六条町　2月

1日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
牛乳	牛乳		206
すき焼き風煮	牛赤肉（3×3cmスライス）		30
	（冷）焼き豆腐（カット）		40
	白菜		30
	玉葱		20
	大根		20
	糸こんにゃく		20
	洗いごぼう		10
	金時人参		10
	太ねぎ		5
	麩		3
	サラダ油		1
	濃口しょうゆ		7.5
	中双糖		4.5
	清酒		2
	湯		10
ほうれん草のアーモンドあえ	太もやし		30
	ほうれん草		20
	人参		7
	（レト）ホールコーン		5
	濃口しょうゆ		2.5
	食酢		2
	上白糖		1.5
	サラダ油		1
	アーモンド（刻み）		1.5
	アーモンド（粉）		1

2日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
牛乳	牛乳		206
いわしのしょうが煮	（冷）いわしの生姜煮		小40
	（冷）いわしの生姜煮		中50
食べて菜のゆず香あえ	糸かまぼこ		5
	食べて菜		25
	キャベツ		20
	人参		5
	濃口しょうゆ		1
	ゆず酢		1.7
	上白糖		1.2
	食塩		0.2
じゃがいものみそ汁	油揚げ		5
	玉葱		20
	じゃがいも		20
	中ねぎ		3
	中みそ		6
	白みそ		5
	煮干し　だし用		4
	水		110
のり節分豆	（冷）大豆水煮		20
	でんぷん		3
	なたね油		2
	食塩		0.05

3日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
黒糖パン	黒糖パン		50
	黒糖パン		60
	粉黒糖		7.5
	粉黒糖		9
牛乳	牛乳		206
根菜のクリームシチュー	ベーコン（短冊）		10
	鶏肉胸・皮なし（2×2cm）		9
	鶏肉もも・皮なし（2×2cm）		6
	白ぶどう酒		1
	玉葱		20
	じゃがいも		15
	大根		15
	れんこん（いちょう8mm）		15
	人参		7
	パセリ		0.5
	（冷）白いんげん豆ペースト		20
	サラダ油		1
	小麦粉		4
	バター		2
	サラダ油		2
	（レト）がらスープ		4
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.5
	こしょう		0.04
	調理用牛乳		30
	生クリーム		2
	ローリエ		0.1
	湯		60
ブロッコリーのサラダ	キャベツ		25
	ブロッコリー（カット）		15
	きゅうり		10
	食酢		2.2
	上白糖		1.2
	サラダ油		1
	食塩		0.3
	こしょう		0.03
いちご	いちご		30

6日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　味つけのり　牛乳　あつあげげとチンゲンサイのみそいため　香りあえ	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	（個）味付けのり（5枚）		2.5
	牛乳		206
	豚肉赤身ミンチ		20
	清酒		2
	生姜		0.6
	にんにく		0.2
	（冷）厚揚げ（カット）		50
	玉葱		40
	人参		15
	チンゲンサイ		15
	たけのこ水煮（1/2カット）		8
	生しいたけ（スライス）		5
	ごま油		0.8
	中双糖		2
	チキンコンソメ		0.6
	濃口しょうゆ		2.3
	赤みそ		3
	豆板醤		0.03
	でんぷん		1
	湯		10
	大根		25
	きゅうり		20
	人参		7
	食酢		1.3
	上白糖		1.3
	すだち酢		1.1
	濃口しょうゆ		0.3
	食塩		0.2

7日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ハヤシライス　牛乳　菜の花サラダ　ぽんかん（小中のみ）	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	牛赤肉（3×3cmスライス）		30
	赤ぶどう酒		2
	じゃがいも		50
	玉葱		45
	人参		10
	エリンギ（カット）		5
	（冷）むき枝豆		5
	にんにく		0.3
	サラダ油		1
	小麦粉		5
	サラダ油		2.5
	バター		1.8
	（レト）トマトピューレ		15
	トマト水煮		10
	（レト）がらスープ		3
	ウスターソース		2
	食塩		0.6
	こしょう		0.07
	チキンコンソメ		0.5
	上白糖		0.5
	からし粉		0.15
	ピザ用チーズ		3
	ローリエ		0.01
	湯		65
	（レト）まぐろ油漬		5
	キャベツ		30
	菜の花		15
	（レト）ホールコーン		7
	食酢		2.2
	サラダ油		1
	上白糖		1.2
	食塩		0.2
	こしょう		0.02
	ぽんかん		100

