

D5日(月)			D6日(火)			D7日(水)			D8日(木)			D9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		
コッ ペ パン 牛 乳 白 菜 の ク リ ー ム 煮 切 り 干 し 大 根 の サ ラ ダ り ん ご ジ ャ ム (中 の み)	コッペパン	60	麦	精白米(委託)	70	コッ	コッペパン	60	キ	精白米(自校)	70	し	(袋)ゆでうどん	幼-小3 200		
			80	米粒麦 委託	10	ッ			ム	米粒麦	10	つ	(袋)ゆでうどん	小4-6 280		
		牛乳	206	は			206	牛	牛乳	206	チ	豚肉 スライス	15	ぼ	(袋)ゆでうどん	中 300
		鶏肉カット 胸 皮なし	18	ん	牛乳	206	ッ	ベーコン スライス	7	こ	生姜	0.8	く	鶏肉カット 胸 皮なし	12	
		鶏肉カット もも 皮なし	12	牛	(冷)さばのみそ煮	幼小50	ッ	ミニウインナー	20	は	濃口醤油	1.2	う	鶏肉カット もも 皮なし	8	
		ぶどう酒 白	1	乳	(冷)さばのみそ煮	中70	ッ	冷)白いんげん豆	10	ん	上白糖	0.8	ど	清酒	1	
		白菜	45	50	もやし	30	ッ	玉ねぎ	40	(白菜キムチ ご飯用	20	ん	てんぷら	10	
		玉ねぎ	40	さ	ぼうれん草	20	ッ	大かぶ	40	麦	人参	7	牛	油揚げ	8	
		じゃがいも	35	ば	乾)切干し大根	3	ッ	キャベツ	25	入	冷)むき枝豆	5	乳	大根	30	
		人参	10	の	炒り白ごま	2	ッ	セロリー	2	り	ごま油	2	和	里いもカット(2cm角)	15	
		ブロッコリーカット	15	み	濃口醤油	2.5	ッ	パセリ	0.3	牛	清酒	2	え	人参	15	
		サラダ油	0.5	そ	ポン酢	1.5	ッ	セロリー	2	乳	濃口醤油	1.5	の	中ねぎ	5	
		小麦粉(中力粉)	3.5	煮	59		ッ	サラダ油	0.4	ナ	食塩	0.5	み	濃口醤油	5	
		サラダ油	2	ご	鶏肉カット 胸 皮なし	6	ッ	レト)がらスープ	3	ム	缶)チキンコンソメ	0.6	か	本みりん	1	
		有塩バター	1	ま	鶏肉カット もも 皮なし	4	ッ	ぶどう酒 白	1	ル	牛乳	206	ん	清酒	1	
		レト)がらスープ	3	あ	もめん豆腐	25	ッ	缶)チキンコンソメ	0.5	わ			かん	食塩	0.6	
		缶)チキンコンソメ	0.6	え	油揚げ	7	ッ	食塩	0.7	か	もやし	40	(だし煮干し	4	
		食塩	0.6	け	油揚げ	7	ッ	こしょう(300g)	0.03	め	きゅうり	15	小	水	150	
		こしょう(300g)	0.02	ん	つきこんにやく	10	ッ	ローリエ	0.1	ス	人参	5	中	牛乳	206	
		牛乳(調理用 1L)	20	ち	洗いごぼう	10	ッ	湯	80	ト	炒り白ごま	2	の			
		生クリーム(1L)	2	ん	人参	7	ッ			プ	にんにく	0.1	み			
		粉チーズ	0.5	汁	中ねぎ	5	ッ	かぼちゃカット	50	わ	食酢	2	かん	ローズハム 短冊	5	
		湯	50	210	濃口醤油	2	ッ	人参	5	か	濃口醤油	2	(キャベツ	30	
		きゅうり	10		食塩	0.7	ッ	缶)ホールコーン	5	め	上白糖	1.3	小	もやし	25	
		乾)切干し大根	5		だし削り節 鯖抜き	3	ッ	レーズン	2	ス	ごま油	1	中	人参	7	
		人参	5		水	130	ッ	ゆで塩	0.5	ト	一味とうがらし	0.01	の	花かつお(1kg)	0.8	
	缶)ホールコーン	5				ッ	(個)マヨネーズ	中のみ8	ク			み	濃口醤油	2		
	乾)刻み昆布	0.5				ッ			ス			かん	食酢	1.5		
	棒々鶏ドレッシング(1L)	10				ッ	(個)いちごジャム	小15	ナ				上白糖	1		
						ッ	(個)いちごジャム	中20	ツ				サラダ油	1		
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(
						ッ			中							
						ッ			の							
						ッ			み							
						ッ)							
						ッ			(

