

8日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
金時人参のピラフ(麦入り)	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6
	白ぶどう酒	1
	(冷)ベーコン スライス	5
	玉葱	15
	金時人参	13
	(冷)むき枝豆	5
	にんにく	0.2
	サラダ油	1
	バター	1
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.8
	こしょう	0.03
	牛乳	○ 206
	(乾)ひじき	1.5
	ブロッコリー カット	20
	キャベツ	15
	人参	7
	しょうゆ	2.5
	食酢	1.8
	上白糖	1.3
	サラダ油	1
	ごま油	0.3
	(冷)ベーコン スライス	5
	(レト)大豆ペースト	10
玉葱	30	
(缶)クリームコーン	20	
(缶)ホールコーン	5	
パセリ	0.5	
サラダ油	0.3	
(レト)がらスープ	3	
チキンコンソメ	0.4	
食塩	0.6	
こしょう	0.04	
調理用牛乳	○ 30	
コーンスターチ	1	
湯	70	

9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
	米粒麦 委託	10
	牛乳	○ 206
	(冷)さばのみそ煮	小50
	(冷)さばのみそ煮	中70
	きゅうり	10
	切干し大根	5
	人参	5
	(乾)刻み昆布	0.5
	食酢	2.5
	しょうゆ	2.5
	上白糖	1.5
	ごま油	0.7
	鶏卵	20
	大根	3
	小かぶ	3
	人参	3
	小松菜	3
	水菜	3
	みつば	2
	中ねぎ	3
	しょうゆ	1
	食塩	0.7
	でんぷん	0.5
	削り節 だし用	3
	出し昆布	0.5
	湯	130
(個)納豆	20	

10日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	90
	牛乳	○ 206
	牛肉(2×2cmスライス)	15
	(冷)ひろうすミニ	20
	(乾)ひじき	3
	つきこんにやく	25
	洗いごぼう	15
	人参	10
	(冷)さやいんげん	8
	サラダ油	1
	しょうゆ	5
	三温糖	4.5
	みりん	0.5
	湯	20
	もやし	20
	小松菜	25
	きゅうり	15
	上乾ちりめん	2
	上白糖	1.5
	食酢	1.5
	(冷)レモン果汁	1.5
	しょうゆ	0.3
	食塩	0.3
	(レト)あさり佃煮	10

11日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	○ 206
	豚肉並(2×3cmスライス)	45
	生姜	1
	清酒	1
	キャベツ	30
	玉葱	30
	人参	10
	中ねぎ	5
	サラダ油	1
	赤みそ	5
	上白糖	2
	清酒	1.5
	しょうゆ	1
	豆腐	25
	油揚げ	5
	洗いごぼう	10
	つきこんにやく	7
	人参	5
	干しいたけ(スライス)	0.5
	中ねぎ	5
	しょうゆ	2
	食塩	0.7
	削り節 だし用	3
	出し昆布	0.5
	水	120
上乾ちりめん	6	
食酢	1	
ポン酢	1	
三温糖	1.2	
炒り白ごま	0.2	
(個)ヨーグルト	70	

