

3日(月)			4日(火)			5日(水)			6日(木)			7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				
わかめごはん 牛乳 煮こみおでん ゆず香あえ	精白米(自校)	80	米粉パン 牛乳 鶏肉カット 胸 皮なし 鶏肉カット もも 皮なし 白ぶどう酒 (冷)ベーコン スライス かぼちゃ カット 玉ねぎ 皮むき 人参 サラダ油 小麦粉(中力粉) サラダ油 バター チキンコンソメ 食塩 こしょう 調理用牛乳 生クリーム 湯 太もやし きゅうり 人参 すりおろしオニオンドレッシング 乳・卵抜き (袋)りんご(1/4)	米粉パン	60	コッペパン 牛乳 ミニウイナー (冷)ベーコン スライス (冷)ひよこ豆水煮 かぶ 皮むき 玉ねぎ 皮むき キャベツ 人参 (レト)がらスープ チキンコンソメ 食塩 こしょう ローリエ でんぷん 湯 ごぼうサラダ れんこん いちよう切り (レト)ホールコーン (袋)マーマレード	コッペパン	60	さけ菜めし 牛乳 れんこんのきんぴら とん汁 アーモンド入りチーズ	精白米(自校)	80	冬野菜カレーライス(麦ごはん) 牛乳 ひじきサラダ ヨーグルト	精白米(委託)	70				
	炊き込みわかめ	2.6		米粒麦 委託	10		鮭菜めしの素	4		米粒麦 委託	10							
	牛乳	○ 206		牛乳	○ 206		牛乳	○ 206		れんこん いちよう切り	25		牛乳	○ 206	豚肉 スライス	25		
	牛肉 スライス	20		鶏肉カット 胸 皮なし	15		(冷)さやいんげん	5		人参	7		(乾)赤レンズ豆	5	玉ねぎ 皮むき	35		
	てんぷら	15		鶏肉カット もも 皮なし	10		(冷)さやいんげん	5		切りこんにやく	15		れんこん いちよう切り	15	かぶ 皮むき	20		
	(レト)うずら卵	25		白ぶどう酒	1		玉ねぎ 皮むき	30		ごま油	0.5		しょうゆ	3	人参	12	(レト)トマト水煮	5
	(冷)厚揚げ カット	25		(冷)ベーコン スライス	7		人参	5		しょうゆ	3		砂糖(中双糖)	1.5	(冷)おろしにんにく	0.5	(冷)おろしにんにく	0.5
	大根	25		かぼちゃ カット	40		サラダ油	1		本みりん	0.5		一味	0.01	おろし生姜	0.3	おろし生姜	0.3
	三角こんにやく ミニ	20		玉ねぎ 皮むき	30		小麦粉(中力粉)	3		炒り白ごま	1		湯	5	サラダ油	1	サラダ油	1
	人参	10		人参	5		サラダ油	1.5		湯	5		豚肉 スライス	12	小麦粉(中力粉)	5.5	小麦粉(中力粉)	5.5
	(乾)早煮昆布	1		バター	1		チキンコンソメ	0.6		とん汁	1		清酒	1	サラダ油	4.5	サラダ油	4.5
	甘みそ	6		食塩	0.3		食塩	0.3		アーモンド入りチーズ	15		人参	5	カレー粉	1	カレー粉	1
	赤みそ	4		こしょう	0.03		こしょう	0.03		ごぼう ささがき	10		ごぼう	5	(レト)がらスープ	3	(レト)がらスープ	3
	砂糖(中双糖)	2		調理用牛乳	25		湯	80		さつまいもカット 2cm角	30		油揚げ	5	ウスターソース	3	ウスターソース	3
	しょうゆ	0.8		生クリーム	3		ごぼうサラダ	25		油揚げ	5		麦みそ	9	赤ぶどう酒	2	赤ぶどう酒	2
	清酒	1		湯	60		れんこん いちよう切り	20		麦みそ	9		だし煮干し	3	トマトケチャップ	2	トマトケチャップ	2
	湯	60		(袋)マーマレード	15		(レト)ホールコーン	5		水	110		水	110	とんかつソース	1	とんかつソース	1
	小松菜	15								(個)アーモンド入りチーズ	15				しょうゆ	1	しょうゆ	1
	太もやし	30													チャツネ (450g)	1	チャツネ (450g)	1
	人参	5													食塩	0.8	食塩	0.8
ゆず酢	1.5									こしょう	0.04	こしょう	0.04					
濃口醤油 和え物用	2									チキンコンソメ	0.5	チキンコンソメ	0.5					
砂糖(上白糖)	1									湯	90	湯	90					
										(レト)まぐろ油漬	10	(レト)まぐろ油漬	10					
										キャベツ	25	キャベツ	25					
										(レト)芽ひじき水煮	15	(レト)芽ひじき水煮	15					
										(レト)ホールコーン	5	(レト)ホールコーン	5					
										棒々鶏ドレッシング	5.5	棒々鶏ドレッシング	5.5					
										(個)ヨーグルト	70	(個)ヨーグルト	70					

