

A1日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
赤飯	精白米	60
	もち米	20
	乾)小豆	7
牛乳	食塩	0.8
	乾)白ごま 炒り (1kg)	0.7
ヒレカツ	牛乳	206
ツ	(冷)ヒレカツ	幼30
	(冷)ヒレカツ	小50
ゆで野菜	(冷)ヒレカツ	中60(30×2)
	なたね油	4
	(個)中濃ソース	小中のみ 8
赤だし	キャベツ	30
	ブロッコリー カット	10
	人参	5
みかんクレープ (小中のみ)	ゆで塩	0.5
	(冷)豆腐 カット	20
	玉ねぎ	30
	えのきたけ	5
	中ねぎ	5
	赤みそ	8
	甘みそ	3
	乾)だし削り節 鯖抜き	5
	湯	120
	(個)みかんクレープ	40

A2日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーうどん	(個)ゆでうどん	幼-小3 200
	(個)ゆでうどん	小4-6 280
	(個)ゆでうどん	中 300
	豚肉 スライス	25
	油揚げ	10
	玉ねぎ	40
	人参	10
	しいたけ スライス	7
	中ねぎ	7
	サラダ油	1
海藻サラダ	濃口醤油	10
	本みりん	3.5
	缶)カレー粉	0.7
	ウスターソース	0.5
	食塩	0.4
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	でん粉	4.5
	乾)だし削り節 鯖抜き	5
	湯	150
	牛乳	206
レアチーズ (小中のみ)	キャベツ	30
	きゅうり	15
	缶)ホールコーン	5
	乾)海藻ミックス	1.2
	食酢	3
	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	1.5
	ごま油	0.5
	61 サラダ油	0.5
	乾)白ごま 炒り (1kg)	1
15 (個)型抜きチーズ(レアチーズ)	15	

A3日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ばら	精白米	80
	清酒	4
	乾)だし昆布	1
	食酢	12
	砂糖(上白糖)	10
	食塩	1.1
	冷)むきえび 100-200	15
	油揚げ	3
	ゴぼう ささがき(ご飯用小さめ)	8
	人参	8
ツナと野菜の和え物	冷)グリーンピース	5
	乾)高野豆腐 すし用	1
	乾)干しいたけ スライス	0.8
	砂糖(上白糖)	2.5
	清酒	2
	155 濃口醤油	1.6
	206 牛乳	206
	レト)まぐろ油漬	10
	キャベツ	30
	きゅうり	15
ひな	人参	8
	濃口醤油	2.5
	ポン酢	0.5
	68 乾)白ごま 炒り (1kg)	1.5
	型抜きかまぼこ(梅)	6
	玉ねぎ	30
	中ねぎ	5
	乾)干しわかめ カット	0.5
	清酒	1
	食塩	0.9
濃口醤油	0.3	
乾)だし削り節 鯖抜き	4	
乾)だし昆布	0.5	
188 水	140	
8 (個)ひな	8	



A13日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
わかめ ごは ん ( 麦 入 り ) 牛 乳  豚 肉 と ご ぼ う の 煮 物  ア ー モ ン ド 和 え	精白米	70
	米粒麦	10
	炊き込みわかめ	2.2
	牛乳	206
	豚赤肉 スライス	35
	洗いごぼう	35
	波型こんにやく	30
	人参	15
	冷)さやいんげん	7
	サラダ油	1
	濃口醤油	5
	本みりん	2
	砂糖(中双糖)	2
	清酒	1.5
	でん粉	0.5
	湯	8
	ほうれん草	20
	もやし	20
	キャベツ	20
	濃口醤油	2.5
サラダ油	1.5	
食酢	1.5	
砂糖(上白糖)	1.5	
乾)アーモンド 粉	1	
乾)アーモンド 刻み	1.5	

A14日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ご は ん ( 牛 乳  ち く わ の 磯 辺 揚 げ  小 松 菜 の 和 え 物  大 根 の み そ 汁	精白米	70
	米粒麦	10
	牛乳	206
	ちくわ	50
	天ぷら粉 乳・卵抜き	6
	乾)青のり粉	0.3
	水	12
	なたね油	4
	もやし	30
	小松菜	25
	人参	10
	濃口醤油	2.5
	ポン酢	0.5
	乾)白ごま 炒り (1kg)	1
	油揚げ	5
	大根	30
	玉ねぎ	20
	しめじ	10
	人参	7
	中ねぎ	5
中みそ	7	
甘みそ	6	
乾)だし煮干し	4	
湯	110	

A15日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コ ッ ペ パ ン  牛 乳  金 時 豆 の カ レ ー 煮  キ ャ ロ ッ ト サ ラ ダ  ピ ー ナ ツ ク リ ー ム ( 中 の み )	コッペパン	60
	牛乳	206
	鶏肉 胸 皮なし カット	6
	鶏肉 もも 皮なし カット	4
	ミニウインナー 乳・卵抜き	20
	レト)うずら卵	15
	冷)金時豆	30
	じゃがいも	50
	玉ねぎ	40
	人参	10
	パセリ	0.5
	サラダ油	1
	ぶどう酒 白 (1.8L)	2
	濃口醤油	1.2
	砂糖(三温糖)	0.8
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	缶)カレー粉	0.3
	食塩	0.3
	こしょう (300g)	0.03
	湯	20
レト)まぐろ油漬	10	
人参	25	
きゅうり	20	
玉ねぎ	5	
セロリー	1	
りんご酢	1.5	
食酢	1	
オリーブ油	1	
砂糖(上白糖)	0.6	
食塩	0.2	
こしょう (300g)	0.02	
(個)ピーナツクリーム	15	

