

Bブロック4月

B 9日(月)

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 胸 皮なし カット	12
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	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	カレー粉	0.7
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ウスターソース	1
	牛乳	206
	冷)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
	パセリ	0.5
	調理用牛乳	30
レト)がらスープ	3	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
食塩	0.6	
こしょう	0.03	
コーンスターチ	1	
湯	70	
キャベツ	30	
きゅうり	20	
ゆで塩	0.3	
レト)みかん	12	
食酢	2	
サラダ油	1	
砂糖(上白糖)	1	
食塩	0.2	
こしょう	0.02	

B 10日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん <sup>80</sup>	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	206
	冷)メルルーサ 角切(3cm)	55
	清酒	2
	生姜	1
	濃口醤油	1
	食塩	0.3
	でんぷん	6
	米粉	4
	乾)炒り白ごま	3
	なたね油	5
	てんぷら	5
白菜	40	
小松菜	20	
もやし	10	
濃口醤油	2.1	
みりん	1	
だし汁	10	
鶏肉 胸 皮なし カット	6	
鶏肉 もも 皮なし カット	4	
豆腐	25	
油揚げ	7	
つきこんにやく	10	
洗いごぼう	10	
人参	7	
中ねぎ	5	
濃口醤油	2	
食塩	0.7	
乾)だし削り節 鯖抜き	3	
乾)だし昆布	0.5	
水	130	

B 11日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型コッペパン <sup>40</sup>	コッペパン	40
	牛乳	206
	乾)スパゲティ ハーフ	40
	ゆで塩	1.5
	冷)いか 短冊(1×4cm)	15
	清酒	1.5
	豚肉スライス	15
	キャベツ	30
	玉ねぎ	20
	人参	10
	しいたけスライス	5
	中ねぎ	9g
	生姜	1
にんにく	0.1	
サラダ油	2	
とんかつソース	8	
ウスターソース	2.3	
食塩	0.5	
こしょう	0.05	
乾)粉かつお	0.5	
乾)青のり粉	0.2	
きゅうり	10	
乾)切干し大根	5	
人参	7	
缶)ホールコーン	7	
乾)刻み昆布	0.5	
食酢	2.5	
濃口醤油	2.5	
砂糖(上白糖)	1.5	
ごま油	0.7	
清見オレンジ	50	

B 12日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん <sup>90</sup>	精白米(自校)	90
	牛乳	206
	牛肉スライス	20
	冷)ひろうす ミニ	20
	つきこんにやく	25
	人参	12
	洗いごぼう	10
	冷)さやいんげん	10
	乾)ひじき	3
	サラダ油	1
	砂糖(三温糖)	5
	濃口醤油	4.5
	みりん	0.5
湯	20	
レト)まぐろ油漬	15	
きゅうり	30	
もやし	30	
冷)レモン果汁	2	
濃口醤油	1.5	
砂糖(上白糖)	1	
(個)穀物ふりかけ	2.5	
(個)ヨーグルト	80	

B 13日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん <sup>80</sup>	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	206
	(冷)さばの生姜煮	幼-小 50
	(冷)さばの生姜煮	中 70
	ほうれん草	25
	キャベツ	20
	乾)ひじき	25
	アーモンド(刻み)	1.5
	濃口醤油	2.7
	食酢	2.2
	砂糖(上白糖)	1
	サラダ油	1
アーモンド(粉)	1	
冷)すいとん	25	
油揚げ	5	
大根	25	
人参	5	
中ねぎ	5	
中みそ	7	
甘みそ	6	
乾)だし煮干し	4	
湯	110	

## Bブロック4月

## B 16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
	牛乳	206
206 牛乳	鶏肉 胸 皮なし カット	12
	鶏肉 もも 皮なし カット	8
クリ ーム シ ン チ ュ ー	白ぶどう酒	1
	冷)ベーコンスライス	5
	じゃがいも	50
	玉ねぎ	40
	人参	10
	しめじ	10
	パセリ	0.5
	サラダ油	1
	食塩	0.7
	こしょう	0.05
キャ ベ ツ の ソ ー テ	小麦粉	5
	サラダ油	4
	バター	1
	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
	調理用牛乳	30
	湯	60
	冷)ベーコンスライス	7
	キャベツ	35
味 つ け 小 魚 (中 の み)	チンゲンサイ	15
	人参	10
	缶)ホールコーン	8
	サラダ油	1
	濃口醤油	0.2
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.2
	食塩	0.2
	77 こしょう	0.03
	5 (個)味付小魚	5

