

A10日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
とりめし(麦入り)	精白米 自校	70
	米粒麦 自校	10
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	10
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	15
	洗いごぼう	7
	人参	7
	冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1.5
	清酒	1.5
	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	1.5
	食塩	0.8
	牛乳	206
牛乳 切り干し大根のあえものみそ汁 日向夏ゼリー(中のみ)	きゅうり	20
	乾)切干し大根	5
	人参	5
	乾)刻み昆布	0.5
	(個)ゆずかつおドレッシング 乳・卵抜き	10
	油揚げ	4
	玉ねぎ	30
	じゃがいも	20
	しめじ	10
	中ねぎ	5
	中みそ	7
	甘みそ	6
	乾)だし煮干し	4
水	110	
(個)日向夏ゼリー	40	

A11日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン(袋入り)	(個)コッペパン 袋入り 小1	40
	(個)コッペパン 袋入り 小2	50
	(個)コッペパン 袋入り 小3-4	60
	(個)コッペパン 袋入り 小5-中	70
	牛乳	206
	冷)メルルーサ 角切り	50
	清酒	2
	食塩	0.15
	米粉	4
	でんぶん	4
	なたね油	6
	砂糖(上白糖)	3.5
	冷)レモン果汁	5
濃口醤油	3	
魚のレモンソース 野菜サラダ コーンスープ スティックチーズ(中のみ)	冷)ブロッコリー	30
	キャベツ	15
	赤パプリカ	5
	(個)コールスロッドレッシング 乳・卵抜き	10
	鶏卵	20
	冷)ベーコン スライス	7
	(缶)クリームコーン	40
	玉ねぎ	30
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	レト)がらスープ	3
	食塩	0.7
	こしょう	0.03
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
コーンスターチ	2	
湯	110	
(個)スティックチーズ	15	

A12日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
夏野菜カレーライス(麦ごはん)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	豚肉 スライス	20
	じゃがいも	25
	玉ねぎ	35
	かぼちゃ カット(2.0cm×2.0cm)	25
	なす	15
	サラダ油	2
	人参	8
	冷)むき枝豆	5
	セロリー	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
わかめサラダ 小煮干し	サラダ油	2
	小麦粉	5
	サラダ油	5
	カレー粉	1.1
	レト)がらスープ	3
	トマトケチャップ (1kg/3kg)	2
	ウスターソース	1.7
	とんかつソース	1
	濃口醤油	1
	チャツネ 450g	1
	赤ぶどう酒	1
	食塩	0.8
	こしょう	0.04
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
湯	85	
牛乳	206	
キャベツ	25	
きゅうり	20	
(缶)ホールコーン	5	
乾)干しわかめ	1	
(個)青じそドレッシング 乳・卵抜き	10	
乾)小煮干し	4	

A13日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
わかめごはん 牛乳 高野豆腐のうま煮 おひたし	精白米(自校)	90
	炊き込みわかめ	2.5
	牛乳	206
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	12
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	8
	清酒	1
	乾)高野豆腐 サイコロ	15
	玉ねぎ	35
	人参	7
	冷)さやいんげん	5
	しいたけ スライス	5
	濃口醤油	3.5
	砂糖(三温糖)	3
食塩	0.3	
乾)だし削り節 鯖抜き	1.5	
湯	55	
キャベツ	35	
きゅうり	20	
人参	5	
乾)刻み昆布	0.5	
乾)炒り白ごま	1.2	
(個)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10	

A14日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ビビンバ(麦ごはん) 牛乳 わかめスープ 冷凍みかん	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛肉 スライス	35
	濃口醤油	3.5
	砂糖(三温糖)	1.5
	清酒	1
	にんにく	1.5
	中ねぎ	1
	ごま油	1
	乾)炒り白ごま	1.5
	一味	0.02
	冷)ほうれん草	30
	もやし	40
人参	8	
(個)棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	10	
牛乳	206	
ボンレスハム 短冊 乳・卵抜き	5	
玉ねぎ	20	
エリンギ	10	
中ねぎ	5	
乾)干しわかめ	0.8	
乾)炒り白ごま	1	
サラダ油	0.5	
レト)がらスープ	3	
濃口醤油	0.8	
食塩	0.7	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
ごま油	0.2	
湯	130	
(個)冷凍みかん	80	

