

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
コッペパン	コッペパン	60
	牛乳	○ 206
	鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)	8
	白ぶどう酒	1
	(冷)ベーコン スライス	5
	白菜	40
	玉葱	40
	じゃがいも	35
	人参	7
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	小麦粉	3.5
	サラダ油	2
	バター	1
	(レト)がらスープ	3
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.6
	こしょう	0.02
	調理用牛乳	○ 20
	生クリーム	2
	ピザ用チーズ	2
	湯	50
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	キャベツ	25
	きゅうり	15
	(缶)ホールコーン	5
玉葱	3	
食酢	3	
サラダ油	1	
上白糖	0.7	
食塩	0.3	
こしょう	0.04	
(袋)いちごジャム	15	

10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
	米粒麦 委託	10
	牛乳	○ 206
	(冷)さばのみそ煮	幼小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
	サラダ油	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	

11日(金)

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)ひろすミニ	20
	(乾)ひじき	3
	つきこんにゃく	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

15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
	米粒麦 委託	10
牛乳	牛乳	○ 206
	豚肉並(2×3cmスライス)	45
豚肉と野菜のみそいため	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	
けんちん汁	豆腐	25
	油揚げ	5
	洗いごぼう	10
	つきこんにやく	7
ちりめん の甘酢煮	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
ヨーグルト (中のみ)	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

16日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン	60
	牛乳	○ 206
牛乳	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	18
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	12
	清酒	1
	でんぷん	5
	(冷)豚レバー でんぷんつき	20
	さつま芋カット 1.5cm角切り	20
	食用油	5
	細ねぎ	1
	生姜	0.8
	にんにく	0.8
とりとレバーの 香りあげ 野菜のアーモンド あえ	中双糖	3
	しょうゆ	2.8
	清酒	1.5
	豆板醤	0.05
	湯	4
	ほうれん草	20
	キャベツ	15
	もやし	20
	アーモンド(刻み)	1.5
	しょうゆ	2.7
レタスとうずら卵の スープ	食酢	2.2
	上白糖	1
	サラダ油	1
	アーモンド(粉)	1
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	(レト)うずら卵	25
	玉葱	20
	レタス	15
	えのきたけ	7
	人参	5
小煮干し	(レト)がらスープ	3
	食塩	0.6
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.5
	しょうゆ	0.5
	湯	110

17日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
根菜 たっぷり チキン カレー (麦ごはん)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
牛乳	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	15
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10
	玉葱	40
	じゃがいも	25
	大かぶ	20
	れんこん いちょう切り	15
	洗いごぼう	10
	人参	7
	セロリー	3
	にんにく	0.5
ひじきと チーズの サラダ 小煮干し	生姜	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉	6
	カレー粉	1
	サラダ油	4
	(レト)がらスープ	3
	(レト)トマトケチャップ 1kg	2
	ウスターソース	1.3
	とんかつソース	1
	しょうゆ	1
チーズ (中のみ)	チャツネ 450g	1
	赤ぶどう酒	1
	食塩	0.8
	こしょう	0.04
	チキンコンソメ	0.5
	湯	80
	牛乳	○ 206
	(レト)まぐろ油漬	10
	キャベツ	25
	人参	7
小煮干し	ダイステーズ	5
	(乾)ひじき	1.2
	食酢	3
	サラダ油	3
	しょうゆ	2
	上白糖	0.5
	こしょう	0.02
小煮干し	4	

18日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
黒豆 ごはん	精白米(自校)	70
	もち米	10
牛乳	炒り黒豆	9
	清酒	2
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	食塩	0.8
	牛乳	○ 206
	豚肉赤身ミンチ	20
	厚揚げ	30
	大根	70
	人参	5
	(冷)さやいんげん	5
	生姜	0.3
	サラダ油	1
	しょうゆ	5
チーズ (中のみ)	三温糖	3
	みりん	1
	清酒	1
	でんぷん	0.9
	湯	20
	まんば	20
	もやし	35
	人参	5
	しょうゆ	2
	食酢	1.5
チーズ (中のみ)	上白糖	1
	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	炒り白ごま	1
	(個)キャンディチーズ Fe強化	15

