

A5日(月)			A6日(火)			A7日(水)			A8日(木)			A9日(金)							
献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量	献立名	食品名	一人当り 正味分量					
60 コッペパン 206 牛乳	コッペパン	60	151 シ ー フ ー ド カ レ ー ピ ラ フ (<small>麦入り</small>) 牛 乳 206 海 藻 サ ラ ダ 61 コ ン ソ メ ス ー プ ミ ツ ク ス ナ ツ ツ (<small>中のみ</small>)	精白米(自校)	70	中 華 ど ん ぶ り (<small>麦ごはん</small>) 牛 乳 さ つ ま い も の ピ ー ナ ツ ツ が ら め ミ ニ ト マ ト 64 30	精白米(委託)	70	ス イ ー ト ロ ー ル バ ン (<small>幼小</small>) ・ ミ ル ク バ ン (<small>中</small>) 牛 乳 159 ス バ ゲ テ ィ ミ ー ト ソ ー ス 40 グ リ ー ン サ ラ ダ 梨 (<small>小中のみ</small>)	40 ス イ ー ト ロ ー ル バ ン	40	ひ じ き ご は ん (<small>麦入り</small>) 牛 乳 134 ブ ロ ッ コ リ ー の ご ま ド レ ッ シ ン グ あ え す ま し 汁 170	精白米(自校)	70					
					米粒麦 自校		10			米粒麦 委託	10			206 ミ ル ク バ ン	50		米粒麦 自校	10	
		牛乳		206			冷)あさりむき身	10			豚肉 スライス		20					牛肉 スライス	15
		鶏肉カット 胸 皮なし		30			冷)むきえび100-200	10			生姜		2			206 牛 乳		油揚げ	5
		鶏肉カット もも 皮なし		20			冷)いか(1×2)	10			しょうゆ		1.5					人参	5
		ベーコン スライス		5			白ぶどう酒	2			清酒		1					つきこんにやく(ハーフ)	5
		冷)白いんげん豆		20			玉ねぎ	20			冷)いか(1×4)		10					冷)大豆水煮	10
		玉ねぎ		40			人参	10			清酒		1					冷)むき枝豆	4
		なす		15			エリンギカット	5			レト)うずら卵		20					乾)ひじき	1
		人参		20			バター	1			キャベツ		40					サラダ油	0.8
		にんにく		1			サラダ油	0.5			玉ねぎ		30					しょうゆ	3
	パセリ	0.5		食塩	1		たけのこ水煮 ホール	15					清酒	2					
	サラダ油	0.5		食塩	0.03		人参	10					上白糖	2					
	バター	0.5		こしょう	0.8		中ねぎ	5					食塩	1					
	レト)トマト水煮	25		カレー粉	0.6		サラダ油	1					206 牛 乳	206					
	レト)トマトケチャップ	3		チキンコンソメ	0.6		ごま油	0.5											
	赤ぶどう酒	1		牛乳	206		レト)がらスープ	3											
	上白糖	0.8		乾)海藻ミックス	1		しょうゆ	1.7											
	ウスターソース	0.7		キャベツ	30		食塩	0.5											
	チキンコンソメ	0.6		きゅうり	15		こしょう	0.06											
	食塩	0.4		缶)ホールコーン	5		チキンコンソメ	0.4											
	こしょう	0.05		(個)棒々鶏ドレッシング	10		でんぶん	1											
	湯	20		コンソメスナッツ	10		湯	50											
	キャベツ	35		ベーコン スライス	5		牛乳	206											
	冷)ブロッコリーカット	15		じゃがいも	40		さつまいもカット(2cm角)	50											
	缶)ホールコーン	5		玉ねぎ	20		なたね油	4											
	赤ピーマン	5		人参	10		三温糖	3											
	(個)イタリアンドレッシング	10		パセリ	0.5		サラダ油	1											
	(個)アーモンド入りチーズ	15		ローリエ	0.1		食酢	1											
				レト)がらスープ	3		湯	1.2											
				チキンコンソメ	0.3		ピーナッツ(八つ割)	3.5											
				食塩	0.7		ミニトマト	30											
				こしょう	0.03														
				しょうゆ	0.2														
				湯	120														
				(個)ミックスナッツ	15														

