

D16日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
食パン ⁵⁷	(冷)食パン	57
パン ²⁰⁶	牛乳	206
牛乳	鶏肉 胸 皮なし カット	18
	鶏肉 もも 皮なし カット	12
鶏とレバーのナッツ揚げ	清酒	1
	でん粉	5
チャーブル	冷)豚レバー でん粉付き	20
	乾)カシューナッツ 無塩	12
もずくスープ	なたね油	5
	細ねぎ	1
75	生姜	0.8
	にんにく	0.8
87	砂糖(中双糖)	3
	濃口醤油	2.8
87	清酒	1.5
	豆板醤	0.05
75	湯	4
75	冷)ベーコン スライス 乳・卵抜き	5
	豆腐	20
75	キャベツ	25
	もやし	15
75	人参	7
	食塩	0.3
75	濃口醤油	1
	ごま油	1
75	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	こしょう(300g)	0.03
75	乾)花かつお	0.5
172	レト)うずら卵	20
	乾)沖縄もずく	0.5
172	玉ねぎ	15
	人参	5
172	中ねぎ	5
	レト)がらスープ	3
172	清酒	1
	濃口醤油	1
172	食塩	0.8
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4
172	湯	120

D17日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
黒豆ごはん ⁹²	精白米(自校)	70
	もち米	10
92	乾)炒り黒豆	9
	清酒	2
牛乳 ²⁰⁶	食塩	0.8
牛乳 ²⁰⁶	牛乳	206
大根と厚揚げのそぼろ煮	豚赤肉 ミンチ	15
	厚揚げ	25
159	大根	70
	人参	10
159	冷)さやいんげん	7
	生姜	0.3
159	サラダ油	1
	濃口醤油	5
159	砂糖(三温糖)	3
	本みりん	1
159	清酒	1
	でん粉	0.9
159	湯	20
159	もやし	25
	キャベツ	20
72	きゅうり	20
	上乾ちりめん	2
72	砂糖(上白糖)	1.5
	食酢	1.5
72	冷)レモン果汁	1.5
	濃口醤油	0.3
72	食塩	0.3

D18日(水)

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
277	鶏肉 胸 皮なし カット	15
	鶏肉 もも 皮なし カット	10
277	鶏卵	30
	玉ねぎ	50
277	人参	10
	中ねぎ	5
277	しいたけ スライス	4
	濃口醤油	5
277	本みりん	3
	砂糖(上白糖)	2
277	食塩	0.5
	でん粉	0.5
277	乾)だし削り節 鯖抜き	2
	湯	60
277		
	牛乳	206
277	冷)ししゃも	20
	でん粉	4
277	なたね油	4
277	小松菜	25
	もやし	30
277	人参	7
	乾)白ごま 炒り (1kg)	1
277	濃口醤油	2.5
	食酢	0.5
277	砂糖(上白糖)	0.5

D19日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
米粉パン ⁶⁰	米粉パン	60
パン ²⁰⁶	牛乳	206
牛乳	鶏肉 もも 皮なし カット	8
	鶏肉 胸 皮なし カット	12
大豆とトマトのシチュー	冷)ベーコン スライス 乳・卵抜き	5
	冷)大豆水煮	30
海藻サラダ	じゃがいも	25
	玉ねぎ	30
241	人参	10
	冷)むき枝豆	5
241	にんにく	0.5
	サラダ油	1
241	小麦粉(中力粉)	4
	サラダ油	3.5
241	有塩バター	0.6
	レト)トマト水煮 ダイス	30
241	トマトピューレ	10
	ぶどう酒 赤 (1.8L)	2
241	ウスターソース	2
	砂糖(上白糖)	0.7
241	食塩	0.6
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
241	こしょう(300g)	0.06
	ローリエ	0.1
241	湯	60
241	乾)海藻ミックス	1
	キャベツ	30
241	きゅうり	10
	缶)ホールコーン	7
241	乾)白ごま 炒り (1kg)	1
	食酢	3
241	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	1.5
241	ごま油	0.5
	サラダ油	0.5
241		
	湯	50
241	(個)りんご 皮付き カット(1/4)	50