15日(火)				16日(水)				17日(木)				18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
コッペパン 牛乳 とりとレバーの香りあげ 野菜のアーモンドあえ レタスとうずら卵のスープ	コッペパン		60	根菜 たっぷりチキンカレー(麦ごはん) 牛乳 ひじきとチーズのサラダ 小煮干し	精白米(委託)		70	黒豆 ごはん 牛乳 大根と厚揚げのそぼろ煮 まんばのごまドレッシング あえ チーズ(中のみ)	精白米(自校)		70	セル フ フ イ ッ シ ユ バ ー ガ ー 牛乳 クラム チャウダー	コッペパン(丸型)		65
	牛乳	○	206		米粒麦 委託		10		もち米		10		牛乳	○	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)		18		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)		15		炒り黒豆		9		(冷)白身魚フライ		小50
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)		12		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)		10		清酒		2		(冷)白身魚フライ		中70
	清酒		1		玉葱		40		食塩		0.8		食用油		4
	でんぷん		5		じゃがいも		25		牛乳	○	206				
	(冷)豚レバー でんぷんつき		20		大かぶ		20		豚肉赤身ミンチ		20		キャベツ		35
	さつま芋カット 1.5cm角切り		20		れんこん いちょう切り		15		厚揚げ		30		人参		5
	食用油		5		洗いごぼう		10		大根		70		ゆで塩		0.4
	細ねぎ		1		人参		7		人参		5		(袋)タルタルソース		小5
	生姜		0.8		セロリー		3		(冷)さやいんげん		5		(袋)タルタルソース		中12
	にんにく		0.8		にんにく		0.5		生姜		0.3				
	中双糖		3		生姜		0.5		サラダ油		1		(レト)あさりむき身		15
	しょうゆ		2.8		サラダ油		1		小麦粉		6		白ぶどう酒		0.5
	清酒		1.5		カレー粉		1		カレー粉		1		(冷)ベーコン スライス		5
	豆板醤		0.05		サラダ油		4		(レト)がらスープ		3		(レト)大豆ペースト		15
	湯		4		(レト)がらスープ		3		(レト)トマケチャップ 1kg		2		じゃがいも		30
	ほうれん草		20		(レト)トマケチャップ 1kg		2		ウスターソース		1.3		玉葱		30
	キャベツ		15		ウスターソース		1.3		とんかつソース		1		人参		5
	もやし		20		とんかつソース		1		しょうゆ		1		パセリ		0.5
アーモンド(刻み)		1.5	しょうゆ		1	しょうゆ		1	サラダ油		1				
しょうゆ		2.7	キャベツ		15	しょうゆ		1	(レト)がらスープ		3				
食酢		2.2	もやし		20	しょうゆ		1	チキンコンソメ		0.3				
上白糖		1	アーモンド(刻み)		1.5	しょうゆ		1	食塩		0.6				
サラダ油		1	しょうゆ		2.7	しょうゆ		1	こしょう		0.03				
アーモンド(粉)		1	食酢		2.2	しょうゆ		1	調理用牛乳	○	35				
ボンレスハム(短冊)卵抜き		5	上白糖		1	しょうゆ		1	生クリーム		2				
(レト)うずら卵		25	サラダ油		1	しょうゆ		1	コーンスターチ		1				
玉葱		20	アーモンド(粉)		1	湯		80	湯		75				
レタス		15	牛乳	○	206	(レト)まぐろ油漬		10							
えのきたけ		7	(レト)まぐろ油漬		10	キャベツ		25	(個)キャンディチーズ Fe強化		15				
人参		5	キャベツ		25	人参		7							
(レト)がらスープ		3	人参		7	ダイスチーズ		5							
食塩		0.6	ダイスチーズ		5	(乾)ひじき		1.2							
こしょう		0.03	(乾)ひじき		1.2	食酢		3							
チキンコンソメ		0.5	食酢		3	サラダ油		3							
しょうゆ		0.5	サラダ油		3	しょうゆ		2							
湯		110	しょうゆ		2	しょうゆ		2							
			しょうゆ		0.5	しょうゆ		2							
			こしょう		0.02	しょうゆ		2							
			こしょう		0.02	しょうゆ		2							
			湯		80	湯		80							
			小煮干し		4	小煮干し		4							

21日(月)			22日(火)			23日(水)			24日(木)			25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						
麦ごはん 牛乳 麻婆豆腐 中華サラダ 中華がし	精白米(委託)	70	しつぽくうどん 牛乳 小エビのから揚げ 食べて菜のいそかあえ 野菜マフィン	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小1-3 200	いりこめし(麦入り) 牛乳 まんばのけんちゃん あんもち雑煮 和三盆糖	精白米(自校)	70	麦ごはん 牛乳 ゲタの南蛮漬け おひたし さつまいものみそ汁 ひじきのり(中のみ)	精白米(委託)	70	コッペパン 牛乳 ポークビーンズ グリーンサラダ りんご チョコ大豆クリーム	コッペパン	60						
	米粒麦 委託	10		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4-6 280		米粒麦 自校	10		米粒麦 委託	10		牛乳	○ 206	牛乳	○ 206				
	牛乳	○ 206		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中 300		かえり	3		牛乳	○ 206		豚肉並(3×3cmスライス)	25	(冷)ベーコン スライス	5	(冷)大豆水煮	30		
	豚肉赤身ミンチ	25		鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)	8		油揚げ	5		つきこんにやく	10		食用油	5	食用油	5	じゃがいも	45	玉葱	40
	清酒	1		鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)	12		清酒	1		洗いごぼう	7		細ねぎ	2.4	しょうゆ	3.5	人参	10	パセリ	0.5
	豆腐	80		清酒	1		油揚げ	5		人参	5		食酢	4.8	上白糖	3.5	サラダ油	0.5	バター	0.5
	玉葱	35		大根	30		人参	10		(冷)むき枝豆	5		みりん	1.3	一味	0.02	水	1.8	(レト)トマトピューレ	6
	人参	10		里もカット(1.5cm)	20		洗いごぼう	7		しょうゆ	4		水	1.8	もやし	35	(レト)トマトケチャップ 1kg	3	上白糖	1.2
	生しいたけ スライス	5		人参	10		中ねぎ	5		清酒	1.5		小松菜	25	しょうゆ	2.5	花かつお 1kg	1	赤ぶどう酒	1
	中ねぎ	5		しょうゆ	5		しょうゆ	5		食塩	0.6		豆腐	30	油揚げ	7	ウスターソース	0.7	チキンコンソメ	0.6
	生姜	1		みりん	1		みりん	1		出し昆布	1		まんば	40	さつまいもカット(2cm角)	25	食塩	0.5	食塩	0.05
	にんにく	0.8		清酒	1		清酒	1		牛乳	○ 206		サラダ油	0.8	玉葱	15	こしょう	40	湯	
	サラダ油	1		食塩	0.4		食塩	0.4		(冷)小えび殻付き でん粉付き	30		しょうゆ	3.5	人参	7	ブロッコリー カット	30	キャベツ	25
	(レト)トマトケチャップ 1kg	7		煮干し だし用	5		煮干し だし用	5		食用油	6		(レト)がらスープ	3	中ねぎ	5	食酢	3	食酢	3
	しょうゆ	3.5		水	150		水	150		食べて菜	15		赤みそ	2	中みそ	6	上白糖	1	上白糖	1
	清酒	1		牛乳	○ 206		牛乳	○ 206		もやし	30		清酒	1	白みそ	7	オリーブ油	1	オリーブ油	1
	三温糖	0.5		(冷)小えび殻付き でん粉付き	30		(冷)小えび殻付き でん粉付き	30		人参	5		三温糖	0.5	煮干し だし用	4	サラダ油	0.5	サラダ油	0.5
	チキンコンソメ	0.5		食用油	6		食用油	6		金時人参	5		食塩	0.15	水	120	食塩	0.4	食塩	0.4
	食塩	0.15		食べて菜	15		食べて菜	15		中ねぎ	5		豆板醤	0.1	(袋)ひじきのり	10	こしょう	0.03	こしょう	0.03
	豆板醤	0.1		もやし	30		もやし	30		白みそ	7		春雨	5			りんご	50		
	でんぷん	1		人参	5		人参	5		中みそ	6		もやし	20			(袋)チョコ大豆クリーム	小10		
ごま油	0.1	味付けもみのり	0.8	味付けもみのり	0.8	削り節 だし用	4	きゅうり	15			(袋)チョコ大豆クリーム	中15							
湯	35	しょうゆ	1	しょうゆ	1	水	120	人参	10											
ロースハム(短冊)卵抜き	7	(袋)野菜マフィン	30	(袋)野菜マフィン	30	(個)和三盆糖	3	炒り白ごま	1											
春雨	5							しょうゆ	2.5											
もやし	20							食酢	2											
きゅうり	15							上白糖	1.5											
人参	10							ごま油	1											
炒り白ごま	1							からし粉	0.05											
しょうゆ	2.5							(袋)マファール	10											
食酢	2																			
上白糖	1.5																			
ごま油	1																			
からし粉	0.05																			
(袋)マファール	10																			