A12日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
野菜 たつぷり 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	20
	玉ねぎ	35
	かぼちゃカット	20
	なす	15
	サラダ油	2
	ズッキーニ	10
	ピーマン	5
	セロリ	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
	レト)トマトケチャップ	2
	ウスターソース	1.7
とんかつソース	1	
しょうゆ	1	
チャツネ	1	
赤ぶどう酒	1	
食塩	1	
こしょう	0.04	
チキンコンソメ	0.5	
湯	85	
牛乳	206	
キャベツ	30	
きゅうり	20	
缶)夏みかん	15	
(個)フレンチドレッシング	10	
小煮干し	4	

A13日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
きな 粉揚げ パン (コッペパン)	コッペパン	60
	なたね油	4
	きな粉	4.5
	三温糖	3
	食塩	0.01
	紙ナフキン	1
	牛乳	206
	ミニウインナー	25
	鶏肉カット 胸 皮なし	6
	鶏肉カット もも 皮なし	4
	冷)白いんげん豆	10
	玉ねぎ	45
	ミニ冬瓜	20
	キャベツ	20
	人参	15
	パセリ	0.7
	サラダ油	1
	レト)がらスープ	3
	白ぶどう酒	1
	食塩	0.5
こしょう	0.03	
チキンコンソメ	0.5	
ローリエ	0.1	
湯	80	
もやし	35	
小松菜	20	
きゅうり	15	
(個)和風ドレッシング	10	

A14日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ごはん 牛乳 なす 入り 麻婆 豆腐 中華 サラダ (個) みかん ジュース (小中のみ)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	206
	豆腐	70
	豚肉 ミンチ	20
	玉ねぎ	35
	なす	20
	なたね油	2
	人参	7
	たけのこ水煮 ホール	10
	チンゲンサイ	10
	干しいたけ スライス	1
	生姜	0.7
	にんにく	0.3
	中ねぎ	3
	ごま油	1
	レト)トマトケチャップ	6
	清酒	3.5
	しょうゆ	3.5
	レト)がらスープ	3
赤みそ	2	
チキンコンソメ	0.5	
三温糖	0.5	
豆板醤	0.25	
食塩	0.15	
でんぷん	2	
湯	40	
もやし	40	
きゅうり	15	
人参	10	
炒り白ごま	1	
(個)棒々鶏ドレッシング	10	
(個)みかんジュース	125	

A15日(木)

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 里 羊 とい かの 煮物 団子 汁 月 見 ゼリ ー	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	炊き込みわかめの素	2.2
	牛乳	206
	冷)いか 輪切り	20
	里いもカット(2cm角)	55
	板こんにやく	15
	人参	15
	冷)さやいんげん	5
	サラダ油	1.5
	しょうゆ	3.5
	中双糖	2
	清酒	1
	だし汁	10
	油揚げ	5
	冷)白玉団子	20
	玉ねぎ	25
	人参	10
	中ねぎ	5
	中みそ	7
白みそ	6	
だし昆布	1	
だし削り節	4	
水	120	
(冷)月見ゼリー	50	

A16日(金)

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) 牛 乳 ミ ネ ス ト ロ ー ネ	コッペパン(丸型)	60
	牛乳	206
	(冷)国産鶏ハンバーグ ホイル用	幼小50
	(冷)国産鶏ハンバーグ ホイル用	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
	ベーコン スライス	5
	冷)白いんげん豆	15
	玉ねぎ	35
	人参	10
	マカロニ(シエル)	5
	セロリ	2
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	レト)トマト水煮	15
	赤ぶどう酒	1
	食塩	0.7
こしょう	0.03	
チキンコンソメ	0.5	
ローリエ	0.1	
湯	120	

