

7日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーピラフ(麦入り)	精白米(自校)	55
	米粒麦 自校	5
	(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	12
	(冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	8
	白ぶどう酒	1
	玉葱	12
	人参	8
	エリンギ カット	5
	(冷)むき枝豆	5
	サラダ油	0.5
	バター	1
	食塩	0.65
	こしょう	0.03
	カレー粉	0.7
	チキンコンソメ	0.4
	ウスターソース	0.7
	牛乳	206
	(レト)まぐろ油漬	15
	(冷)ブロッコリー	15
	きゅうり	20
(缶)ホールコーン	10	
食酢	3	
サラダ油	1	
上白糖	0.7	
食塩	0.3	
こしょう	0.04	
(冷)肉だんご	30	
マカロニ(シエル)	7	
玉葱	40	
キャベツ	30	
人参	15	
パセリ	1	
セロリー	2	
ローリエ	0.1	
サラダ油	0.5	
(レト)がらスープ	4	
チキンコンソメ	0.3	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
湯	85	

8日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	牛乳	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	20
	(冷)厚揚げ(カット)	40
	玉葱	40
	たけのこ水煮(ホール)	20
	人参	10
	ピーマン	5
	生しいたけ(スライス)	5
	サラダ油	1
	食酢	2
	上白糖	2.5
	濃口しょうゆ	3
	トマトケチャップ 1kg	3
	清酒	1
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.1
でんぷん	1	
湯	10	
小松菜	25	
キャベツ	25	
もやし	20	
炒り白ごま	1.5	
濃口しょうゆ	3	
食酢	0.8	
上白糖	1	
(レト)あさり佃煮	10	

9日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	50
	牛乳	206
	(冷)メルルーサ3cm角切	50
	清酒	2
	生姜	1
	濃口しょうゆ	1
	食塩	0.2
	でんぷん	6
	米粉	4
	炒り白ごま	3
	食用油	5
	キャベツ	30
	きゅうり	20
	(缶)ホールコーン	5
	(乾)海藻ミックス	1
	濃口しょうゆ	2.3
	食酢	2.1
	上白糖	1.2
	ごま油	0.5
サラダ油	0.5	
ベーコン(スライス)	8	
ロメインレタス	20	
玉葱	15	
人参	7	
マカロニ(英字)	5	
サラダ油	0.5	
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
濃口しょうゆ	0.5	
(レト)がらスープ	4	
チキンコンソメ	0.5	
湯	125	

12日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	206
	(冷)さばの生姜煮	小 50
さばの生姜煮	(冷)さばの生姜煮	中 70
	もやし	40
	小松菜	20
	人参	7
おひたし 春大根のみそ汁	炒り白ごま	1
	濃口しょうゆ	2.7
	食酢	0.5
	上白糖	0.4
	食塩	0.03
	豆腐	15
	油揚げ	5
	春大根	30
	玉葱	20
	中ねぎ	5
	中みそ	6
	白みそ	5
	煮干し だし用	4
	湯	100

13日(火)		
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
	牛乳	30
鶏肉	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20
鶏肉のトマト煮	ベーコン(スライス)	5
	(冷)大豆水煮	20
	玉葱	40
	キャベツ	20
	人参	15
	しめじ	10
	にんにく	1
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	バター	0.5
	(袋)トマト水煮	25
トマトケチャップ 1kg	3	
上白糖	0.8	
赤ぶどう酒	1	
ウスターソース	0.7	
チキンコンソメ	0.6	
食塩	0.3	
こしょう	0.05	
湯	20	
はっさく(中のみ)	じゃがいも	55
	人参	5
	(冷)むぎ枝豆	5
	(缶)ホールコーン	5
	ゆで塩	1
	(個)マヨネーズ	8
	はっさく	50

14日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	206
	豚肉赤身(3×3cmスライス)	40
ホイコーロー ビーフンサラダ ミニトマト	濃口しょうゆ	1
	清酒	1
	キャベツ	40
	玉葱	35
	たけのこ水煮(ホール)	15
	人参	10
	ピーマン	8
	生姜	1
	にんにく	0.5
	サラダ油	1
	赤みそ	2
	濃口しょうゆ	1
	清酒	1
	上白糖	0.7
オイスターソース	0.7	
豆板醤	0.05	
ごま油	0.5	
ローズハム(短冊)卵抜き	7	
ビーフン	5	
もやし	25	
チンゲンサイ	15	
人参	8	
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	0.05	
ミニトマト	30	