8日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　さけザンギ　こんぶあえ　いももち汁　チーズタルト	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	（冷）鮭（2cm角）骨皮なし		40
	濃口しょうゆ		2.5
	清酒		1
	生姜		0.7
	にんにく		0.3
	米粉		3
	でんぷん		5
	なたね油　ローリー		4
	白菜		25
	キャベツ		20
	（レト）ホールコーン		7
	塩ふき昆布		1.1
	濃口しょうゆ		1.1
	（冷）いももち		20
	（冷）油揚げ（5×40mm）		5
	大根		20
	人参		7
	生しいたけ（スライス）		5
	太ねぎ		5
	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		120
	（個）チーズタルト		35

9日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン（小）手作りいちごジャム（小のみ）・きなこあげパン（中）　牛乳　はくさいと肉だんごのスープ　かみかみあえ	コッペパン		50
	コッペパン		60
	（冷）ストロベリーダイス		25
	上白糖		7
	（冷）レモン果汁		0.5
	粉寒天		0.1
	牛乳		206
	（冷）肉だんご		25
	白菜		35
	玉葱		20
	たけのこ水煮（1/2カット）		10
	人参		10
	生しいたけ（スライス）		3
	中ねぎ		3
	春雨（太め5cm）		3
	生姜		0.5
	（レト）がらスープ		3
	濃口しょうゆ		2
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	湯		100
	ほうれん草		25
	切干し大根		4.5
	人参		5
	さきいか		5
	濃口しょうゆ		2.5
	食酢		2
	三温糖		1.2
	ごま油		1
	炒り白ごま		1

10日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ビビンバ　牛乳　トック入りたまごスープ　ヨーグルト（中のみ）	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	牛赤肉（3×2cmスライス）		45
	濃口しょうゆ		3.5
	三温糖		1.5
	清酒		1
	にんにく		1
	中ねぎ		3
	ごま油		1
	炒り白ごま		1
	一味		0.01
	ほうれん草		30
	太もやし		20
	人参		5
	食酢		2.2
	濃口しょうゆ		2.5
	上白糖		1.5
	サラダ油		1
	鶏卵		25
	トック		12
	玉葱		20
	チンゲンサイ		10
	人参		5
	サラダ油		0.5
	（レト）がらスープ		3
	チキンコンソメ		0.5
	濃口しょうゆ		0.8
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	湯		110
	（個）ヨーグルト鉄分強化		70

13日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン（袋入り）　牛乳　ビーフストロガノフ　こふきいも　ロメインレタスのサラダ　きんかん	コッペパン		70
	牛乳		206
	牛赤肉（3×3cmスライス）		35
	玉葱		40
	エリンギ		10
	しめじ		10
	パセリ		0.3
	サラダ油		1
	トマト水煮		5
	白ぶどう酒		2
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.8
	こしょう		0.02
	バター		1
	小麦粉		2
	サラダ油		1.5
	生クリーム		2
	ヨーグルト（調理用）		7
	湯		10
	じゃがいも		45
	食塩		0.1
	ロメインレタス		25
	きゅうり		15
	人参		7
	（レト）ホールコーン		5
	食酢		2
	サラダ油		1
	上白糖		1
	食塩		0.3
	こしょう		0.03
	きんかん		20

14日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
みそラーメン　牛乳　りっちゃんサラダ　れんこんチップス　チョコタルト（小中のみ）	（個）中華めん袋入り		幼～小3　150
	（個）中華めん袋入り		小4～6　200
	（個）中華めん袋入り		中　250
	豚肉並（3×3cmスライス）		25
	清酒		1
	太もやし		25
	白菜		20
	玉葱		15
	人参		10
	太ねぎ		5
	にんにく		0.7
	ごま油		1
	赤みそ		8
	（レト）がらスープ		4
	チキンコンソメ		1
	清酒		1.5
	上白糖		1.3
	食塩		0.2
	こしょう		0.02
	豆板醤		0.1
	でんぷん		1
	湯		125
	牛乳		206
	ロースハム（短冊）卵抜き		5
	キャベツ		30
	きゅうり		10
	トマト		10
	人参		5
	（レト）ホールコーン		5
	（乾）刻み昆布		0.5
	花かつお（砕片）		0.8
	食酢		2.5
	濃口しょうゆ		2
	サラダ油		1
	上白糖		1
	こしょう		0.02
	れんこん（チップス用2mm）		35
	なたね油　ローリー		3
	食塩		0.05
	（個）チョコタルト		30

