

## A7日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
カ レ ー ピ ラ フ ( 麦 入 り ) 牛 乳	精白米(自校)	70	
	米粒麦 自校	10	
	冷)鶏肉カット 胸皮なし	12	
	冷)鶏肉カット もも皮なし	8	
	白ぶどう酒	1	
	ベーコン	5	
	玉ねぎ	20	
	人参	10	
	エリンギカット	8	
	冷)グリーンピース	5	
	サラダ油	0.5	
	バター	1	
	食塩	1	
	こしょう	0.03	
	カレー粉	0.7	
	チキンコンソメ	0.5	
	ウスターソース	1	
	牛乳	206	
	コン ソ メ		
	ス ー プ		
	レト)まぐろ油漬	15	
	キャベツ	15	
	きゅうり	15	
	乾)かんぴょう	1	
	缶)ホールコーン	7	
	食酢	3	
	しょうゆ	3	
	サラダ油	1	
	上白糖	0.5	
	ベーコン	5	
	玉ねぎ	20	
	冷)白いんげん豆	15	
	タピオカこんにゃく ミックス	7	
	人参	7	
	セロリー	5	
	パセリ	0.5	
	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	0.3	
	食塩	0.7	
	こしょう	0.03	
	しょうゆ	0.2	
	湯	120	

## A8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	牛乳	206
肉 じ ゃ が	牛肉 スライス	30
ア ー モ ン ド	じゃがいも	80
あ え	玉ねぎ	50
	つきこんにゃく	25
小 魚 の 甘 酢 煮	人参	10
	冷)さやいんげん	5
	サラダ油	1
	しょうゆ	4
	中双糖	3
	清酒	3
	食塩	0.1
	湯	5
	ほうれん草	15
	キャベツ	30
	もやし	20
	アーモンド(刻み)	1.5
	しょうゆ	2.7
	食酢	2.2
	上白糖	1
	サラダ油	1
	アーモンド(粉)	1
	上乾ちりめん	4
	食酢	1
	ポン酢	1
	三温糖	1.2
	炒り白ごま	0.4



## A18日(月)

献立名	食品名		
バターロール (幼小)	バターロールパン	40	
	牛乳	206	
	スパゲティ(ハーフ)	35	
	ゆで塩	1.5	
	冷)いか(1×4cm)	15	
	清酒	1.5	
	豚赤肉 スライス	15	
	キャベツ	30	
	玉ねぎ	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	7		
ウスターソース	2		
食塩	0.5		
こしょう	0.05		
粉かつお	0.5		
青のり粉	0.2		
レト)まぐろ油漬	10		
冷)大豆水煮	12		
きゅうり	20		
缶)ホールコーン	5		
乾)ひじき	1.5		
食酢	3		
しょうゆ	3.5		
サラダ油	1.4		
上白糖	0.4		
食塩	0.07		
こしょう	0.01		
はっさく	50		

## A19日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦ごはん (中)	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
	牛乳	206	
	牛乳		
	(冷)さごし	幼-小2	35
	(冷)さごし	小3-小6	50
	(冷)さごし	中	70
	食塩		0.3
	米粉		7
	なたね油		5
	油揚げ		5
	新たけのこ水煮 ホール		20
	レト)ふき水煮		10
	人参		5
	しょうゆ		1
中双糖		0.8	
みりん		0.7	
食塩		0.1	
花かつお		0.5	
だし汁		20	
油揚げ		5	
大根		20	
玉ねぎ		15	
人参		5	
中ねぎ		5	
中みそ		7	
白みそ		6	
だし煮干し		4	
水		120	
(個)野菜ふりかけ		2.5	

## A20日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
黒糖パン (中のみ)	黒糖パン	60	
	牛乳	206	
	豚肉 スライス	25	
	ベーコン	5	
	冷)大豆水煮	30	
	じゃがいも	45	
	玉ねぎ	40	
	人参	10	
	パセリ	0.5	
	サラダ油	0.5	
	バター	0.5	
	レト)トマトピューレ	6	
	レト)トマトケチャップ	3	
	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	0.6		
食塩	0.5		
こしょう	0.05		
湯	40		
赤ピーマン	7		
アスパラガス	15		
キャベツ	35		
缶)ホールコーン	5		
りんご酢	3		
サラダ油	1		
上白糖	0.7		
食塩	0.3		
こしょう	0.04		
(個)アーモンド入りチーズ	15		

## A21日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
ごはん (中のみ)	精白米(自校)	80	
	牛乳	206	
	鶏肉カット 胸皮なし	12	
	鶏肉カット もも皮なし	8	
	冷)ミニひろうす	20	
	つきこんにやく	25	
	洗いごぼう	15	
	人参	10	
	冷)さやいんげん	8	
	乾)ひじき	3	
	サラダ油	1	
	三温糖	5	
	しょうゆ	4.5	
	みりん	0.5	
	だし削り節	1	
湯	20		
もやし	25		
キャベツ	20		
きゅうり	20		
上乾ちりめん	2		
上白糖	1.5		
食酢	1.5		
冷)レモン果汁	1.5		
しょうゆ	0.3		
食塩	0.3		
梅干し	3		

