Dブロック4月

D 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		0.7
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.5
149	ウスターソース		1
206	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
180	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
67	こしょう		0.02

D 10日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん	精白米（委託）		70
80	米粒麦　委託		10
206 牛乳			206
焼き豆腐のみそそぼろ煮	豚肉並ミンチ		15
	焼き豆腐		85
	玉ねぎ		30
	人参		10
	チンゲンサイ		10
	中ねぎ		5
	乾）干ししいたけスライス		1
	生姜		0.5
	にんにく		0.1
	ごま油		1
	赤みそ		6.5
	砂糖（三温糖）		3
	清酒		2
	濃口醤油		2
	一味とうがらし		0.02
おかかあえ	でんぷん		1
192	水		20
	小松菜		20
	キャベツ		35
	缶）ホールコーン		5
	乾）花かつお		1
	乾）炒り白ごま		1
	濃口醤油		2.5
ふりかけ（小中のみ）	ポン酢		1.5
66			
3	（個）ひじきふりかけ		2.5

D 11日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
57 食パン（袋入り）	（冷）食パン（6枚切）		幼-小　57（1枚）
	（冷）食パン（8枚切）		中　85（2枚）
206 牛乳			206
ウインナーと野菜のスープ煮	ミニウインナー　乳・卵抜き		25
	冷）ベーコンスライス		5
	冷）白いんげん豆		15
	乾）マカロニ		5
	玉ねぎ		40
	キャベツ		25
	人参		15
	パセリ		0.5
	セロリ		2
	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		0.3
	食塩		0.5
	こしょう		0.03
216	湯		80
ポテトサラダ	じゃがいも		50
	人参		5
	缶）ホールコーン		5
61	ゆで塩		1
30 ミニトマト（小中のみ）	ミニトマト		30
8 マヨネーズ（小中のみ）	（個）マヨネーズ		8
20 りんごジャム（中のみ）	（個）りんごジャム		20

D 12日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん	精白米（委託）		70
80	米粒麦　委託		10
206 牛乳			206
魚のごま揚げ	チルド）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
77	なたね油		5
煮びたし	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
けんちん汁	だし汁		10
88			
	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
	つきこんにゃく		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
210	水		130

D 13日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
小型コッペパン	コッペパン		40
40			
206 牛乳			206
ソース焼きスパゲティ	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		5
	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
158	乾）青のり粉		0.2
切り干し大根のサラダ	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
37	ごま油		0.7
50 清見オレンジ（小中のみ）	清見オレンジ		50

D 16日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん 90	精白米（自校）		90
牛乳 206	牛乳		206
がんもどきとひじきのうま煮 131	牛肉スライス		20
	冷）ひろうす　ミニ		20
	つきこんにゃく		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
ツナのあえ物 80	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
ふりかけ（小中のみ） 3	（個）穀物ふりかけ		2.5
ヨーグルト（中のみ） 70	（個）ヨーグルト		80

D 17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
さばの生姜煮 50	（冷）さばの生姜煮		幼-小　50
	（冷）さばの生姜煮		中　70
ほうれん草のアーモンドあえ 79	ほうれん草		25
	キャベツ		20
	もやし		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
すいとん汁 192	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

D 18日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン（袋入り） 60	コッペパン（袋入り）		幼-小1　40
	コッペパン（袋入り）		小2　50
牛乳 206	コッペパン（袋入り）		小3-4　60
	コッペパン（袋入り）		小5-中　70
	牛乳		206
クリームシチュー	鶏肉　胸　皮なし　カット		12
	鶏肉　もも　皮なし　カット		8
	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
	小麦粉		5
	サラダ油		4
	バター		1
	ローリエ		0.1
キャベツのソテー 242	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
	チンゲンサイ		15
	人参		10
	缶）ホールコーン		8
	サラダ油		1
味つけ小魚（中のみ） 77	濃口醤油		0.2
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.2
5	食塩		0.2
	こしょう		0.03
	（個）味付小魚		5