28日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大根めし(麦入り)牛乳 荳わかめのきんぴら うちこみ汁	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8
	油揚げ	5
	大根	25
	(冷)むき枝豆	5
	しょうゆ	3
	清酒	1.5
	食塩	0.7
	出し昆布	1.2
	牛乳	○ 206
	てんぷら	10
	(乾)荳わかめ カット	1.5
	れんこん いちょう切り	15
	洗いごぼう	15
	つきこんにやく	15
	人参	10
	ごま油	1
	しょうゆ	4.5
	中双糖	3
	みりん	1
	だし汁	5
	炒り白ごま	1
	油揚げ	5
	半生うどん	20
	大根	15
	人参	8
中ねぎ	5	
生しいたけ スライス	5	
中みそ	7	
白みそ	6	
煮干し だし用	4	
水	150	

29日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン(袋入り)牛乳 ポトフ 花野菜のサラダ クリームチーズ	コッペパン	小1・2 50
	コッペパン	小3・4 60
	コッペパン	小5・6・中 70
	牛乳	○ 206
	ミニウインナー	25
	(冷)ベーコン スライス	7
	玉葱	40
	じゃがいも	35
	キャベツ	30
	人参	15
	セロリー	2
	パセリ	0.7
	(冷)白いんげん豆	15
	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	75
	ブロッコリー カット	25
	カリフラワー カット	15
	(缶)ホールコーン	5
	食酢	3.5
	サラダ油	1.5
	上白糖	1.5
	食塩	0.3
こしょう	0.03	
(個)クリームチーズ	15	

30日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
他人どんぶり(麦入り)牛乳 ししゃものから揚げ 食べて菜とたくあんのごまあえ	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	清酒	1
	鶏卵	30
	玉葱	50
	人参	10
	中ねぎ	5
	生しいたけ スライス	5
	しょうゆ	5
	みりん	3
	上白糖	1
	食塩	0.6
	でんぷん	0.5
	削り節 だし用	2
	湯	60
	牛乳	○ 206
	(冷)ししゃも	20
	でんぷん	4
	食用油	4
	食べて菜	30
	キャベツ	25
	たくあん 刻み	6
	しょうゆ	0.6
	炒り白ごま	1

31日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 牛乳 大豆とトマトのシチュー 海藻サラダ ぼんかん	コッペパン	60
	牛乳	○ 206
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
	(冷)ベーコン スライス	5
	(冷)大豆水煮	25
	じゃがいも	30
	玉葱	30
	人参	10
	エリンギ	5
	(冷)むき枝豆	5
	にんにく	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉	4
	サラダ油	3.5
	バター	0.6
	(袋)トマト水煮	30
	(レト)トマトピューレ	10
	赤ぶどう酒	2
	ウスターソース	2
	上白糖	0.7
	食塩	0.6
	チキンコンソメ	0.5
	こしょう	0.06
	ローリエ	0.1
	湯	60
	(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	5
	炒り白ごま	1
	食酢	3
しょうゆ	3	
上白糖	1.5	
ごま油	0.5	
サラダ油	0.5	
ぼんかん	100	