

9日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
ぱ ら ず し 牛 乳	精白米(自校)	80	
	人参	7	
	清酒	4	
	出し昆布	1	
	食酢	13	
	上白糖	8	
	食塩	1.1	
	(冷)むきえび	15	
	清酒	2	
	油揚げ	7	
さ つ ま い も の あ げ も ん	ごぼう さきがき(ごはん用)	8	
	(冷)グリーンピース	5	
	高野豆腐(ずし用)	1	
	干しいたけ(スライス)	1	
	上白糖	2.5	
	うすくちしょうゆ	2.5	
	清酒	2	
	牛乳	○ 206	
そ う め ん 汁	さつまいも(スライス天ぷら用)	小40	
	さつまいも(スライス天ぷら用)	中50	
	天ぷら粉 乳・卵抜き	7	
	水	16	
	食用油	5	
	型抜きかまぼこ(紅葉)	6	
	(乾)そうめん	6	
	玉葱	25	
	ミニ冬瓜	10	
	中ねぎ	5	
し ょう ゆ 豆 (小 中 の み)	うすくちしょうゆ	0.8	
	食塩	0.4	
	削り節 だし用	4	
	出し昆布	0.5	
	水	140	
	しょうゆ豆	10	

10日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
牛 乳	精白米(委託)	70	
	米粒麦 委託	10	
	牛乳	○ 206	
	豚赤肉ミンチ	20	
	牛肉ミンチ	15	
	(レト)ひきわり大豆	15	
	玉葱	50	
	人参	10	
ド ラ イ カ レ ー (麦 ご は ん)	ピーマン	4	
	レーズン	1	
	にんにく	0.6	
	生姜	0.3	
	サラダ油	0.5	
	小麦粉	1	
	トマトケチャップ	9	
	ウスターソース	3.5	
	カレー粉	1.2	
	赤ぶどう酒	1	
切 り 干 し 大 根 の サ ラ ダ	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	
	食塩	0.5	
	こしょう	0.03	
	きゅうり	10	
	切干し大根	5	
	人参	5	
	(缶)ホールコーン	5	
	(乾)刻み昆布	0.5	
	(袋)棒々鶏ドレッシング	10	
ぶ ど う ゼ リ ー (小 の み)	(個)ぶどうゼリー	40	
	(袋)マロンワッフル	40	
マ ロ ン ワ ッ フ ル (中 の み)			

11日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
き の こ ご は ん	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	
れ ん こ ん の き ん び ら	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	
む ら く も 汁	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	
ミ ツ ク ス ナ ツ (小 中 の み)	でんぷん	0.3	
	玉葱	25	
	中ねぎ	6	
	しょうゆ	1	
	食塩	0.6	
	でんぷん	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	

12日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
コ ッ ペ バ ン (袋 入 り)	(個)コッペパン 袋入り	幼 40	
	(個)コッペパン 袋入り	小1・2 50	
	(個)コッペパン 袋入り	小3・4 60	
	(個)コッペパン 袋入り	小5-中 70	
	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	
牛 乳	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	
ポ ト フ	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	
ク リ ー ム チ ー ズ (小 中 の み)			