D20日(金)

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
138	粗挽きウインナー カット(1cm) 乳・卵抜き	15
	玉ねぎ	20
138	人参	10
	エリンギ カット	5
138	冷)むき枝豆	5
	サラダ油	0.5
138	有塩バター	0.6
	食塩	1
138	こしょう(300g)	0.03
	缶)カレー粉	0.7
138	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
138	牛乳	206
138	レト)まぐろ油漬	10
	ごぼう サラダ用スティック状	25
138	食酢	1
	きゅうり	12
138	人参	8
	缶)ホールコーン	5
138	焼酎)まどレッシング 乳・卵抜き	8
138	ボンレスハム 短冊 卵抜き	5
	レト)うずら卵	20
138	レタス	15
	玉ねぎ	20
138	サラダ油	0.5
	レト)がらスープ	3
138	食塩	0.6
	こしょう(300g)	0.03
138	濃口醤油	0.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
138	でん粉	0.4
	湯	120
138		
	(個)アーモンド入りチーズ	15

D23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)紫いか 短冊(2×4cm)	40	
い か の さ く さ く 揚 げ ⁶⁸	こしょう(300g)	0.03	
	食塩	0.2	
	清酒	2	
	天ぷら粉 乳・卵抜き	7	
	ごま油	0.1	
	サラダ油	0.1	
	ベーキングパウダー	1	
	水	11	
	なたね油	7	
	切 干 大 根 の あ え も の ³³	ほうれん草	15
		乾)切干し大根	4
		缶)ホールコーン	3
		人参	5
		乾)刻み昆布	0.6
		砂糖(三温糖)	1.5
		濃口醤油	2.5
食酢		1	
ごま油		0.3	
う ち こ み 汁 ²²⁵		油揚げ	5
	生うどん	20	
	大根	15	
	金時人参	8	
	中ねぎ	5	
	しいたけ スライス	5	
	中みそ	7	
	甘みそ	6	
	乾)だし煮干し	4	
	水	150	

D24日(火)

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	60
	牛乳	206
牛 乳 ²⁰⁶	鶏肉 胸 皮なし カット	15
	鶏肉 もも 皮なし カット	10
	ぶどう酒 白 (1.8L)	1
	じゃがいも	30
	玉ねぎ	40
	レト)大豆ペースト	20
	人参	10
	エリンギ カット	10
	サラダ油	1
	食塩	0.7
ク リ ー ム シ ン チ ュ ー ²³⁹	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
	レト)がらスープ	3
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	牛乳(調理用 1L)	30
	湯	60
	レタス	15
レ タ ス の サ ラ ダ ⁷⁰	キャベツ	25
	きゅうり	15
	ロースハム 短冊 卵抜き	5
	人参	5
	食酢	1.8
	砂糖(上白糖)	1.2
	サラダ油	1.2
	食塩	0.3
	こしょう(300g)	0.03

D25日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
い り こ め し (麦 入 り) 牛 乳 ²³²	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	乾)かえり	3
	油揚げ	5
	つきこんにやく	10
	洗いごぼう	7
	金時人参	5
	冷)むき枝豆	5
	濃口醤油	4
	清酒	1.5
ま ん ば の け ん ち ゃ ん ²⁰⁶	食塩	0.6
	乾)だし昆布	1
	水	110
	牛乳	206
	てんぷら	10
	もめん豆腐	30
	まんば	40
	サラダ油	0.8
	濃口醤油	2.5
	本みりん	0.5
あ ん も ち 雑 煮 ⁹⁴	ごま油	0.2
	だし汁	10
	冷)あん入り白玉	30
	大根	25
	金時人参	5
	中ねぎ	5
	甘みそ	7
	中みそ	6
	乾)だし昆布	0.5
	乾)だし削り節 鯖抜き	4
和 三 盆 糖 ²⁰³	水	120
	(個)和三盆糖	3