## B 17日(火)

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
牛 乳	乾)小豆	7
	食塩	1
89 乾)炒り黒ごま	鶏肉の から揚げ	33
	鶏肉 もも 皮なし カット 唐揚げ用	22
206 牛乳	濃口醤油	4
	清酒	1
ゆ で 野 菜	生姜	1
	でんぶん	5
73 米 粉	米粉	2
	なたね油	5
す ま し 汁	キャベツ	40
	人参	10
51 ゆ で 塩	ゆで塩	0.5
	お祝 い ゼ リ ー	6
178 お 祝 い ゼ リ ー	冷)豆腐 カット	20
	玉ねぎ	20
(小 中 の み)	中ねぎ	5
	乾)干しいたけスライス	0.7
10 (個)焙煎ごまドレッシング	乾)干しわかめカット	0.5
	清酒	1
40 (個)お祝いゼリー	食塩	0.7
	濃口醤油	0.5
10 (個)焙煎ごまドレッシング	乾)だし削り節 鯖抜き	3
	乾)だし昆布	0.5
178 水	水	120
	40 (個)お祝いゼリー	40
10 (個)焙煎ごまドレッシング		

## B 18日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
60 米 粉 パ ン	米粉パン	60
	牛乳	206
牛 乳	豚肉並ミンチ	20
	冷)白いんげん豆	20
チ リ コ ン カ ー ン	冷)金時豆	15
	じゃがいも	50
グ リ ー ン サ ラ ダ	玉ねぎ	40
	レト)トマト水煮 ダイス	8
196 カ ン デ ィ チ ー ズ	にんにく	1
	パセリ	0.8
57 カ ン デ ィ チ ー ズ	サラダ油	1
	トマトケチャップ(1kg/3kg)	6
10 (小 中 の み)	砂糖(中双糖)	1.5
	ウスターソース	1
10 (小 中 の み)	赤ぶどう酒	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
10 (小 中 の み)	食塩	0.3
	チリパウダー	0.05
10 (小 中 の み)	湯	30
	冷)ブロッコリー	30
10 (小 中 の み)	きゅうり	20
	アスパラガス	10
10 (小 中 の み)	食酢	3.5
	砂糖(上白糖)	2
10 (小 中 の み)	サラダ油	1.5
	食塩	0.3
10 (小 中 の み)	こしょう	0.04
	(個)キャンディチーズ	小 10
10 (小 中 の み)	(個)キャンディチーズ	中 15
10 (小 中 の み)		

## B 19日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カ レ ー ラ イ ス	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
(麦 ご は ん)	牛肉スライス	25
	じゃがいも	50
牛 乳	玉ねぎ	40
	人参	10
海 藻 サ ラ ダ	冷)むき枝豆	5
	乾)レンズ豆	5
小 煮 干 し	セロリ	5
	にんにく	0.5
336 水	小麦粉	6
	サラダ油	4
206 牛 乳	カレー粉	1
	サラダ油	2
58 小 煮 干 し	レト)がらスープ	3
	赤ぶどう酒	2
4 小 煮 干 し	トマトケチャップ(1kg/3kg)	2
	ウスターソース	1.3
4 小 煮 干 し	とんかつソース	1
	濃口醤油	1
4 小 煮 干 し	チャツネ 450g	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
4 小 煮 干 し	食塩	0.8
	こしょう	0.04
4 小 煮 干 し	水	90
	206 牛 乳	206
4 小 煮 干 し	乾)海藻ミックス	1
	キャベツ	30
4 小 煮 干 し	きゅうり	10
	缶)ホールコーン	7
4 小 煮 干 し	乾)炒り白ごま	1
	食酢	3
4 小 煮 干 し	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	1.5
4 小 煮 干 し	ごま油	0.5
	58 サラダ油	0.5
4 小 煮 干 し		

## B 20日(金)

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
麦 入 り	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	12
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	8
牛 乳	白ぶどう酒	1
	玉ねぎ	20
ひ じ き と チ ー ズ の 鉄 骨 サ ラ ダ	エリンギ	5
	冷)グリーンピース	5
206 牛 乳	バター	1
	サラダ油	1
149 ひ じ き と チ ー ズ の 鉄 骨 サ ラ ダ	トマトケチャップ(1kg/3kg)	14
	ウスターソース	1
206 牛 乳	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.5
206 牛 乳	こしょう	0.05
	牛乳	206
57 コ ン ソ メ ス ー プ	レト)まぐろ油漬	10
	キャベツ	25
57 コ ン ソ メ ス ー プ	人参	7
	ダイスチーズ	5
57 コ ン ソ メ ス ー プ	乾)ひじき	1.2
	食酢	3
57 コ ン ソ メ ス ー プ	サラダ油	3
	濃口醤油	2
57 コ ン ソ メ ス ー プ	砂糖(上白糖)	0.5
	こしょう	0.02
57 コ ン ソ メ ス ー プ	ボンレスハム 短冊 乳・卵抜き	5
	玉ねぎ	30
57 コ ン ソ メ ス ー プ	冷)白いんげん豆	15
	人参	7
57 コ ン ソ メ ス ー プ	セロリ	5
	パセリ	0.5
57 コ ン ソ メ ス ー プ	ローリエ	0.1
	レト)がらスープ	3
57 コ ン ソ メ ス ー プ	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	食塩	0.7
57 コ ン ソ メ ス ー プ	こしょう	0.03
	濃口醤油	0.2
57 コ ン ソ メ ス ー プ	湯	120
	40 (個)豆乳プリン	40

