

D16日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん ⁸⁰	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
牛乳 ²⁰⁶	牛乳	206
	(冷)いわし梅醤油煮	50
いわしの梅しょうゆ煮 ¹⁵	そらまめ	15
	ゆで塩	0.4
そら豆の塩ゆで ²⁰¹	玉ねぎ	40
	小松菜	15
	油揚げ	5
	えのきたけ	7
	人参	7
	中みそ	7
	白みそ	6
	煮干し だし用	4
	水	110
	(袋)ひじきのり	10
新たまねぎのみそ汁 ³⁶	甘夏みかん	35
	紙ナフキン	1

D17日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
きなこつつ茶揚げパン ⁷⁴	コッペパン	60	
	食用油	4	
	三温糖	5	
	青大豆きな粉	4	
	煎茶(粉末)50g	0.4	
	紙ナフキン	1	
	パン(コッペパン) ²⁰⁶	牛乳	206
		(冷)肉だんご	30
		玉ねぎ	35
		新たけのこ水煮(ホール)県産	15
人参		8	
チンゲンサイ		15	
生しいたけ(スライス)県産・1kg		4	
春雨(8~10cm)		3	
生姜		0.5	
サラダ油		0.5	
肉団子のスープ ²³⁷	(袋)がらスープ	3	
	しょうゆ	2	
	食塩	0.6	
	こしょう	0.03	
	チキンコンソメ	0.3	
	湯	120	
	海藻サラダ ⁶¹	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
(袋)青じそドレッシング		10	
ヨーグルト(中のみ) ¹⁰⁰		ヨーグルト	100

D18日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
えんどうごはん ⁹⁵	精白米(自校)	80	
	むきえんどう	12	
	清酒	1.5	
	食塩	0.8	
	出し昆布	1	
	牛乳 ²⁰⁶	牛乳	206
		牛肉(2×2cmスライス)	20
		(冷)ミニひろうす 青大豆入り	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 500g		8	
(乾)ひじき		3	
サラダ油		1	
三温糖		3	
がんとどきとひじきのうま煮 ¹³⁰	しょうゆ	4.5	
	みりん	0.5	
	だし汁	20	
	キャベツ	20	
	玉ねぎ	15	
	人参	5	
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	5	
	中ねぎ	5	
	中みそ	7	
	白みそ	6	
キャベツのみそ汁 ¹⁸⁷	煮干し だし用	4	
	水	120	
	プリン(中のみ) ⁶⁰	(冷)プリン Fe強化	60

D19日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦ごはん ⁸⁰	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
牛乳 ²⁰⁶	牛乳	206	
	豚肉並(3×3cmスライス)	20	
肉じゃが ²¹¹	じゃがいも	80	
	玉ねぎ	50	
	糸こんにやく	25	
	人参	15	
	(冷)さやいんげん 500g	5	
	サラダ油	1	
	しょうゆ	4	
	中双糖	3	
	清酒	3	
	食塩	0.1	
このソテー ⁷⁶	湯	5	
	ベーコン(スライス)	5	
	キャベツ	35	
	チンゲンサイ	25	
	しめじ	10	
	サラダ油	1	
	食塩	0.4	
	こしょう	0.03	
	みかんジュース ¹²⁵	みかんジュース	125
		あさりの佃煮(小中のみ) ¹⁰	(レト)あさり佃煮

D20日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型コッペパン ²⁰⁶	コッペパン	40
	牛乳	206
スパゲティ(ハーフ)牛乳 ¹⁷⁸	スパゲティ(ハーフ)	35
	ゆで塩	1.3
	牛赤肉ミンチ	15
	豚肉赤身ミンチ	15
	玉ねぎ	35
	ズッキーニ	15
	人参	15
	エリンギ(1×3×0.3cm)県産	10
	ピーマン	6
	にんにく	0.3
イタリアンサラダ ⁶⁸	サラダ油	2
	(袋)トマトピューレ 1kg	13
	(袋)トマトケチャップ 1kg	7
	赤ぶどう酒	4
	粉チーズ	2.5
	ウスターソース	1.5
	チキンコンソメ	0.3
	食塩	0.2
	こしょう	0.05
	キャベツ	35
(冷)ブロックリー 県産・1kg	15	
(缶)ホールコーン	5	
赤ピーマン(ハーフカット)	3	
(袋)イタリアンドレッシング	10	
小夏みかん(小中のみ) ²⁰	小夏	20

D23日(月)