A7月

A18日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッ ペ パン	60 コッペパン	60
	206 牛乳	206
	豚肉 スライス	25
	牛乳	
	冷)ベーコン スライス	5
	冷)大豆水煮	35
	じゃがいも	45
	玉ねぎ	40
	人参	10
	パセリ	0.5
ポーク ビー ンズ	サラダ油	0.5
	バター	0.5
	トマトピューレ	6
	トマトケチャップ (1kg/3kg)	3
	野菜とまぐろの ソーテー	
	砂糖(上白糖)	1.2
	赤ぶどう酒	1
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	食塩	0.5
いちご ジャム	215 しょう	0.05
	湯	40
	レト)まぐろ油漬	15
	清酒	1
	キャベツ	25
	小松菜	20
	人参	10
	缶)ホールコーン	8
	サラダ油	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.2
81	食塩	0.3
	しょう	0.05
	15 (個)いちごジャム	15

A19日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ご はん	精白米(自校)	70
	80 米粒麦 自校	10
	206 牛乳	206
	牛乳	
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	12
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	8
	冷)ミニひろす	20
	つきごんにやく	25
	洗いごぼう	15
	人参	10
がん も ど き と ひ じ き の う ま 煮	冷)さやいんげん	8
	乾)ひじき	3
	サラダ油	1
	砂糖(三温糖)	3
	濃口醤油	4.5
	みりん	1
	湯	20
	小松菜	20
	きゅうり	25
	乾)切干し大根	3
小 松 菜 の あ え も の	乾)炒り白ごま	1
	(個)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10
	125 (個)みかんジュース	125
み か ん ジ ュ ー ス		

A20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)	70
	80 米粒麦 委託	10
	206 牛乳	206
	牛乳	
	冷)豆あじ澱粉付き	30
	なたね油	4
	細ねぎ	2
	食酢	3
	濃口醤油	2.2
	砂糖(上白糖)	2.2
豆 あ じ の 南 蛮 漬 け	みりん	0.8
	一味	0.02
	45 水	1.1
	ご ま あ え	
	キャベツ	35
	小松菜	20
	人参	5
	乾)炒り白ごま	2
	67 (袋)だし醤油	5
	な す と そ う め ん の み そ 汁	
なす	15	
乾)そうめん	2	
玉ねぎ	20	
油揚げ	5	
中ねぎ	5	
中みそ	6	
甘みそ	5	
乾)だし削り節 鯖抜き	5	
あ さ り の 佃 煮	193 湯	130
	10 (レト)あさり佃煮	10

B10日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
60 コッ ペ バ ン	コッペパン	60
	牛乳	206
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	30
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	20
	清酒	2
	食塩	0.15
	でんぷん	8
	なたね油	6
	玉ねぎ	15
	ズッキーニ	5
牛 乳	なす	5
	にんにく	0.7
	サラダ油	0.5
	トマトケチャップ (1kg/3kg)	3
	トマトピューレ	1.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ウスターソース	0.3
	赤ぶどう酒	0.3
	砂糖(三温糖)	0.3
	食塩	0.1
鶏 肉 の ラ タ ト ウ イ ユ か け	こしょう	0.02
	でんぷん	0.1
	湯	7
	枝豆さや付き	20
	ゆで塩	0.5
	冷)ベーコン スライス	5
	玉ねぎ	35
	キャベツ	25
	人参	10
	セロリー	5
ゆ で 枝 豆	サラダ油	0.5
	ローリエ	0.1
	レト)がらスープ	3
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	食塩	0.7
	こしょう	0.03
	濃口醤油	0.2
	湯	120
コ ン ソ メ ス ー プ	湯	7
	枝豆さや付き	20
	ゆで塩	0.5
	冷)ベーコン スライス	5
	玉ねぎ	35
	キャベツ	25
	人参	10
	セロリー	5
	サラダ油	0.5
	ローリエ	0.1
21 ゆ で 塩	レト)がらスープ	3
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	食塩	0.7
	こしょう	0.03
	濃口醤油	0.2
	湯	120