D26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
	豚赤肉 ミンチ	25
麻 婆 豆 腐 ⁶⁵	清酒	1
	もめん豆腐	80
	玉ねぎ	35
	人参	10
	しいたけ スライス	5
	中ねぎ	5
	生姜	1
	にんにく	0.8
	サラダ油	1
	トマトケチャップ (1kg)	7
中 華 サ ラ ダ ²¹⁸	濃口醤油	3.5
	レト)がらスープ	3
	赤みそ	2
	清酒	1
	砂糖(三温糖)	0.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.15
	豆板醤	0.1
	でん粉	1
	ごま油	0.1
湯	35	
ぼ ん か ん (小 中 の み) ⁵³	ロースハム 短冊 卵抜き	7
	乾)はるさめ	5
	もやし	20
	きゅうり	15
	人参	10
	乾)白ごま 炒り (1kg)	1
	濃口醤油	2.5
	食酢	2
	砂糖(上白糖)	1.5
	ごま油	1
からし粉	0.05	

D27日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
し つ ぼ く う ど ん ⁵⁰⁰	(個)ゆでうどん 幼-小3	200
	(個)ゆでうどん 小4-6	280
	(個)ゆでうどん 中	300
牛 乳 ²⁰⁶	鶏肉 もも 皮なし カット	8
	鶏肉 胸 皮なし カット	12
	清酒	1
	油揚げ	5
	大根	30
	里いも カット	20
	金時人参	10
	洗いごぼう	7
	中ねぎ	5
	濃口醤油	5
た こ の 煮 付 け ²⁰⁶	本みりん	1
	清酒	1
	食塩	0.4
	乾)だし煮干し	5
	水	150
	牛乳	206
	冷)たこ カット(3cm)	40
	濃口醤油	2
	砂糖(三温糖)	0.5
	本みりん	1
ぼ ん か ん (小 中 の み) ¹⁰⁰	清酒	2
	食べて菜	15
	もやし	30
	金時人参	5
	乾)もみのり	1.2
	乾)白ごま 炒り (1kg)	1
	濃口醤油	1.2
	ぼんかん	100

D30日(月)

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 コ ー ン ス ー プ	60 コッペパン(丸型)	60
	206 牛乳	206
	50 (冷)おからハンバーグ 焼き物用	幼小50
	(冷)おからハンバーグ 焼き物用	中60
	キャベツ	30
	人参	5
	43 (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
	(個)スライスチーズ	中20
	冷)ベーコン スライス 乳・卵抜き	5
	缶)クリームコーン	35
	玉ねぎ	30
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	牛乳(調理用 1L)	30
	レト)がらスープ	3
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	181 食塩	0.6
	こしょう(300g)	0.03
	コーンスターチ	1
湯	75	

D31日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大 根 め し (麦 入 り) 牛 乳 茎 わ か め の き ん び ら 金 時 人 参 の み そ 汁	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
	油揚げ	5
	大根	25
	冷)むき枝豆	5
	濃口醤油	3
	清酒	1.5
	食塩	0.8
	142 乾)だし昆布	1.2
	206 牛乳	206
	てんぷら	10
	乾)茎わかめ カット	1.5
	れんこん イチョウ	15
	ごぼう ささがき	15
	つきこんにやく	15
	人参	10
	ごま油	1
	濃口醤油	4.5
砂糖(中双糖)	3	
本みりん	1	
だし汁	5	
82 乾)白ごま 炒り(1kg)	1	
油揚げ	5	
ぎつまいも 皮付き 角切り(1.5~2cm)	35	
金時人参	7	
中ねぎ	5	
中みそ	7	
甘みそ	6	
乾)だし煮干し	5	
190 水	120	