15日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
赤飯	精白米(自校)	50
	精白米(自校)	55
牛乳	もち米	18
	もち米	20
鶏肉のから揚げ ゆでブロッコリー すまし汁 いちごゼリー	(乾)小豆	7
	食塩	0.6
	炒り黒ごま	0.7
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20
	濃口しょうゆ	2.5
	清酒	0.7
	生姜	0.7
	でんぷん	2
	米粉	4
	食用油	5
	(冷)ブロッコリー	30
	ゆで塩	0.5
型抜きかまぼこ(桜)	6	
(冷)豆腐(カット)	20	
玉葱	25	
中ねぎ	5	
たけのこ水煮(短冊切り)	10	
干しわかめ(カット)	0.5	
清酒	1	
食塩	0.4	
濃口しょうゆ	0.5	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	115	
(個)いちごゼリー	50	

16日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型コッペパン	(個)コッペパン	小1~4 30
	(個)コッペパン	小5 40
	(個)コッペパン	小6・中1 50
	(個)コッペパン	中2・3 60
牛乳(袋入り)	牛乳	206
	スパゲティ(ハーフ)	35
	ゆで塩	1.5
	豚肉並(2×2cmスライス)	15
	(冷)短冊いか(1×4cm)	15
	清酒	1.5
	キャベツ	30
	玉葱	20
	人参	10
	生しいたけ(スライス)	5
	中ねぎ	5
生姜	1	
にんにく	0.1	
サラダ油	2	
とんかつソース	9	
ウスターソース	2.5	
食塩	0.25	
こしょう	0.05	
粉かつお	0.5	
青のり粉	0.2	
野菜サラダ	(冷)ブロッコリー	25
	きゅうり	25
清見オレンジ	人参	7
	食酢	2.2
	濃口しょうゆ	2
	上白糖	1.2
	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	清見オレンジ	50

19日(月)			20日(火)			21日(水)			22日(木)			23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
麦ごはん	精白米(委託)	60	セルフハンバーガー	コッペパン(丸型)	50	たけのこごはん	精白米(自校)	60	麦ごはん	精白米(委託)	60	ごはん	精白米(自校)	68
	精白米(委託)	70		コッペパン(丸型)	50		(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	9		精白米(委託)	70		精白米(自校)	75
	米粒麦 委託	6					(冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	6		米粒麦 委託	6			
	米粒麦 委託	7		牛乳	206		清酒	1		米粒麦 委託	7		牛乳	206
牛乳	牛乳	206		(冷)おからハンバーグ ボイル用 小	50	牛乳	油揚げ	5	牛乳	牛乳	206	牛乳	豚肉並(2×2cmスライス)	20
				(冷)おからハンバーグ ボイル用 中	60		新たけのこ水煮(ホール)	20						
カレーライス	牛肉(3×3cmスライス)	25	牛乳	キャベツ	35	きんぴら	(冷)むき枝豆	5	八宝菜	豚肉並(3×3cmスライス)	20	高野豆腐の卵とじ	清酒	1
	じゃがいも	50		人参	5		濃口しょうゆ	2		生姜	1		鶏卵	20
	玉葱	40		ゆで塩	0.4		清酒	2		濃口しょうゆ	1		高野豆腐(サイコロ)	15
	人参	10		(個)トマトケチャップ	小1~3 8		食塩	0.6		(レト)うずら卵	20		玉葱	30
フレンチサラダ	(冷)むき枝豆	5	クラムチャウダー	(個)ケチャップ&マスタード	小4~中 8	すいとん汁	上白糖	0.5	中華サラダ	(冷)短冊いか(1×4cm)	15	野菜と昆布のあえもの	(冷)さやいんげん	7
	(乾)レンズ豆	5					出し昆布	1		清酒	0.5		白菜	40
小煮干し	セロリー	5		(冷)あさりむき身	10	野菜マフィン(中のみ)	牛乳	206	かえりアーモンド	玉葱	40	ひじきのり	濃口しょうゆ	3.5
	にんにく	0.5		白ぶどう酒	1						白菜		30	生しいたけ(スライス)
	小麦粉	6		白ぶどう酒	1		てんぷら	10		たけのこ水煮(ホール)	15		三温糖	2.2
	サラダ油	4		ベーコン(スライス)	5		洗いごぼう	25		チンゲンサイ	15		食塩	0.15
	カレー粉	1		(冷)白いんげん豆ペースト	10		つきごんにやく	10		人参	10		削り節 だし用	2
	サラダ油	2		じゃがいも	30		人参	7		生しいたけ(スライス)	5		湯	55
	(レト)がらスープ	4		玉葱	30		(冷)さやいんげん	6		サラダ油	2		きゅうり	25
	赤ぶどう酒	2		人参	7		ごま油	1		濃口しょうゆ	0.8		人参	5
	トマトケチャップ 1kg	2		しめじ	5		濃口しょうゆ	2		チキンコンソメ	0.5		(缶)ホールコーン	5
	ウスターソース	1.3		パセリ	0.5		三温糖	1		食塩	0.3		切干し大根	5
	とんかつソース	1		バター	0.5		みりん	1		こしょう	0.04		炒り白ごま	1
	濃口しょうゆ	1		(レト)がらスープ	4		炒り白ごま	2		でんぷん	1		(乾)刻み昆布	0.5
	チャツネ	1		食塩	0.55		一味	0.01		湯	8		濃口しょうゆ	1.8
	チキンコンソメ	0.5		こしょう	0.05		(冷)すいとん	25		もやし	35		食酢	2.5
	食塩	0.5		チキンコンソメ	0.6		油揚げ	5		きゅうり	20		上白糖	1
	こしょう	0.04		コーンスターチ	1		大根	20		きくらげ(せん切り)	0.2		サラダ油	0.5
	湯	90		調理用牛乳	30		人参	10		濃口しょうゆ	2.5			
				湯	50		中ねぎ	5		食酢	2			
	キャベツ	20					中みそ	6		上白糖	1.5			
	きゅうり	25					白みそ	5		ごま油	1			
	人参	10					煮干し だし用	4		かえり	5			
	(缶)ホールコーン	5					水	110		アーモンド(四つ割)	4			
	食酢	3					(個)野菜マフィン	25		上白糖	1			
	サラダ油	1								濃口しょうゆ	0.3			
	上白糖	0.8								みりん	1			
	食塩	0.25								水	1			
	こしょう	0.03												
	小煮干し	4												