B11日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
と り め し (麦 入 り)	精白米 自校	70
	米粒麦 自校	10
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	10
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	15
	洗いごぼう	7
	人参	7
	冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1.5
	清酒	1.5
	濃口醤油	3
牛 乳	砂糖(上白糖)	1.5
	食塩	0.8
	牛乳	206
	きゅうり	20
	乾)切干し大根	5
	人参	5
	乾)刻み昆布	0.5
	(個)ゆずかつおドレッシング 乳・卵抜き	10
	油揚げ	4
	玉ねぎ	30
132 切 り 干 し 大 根 の あ え も の	じゃがいも	20
	しめじ	10
	中ねぎ	5
	中みそ	7
	甘みそ	6
	乾)だし煮干し	4
	水	110
	(個)日向夏ゼリー	40
み そ 汁		
日 向 夏 ゼ リ ー (中 の み)		

B12日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
60 コッ ペ バ ン (袋 入 り)	(個)コッペパン 袋入り 幼-小1	40
	(個)コッペパン 袋入り 小2	50
	(個)コッペパン 袋入り 小3-4	60
	(個)コッペパン 袋入り 小5-中	70
	牛乳	206
	冷)メルルーサ 角切り	50
	清酒	2
	食塩	0.15
	米粉	4
	でんぷん	4
206 牛 乳 (袋 入 り)	なたね油	6
	砂糖(上白糖)	3.5
	冷)レモン果汁	5
	濃口醤油	3
	冷)ブロッコリー	30
	キャベツ	15
	赤パプリカ	5
	(個)コールスロードレッシング 乳・卵抜き	10
	鶏卵	20
	冷)ベーコン スライス	7
魚 の レ モ ン ソ ー ス	(缶)クリームコーン	40
	玉ねぎ	30
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	レト)がらスープ	3
	食塩	0.7
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	コーンスターチ	2
	湯	110
60 野 菜 サ ラ ダ	(個)スティックチーズ	15
214 コ ー ン ス ー プ		
15 ス テ ィ ッ ク チ ー ズ (中 の み)		

B13日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
夏 野 菜 カ レ ー ラ イ ス (麦 ご は ん)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	豚肉 スライス	20
	じゃがいも	25
	玉ねぎ	35
	かぼちゃ カット(2.0cm×2.0cm)	25
	なす	15
	サラダ油	2
	人参	8
	冷)むき枝豆	5
牛 乳 (麦 ご は ん)	セロリー	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
	サラダ油	2
	小麦粉	5
	サラダ油	5
	カレー粉	1.1
	レト)がらスープ	3
	トマトケチャップ (1kg/3kg)	2
	ウスターソース	1.7
わ か め サ ラ ダ	とんかつソース	1
	濃口醤油	1
	チャツネ 450g	1
	赤ぶどう酒	1
	食塩	0.8
	こしょう	0.04
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	湯	85
	牛乳	206
	キャベツ	25
小 煮 干 し (小 中 の み)	きゅうり	20
	(缶)ホールコーン	5
	乾)干しわかめ	1
	(個)青じそドレッシング 乳・卵抜き	10
	乾)小煮干し	4

B14日(金)

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)	90
	炊き込みわかめ	2.5
	牛乳	206
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	12
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	8
	清酒	1
	乾)高野豆腐 サイコロ	15
	玉ねぎ	35
	人参	7
	冷)さやいんげん	5
牛 乳 高 野 豆 腐 の う ま 煮	しいたけ スライス	5
	濃口醤油	3.5
	砂糖(三温糖)	3
	食塩	0.3
	乾)だし削り節 鯖抜き	1.5
	湯	55
	キャベツ	35
	きゅうり	20
	人参	5
	乾)刻み昆布	0.5
お ひ た し	乾)炒り白ごま	1.2
	(個)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10