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
セル フ フ イ ッ シ ュ バ ー ガ ー 牛 乳 ク ラ ム チ ャ ウ ダ ー	コッペパン(丸型)	65	麦 ご は ん 牛 乳 麻 婆 豆 腐 中 華 サ ラ ダ 中 華 が し (小 中 の み)	精白米(委託)	70	し っ 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 イ ン (小 中 の み)	(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
	牛乳	○ 206		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
	(冷)白身魚フライ	小50		牛乳	○ 206		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中 300		かえり	3		牛乳	○ 206
	(冷)白身魚フライ	中70		豚肉赤身ミンチ	25		鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)	8		油揚げ	5		(冷)舌平目の瀬粉付き	50
	食用油	4		清酒	1		鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)	12		つきこんにやく	10		食用油	5
	キャベツ	35		豆腐	80		清酒	1		洗いごぼう	7		細ねぎ	2.4
	人参	5		玉葱	35		油揚げ	5		人参	5		食酢	4.8
	ゆで塩	0.4		人参	10		大根	30		(冷)むき枝豆	5		しょうゆ	3.5
	(袋)タルタルソース	小5		生しいたけ スライス	5		里いもカット(1.5cm)	20		しょうゆ	4		しょうゆ	3.5
	(袋)タルタルソース	中12		中ねぎ	5		人参	10		清酒	1.5		上白糖	3.5
	(レト)あさりむき身	15		生姜	5		洗いごぼう	7		食塩	0.6		みりん	1.3
	白ぶどう酒	0.5		にんにく	0.8		中ねぎ	5		出し昆布	1		一味	0.02
	(冷)ベーコン スライス	5		サラダ油	1		しょうゆ	5		牛乳	○ 206		水	1.8
	(レト)大豆ペースト	15		(レト)トマトケチャップ 1kg	7		みりん	1		てんぷら	10		もやし	35
	じゃがいも	30		しょうゆ	3.5		清酒	1		豆腐	30		小松菜	25
	玉葱	30		(レト)がらスープ	3		食塩	0.4		まんば	40		しょうゆ	2.5
	人参	5		赤みそ	2		煮干し だし用	5		サラダ油	0.8		花かつお 1kg	1
	パセリ	0.5		清酒	1		水	150		しょうゆ	2.5		油揚げ	7
	サラダ油	1		三温糖	0.5		牛乳	○ 206		みりん	0.5		さつまいもカット(2cm角)	25
	(レト)がらスープ	3		チキンコンソメ	0.5		(冷)小えび殻付き どん粉付き	30		ごま油	0.2		玉葱	15
	チキンコンソメ	0.3		食塩	0.15		食用油	6		だし汁	10		人参	7
食塩	0.6	豆板醤	0.1	食べて菜	15	(冷)あん入り白玉	30	中ねぎ	5					
こしょう	0.03	でんぶん	1	もやし	30	大根	25	中みそ	6					
調理用牛乳	○ 35	ごま油	0.1	人参	5	金時人参	5	白みそ	7					
生クリーム	2	湯	35	味付けもみのり	0.8	中ねぎ	5	煮干し だし用	4					
コーンスターチ	1	ローズハム(短冊)卵抜き	7	しょうゆ	1	白みそ	7	水	120					
湯	75	春雨	5	(袋)野菜マフィン	30	中みそ	6	(袋)ひじきのり	10					
		もやし	20			出し昆布	0.5							
		きゅうり	15			削り節 だし用	4							
		人参	10			水	120							
		炒り白ごま	1			(個)和三盆糖	3							
		しょうゆ	2.5											
		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
コッペパン	コッペパン	60
	牛乳	○ 206
牛乳	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
	じゃがいも	45
	玉葱	40
	人参	10
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	バター	0.5
	(レト)トマトピューレ	6
ポークビーンズ	(レト)トマトケチャップ 1kg	3
	上白糖	1.2
	赤ぶどう酒	1
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.5
	こしょう	0.05
	湯	40
	ブロッコリー カット	30
	キャベツ	25
グリーンサラダ	食酢	3
	上白糖	1
	オリーブ油	1
	サラダ油	0.5
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	りんご	50
	(袋)チョコ大豆クリーム	小10
	(袋)チョコ大豆クリーム	中15

29日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
大根めし (麦入り)	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
牛乳	出し昆布	1.2
	牛乳	○ 206
	てんぷら	10
	(乾)茎わかめ カット	1.5
	れんこん いちよう切り	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
茎わかめの きんぴら	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
うちこみ汁	中みそ	7
	白みそ	6
	煮干し だし用	4
	水	150

30日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン (袋入り)	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
ポトフ	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
花野菜の サラダ	湯	75
	ブロッコリー	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

31日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
他人どんぶり (麦入り)	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
牛乳	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
ししゃもの から揚げ	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
食べて菜 とたくあんの ごまあえ		