

9日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
きのこごはん(麦入り)牛乳	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
	清酒	1
	油揚げ	5
	しめじ	8
	まいたけ	5
	人参	5
	(冷)むき枝豆	5
	干しいたけ(スライス)	0.3
	しょうゆ	4
	清酒	2
	上白糖	0.7
	食塩	0.4
	出し昆布	0.5
	牛乳	○ 206
	れんこん いちよう切り	30
	つきこんにやく	10
	人参	7
(冷)さやいんげん	6	
サラダ油	0.5	
しょうゆ	3.5	
中双糖	2	
みりん	0.6	
一味	0.01	
だし汁	6	
炒り白ごま	1	
鶏卵	20	
でんぶん	0.3	
玉葱	25	
中ねぎ	6	
しょうゆ	1	
食塩	0.6	
でんぶん	0.5	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	130	
(袋)ミックスナッツ	15	

10日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 牛乳 ポトフ フレンチサラダ クリームチーズ(小中のみ)	コッペパン	60
	牛乳	○ 206
	ミニウインナー	20
	ベーコン(スライス)	7
	玉葱	45
	じゃがいも	30
	キャベツ	20
	大根	20
	人参	15
	(冷)白いんげん豆	15
	セロリー	2
	パセリ	0.7
	サラダ油	1
	白ぶどう酒	1
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	ローリエ	0.1
	湯	75
	きゅうり	25
キャベツ	20	
人参	10	
(缶)ホールコーン	5	
(袋)フレンチドレッシング	10	
(個)クリームチーズ	15	

11日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 豆あじの三杯 野菜のあえもの 豆腐のみそ汁 味つけのり(小中のみ)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	○ 206
	(冷)豆あじ でんぶん付き	30
	食用油	4
	食酢	3
	しょうゆ	2.2
	上白糖	2.2
	みりん	0.8
	一味	0.02
	水	1.1
	小松菜	20
	キャベツ	30
	人参	5
	(袋)青じそドレッシング	10
	豆腐	20
	油揚げ	5
	玉葱	30
	人参	5
	中ねぎ	5
中みそ	7	
白みそ	6	
煮干し だし用	4	
水	120	
(袋)味つけのり(5枚)	2.5	

12日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
チキンライス(麦入り)牛乳 グリーンサラダ コンソメスープ ヨーグルト・希少糖シロップ(小中のみ)	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
	玉葱	15
	人参	10
	エリンギカット	8
	(冷)むき枝豆	5
	バター	1
	サラダ油	0.5
	トマトケチャップ	14
	ウスターソース	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	食塩	0.5
	こしょう	0.05
	牛乳	○ 206
	(冷)ブロッコリー	25
	きゅうり	20
	キャベツ	20
ゆで塩	0.5	
(袋)イタリアンドレッシング	10	
ロースハム(短冊)卵抜き	10	
玉葱	30	
人参	7	
マカロニ(英字)	7	
セロリー	2	
パセリ	0.5	
サラダ油	1	
(レト)がらスープ	3	
食塩	0.7	
こしょう	0.03	
しょうゆ	0.2	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
ローリエ	0.1	
湯	120	
(個)ヨーグルト(無糖)	75	
(DP)希少糖入りシロップ	6.4	

29日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セル フ フ イ ッ シ ュ バ ー ガ ー (コ ッ ペ パ ン) 牛 乳 白 身 魚 の フ ラ イ ゆ で 野 菜 タ ル タ ル ソ ー ス ミ ネ ス ト ロ ー ネ	コッペパン	60
	牛乳	○ 206
	(冷)白身魚フライ	小50
	(冷)白身魚フライ	中70
	食用油	4
	キャベツ	35
	人参	5
	ゆで塩	0.4
	(袋)タルタルソース	小5
	(袋)タルタルソース	中12
	ベーコン(スライス)	5
	(冷)白いんげん豆	18
	玉葱	40
	人参	10
	マカロニ(シエル)	7
	セロリー	2
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	(レト)トマト水煮	15
	(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	120	

30日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ご は ん 牛 乳 厚 揚 げ と ひ じ き の う ま 煮 野 菜 と ツ ナ の あ え も の 小 魚 ア ー モ ン ド (小 中 の み)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	○ 206
	牛肉(3×3cmスライス)	20
	厚揚げ	50
	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
	(乾)ひじき	3
	サラダ油	1
	三温糖	3
	しょうゆ	4.5
	みりん	0.5
	削り節 だし用	1
	湯	20
	(レト)まぐろ油漬	10
	キャベツ	30
	ほうれん草	25
	(缶)ホールコーン	8
(冷)レモン果汁	2.4	
しょうゆ	1.8	
上白糖	1.2	
(袋)小魚入りアーモンド	8	

31日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
小 型 コ ッ ペ パ ン (装 入 り) 牛 乳 き の こ ス バ ゲ テ イ カ ラ フ ル サ ラ ダ り ん ご (小 中 の み)	(個)コッペパン 袋入り	幼30
	(個)コッペパン 袋入り	小40
	(個)コッペパン 袋入り	中50
	牛乳	○ 206
	スパゲティ(ハーフ)	35
	ゆで塩	1.5
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9
	ベーコン(スライス)	10
	玉葱	40
	人参	10
	えのきたけ	8
	エリンギカット	8
	しめじ	8
	しいたけ スライス	5
	ピーマン	5
	サラダ油	1
	バター	1
	白ぶどう酒	1
	しょうゆ	1
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	
食塩	0.8	
こしょう	0.04	
(袋)刻みのり	0.3	
(冷)ブロッコリー	30	
きゅうり	20	
人参	7	
(缶)ホールコーン	5	
食酢	2	
(冷)レモン果汁	0.5	
サラダ油	0.5	
オリーブ油	1.5	
上白糖	0.7	
食塩	0.3	
こしょう	0.04	
りんご	50	