15日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　焼きのり　牛乳　白身魚の梅ソースがけ　食べて菜のおかかあえ　とうふのみそ汁	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	（個）焼きのり（5枚）		2.5
	牛乳		206
	（冷）赤魚　3cm角切		45
	清酒		1.5
	食塩		0.15
	ねり梅		4
	三温糖		1.5
	濃口しょうゆ		1
	みりん		2
	でんぷん		0.3
	湯		6
	キャベツ		25
	食べて菜		25
	人参		5
	花かつお（砕片）		0.5
	濃口しょうゆ		2.5
	上白糖		1.3
	豆腐		25
	油揚げ		5
	玉葱		25
	人参		5
	中ねぎ		3
	中みそ		6
	白みそ		5
	煮干し　だし用		4
	湯		110

16日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ガーリックライス　牛乳　ささみチーズフライ　海そうサラダ　コンソメスープ	精白米（自校）		65
	ベーコン（短冊）		10
	皮むき玉葱		20
	人参		5
	（冷）むき枝豆		5
	にんにく		0.7
	サラダ油		1
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.6
	こしょう		0.05
	牛乳		206
	（冷）ささみフライチーズ入り		小50
	（冷）ささみフライチーズ入り		中60
	なたね油　ローリー		5
	（乾）海藻ミックス		1
	キャベツ		25
	きゅうり		20
	人参		5
	（レト）ホールコーン		5
	炒り白ごま		1
	食酢		2.5
	濃口しょうゆ		2.5
	上白糖		1.2
	ごま油		0.5
	サラダ油		0.5
	ボンレスハム（短冊）卵抜き		7
	じゃがいも		25
	玉葱		25
	（冷）白いんげん豆		10
	人参		5
	セロリ		2
	サラダ油		0.5
	ローリエ		0.1
	（レト）がらスープ		4
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	濃口しょうゆ		0.2
	湯		110

17日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　マーボーどうふ　はるさめサラダ　マファール（小中のみ）	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	豚肉赤身ミンチ		20
	清酒		1
	（冷）豆腐（カット）		80
	玉葱		35
	たけのこ水煮（1/2カット）		15
	人参		10
	生しいたけ（スライス）		3
	中ねぎ		3
	生姜		1
	にんにく		0.8
	サラダ油		1
	トマトケチャップ		5
	濃口しょうゆ		3.5
	（レト）がらスープ		3
	赤みそ		3.5
	三温糖		0.6
	チキンコンソメ		0.6
	食塩		0.1
	ごま油		0.5
	豆板醤		0.1
	でんぷん		1
	湯		20
	ロースハム（短冊）卵抜き		5
	春雨（太め5cm）		5
	太もやし		25
	きゅうり		15
	人参		5
	濃口しょうゆ		2.5
	食酢		2.2
	上白糖		1.2
	ごま油		1
	からし粉		0.05
	（個）中華菓子（マファール）		10

20日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
きなこあげパン（小）・コッペパン（中）手作りいちごジャム（中のみ）　牛乳　ボルシチ　花野菜のサラダ	コッペパン		50
	コッペパン		60
	なたね油　ローリー		4
	きな粉		5
	三温糖		3.5
	食塩		0.01
	紙ナフキン		1
	牛乳		206
	牛赤肉（2cm角）		40
	大根		40
	ビーツ		10
	玉葱		30
	キャベツ		20
	人参		10
	セロリ		3
	サラダ油		1
	バター		1
	トマトケチャップ		4
	（レト）トマトピューレ		4
	（レト）がらスープ		3
	赤ぶどう酒		2
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.5
	こしょう		0.05
	ローリエ		0.1
	生クリーム		2
	湯		80
	ブロッコリー（カット）		25
	カリフラワー（カット）		15
	（レト）ホールコーン		5
	人参		5
	食酢		2.5
	上白糖		1.2
	サラダ油		1
	食塩		0.3
	こしょう		0.03