26日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	206
さごしのから揚げ	(冷)さごし	小1・2 35
	(冷)さごし	小3~6 50
	(冷)さごし	中 70
	生姜	1
	清酒	2
	食塩	0.3
	米粉	7
	食用油	5
	油揚げ	5
	新たけのこ水煮(ホール)	20
	(レト)ふき水煮ロング	10
	人参	8
	花かつお	0.5
	濃口しょうゆ	1
	中双糖	0.8
	みりん	0.7
食塩	0.1	
だし汁	20	
油揚げ	7	
(乾)そうめん	5	
玉葱	25	
小松菜	10	
人参	7	
中ねぎ	5	
食塩	0.4	
濃口しょうゆ	0.5	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
湯	125	

27日(火)

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	牛乳	206
牛乳	豚肉並ミンチ	20
	(冷)白いんげん豆	20
チリコンカン	(冷)金時豆	15
	じゃがいも	55
	玉葱	40
	(袋)トマト水煮	8
	にんにく	1
	パセリ	0.8
	サラダ油	1
	トマトケチャップ 1kg	6
	中双糖	1.2
	ウスターソース	1
	赤ぶどう酒	1
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.25
	チリパウダー	0.05
	湯	35
	きゅうり	10
	切干し大根	5
	人参	5
	(缶)ホールコーン	5
(乾)刻み昆布	0.5	
食酢	2.2	
濃口しょうゆ	2	
上白糖	1	
サラダ油	0.5	
ごま油	0.5	
(個)ヨーグルト Fe強化	70	
(個)りんごジャム	15	

28日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
チキンライス(麦入り)	精白米(自校)	55
	米粒麦 自校	5
	(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	12
	(冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	8
	白ぶどう酒	1
	玉葱	12
	人参	8
	エリンギ カット	5
	(冷)むき枝豆	5
	バター	0.6
	サラダ油	1
	トマトケチャップ 1kg	13
	ウスターソース	0.9
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.45
	こしょう	0.05
	牛乳	206
	(レト)まぐろ油漬	8
洗いごぼう	25	
きゅうり	18	
人参	7	
炒り白ごま	1.5	
食酢	2.2	
濃口しょうゆ	2	
上白糖	1.2	
ごま油	0.5	
サラダ油	0.5	
ベーコン(スライス)	7	
玉葱	30	
(缶)クリームコーン	40	
(缶)ホールコーン	10	
パセリ	0.5	
サラダ油	0.5	
(レト)がらすープ	4	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ	0.3	
湯	110	
(個)ショコラブッセ	21	

30日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	206
鶏とレバーの香り揚げ	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	18
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	12
	清酒	1
	でんぷん	5
	(冷)鶏レバー澱粉付き	15
	食用油	5
	中双糖	2.5
	濃口しょうゆ	2
	細ねぎ	1
	生姜	0.8
	にんにく	0.8
	清酒	1.5
	豆板醤	0.04
	湯	4
小松菜	25	
キャベツ	35	
人参	5	
花かつお	1	
濃口しょうゆ	2.5	
食酢	1.5	
豆腐	30	
油揚げ	5	
玉葱	25	
干しわかめ(カット)	0.6	
中ねぎ	5	
中みそ	6	
白みそ	5	
煮干し だし用	4	
湯	105	