献立名	食品名	
シーフードカレーピラフ(麦入り)	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	(冷)あさりむき身	10
	(冷)むきえび	10
	(冷)短冊いか(1×2cm)	10
	白ぶどう酒	2
	玉ねぎ	20
	人参	10
	エリンギ(1×3×0.3cm)県産	5
	バター	0.6
	サラダ油	0.5
	カレー粉	0.8
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	1
	こしょう	0.03
牛乳	牛乳	206
	(レト)ミックスビーンズ 1kg	15
	キャベツ	20
	きゅうり	20
	(袋)焙煎ごまドレッシング	10
	粗挽きウインナー(1cm)	15
	玉ねぎ	30
	チンゲンサイ	10
	人参	10
	セロリー	5
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ	3
	しょうゆ	1
	食塩	0.7
	こしょう	0.03
チキンコンソメ	0.3	
湯	120	
アーモンド入りチーズ	15	

D24日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
親子どんぶり(麦ごはん)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	15
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10
	鶏卵	30
	玉ねぎ	50
	人参	15
	中ねぎ	5
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	4
	しょうゆ	5
	みりん	3
	上白糖	2
	食塩	0.5
	でんぷん	0.5
	削り節 だし用	2
湯	60	
牛乳	牛乳	206
	きゅうり	15
	人参	5
	(乾)かんぴょう(2cm)	5
	(乾)刻み昆布	0.5
	(袋)和風ドレッシング	10
	(冷)大豆水煮	20
	でんぷん	1
	食用油	2
	青大豆きな粉	2
	煎茶(粉末)50g	0.1
	三温糖	2
	食塩	0.01
	お茶ビーンズ	
	27	

D25日(水)

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
	(冷)さごし	幼35
	(冷)さごし	小50
	(冷)さごし	中70
	清酒	2
	食塩	0.2
	でんぷん	5
	食用油	4
	(冷)レモン果汁 県産・500g	4
	上白糖	4
	しょうゆ	3
	みりん	1
	でんぷん	0.3
	さごしのレモンソース	じゃがいも
人参		5
ゆで塩		1.2
ベーコン(スライス)		5
(缶)クリームコーン		35
玉ねぎ		30
(缶)ホールコーン		5
チンゲンサイ		10
調理用牛乳		30
サラダ油		1
(袋)がらスープ		3
チキンコンソメ		0.3
食塩		0.6
こしょう		0.03
コーンスターチ		1
湯	70	
(袋)ブルーベリージャム 食物繊維強化	15	
粉ふきいも		
コーンスープ		
ブルーベリージャム(小中のみ)		

D26日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
中華風たきこみおこわ	精白米(自校)	60
	もち米	20
	焼き豚 O. 8cm角切り	20
	新たけのこ水煮(ホール)県産	10
	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	中ねぎ	5
	干しいたけ(スライス)	1
	サラダ油	1
	ごま油	1
	しょうゆ	4
	清酒	4
	上白糖	0.8
	食塩	0.6
	牛乳	206
切り干し大根のサラダ	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
	(袋)棒々鶏ドレッシング	10
	豚肉赤身(2×3cmスライス)	10
	清酒	1
	(乾)たんめん	7
	玉ねぎ	20
	チンゲンサイ	5
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ	3
	しょうゆ	1
	ごま油	0.5
チキンコンソメ	0.3	
食塩	0.6	
こしょう	0.06	
湯	130	
ワンタンスープ		
36		
179		

D27日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ハヤシライス(麦ごはん)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛肉(3×3cmスライス)	20
	じゃがいも	50
	玉ねぎ	45
	人参	10
	エリンギ(1×3×0.3cm)県産	6
	(冷)グリーンピース	6
	にんにく	0.3
	サラダ油	1
	小麦粉	5
	サラダ油	2
	バター	3
	(袋)トマトピューレ 1kg	10
	(袋)トマト水煮	10
(袋)がらスープ	3	
赤ぶどう酒	2	
ウスターソース	2	
食塩	1	
こしょう	0.07	
上白糖	0.5	
チキンコンソメ	0.5	
からし粉	0.15	
ローリエ	0.1	
ピザ用チーズ	1	
湯	80	
牛乳	206	
キャベツ	20	
(冷)ブロックリー 県産・1kg	20	
きゅうり	10	
人参	5	
(袋)青じそドレッシング	幼5	
(袋)青じそドレッシング	小中10	
小煮干し	4	
みかんジュース	125	
339		
206		
65		
4		
125		