21日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　ぶた肉のかりんあげ　おひたし　大根のみそ汁	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	豚肉赤身（2cm角）		40
	生姜		1
	清酒		1
	濃口しょうゆ		1
	でんぷん		10
	なたね油　ローリー		4
	濃口しょうゆ		2.8
	三温糖		1.7
	みりん		1.2
	清酒		1
	でんぷん		0.4
	湯		9
	炒り白ごま		1
	（レト）まぐろ油漬		5
	白菜		25
	小松菜		25
	人参		5
	（乾）刻み昆布		0.5
	濃口しょうゆ		2.5
	ポン酢		1
	油揚げ		5
	大根		30
	玉葱		20
	人参		5
	干しわかめ（カット）		0.5
	中ねぎ		3
	中みそ		6
	白みそ		5
	煮干し　だし用		4
	湯		110

22日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
さけ菜めし　牛乳　ちくぜん煮　野菜とたくあんのごまあえ　かきたま汁	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	鮭菜めしの素		4.2
	牛乳		206
	鶏肉胸・皮なし（2×2cm）		12
	鶏肉もも・皮なし（2×2cm）		8
	清酒		0.7
	板こんにゃく		20
	ごぼう（斜め・5mm厚さ）		18
	洗いれんこん		14
	人参		7
	（冷）さやいんげん		4
	ごま油		1
	濃口しょうゆ		3
	中双糖		2
	でんぷん		0.5
	水		5
	小松菜		20
	キャベツ		20
	たくあん（刻み）		6
	濃口しょうゆ		1.2
	炒り白ごま		1
	鶏卵		20
	玉葱		20
	人参		5
	中ねぎ		3
	干ししいたけ（スライス）		0.7
	濃口しょうゆ		1
	食塩		0.6
	でんぷん		0.5
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	湯		120

24日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン（袋）黒豆きなこクリーム（小中）　牛乳　魚のハーブ焼き　まんばのごまドレッシングあえ　ロメインレタスのスープ　ネーブルオレンジ（小中）	（個）常温コッペパン		幼30
	（個）冷凍コッペパン		小70
	（個）冷凍コッペパン		中90
	牛乳		206
	（チルド）すずき		幼小50
	（チルド）すずき		中60
	香草ミックス		4
	清酒		2
	まんば		25
	太もやし		20
	人参		5
	濃口しょうゆ		2
	食酢		1.5
	上白糖		1
	サラダ油		0.5
	ごま油		0.5
	炒り白ごま		1
	ボンレスハム（短冊）卵抜き		5
	ロメインレタス		25
	玉葱		30
	人参		7
	えのきたけ		7
	セロリ		2
	サラダ油		1
	（レト）がらスープ		3
	チキンコンソメ		0.5
	濃口しょうゆ		0.5
	食塩		0.5
	こしょう		0.03
	湯		120
	ネーブルオレンジ		50
	（個）黒豆きなこクリーム		10

27日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
大根のたまごとじどんぶり　牛乳　大豆と小にぼしのあげ煮　小松菜のいそ香あえ	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	ベーコン（短冊）		7
	鶏卵		30
	大根		60
	人参		10
	生しいたけ（スライス）		3
	中ねぎ		3
	サラダ油		1
	濃口しょうゆ		3.5
	みりん		2
	三温糖		1
	食塩		0.25
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.6
	でんぷん		1.2
	湯		50
	小煮干し		5
	（冷）大豆水煮		25
	でんぷん		3
	なたね油		5
	上白糖		2.5
	濃口しょうゆ		0.7
	湯		1.5
	炒り白ごま		1
	小松菜		25
	太もやし		20
	（レト）ホールコーン		5
	味付けもみのり		1.2
	濃口しょうゆ		1.2

28日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　とり肉の照り焼き　ひじきのうま煮　いなか汁	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	鶏肉もも　皮付・切込み入り		幼40
	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
	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
	牛肉（2×2cmスライス）		15
	清酒		0.5
	つきこんにゃく		10
	洗いごぼう		10
	人参		5
	（冷）さやいんげん		5
	（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
	だし汁		10
	（冷）豆腐（カット）		20
	大根		20
	里いも（1.5cm）		10
	玉葱		10
	人参		5
	生しいたけ（スライス）		3
	中ねぎ		3
	中みそ		6
	白みそ		5
	煮干し　だし用		4
	水		100