Bブロック4月

B 23日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦 ごはん <sup>80</sup>	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
	牛乳 <sup>206</sup>	牛乳	206
		牛肉スライス	30
	じゃがいも	80	
	玉ねぎ	50	
	つきこんにやく	25	
	人参	10	
	冷)さやいんげん	5	
	サラダ油	1	
濃口醤油	4		
砂糖(中双糖)	3		
清酒	3		
食塩	0.1		
湯	5		
パイナップル (小中のみ) <sup>66</sup>	もやし	20	
	キャベツ	20	
	小松菜	20	
	乾)炒り白ごま	2	
	濃口醤油	2.5	
	ポン酢	1.5	
	(個)生パイン カット	小 40	
	(個)生パイン カット	中 50	
	あさりの佃煮 (小中のみ) <sup>10</sup>	あさりの佃煮	10

B 24日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
たけのこ ごはん <sup>206</sup>	精白米(自校)	80
	冷)鶏肉 胸 皮なし カット	9
	冷)鶏肉 もも 皮なし カット	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
	濃口醤油	2.5
	清酒	2
食塩	0.9	
砂糖(上白糖)	0.8	
乾)だし昆布	0.5	
牛乳 <sup>206</sup>	牛乳	206
かきたま汁 <sup>206</sup>	てんぷら	10
	ごぼう ささがき	15
	つきこんにやく	15
	人参	10
	冷)さやいんげん	8
	ごま油	1
	濃口醤油	2
	砂糖(三温糖)	1
	みりん	1
	乾)炒り白ごま	2
一味とうがらし	0.01	
野菜マフィン (中のみ) <sup>65</sup>	鶏卵	20
	玉ねぎ	30
	人参	7
	中ねぎ	5
	乾)干しいたけスライス	1
	濃口醤油	1
	食塩	0.7
	でんぷん	0.5
	乾)だし削り節 鯖抜き	3
	乾)だし昆布	0.5
湯 <sup>199</sup>	130	
(個)野菜マフィン <sup>30</sup>	(個)野菜マフィン	25

B 25日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフ ハンバー ガー <sup>60</sup>	コッペパン(丸型)	60
	牛乳 <sup>206</sup>	206
	(冷)おからハンバーグ	幼-小 50
	(冷)おからハンバーグ	中 60
	キャベツ	30
	人参	3
	ピーマン	3
	ゆで塩	0.4
	(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
牛乳 <sup>44</sup>	冷)ベーコンスライス	5
	冷)白いんげん豆	20
	玉ねぎ	40
	人参	10
	マカロニ(シエル)	7
	セロリ	2
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	レト)トマト水煮 ダイス	8
	レト)がらスープ	3
赤ぶどう酒	1	
食塩	0.7	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
ローリエ	0.1	
湯 <sup>218</sup>	120	
ミネストローネ <sup>20</sup>	(個)スライスチーズ	中のみ20

B 26日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦 ごはん <sup>80</sup>	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
	牛乳 <sup>206</sup>	牛乳	206
		(冷)さごし	幼-小2 35
	(冷)さごし	小3-6 50	
	(冷)さごし	中 70	
	食塩	0.3	
	清酒	2	
	米粉	7	
	なたね油	5	
油揚げ	5		
たけのこ ごはん <sup>64</sup>	新たけのこ水煮 ホール	20	
	レト)ふき水煮	10	
	人参	10	
	濃口醤油	1	
	砂糖(中双糖)	0.8	
	みりん	0.7	
	食塩	0.1	
	乾)花かつお	0.5	
	だし汁	20	
	さつまいも 角切り	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		
乾)だし煮干し	4		
水	110		
梅干し (中のみ) <sup>3</sup>	(個)梅干し	3	

B 27日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
キム チ ごはん <sup>206</sup>	精白米(自校)	70	
	米粒麦 自校	10	
	豚肉スライス	15	
	生姜	0.8	
	濃口醤油	1.2	
	砂糖(上白糖)	0.8	
	白菜キムチ ごはん用	20	
	人参	7	
	冷)むき枝豆	5	
	ごま油	2	
牛乳 <sup>137</sup>	清酒	2	
	濃口醤油	1.5	
	食塩	0.6	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	
	ナムル <sup>206</sup>	牛乳	206
	わかめ スープ <sup>68</sup>	もやし	40
		きゅうり	15
		人参	5
		乾)炒り白ごま	2
		にんにく	0.1
食酢		2	
濃口醤油		2	
砂糖(上白糖)		1.3	
ごま油		1	
一味とうがらし		0.01	
小魚 入り アー モンド (小中のみ) <sup>68</sup>	レト)うずら卵	20	
	玉ねぎ	20	
	中ねぎ	3	
	乾)干しわかめカット	0.8	
	サラダ油	0.5	
	レト)がらスープ	3	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
	濃口醤油	0.8	
	食塩	0.7	
	こしょう	0.03	
ごま油	0.2		
湯 <sup>190</sup>	140		
(個)小魚入りアーモンド <sup>8</sup>	(個)小魚入りアーモンド	8	