B7月(国分寺・鬼無)

国分寺・鬼無 3日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セル フ パ ン	コッペパン	60
	牛乳	206
50	(冷)おからハンバーグ	幼・小 50
	(冷)おからハンバーグ	中 60
46	キャベツ	35
	人参	10
8	ゆで塩	0.5
	(個)トマトケチャップ	幼-小4 8
8	(個)ケチャップマスタード	小5-中 8
	冷)ベーコン(スライス)	5
牛乳	冷)白いんげん豆	15
	玉ねぎ	40
ミネ	人参	10
	乾)マカロニ(シエル)	7
スト	セロリー	2
	パセリ	0.5
ロー	サラダ油	0.5
	レト)トマト水煮 ダイス	15
ネ	レト)がらスープ	3
	赤ぶどう酒	1
223	食塩	0.7
	こしょう	0.03
湯	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ローリエ	0.1
湯		120

国分寺・鬼無 4日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大豆	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
ごはん	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	6
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	9
17	冷)大豆水煮	15
	油揚げ	8
206	人参	7
	冷)むき枝豆	5
牛乳	サラダ油	1
	清酒	2
137	濃口醤油	2
	砂糖(上白糖)	1
206	食塩	0.8
	牛乳	206
70	きゅうり	30
	もやし	20
夏	人参	10
	(個)青じそドレッシング 乳・卵抜き	10
野菜	油揚げ	5
	玉ねぎ	15
のみ	ズッキーニ	5
	なす	7
30	人参	7
	中ねぎ	5
182	中みそ	7
	甘みそ	6
30	乾)だし削り節 鯖抜き	4
	乾)だし昆布	0.8
水	水	120
	(冷)野菜マフィン	25

国分寺・鬼無 5日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
40	コッペパン	40
	牛乳	206
206	乾)スパゲティ ハーフ	35
	ゆで塩	1.5
牛乳	冷)あさりむき身	10
	清酒	1.5
ソース	豚肉 スライス	20
	キャベツ	30
焼き	濃口醤油	20
	玉ねぎ	7
ス	ピーマン	5
	生姜	1
バ	にんにく	0.1
	サラダ油	2
ゲ	とんかつソース	7
	ウスターソース	2
テイ	食塩	0.5
	こしょう	0.05
143	乾)青のり粉	0.2
	乾)粉かつお	0.2
56	乾)ひじき	1
	冷)ブロッコリー	30
30	きゅうり	10
	人参	5
ミニ	(個)焼煎ごまドレッシング 乳・卵抜き	8
	ミニトマト	30

国分寺・鬼無 6日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
80	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
206	牛乳	206
	冷)紫いか(2×4cm)	45
牛乳	生姜	1.3
	濃口醤油	2
い	清酒	2
	カレー粉	0.5
64	でんぷん	8
	なたね油	5
夏	アスパラガス	15
	きゅうり	25
63	缶)ホールコーン	8
	オクラ	5
野菜	(個)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10
	レト)うずら卵	20
あ	型抜きかまぼこ(星)	6
	玉ねぎ	20
え	人参	5
	中ねぎ	5
の	ふしめん	4
	濃口醤油	0.6
ふ	食塩	0.7
	乾)だし削り節 鯖抜き	4
195	湯	130
	(個)ひじきのり	10
10	(冷)七夕ゼリー	40

国分寺・鬼無 7日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
豚	無洗米 自校	70
	米粒麦 自校	10
キ	豚肉 スライス	35
	清酒	1
ム	生姜	1
	濃口醤油	0.5
子	白菜キムチ(ご飯用)	25
	キャベツ	35
井	玉ねぎ	30
	もやし	20
(にら	7
	にんにく	0.5
麦	ごま油	1
	濃口醤油	3
240	砂糖(上白糖)	1
	牛乳	206
春	ポレンスハム 短冊 乳・卵抜き	5
	玉ねぎ	20
雨	人参	10
	中ねぎ	5
ス	はるさめ カット(9cm)	5
	サラダ油	0.5
ト	レト)がらスープ	4
	濃口醤油	0.5
ミ	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ごま油	0.2
ッ	食塩	0.7
	こしょう	0.03
ク	湯	130
	(個)ミックスナッツ	15