D12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)いわし開き でん粉付き	幼小40
い わ し の 蒲 焼 き 風 ⁵⁸	(冷)いわし開き でん粉付き	中50
	なたね油	4
磯 香 あ え ⁶⁸	生姜	1.2
	濃口醤油	3
き の こ の み そ 汁 ¹⁹³	上白糖	3
	本みりん	1.8
	清酒	1.8
	でんぷん	0.2
	湯	3
	小松菜	30
	もやし	35
	炒り白ごま	1
	味付けもみのり	1
	濃口醤油	1
	大根	25
	油揚げ	5
	しめじ	12
	えのきたけ	10
	中ねぎ	5
	中みそ	7
	甘みそ	6
	だし煮干し	3
	水	120

D13日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
食 パ ン ⁶⁰	(冷)食パン	小60
	(冷)食パン	中85
牛 乳 ²⁰⁶	牛乳	206
	豚肉 スライス	25
ポ ー ク ビ ー ン ズ ²⁰⁸	冷)大豆水煮	25
	冷)金時豆	10
ひ じ き 入 り 根 菜 サ ラ ダ ²⁰⁸	じゃがいも	45
	玉ねぎ	40
	人参	10
	サラダ油	0.5
	有塩バター	0.5
	トマトピューレ	6
	トマトケチャップ (1kg)	3
	上白糖	1.2
	ウスターソース	0.7
	缶)チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.5
	こしょう(300g)	0.05
	湯	40
	洗いごぼう	20
	れんこんカット	15
	食酢	1
	人参	10
	乾)ひじき	0.5
	焼煎ごまドレッシング (1L)	9

D14日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ご は ん ⁸⁰	精白米(自校)	70
	米粒麦	10
牛 乳 ²⁰⁶	牛乳	206
	鶏肉カット 胸 皮なし	12
高 野 豆 腐 の う ま 煮 ¹²³	鶏肉カット もも 皮なし	8
	清酒	1
ほ う れ ん 草 の ご ま ド レ ッ シ ン グ あ え ¹²³	高野豆腐 サイコロ	10
	玉ねぎ	35
	しいたけ スライス	4
	冷)さやいんげん	7
ほ う れ ん 草 の ご ま ド レ ッ シ ン グ あ え ¹²³	人参	5
	濃口醤油	2.8
	三温糖	2.5
	食塩	0.3
	湯	35
	ボンレスハム 短冊	5
	ほうれん草	25
	もやし	30
	ゆで塩	0.3
	濃口醤油	1.8
	食酢	1.8
	上白糖	1.5
	ごま油	1
	炒り白ごま	1
	(個)小魚入りアーモンド	8
	レト)あさり佃煮	10

D15日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
冬 野 菜 カ レ ー イ ス (<small>麦 ご は ん</small>) ⁸⁰	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
牛 乳 ²⁰⁶	豚肉 スライス	25
	玉ねぎ	40
海 藻 サ ラ ダ ³¹⁴	じゃがいも	25
	大かぶ	20
小 煮 干 し ²⁰⁶	れんこんカット	15
	人参	7
	にんにく	0.5
	生姜	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉(中力粉)	6
	缶)カレー粉	1
	サラダ油	4
	トマトケチャップ (1kg)	2
	ウスターソース	1.3
	どんかつソース	1
	濃口醤油	1
	チャツネ(450g)	1
	ぶどう酒 赤	1
	食塩	0.8
	こしょう(300g)	0.04
	缶)チキンコンソメ	0.5
	湯	80
	牛乳	206
	乾)海藻ミックス	0.9
	キャベツ	40
	きゅうり	15
	炒り白ごま	1
	食酢	3
	濃口醤油	3
	上白糖	1.5
	ごま油	0.5
	サラダ油	0.5
	小煮干し	4