## A22日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
カレーライス (中のみ)	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
	牛肉 スライス	25	
	じゃがいも	50	
	玉ねぎ	40	
	人参	10	
	冷)むき枝豆	5	
	乾)レンズ豆	5	
	セロリー	5	
	にんにく	0.5	
	小麦粉	6	
	サラダ油	4	
	カレー粉	1	
	サラダ油	2	
	レト)がらスープ	3	
赤ぶどう酒	2		
レト)トマトケチャップ	2		
ウスターソース	1.3		
とんかつソース	1		
しょうゆ	1		
キャベツ	1		
チキンコンソメ	0.5		
食塩	0.8		
こしょう	0.04		
水	90		
牛乳	206		
乾)海藻ミックス	1		
キャベツ	30		
きゅうり	10		
缶)ホールコーン	7		
炒り白ごま	1		
食酢	3		
しょうゆ	3		
上白糖	1.5		
ごま油	0.5		
サラダ油	0.5		
小煮干し	4		

A25日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
60 コッペパン	コッペパン	60
	牛乳	206
206 牛乳	(冷) 鮭の小麦粉バジル付	幼30
	(冷) 鮭の小麦粉バジル付	小50
54 牛乳	(冷) 鮭の小麦粉バジル付	中70
	なたね油	4
サー モン の フ ラ イ バ ジ ル 風 味	冷) ブロccoli	30
	キャベツ	20
	人参	5
	缶) ホールコーン	5
	食酢	2.5
	サラダ油	1
	上白糖	0.7
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
	ベーコン	5
	冷) 白いんげん豆	10
	玉ねぎ	25
レト) トマト水煮	20	
キャベツ	15	
マカロニ(英字)	5	
パセリ	0.5	
レト) がらスープ	3	
マ カ ロ ニ ス ー プ	食塩	0.7
こしょう	0.03	
チキンコンソメ	0.5	
しょうゆ	0.5	
湯	120	
10 メ ー ブル シ ロ ッ プ (小 中 の み)	(個) メーブルシロップ	10

A26日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
た け の こ し は ん	精白米(自校)	80
	冷) 鶏肉カット 胸皮なし	9
	冷) 鶏肉カット もも皮なし	6
	清酒	1
	油揚げ	5
	新たけのこ水煮 ホール	25
	冷) むき枝豆	7
	人参	5
	しょうゆ	2.5
	清酒	2
牛 乳	食塩	0.9
	上白糖	0.8
	だし昆布	1
	牛乳	206
	てんぷら	10
	ごぼうカット(スティック)	25
	つきこんにやく	10
	人参	7
	冷) さやいんげん	6
	ごま油	1
き ん ぴ ら	しょうゆ	2
	三温糖	1
	みりん	1
	炒り白ごま	2
	一味	0.01
	鶏卵	20
	玉ねぎ	30
	人参	7
	中ねぎ	5
	干しいたけ スライス	1
か き た ま 汁	しょうゆ	1
	食塩	0.7
	でんぷん	0.5
	だし削り節	4
	だし昆布	1
	水	130

A27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)	70
	米粒麦 委託	10
206 牛 乳	牛乳	206
	(冷) さばの生姜煮	幼小50
50 牛 乳	(冷) さばの生姜煮	中70
	ほうれん草	25
さ ば の 生 姜 煮	キャベツ	35
	花かつお	1
	炒り白ごま	1
	しょうゆ	2.5
	ポン酢	1.5
	豚肉 スライス	10
	さつまいもカット(2cm角)	40
	洗いごぼう	7
	つきこんにやく	7
	人参	5
もやし	5	
お か か あ え	中ねぎ	5
	麦みそ	11
	だし煮干し	4
	水	110
	水	110
	水	110
	水	110
	水	110
	水	110
	水	110
豚 汁	水	110
	水	110
	水	110
	水	110
	水	110
	水	110
	水	110
	水	110
	水	110
	水	110

A28日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
米 粉 パ ン	米粉パン	60
	牛乳	206
206 牛 乳	ボンレスハム	5
	冷) むきえび100-200	30
シ ャ ー レ ン 豆 腐	清酒	1
	豆腐	85
	たけのこ水煮(ホール)	10
	チンゲンサイ	10
	人参	7
	中ねぎ	5
	生姜	0.7
	サラダ油	1
	ごま油	1
	レト) がらスープ	3
春 雨 サ ラ ダ	清酒	1
	でんぷん	2.5
	食塩	0.6
	チキンコンソメ	0.5
	湯	50
	もやし	25
	きゅうり	15
	人参	7
	春雨	5
	しょうゆ	2
213 湯	食酢	2
	上白糖	1.6
	ごま油	1
	からし粉	0.06
	食塩	0.1
	食塩	0.1
	食塩	0.1
	食塩	0.1
	食塩	0.1
	食塩	0.1