A16日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
チ キ ン ラ イ ス ( 麦 入 り ) 牛 乳  コ ー ル ス ロ ー サ ラ ダ  レ タ ス の コ ー ン ス ー プ  プ リ ン ( 小 中 の み )	精白米	70
	米粒麦	10
	冷)鶏肉カット 胸皮なし	12
	冷)鶏肉カット もも皮なし	8
	ぶどう酒 白 (1.8L)	1
	玉ねぎ	20
	人参	10
	エリンギ カット	8
	冷)グリーンピース	5
	有塩バター	0.6
	サラダ油	0.5
	トマトケチャップ (1kg)	14
	ウスターソース	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	食塩	0.5
	こしょう (300g)	0.05
	牛乳	206
	キャベツ	40
	きゅうり	20
	缶)夏みかん	15
コールスロートレッシング 乳・卵抜き	7	
鶏卵	20	
レタス	20	
玉ねぎ	20	
人参	5	
缶)クリームコーン	20	
サラダ油	0.5	
レト)がらスープ	3	
清酒	1	
濃口醤油	0.7	
食塩	0.6	
こしょう (300g)	0.04	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
でん粉	0.5	
湯	110	
(個)プリン	60	

A17日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ご は ん ( 牛 乳  さ ば の み ぞ れ 煮  お ひ た し  豚 汁	精白米	70
	米粒麦	10
	牛乳	206
	(冷)さばのみぞれ煮	幼小50
	(冷)さばのみぞれ煮	中70
	小松菜	30
	もやし	30
	濃口醤油	2.5
	ポン酢	0.5
	乾)花かつお	1
	乾)白ごま 炒り (1kg)	0.8
	豚肉 スライス	10
	さつまいも 角切り(2cm)	30
	洗いごぼう	10
	人参	10
	つきこんにやく	10
	中ねぎ	5
	麦みそ(1kg)	11
	乾)だし煮干し	3.5
	水	110

## A21日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ひじきごはん (麦入り)	精白米	70
	米粒麦	10
	牛肉 スライス	15
	冷)大豆水煮	8
	人参	10
	つきこんにやく	7
	冷)むき枝豆	5
	乾)ひじき	1
	サラダ油	0.8
	濃口醤油	3
	清酒	2
	砂糖(上白糖)	2
	食塩	1
牛乳 135 切り干し大根の煮物 206 ふしめん汁 64	牛乳	206
	てんぷら	7
	油揚げ	5
	人参	10
	乾)切り干し大根	8
	冷)さやいんげん	7
	乾)刻み昆布	0.5
	ごま油	0.5
	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	1.5
	本みりん	1.2
	だし汁	20
	型抜きかまぼこ(桜)	6
レト)うずら卵	20	
玉ねぎ	30	
中ねぎ	5	
乾)ふしめん	5	
濃口醤油	0.6	
食塩	0.5	
乾)だし削り節 鯖抜き	4	
乾)だし昆布	1	
水	130	

## A22日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 206 牛乳 クリーム ムンチュウ	コッペパン	60
	牛乳	206
	鶏肉 胸 皮なし カット	12
	鶏肉 もも 皮なし カット	8
	冷)ベーコン スライス 乳・卵抜き	3
	じゃがいも	50
	玉ねぎ	40
	人参	10
	エリンギ カット	10
	パセリ	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉	3.5
	サラダ油	2
有塩バター	0.6	
花野菜のサラダ 235 湯	レト)がらスープ	3
	食塩	0.7
	こしょう (300g)	0.05
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	牛乳(調理用 1L)	30
	湯	60
	ブロッコリー カット	25
	カリフラワー カット	15
	缶)ホールコーン	8
	食酢	3.5
	サラダ油	2
	砂糖(上白糖)	0.7
	食塩	0.3
こしょう (300g)	0.04	

## A23日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 206 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 181 ちりめん和え ふりかけ 64 3 (小中のみ)	精白米	70
	米粒麦	10
	牛乳	206
	牛赤肉 ミンチ	10
	豚赤肉 ミンチ	10
	清酒	1
	じゃがいも	70
	玉ねぎ	40
	つきこんにやく	15
	人参	10
	冷)さやいんげん	8
	サラダ油	2
	濃口醤油	3.5
砂糖(中双糖)	2.5	
清酒	1	
湯	8	
上乾ちりめん	5	
もやし	30	
小松菜	20	
人参	5	
濃口醤油	2.7	
ポン酢	0.7	
砂糖(上白糖)	0.5	
(個)菜の花ふりかけ	2.5	