15日(月)			16日(火)			17日(水)			18日(木)			19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 豆あじの三杯 野菜のあえもの 豆腐のみそ汁 味噌つけのり(小中のみ)	精白米(委託)	70	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	きなこ揚げパン 牛乳 冬瓜と肉団子のスープ ひじきサラダ	コッペパン	60	麦ごはん 牛乳 豆腐の中華煮 春雨サラダ みかん(小中のみ)	精白米(委託)	70	しっぽくうどん 牛乳 釜揚げいりこのから揚げ ゆでブロッコリー 野菜マフィン(小中のみ)	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	200
	米粒麦 委託	10		米粒麦 自校	10		食用油	4		米粒麦 委託	10		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	280
	牛乳	○ 206		(冷)鶏肉 胸・皮なし カット	12		きな粉 1kg	4.5		牛乳	○ 206		鶏肉 胸・皮なし	12
	(冷)豆あじ でんぷん付き	30		(冷)鶏肉 もも・皮なし カット	8		三温糖	3		豚肉 スライス	25		鶏肉 もも・皮なし	8
	食用油	4		玉葱	15		食塩	0.01		豆腐	85		清酒	1
	食酢	3		人参	10		紙ナフキン	1		玉葱	30		てんぷら	10
	しょうゆ	2.2		エリンギカット	8		(冷)肉だんご	30		チンゲンサイ	10		油揚げ	8
	上白糖	2.2		(冷)むき枝豆	5		(冷)白いんげん豆	15		人参	7		大根	30
	みりん	0.8		バター	1		玉葱	45		生姜	1.5		里もカット 2cm角	20
	一味	0.02		サラダ油	0.5		ミニ冬瓜	30		干しいたけ(スライス)	0.8		人参	10
	水	1.1		トマトケチャップ	14		キャベツ	30		サラダ油	0.5		中ねぎ	5
	小松菜	20		ウスターソース	1		人参	15		ごま油	0.5		しょうゆ	5
	キャベツ	30		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6		セロリー	2		しょうゆ	3		みりん	1
	人参	5		食塩	0.5		パセリ	0.7		中双糖	1.5		清酒	1
	(袋)青じそドレッシング	10		こしょう	0.05		白ぶどう酒	1		オイスターソース	1		食塩	0.4
豆腐	20	牛乳	○ 206	サラダ油	1	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	煮干し だし用	5					
油揚げ	5	(冷)ブロッコリー	25	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	でんぷん	0.7	水	150					
玉葱	30	きゅうり	20	食塩	0.5	湯	20	牛乳	○ 206					
人参	5	キャベツ	20	こしょう	0.03	ローズハム(短冊)卵抜き	7	(冷)釜揚げいりこ米粉付	35					
中ねぎ	5	ゆで塩	0.5	ローリエ	0.1	もやし	25	食用油	4					
中みそ	7	(袋)イタリアンドレッシング	10	湯	80	きゅうり	15	食塩	0.1					
白みそ	6	ローズハム(短冊)卵抜き	10	キャベツ	25	人参	7	(冷)ブロッコリー	30					
煮干し だし用	4	玉葱	30	きゅうり	20	(乾)はるさめ	5	ゆで塩	0.5					
水	120	人参	7	(缶)ホールコーン	7	しょうゆ	2	(袋)野菜マフィン	30					
(袋)味付けのり(5枚)	2.5	マカロニ(英字)	7	(乾)ひじき	1.5	食酢	2							
		セロリー	2	(袋)棒々鶏ドレッシング	10	上白糖	1.6							
		パセリ	0.5			ごま油	1							
		サラダ油	1			からし粉	0.06							
		(レト)がらスープ	3			食塩	0.1							
		食塩	0.7			みかん	80							
		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
ごはん	精白米(自校)	90
	牛乳	○ 206
牛乳	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
秋野菜の煮物	里いもカット 2cm角	30
	れんこん いちよう切り	20
	波型こんにやく	20
	洗いごぼう	15
	人参	15
	しめじ	10
	(冷)さやいんげん	5
	ごま油	0.5
	しょうゆ	3.8
	中双糖	2.5
ちりめんあえ	みりん	1
	清酒	1
	でんぷん	0.4
	湯	25
	上乾ちりめん	7
	もやし	40
	小松菜	20
	人参	5
	しょうゆ	2.7
	上白糖	0.5
野菜ふりかけ(小中のみ)	ボン酢	0.7
	(袋)野菜ふりかけ	2.5
	みかん	80
みかん(小中のみ)		

30日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ハヤシライス(麦ごはん)	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛肉(3×3cmスライス)	20
	じゃがいも	50
	玉葱	45
	人参	10
	エリンギ	6
	(冷)グリーンピース	6
	にんにく	0.3
	サラダ油	1
牛乳	小麦粉	5
	サラダ油	2
	バター	1.8
	トマトピューレ	15
	(レト)トマト水煮	10
	(レト)がらスープ	3
	赤ぶどう酒	2
	ウスターソース	2
	食塩	1
	こしょう	0.07
りっちゃんサラダ	上白糖	0.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	からし粉	0.15
	ローリエ	0.1
	ピザ用チーズ	3
	湯	80
	牛乳	○ 206
	ロースハム(短冊)卵抜き	5
	キャベツ	30
	きゅうり	10
ミニトマト	人参	7
	(缶)ホールコーン	5
	(乾)刻み昆布	0.5
	花かつお 1kg	0.8
	食酢	3
	サラダ油	3
	しょうゆ	2
	上白糖	0.5
	こしょう	0.02
	湯	
(個)キャンディチーズ	ミニトマト	30
		10

31日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフワイッシュバーガー(コッペパン)	コッペパン	60
	牛乳	○ 206
牛乳	(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
白身魚のフライ	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
ゆで野菜	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
	タルタルソース	
	ミネストローネ	