国分寺・鬼無 10日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッ ペ パン 牛 乳 鶏 肉 の ラ タ ト ウ イ ユ か け ゆ で 枝 豆 コ ン ソ メ ス ー プ	コッペパン	60
	牛乳	206
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	30
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	20
	清酒	2
	食塩	0.15
	でんぷん	8
	なたね油	6
	玉ねぎ	15
	ズッキーニ	5
なす	5	
にんにく	0.7	
サラダ油	0.5	
トマトケチャップ (1kg/3kg)	3	
トマトピューレ	1.5	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
ウスターソース	0.3	
赤ぶどう酒	0.3	
砂糖(三温糖)	0.3	
食塩	0.1	
こしょう	0.02	
でんぷん	0.1	
湯	7	
枝豆さや付き	20	
ゆで塩	0.5	
冷)ベーコン スライス	5	
玉ねぎ	35	
キャベツ	25	
人参	10	
セロリー	5	
サラダ油	0.5	
ローリエ	0.1	
レト)がらスープ	3	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
食塩	0.7	
こしょう	0.03	
濃口醤油	0.2	
湯	120	

国分寺・鬼無 11日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
と り め し (麦 入 り) 牛 乳 切 り 干 し 大 根 の あ え も の み そ 汁 日 向 夏 ゼ リ ー (中 の み)	精白米 自校	70
	米粒麦 自校	10
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	10
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	15
	洗いごぼう	7
	人参	7
	冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1.5
	清酒	1.5
	濃口醤油	3
砂糖(上白糖)	1.5	
食塩	0.8	
牛乳	206	
きゅうり	20	
乾)切干し大根	5	
人参	5	
乾)刻み昆布	0.5	
(個)ゆずかつおドレッシング 乳・卵抜き	10	
油揚げ	4	
玉ねぎ	30	
じゃがいも	20	
しめじ	10	
中ねぎ	5	
中みそ	7	
甘みそ	6	
乾)だし煮干し	4	
水	110	
(個)日向夏ゼリー	40	

国分寺・鬼無 12日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッ ペ パン 牛 乳 魚 の レ モ ン ソ ー ス 野 菜 サ ラ ダ コ ー ン ス ー プ ス テ ィ ッ ク チ ー ズ (中 の み)	コッペパン	60
	牛乳	206
	冷)メルルーサ 角切り	50
	清酒	2
	食塩	0.15
	米粉	4
	でんぷん	4
	なたね油	6
	砂糖(上白糖)	3.5
	冷)レモン果汁	5
濃口醤油	3	
冷)ブロッコリー	30	
キャベツ	15	
赤パプリカ	5	
(個)コルスロードレッシング 乳・卵抜き	10	
鶏卵	20	
冷)ベーコン スライス	7	
(缶)クリームコーン	40	
玉ねぎ	30	
パセリ	0.5	
サラダ油	0.5	
レト)がらスープ	3	
食塩	0.7	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
コーンスターチ	2	
湯	110	
(個)スティックチーズ	15	

国分寺・鬼無 13日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
夏 野 菜 カ レ ー ラ イ ス (麦 ご は ん) 牛 乳 わ か め サ ラ ダ 小 煮 干 し (小 中 の み)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	豚肉 スライス	20
	じゃがいも	25
	玉ねぎ	35
	かぼちゃ カット(2.0cm×2.0cm)	25
	なす	15
	サラダ油	2
	人参	8
	冷)むき枝豆	5
セロリー	5	
にんにく	0.5	
生姜	0.2	
サラダ油	2	
小麦粉	5	
サラダ油	5	
カレー粉	1.1	
レト)がらスープ	3	
トマトケチャップ (1kg/3kg)	2	
ウスターソース	1.7	
とんかつソース	1	
濃口醤油	1	
チャツネ 450g	1	
赤ぶどう酒	1	
食塩	0.8	
こしょう	0.04	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
湯	85	
牛乳	206	
キャベツ	25	
きゅうり	20	
(缶)ホールコーン	5	
乾)干しわかめ	1	
(個)青じそドレッシング 乳・卵抜き	10	
乾)小煮干し	4	