A20日(火)

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
あ さ り の つ く だ 煮 (中 の み) ⁷⁵	鶏肉カット 胸 皮なし	30
	鶏肉カット もも 皮なし	20
	清酒	2
	食塩	0.1
	でんぷん	4
	米粉	3
	なたね油	6
	冷)レモン果汁	4
	上白糖	3
	しょうゆ	2.5
牛乳	もやし	35
	小松菜	25
鶏 肉 の レ モ ン ソ ー ス ⁷⁰	人参	7
	(個)しょうゆ	3
	牛肉 スライス	5
	冷)大豆水煮	15
	油揚げ	5
	乾)ひじき	2.5
	人参	10
	つきこんにやく	10
	冷)さやいんげん	5
お ひ た し ⁷⁵	サラダ油	1
	しょうゆ	3.5
	上白糖	2.5
	みりん	0.8
	湯	15
ひ じ き と 大 豆 の 五 目 煮		
	レト)あさり佃煮	8

A21日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
菘 ご は ん	精白米(自校)	65
	もち米	10
	黒米	2
	冷)むぎ枝豆	8
牛 乳 ⁸⁹	清酒	3
	食塩	0.9
さ ん ま の み ぞ れ 煮 ²⁰⁶	牛乳	206
の み ぞ れ 煮 ⁵⁰	(冷)さんまのみぞれ煮	幼40
	(冷)さんまのみぞれ煮	小中50
ゆ で 野 菜 ³⁶	冷)ブロッコリーカット	30
	缶)ホールコーン	5
け ん ち ん 汁 ¹⁹⁰	ゆで塩	0.5
	豚肉 スライス	10
	豆腐	20
	油揚げ	7
	つきこんにやく	10
	洗いごぼう	10
	人参	10
	中ねぎ	5
	しょうゆ	2
食塩	0.7	
	ごま油	0.2
	だし昆布	0.8
	だし削り節	4
	水	110

A23日(金)

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(丸型)	60
牛 乳 ²⁰⁶	牛乳	206
冷)はも澱粉付き	冷)はも澱粉付き	50
な た ね 油 ⁵	なたね油	5
玉 ね ぎ ⁷	玉ねぎ	7
生 姜 ^{0.5}	生姜	0.5
に ん に く ^{0.3}	にんにく	0.3
ご ま 油 ^{0.6}	ごま油	0.6
レ ト)ト マト ケ チャ ツ プ ³	レト)トマトケチャップ	3
上 白 糖 ²	上白糖	2
し ょう ゆ ^{0.7}	しょうゆ	0.7
豆 板 醤 ^{0.02}	豆板醤	0.02
食 塩 ^{0.15}	食塩	0.15
で ん ぷ ん ^{0.3}	でんぷん	0.3
水 ¹⁰	水	10
ゆ で キ ャ ベ ツ ⁴¹	キャベツ	35
缶)ホ ール コー ン ⁵	缶)ホールコーン	5
ゆ で 塩 ^{0.5}	ゆで塩	0.5
ベ ー コ ン ス ラ イ ス ⁵	ベーコン スライス	5
レ ト)う ず ら 卵 ³⁰	レト)うずら卵	30
玉 ね ぎ ²⁰	玉ねぎ	20
人 参 ¹⁰	人参	10
チ ン ゲ ン サイ ⁸	チンゲンサイ	8
サ ラ ダ 油 ^{0.5}	サラダ油	0.5
レ ト)が ら ス ー プ ³	レト)がらスープ	3
食 塩 ^{0.6}	食塩	0.6
し ょう ゆ ^{0.5}	しょうゆ	0.5
チ キ ン コ ン ソ メ ^{0.3}	チキンコンソメ	0.3
ご ま 油 ^{0.2}	ごま油	0.2
こ し ょう ^{0.03}	こしょう	0.03
湯 ¹⁹⁸	湯	120