D16日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
黒 糖 パ ン ³⁰	レーズンパン	15
	黒糖パン	15
牛 乳 ²⁰⁶	牛乳	206
	鶏肉カット 胸 皮なし	33
ズ ン パ ン (<small>小 の み</small>) ⁷³	鶏肉カット もも 皮なし	22
	濃口醤油	4
牛 乳 ³⁶	清酒	1
	生姜	1
鶏 の か ら 揚 げ ³⁶	でんぷん	5
	米粉	2
	なたね油	5
	きゅうり	15
	乾)切干し大根	5
	人参	7
	乾)刻み昆布	0.4
	食酢	3
	濃口醤油	3
	上白糖	1.5
	ごま油	0.5
	サラダ油	0.5
切 り 干 し 大 根 の サ ラ ダ ²³²	精白米(自校)	10
	米粒麦	8
	ベーコン スライス	8
	玉ねぎ	25
	人参	10
	エリンギ カット	10
	チンゲンサイ	7
	サラダ油	1
	レト)トマト水煮	18
	レト)がらスープ	3
	缶)チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.6
	こしょう(300g)	0.04
	ぶどう酒 赤	0.8
	湯	130

D19日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
里芋ごはん	精白米(自校)	80
	冷)鶏肉カット 胸皮なし	6
	冷)鶏肉カット もも皮なし	4
	油揚げ	5
	里いもカット(2cm角)	25
牛乳	人参	7
	冷)むき枝豆	3
まんばのけんちゃん	濃口醤油	3
	清酒	2
	上白糖	0.7
	食塩	0.8
	だし昆布	1
	牛乳	206
	てんぷら	10
	もめん豆腐	30
	まんば	40
	サラダ油	0.8
うちこみ汁	濃口醤油	2.5
	本みりん	0.5
	ごま油	0.2
	だし汁	10
	油揚げ	5
	袋)生うどん	20
	大根	15
	人参	8
	中ねぎ	5
	しいたけ スライス	5
94	中みそ	7
	甘みそ	6
	だし煮干し	3
224	水	150

D20日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
中華どんぶり	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
	豚肉 スライス	20	
	生姜	2	
	濃口醤油	1.5	
	清酒	1	
	冷)いか(1×4)	10	
	清酒	1	
	レト)うずら卵	20	
	白菜	30	
麦ごはん	玉ねぎ	30	
	たけのこ水煮 ホール	10	
	人参	15	
	中ねぎ	5	
	ごま油	0.5	
	レト)がらスープ	3	
	濃口醤油	1.5	
	缶)チキンコンソメ	0.4	
	食塩	0.5	
	でんぷん	1	
牛乳	湯	55	
	牛乳	206	
	わかさぎの南蛮漬	287	
	ゆでブロッコリー	206	
	冷)わかさぎ でん粉付き	35	
	なたね油	4	
	細ねぎ	2	
	食酢	3	
	上白糖	2	
	濃口醤油	1.8	
50	本みりん	0.8	
	一味とうがらし	0.02	
	湯	1.5	
	ブロッコリーカット	30	
	31	ゆで塩	0.5

D21日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
ひじきごはん	精白米(自校)	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	
	人参	7	
	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	
牛乳	上白糖	2	
	清酒	2	
	食塩	1	
	牛乳	206	
	豚肉 ミンチ	10	
	大根	70	
	人参	10	
	冷)グリーンピース	5	
	生姜	0.5	
	サラダ油	0.5	
大根のそぼろ煮	濃口醤油	3	
	上白糖	2	
	清酒	1	
	本みりん	1	
	でんぷん	0.5	
	だし汁	10	
	油揚げ	5	
	かぼちゃカット(1.5×1.5)	25	
	玉ねぎ	25	
	中ねぎ	7	
かぼちゃのみそ汁	中みそ	7	
	甘みそ	6	
	だし煮干し	3	
	198	水	120

D22日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
60	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
	ぶどう酒 白	1
	じゃがいも	30
	玉ねぎ	40
	人参	12
	エリンギ カット	8
	パセリ	0.5
206	サラダ油	1
	食塩	0.7
	こしょう(300g)	0.05
	小麦粉(中力粉)	4
	サラダ油	3.5
	有塩バター	0.6
	ローリエ	0.1
	缶)チキンコンソメ	0.5
	牛乳(調理用 1L)	30
	湯	60
クリームシチュー	レト)ミックスビーンズ	15
	キャベツ	30
	レタス	10
	食酢	3
	サラダ油	2.4
	上白糖	1
	食塩	0.36
	こしょう(300g)	0.04
豆まめサラダ		