国分寺・鬼無 14日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
わ か め ご は ん 牛 乳 高 野 豆 腐 の う ま 煮 お ひ た し	精白米(自校)	90
	炊き込みわかめ	2.5
	牛乳	206
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	12
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	8
	清酒	1
	乾)高野豆腐 サイコロ	15
	玉ねぎ	35
	人参	7
	冷)さやいんげん	5
しいたけ スライス	5	
濃口醤油	3.5	
砂糖(三温糖)	3	
食塩	0.3	
乾)だし削り節 鯖抜き	1.5	
湯	55	
キャベツ	35	
きゅうり	20	
人参	5	
乾)刻み昆布	0.5	
乾)炒り白ごま	1.2	
(個)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10	

C 10日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
豚キムチ丼(麦ごはん) 牛乳 春雨スープ ミックスナッツ(中のみ)	無洗米 自校	70
	米粒麦 自校	10
	豚肉 スライス	35
	清酒	1
	生姜	1
	濃口醤油	0.5
	白菜キムチ(ご飯用)	25
	キャベツ	35
	玉ねぎ	30
	もやし	20
	にら	7
	にんにく	0.5
	ごま油	1
	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	1
	牛乳	206
	ボンレスハム 短冊 乳・卵抜き	5
	玉ねぎ	20
	人参	10
	中ねぎ	5
	はるさめ カット(9cm)	5
	サラダ油	0.5
	レト)がらスープ	4
	濃口醤油	0.5
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
ごま油	0.2	
食塩	0.7	
こしょう	0.03	
湯	130	
こしょう	15	

C 11日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 牛乳 鶏肉のラタトゥイユかけ ゆで枝豆 コンソメスープ	コッペパン	60
	牛乳	206
	冷)鶏肉 胸・皮なし カット	30
	冷)鶏肉 もも・皮なし カット	20
	清酒	2
	食塩	0.15
	でんぷん	8
	なたね油	6
	玉ねぎ	15
	ズッキーニ	5
	なす	5
	にんにく	0.7
	サラダ油	0.5
	トマトケチャップ (1kg/3kg)	3
	トマトピューレ	1.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ウスターソース	0.3
	赤ぶどう酒	0.3
	砂糖(三温糖)	0.3
	食塩	0.1
	こしょう	0.02
	でんぷん	0.1
	湯	7
	枝豆さや付き	20
ゆで塩	0.5	
冷)ベーコン スライス	5	
玉ねぎ	35	
キャベツ	25	
人参	10	
セロリー	5	
サラダ油	0.5	
ローリエ	0.1	
レト)がらスープ	3	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
食塩	0.7	
こしょう	0.03	
濃口醤油	0.2	
湯	120	

C 12日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
とりめし(麦入り) 牛乳 切り干し大根のあえもの みそ汁 日向夏ゼリー(中のみ)	精白米 自校	70
	米粒麦 自校	10
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	10
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	15
	洗いごぼう	7
	人参	7
	冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1.5
	清酒	1.5
	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	1.5
	食塩	0.8
	牛乳	206
	きゅうり	20
	乾)切干し大根	5
	人参	5
	乾)刻み昆布	0.5
	(個)ゆずかつおドレッシング 乳・卵抜き	10
	油揚げ	4
	玉ねぎ	30
	じゃがいも	20
	しめじ	10
	中ねぎ	5
	中みそ	7
甘みそ	6	
乾)だし煮干し	4	
水	110	
(個)日向夏ゼリー	40	