D 19日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
赤飯 89	精白米（自校）		60
	もち米		20
	乾）小豆		7
	食塩		1
	乾）炒り黒ごま		0.7
牛乳 206	牛乳		206
鶏肉のから揚げ 73	鶏肉　胸　皮なし　カット　唐揚げ用		33
	鶏肉　もも　皮なし　カット　唐揚げ用		22
	濃口醤油		4
	清酒		1
	生姜		1
	でんぷん		5
	米粉		2
	なたね油		5
ゆで野菜 51	キャベツ		40
	人参		10
	ゆで塩		0.5
すまし汁	型抜きかまぼこ（桜）		6
	冷）豆腐　カット		20
	玉ねぎ		20
	中ねぎ		5
	乾）干ししいたけスライス		0.7
	乾）干しわかめカット		0.5
	清酒		1
	食塩		0.7
	濃口醤油		0.5
	乾）だし削り節　鯖抜き		3
	乾）だし昆布		0.5
	水		120
お祝いゼリー（小中のみ） 40	（個）お祝いゼリー		40
10	（個）焙煎ごまドレッシング		10

D 20日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
米粉パン 60	米粉パン		60
牛乳 206	牛乳		206
チリコンカーン 196	豚肉並ミンチ		20
	冷）白いんげん豆		20
	冷）金時豆		15
	じゃがいも		50
	玉ねぎ		40
	レト）トマト水煮　ダイス		8
	にんにく		1
	パセリ		0.8
	サラダ油		1
	トマトケチャップ（1kg/3kg）		6
	砂糖（中双糖）		1.5
	ウスターソース		1
	赤ぶどう酒		1
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.5
	食塩		0.3
	チリパウダー		0.05
	湯		30
グリーンサラダ 67	冷）ブロッコリー		30
	きゅうり		20
	アスパラガス		10
	食酢		3.5
	砂糖（上白糖）		2
	サラダ油		1.5
	食塩		0.3
	こしょう		0.04
キャンディチーズ（小中のみ）	（個）キャンディチーズ		小　10
10	（個）キャンディチーズ		中　15

D 23日（月）

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

D 24日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
チキンライス（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
	エリンギ		5
	冷）グリンピース		5
	バター		1
	サラダ油		1
	トマトケチャップ（1kg/3kg）		14
	ウスターソース		1
	チキンコンソメ　乳・卵抜き		0.5
	食塩		0.5
149	こしょう		0.05
206	牛乳		206
	レト）まぐろ油漬		10
	キャベツ		25
	人参		7
	ダイスチーズ		5
	乾）ひじき		1.2
	食酢		3
	サラダ油		3
	濃口醤油		2
	砂糖（上白糖）		0.5
57	こしょう		0.02
	ボンレスハム　短冊　乳・卵抜き		5
	玉ねぎ		30
	冷）白いんげん豆		15
	人参		7
	セロリ		5
	パセリ		0.5
	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		0.3
	食塩		0.7
	こしょう		0.03
	濃口醤油		0.2
187	湯		120
40	（個）豆乳プリン		40

D 25日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん	精白米（委託）		70
80	米粒麦　委託		10
206	牛乳		206
肉じゃがごまあえ	牛肉スライス		30
	じゃがいも　皮むき　カット		80
	玉ねぎ		50
	つきこんにゃく		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
216	湯		5
パイナップル（小中のみ）	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
66	ポン酢		1.5
	（個）生パイン　カット		小　40
40	（個）生パイン　カット		中　50
10	あさりの佃煮		10
あさりの佃煮（小中のみ）			

D 26日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
たけのこごはん	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
145	乾）だし昆布		0.5
206	牛乳		206
	てんぷら		10
	ごぼう　ささがき		15
	つきこんにゃく		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
65	一味とうがらし		0.01
	鶏卵		20
	玉ねぎ		30
	人参		7
	中ねぎ		5
	乾）干ししいたけスライス		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
199	湯		130
30	（個）野菜マフィン		25
きんぴら			
かきたま汁			
野菜マフィン（中のみ）			

D 27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）	60 コッペパン（丸型）		60
	206 牛乳		206
	（冷）おからハンバーグ		幼-小　50
	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
	44 （個）ケチャップ＆マスタード		小5-中　8
	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
	218 湯		120
	20 （個）スライスチーズ		中のみ20
牛乳			
ミネストローネ			