.3	(レト)ホールコーン	5					
						三温糖	0.4	三温糖	0.4	炒り白ごま	1					
						ごま油	0.25	ごま油	0.25	食酢	2.5					
						タバスコ	0.08	タバスコ	0.08	濃口しょうゆ	2.5					
						(個)ミックスナッツ	10	(個)ミックスナッツ	10	上白糖	1.2					
										ごま油	0.5					
										サラダ油	0.5					

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
かきあげ天丼 牛乳 おかかあえ とうふのみそ汁	精白米(自校)	72	ごはん 牛乳 さんまのかば焼き風 香りあえ むらくも汁	精白米(自校)	72	ハヤシライス 牛乳 りっちゃんサラダ くりのムース	精白米(自校)	72	コッペパン 牛乳 焼きウインナー カラフルサラダ かぼちゃのスープ レアチーズ	コッペパン	70	オリブ牛 つきこんにやく(ハーフ) ごぼう(さがき小さめ) 人参 (冷)むき枝豆 生姜 サラダ油 濃口しょうゆ 上白糖 清酒 食塩 牛乳 さけのつみれ なたね油 ローリー ボンレスハム(短冊)卵抜き ほうれん草 太もやし 人参 濃口しょうゆ 食酢 上白糖 サラダ油 ごま油 炒り白ごま 油揚げ 皮むき玉葱 人参 しめじ えのきたけ 生しいたけ(スライス) 中ねぎ 中みそ 白みそ 煮干し だし用 水	精白米(自校)	65
	精白米(自校)	80		精白米(自校)	80		精白米(自校)	80		オリブ牛(2×2cmスライス)	20			
	鉄強化米	0.5		鉄強化米	0.5		鉄強化米	0.5		つきこんにやく(ハーフ)	5			
	牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		ごぼう(さがき小さめ)	5			
	かえり	2		(冷)さんま開き 澱粉付き	幼小40		牛赤肉(3×3cmスライス)	35		人参	5			
	(冷)大豆水煮	10		(冷)さんま開き 澱粉付き	中50		じゃがいも	50		エリンギカット	5			
	人参	6		なたね油 ローリー	4		皮むき玉葱	45		(冷)むき枝豆	5			
	ごぼう(さがき小さめ)	8		生姜	1.2		人参	10		みりん	0.3			
	(乾)ひじき	0.5		濃口しょうゆ	3		サラダ油	1		にんにく	0.3			
	(冷)むき枝豆	3		上白糖	3		ピザ用チーズ	3		サラダ油	1			
	天ぶら粉 乳・卵抜き	10		清酒	1.8		小麦粉	5		上白糖	1.2			
	水	20		湯	4		サラダ油	2.5		食塩	0.3			
	なたね油 ローリー	5		大根	20		バター	2.5		こしょう	0.03			
	(個)天つゆ	15		きゅうり	20		トマトピューレ	15		ベーコン(短冊)	5			
	キャベツ	25		人参	5		トマト水煮	10		かぼちゃ(2×2cm)	30			
	チンゲンサイ	20		(レト)ホールコーン	5		(レト)がらスープ	3		(冷)かぼちゃペースト	20			
	(レト)ホールコーン	5		食酢	1.2		ウスターソース	2		玉葱	20			
	花かつお(碎片)	0.5		すだち酢	1		赤ぶどう酒	2		人参	5			
	濃口しょうゆ	2.2		上白糖	1.2		食塩	0.6		パセリ	0.3			
	ボン酢	1		濃口しょうゆ	0.3		チキンコンソメ	0.5		バター	1			
	(冷)豆腐(カット)	20		食塩	0.2		上白糖	0.4		(レト)がらスープ	3.5			
	油揚げ	5		鶏卵	20		からし粉	0.15		チキンコンソメ	0.6			
	皮むき玉葱	25		でんぶん	0.3		こしょう	0.07		食塩	0.4			
	中ねぎ	3		玉葱	25		ローリエ	0.01		こしょう	0.03			
干しわかめ(カット)	0.5	中ねぎ	3	湯	75	調理用牛乳	30							
中みそ	6	生しいたけ(スライス)	5	ローズハム(短冊)卵抜き	5	生クリーム	2							
白みそ	5	濃口しょうゆ	1	キャベツ	30	湯	70							
煮干し だし用	4	食塩	0.6	きゅうり	10	(個)型抜きチーズ いちご味	15							
湯	120	でんぶん	0.5	トマト	10									
		削り節 だし用	4	人参	5									
		出し昆布	1	(レト)ホールコーン	5									
		水	130	(乾)刻み昆布	0.5									
				花かつお(碎片)	0.5									
				食酢	2.2									
				濃口しょうゆ	2									
				サラダ油	1									
				上白糖	1									
				こしょう	0.02									
				(個)栗のムース	30									