C 13日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 牛乳 魚のレモンソース 野菜サラダ コーンスープ スティックチーズ(中のみ)	コッペパン	60
	牛乳	206
	冷)メルルーサ 角切り	50
	清酒	2
	食塩	0.15
	米粉	4
	でんぷん	4
	なたね油	6
	砂糖(上白糖)	3.5
	冷)レモン果汁	5
	濃口醤油	3
	冷)ブロッコリー	30
	キャベツ	15
	赤パプリカ	5
	(個)コールスロードレッシング 乳・卵抜き	10
	鶏卵	20
	冷)ベーコン スライス	7
	(缶)クリームコーン	40
	玉ねぎ	30
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	レト)がらスープ	3
	食塩	0.7
	こしょう	0.03
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
コーンスターチ	2	
湯	110	
(個)スティックチーズ	15	

C 14日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
夏野菜カレーライス(麦ごはん) 牛乳 わかめサラダ 小煮干し(小中のみ)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	豚肉 スライス	20
	じゃがいも	25
	玉ねぎ	35
	かぼちゃ カット(2.0cm×2.0cm)	25
	なす	15
	サラダ油	2
	人参	8
	冷)むき枝豆	5
	セロリー	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
	サラダ油	2
	小麦粉	5
	サラダ油	5
	カレー粉	1.1
	レト)がらスープ	3
	トマトケチャップ (1kg/3kg)	2
	ウスターソース	1.7
	とんかつソース	1
	濃口醤油	1
	チャツネ 450g	1
	赤ぶどう酒	1
食塩	0.8	
こしょう	0.04	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
湯	85	
牛乳	206	
キャベツ	25	
きゅうり	20	
(缶)ホールコーン	5	
乾)干しわかめ	1	
(個)青じそドレッシング 乳・卵抜き	10	
乾)小煮干し	4	

3日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
キムチごはん(麦入り)牛乳	精白米 自校	70	
	米粒麦 自校	10	
	豚肉 スライス	15	
	生姜	0.8	
	濃口醤油	1.2	
	砂糖(上白糖)	0.8	
	白菜キムチ(ご飯用)	20	
	人参	7	
	冷)むき枝豆	5	
	乾)炒り白ごま	2	
	ごま油	2	
	清酒	2	
	濃口醤油	1.5	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	
	食塩	0.6	
	海藻サラダ	牛乳	206
		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	1.2
(個)青じそドレッシング 乳・卵抜き		10	
レト)うずら卵		20	
ボンレスハム 短冊 乳・卵抜き		5	
玉ねぎ		25	
えのきたけ		7	
うずら卵のスープ	中ねぎ	5	
	レト)がらスープ	3	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.7	
	濃口醤油	0.5	
	食塩	0.6	
	こしょう	0.05	
	湯	125	

4日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦ごはん	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
	牛乳	206	
	牛乳	(冷)さんま梅煮	幼 30
		(冷)さんま梅煮	小 40
		(冷)さんま梅煮	中 50
	さんまの梅煮	大根	25
		きゅうり	20
		人参	7
		缶)ホールコーン	5
(個)ゆずかつおドレッシング 乳・卵抜き		10	
鶏卵		20	
玉ねぎ		30	
人参		7	
中ねぎ		5	
濃口醤油		1	
かきたま汁	食塩	0.7	
	でん粉	0.5	
	乾)だし削り節 鯖抜き	4	
	乾)だし昆布	1	
	湯	130	
	(個)穀物ふりかけ	2.5	

5日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
セルフハンバーガー	コッペパン	60	
	牛乳	206	
	(冷)おからハンバーグ	幼・小 50	
	(冷)おからハンバーグ	中 60	
	キャベツ	35	
	人参	10	
	ゆで塩	0.5	
	(個)トマトケチャップ	幼-小4 8	
	(個)ケチャップマスタード	小5-中 8	
	冷)ベーコン(スライス)	5	
牛乳	冷)白いんげん豆	15	
	玉ねぎ	40	
	人参	10	
	乾)マカロニ(シエル)	7	
	セロリー	2	
	パセリ	0.5	
	サラダ油	0.5	
	レト)トマト水煮 ダイス	15	
	レト)がらスープ	3	
	赤ぶどう酒	1	
ミネストローネ	食塩	0.7	
	こしょう	0.03	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
	ローリエ	0.1	
	湯	120	

