

## 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)	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	
野菜 サラ ダ	チキンコンソメ	0.5
	ウスターソース	1
コン ソメ ス ー プ	牛乳	206
	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
184	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
61	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	
206	牛乳	206	
	牛肉 スライス	30	
牛 乳 肉 じ ゃ が が	じゃがいも	80	
	玉ねぎ	50	
	つきこんにゃく	25	
	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	
216	湯	5	
	ほうれん草	15	
小 魚 の 甘 酢 煮	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	
	74	アーモンド(粉)	1
	上乾ちりめん	4	
	食酢	1	
8	ポン酢	1	
三温糖	1.2		
炒り白ごま	0.4		

## A11日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン	60
	牛乳	206
	鶏肉カット 胸皮なし	12
	鶏肉カット もも皮なし	8
	白ぶどう酒	1
	ベーコン	5
	じゃがいも	50
	玉ねぎ	40
	レト)大豆ペースト	20
	人参	10
エリンギカット	エリンギカット	10
	パセリ	0.5
	サラダ油	1
	食塩	0.7
	こしょう	0.05
	小麦粉	4
	サラダ油	3.5
	バター	0.6
	ローリエ	0.1
	レト)がらスープ	3
チキンコンソメ	チキンコンソメ	0.5
	調理用牛乳	30
	湯	60
	ロースハム	10
	キャベツ	30
	チンゲンサイ	20
	もやし	10
	缶)ホールコーン	5
	サラダ油	1
	食塩	0.4
こしょう	こしょう	0.03

## A12日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
チキンライス	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
	玉ねぎ	20
	人参	10
	エリンギカット	8
	冷)グリンピース	5
	バター	1
サラダ油	サラダ油	1
	レト)トマトケチャップ	14
	ウスターソース	1
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.5
	こしょう	0.05
	牛乳	206
	レト)まぐろ油漬	10
	キャベツ	25
	人参	5
ダイスチーズ	ダイスチーズ	5
	乾)ひじき	1.2
	食酢	3
	サラダ油	3
	しょうゆ	2
	上白糖	0.5
	こしょう	0.02
	ベーコン	7
	缶)クリームコーン	40
	玉ねぎ	30
パセリ	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	0.3
	湯	100
	(個)ヨーグルト	70

## A13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
	牛乳	206
	豚肉 スライス	20
	生姜	1
	清酒	0.5
	しょうゆ	1
	レト)うずら卵	20
	冷)いか(1×4cm)	20
	白菜	40
玉ねぎ	玉ねぎ	30
	たけのこ水煮(ホール)	15
	チンゲンサイ	15
	人参	10
	生しいたけ スライス	5
	サラダ油	2
	しょうゆ	0.8
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
でんぶん	でんぶん	1
	湯	8
	小煮干し	4
	冷)大豆水煮	25
	でんぶん	3
	なたね油	5
	上白糖	2.5
	しょうゆ	0.7
	湯	1.5
	炒り白ごま	1
レト)あさり佃煮	レト)あさり佃煮	10

## A14日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン	60
	牛乳	206
	ミニウインナー	20
	ベーコン	5
	冷)白いんげん豆	15
	マカロニ	7
	玉ねぎ	40
	キャベツ	15
	冷)いか(1×4cm)	15
	チンゲンサイ	10
セロリー	セロリー	2
	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	0.5
	こしょう	0.03
	湯	80
	じゃがいも	50
	人参	5
	缶)ホールコーン	5
ゆで塩	ゆで塩	1
	(個)マヨネーズ ハーフ	10
	ミニトマト	30

## A15日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
赤飯	精白米(自校)	60
	もち米	20
	乾)小豆	7
	食塩	1
	牛乳	206
	鶏肉の南蛮づけ	30
	冷)鶏肉 胸皮なし 濃粉付	30
	冷)鶏肉 もも皮なし 濃粉付	20
	なたね油	5
	人参	2.5
食酢	食酢	5
	しょうゆ	3.8
	上白糖	3.8
	みりん	1.3
	一味	0.02
	湯	1.5
	キャベツ	40
	人参	10
	ゆで塩	0.5
	冷)豆腐カット	20
玉ねぎ	玉ねぎ	20
	中ねぎ	5
	生しいたけ スライス	0.7
	干しわかめカット	0.5
	だし昆布	0.5
	だし削り節	3
	清酒	1
	食塩	0.7
	しょうゆ	0.5
	水	120
(個)いちごゼリー	(個)いちごゼリー	40

A18日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
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
ミルクパン (中)	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 (小中のみ)	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 (206)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	206
	牛乳	206
	(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
さごしの から揚げ たけの ことふ きの土 佐煮 みそ汁 ふり かけ (小中のみ)	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 (206)	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
ポーク ビー ンズ アスパ ラガス のサラ ダ アー モンド 入りチ ーズ (中のみ)	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 (206)	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
がんも どきと ひじき のう ま煮 香り あえ 梅干し (中のみ)	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 (麦 ごは ん) 牛乳 海藻 サラ ダ 小煮 干し (小 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
206 牛乳	牛乳	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
サー モン の フ ラ イ バ ジ ル 風 味	なたね油	4
	冷) ブロッコリー	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
カ ラ フ ル サ ラ ダ	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
	食塩	0.7
	こしょう	0.03
マ カ ロ ニ ス ー プ	チキンコンソメ	0.5
	しょうゆ	0.5
	湯	120
メ ー プ 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
き ん ぴ ら	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
	しょうゆ	2
	三温糖	1
	みりん	1
	炒り白ごま	2
か き た ま 汁	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
	しょうゆ	1
	食塩	0.7
	でんぷん	0.5
65	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
50 牛 乳	(冷) さばの生姜煮	幼小50
	(冷) さばの生姜煮	中70
さ ば の 生 姜 煮		
	ほうれん草	25
	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
お か か あ え	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
	中ねぎ	5
	麦みそ	11
	だし煮干し	4
	水	110
204 豚 汁		

## 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
206 牛 乳	牛乳	206
牛 乳	ボンレスハム	5
	冷) むきえび100-200	30
	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
シ ャ ー レ ン 豆 腐	ごま油	1
	レト) がらスープ	3
	清酒	1
	でんぷん	2.5
	食塩	0.6
	チキンコンソメ	0.5
	湯	50
春 雨 サ ラ ダ	もやし	25
	きゅうり	15
	人参	7
	春雨	5
	しょうゆ	2
	食酢	2
	上白糖	1.6
	ごま油	1
	からし粉	0.06
	食塩	0.1
213 59		