6日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大豆ごはん(麦入り)牛乳	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	6
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	9
	冷)大豆水煮	15
	油揚げ	8
	人参	7
	冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1
	清酒	2
きゅうりのあえもの	濃口醤油	2
	砂糖(上白糖)	1
	食塩	0.8
	牛乳	206
	きゅうり	30
	もやし	20
	人参	10
	(個)青じそドレッシング 乳・卵抜き	10
	油揚げ	5
	玉ねぎ	15
夏野菜のみそ汁	ズッキーニ	5
	なす	7
	人参	7
	中ねぎ	5
	中みそ	7
	甘みそ	6
	乾)だし削り節 鯖抜き	4
	乾)だし昆布	0.8
	水	120
	(冷)野菜マフィン	25

7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)	70	
	米粒麦 委託	10	
	牛乳	206	
	冷)紫いか(2×4cm)	45	
	生姜	1.3	
	濃口醤油	2	
	清酒	2	
	カレー粉	0.5	
	でんぶん	8	
	なたね油	5	
夏野菜のあえもの	アスパラガス	15	
	きゅうり	25	
	缶)ホールコーン	8	
	オクラ	5	
	(個)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10	
	レト)うずら卵	20	
	型抜きかまぼこ(星)	6	
	玉ねぎ	20	
	人参	5	
	中ねぎ	5	
ふしめん汁	ふしめん	4	
	濃口醤油	0.6	
	食塩	0.7	
	乾)だし削り節 鯖抜き	4	
	湯	130	
	(個)ひじきのり	10	
	(冷)七夕ゼリー	40	

D 18日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
夏野菜カレーライス(麦ごはん)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	豚肉 スライス	20
	じゃがいも	25
	玉ねぎ	35
	かぼちゃ カット(2.0cm×2.0cm)	25
	なす	15
	サラダ油	2
	人参	8
	冷)むき枝豆	5
	セロリー	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
	サラダ油	2
	小麦粉	5
	サラダ油	5
	カレー粉	1.1
	レト)がらスープ	3
	トマトケチャップ (1kg/3kg)	2
	ウスターソース	1.7
とんかつソース	1	
濃口醤油	1	
チャツネ 450g	1	
赤ぶどう酒	1	
食塩	0.8	
こしょう	0.04	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
湯	85	
牛乳	206	
キャベツ	25	
きゅうり	20	
缶)ホールコーン	5	
乾)干しわかめ	1	
(個)青じそドレッシング 乳・卵抜き	10	
乾)小煮干し	4	

D 19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	90
	炊き込みわかめ	2.5
	牛乳	206
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	12
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	8
	清酒	1
	乾)高野豆腐 サイコロ	15
	玉ねぎ	35
	人参	7
	冷)さやいんげん	5
	しいたけ スライス	5
	濃口醤油	3.5
	砂糖(三温糖)	3
	食塩	0.3
	乾)だし削り節 鯖抜き	1.5
	湯	55
	キャベツ	35
	きゅうり	20
	人参	5
	乾)刻み昆布	0.5
乾)炒り白ごま	1.2	
(個)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10	

D 20日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ビビンバ(麦ごはん)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛肉 スライス	35
	濃口醤油	3.5
	砂糖(三温糖)	1.5
	清酒	1
	にんにく	1.5
	中ねぎ	1
	ごま油	1
	乾)炒り白ごま	1.5
	一味	0.02
	冷)ほうれん草	30
	もやし	40
	人参	8
	(個)棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	10
	牛乳	206
	ボンレスハム 短冊 乳・卵抜き	5
	玉ねぎ	20
	エリンギ	10
	中ねぎ	5
乾)干しわかめ	0.8	
乾)炒り白ごま	1	
サラダ油	0.5	
レト)がらスープ	3	
濃口醤油	0.8	
食塩	0.7	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
ごま油	0.2	
湯	130	
(個)冷凍みかん	80	