10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
	(冷)鮭フライ	小 50
牛乳	(冷)鮭フライ	中 60
	なたね油 ローリー	6
さけフライ	(冷)ベーコン スライス	8
	じゃがいもカット(2cm角)	20
	玉ねぎ 皮むき	20
	キャベツ	15
	人参	7
	セロリー	3
	パセリ	0.5
	サラダ油	1
	(レト)がらスープ	3
	食塩	0.6
コンソメスープ	しょうゆ	0.8
	チキンコンソメ	0.3
	こしょう	0.05
	ローリエ	0.1
	湯	110
	(袋)タルタルソース	小 5
	(袋)タルタルソース	中 12
	ミニトマト	30

11日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	80
	牛乳	○ 206
	鶏肉カット 胸 皮なし	15
牛乳	鶏肉カット もも 皮なし	10
	清酒	1
ちくぜん煮	洗いごぼう	25
	れんこん ちょう切り	20
	(レト)たけのこ水煮(乱切り)	15
	人参	15
	波型こんにやく	15
	ごま油	1.5
	しょうゆ	4.5
	砂糖(中双糖)	3.2
	でんぷん	0.7
	だし削り節 鯖抜き	1
アーモンドあえ	湯	20
	太もやし	30
	小松菜	15
	人参	5
	濃口醤油 和え物用	2.5
	砂糖(上白糖)	1
	食酢	2
	アーモンド(刻み)	1.2
	アーモンド(粉)	1.2
	(個)納豆	小 30
(個)納豆	中 40	

12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
牛乳	豚肉 スライス	20
	(冷)厚揚げ カット	45
	玉ねぎ 皮むき	20
	(セ)白菜	25
	(レト)たけのこ水煮(短冊切り)	15
	人参	10
	中ねぎ	3
	しいたけ スライス	5
	(冷)おろしにんにく	0.5
	サラダ油	1
野菜のあえもの	食酢	2.5
	砂糖(上白糖)	3.8
	しょうゆ	4
	トマトケチャップ	2.7
	清酒	1
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.1
	でんぷん	1
	水	10
	小松菜	15
太もやし	30	
人参	5	
中華ドレッシング 乳・卵抜き	6	

13日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(委託・白)	80
	牛乳	○ 206
	豚肉 スライス	25
牛乳	(乾)高野豆腐 サイコロ	15
	玉ねぎ 皮むき	35
	人参	10
	(乾)きくらげ せん切り	1
	(冷)さやいんげん	10
	おろし生姜	1.5
	ごま油	1
	しょうゆ	3
	砂糖(中双糖)	0.6
	チキンコンソメ	0.5
こうやどうふうの中華煮	オイスターソース	1
	でんぷん	1
	湯	65
	ブロッコリー カット	40
	濃口醤油 和え物用	2.5
	ボン酢	1.5
	ごま油	1
	炒り白ごま	1
	(袋)ミックスナッツ	15

14日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	80
	牛乳	○ 206
	豚肉 ミンチ	12
牛乳	(冷)厚揚げ カット	20
	大根	40
	人参	5
	(冷)さやいんげん	5
	おろし生姜	0.3
	サラダ油	1
	しょうゆ	5
	砂糖(三温糖)	1.8
	清酒	1
	本みりん	1
大根とあつあげのそぼろ煮	でんぷん	1
	湯	15
	油揚げ	7
	玉ねぎ 皮むき	25
	じゃがいもカット(2cm角)	20
	中ねぎ	3
	中みそ	7
	甘みそ	5
	だし煮干し	4
	水	110
じゃがいものみそ汁	(袋)あさり佃煮	8

17日(月)			18日(火)			19日(水)			20日(木)			21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					
コッペパン	コッペパン	60	深川めし	精白米(自校)	80	しつぽくうどん	(袋)ゆでうどん	小1~3年 200	キムチごはん	精白米(自校)	80	麦ごはん	精白米(委託)	70					
				(レト)あさりむき身	15		(袋)ゆでうどん	小4~6年 280		豚赤肉 スライス	15		米粒麦 委託	10					
	牛乳	牛乳		○ 206	牛乳		おろし生姜	1.2			(袋)ゆでうどん		中 300	牛乳	うすくちしょうゆ	1.2	牛乳	牛乳	○ 206
							清酒	2			鶏肉カット 胸 皮なし		12		砂糖(上白糖)	0.8		牛乳	(冷)さば
	肉だんご	(冷)肉団子		25	まんば		洗いごぼう	10		牛乳	鶏肉カット もも 皮なし		10	ナムル	(レト)白菜キムチ	20	牛乳		(冷)さば
							人參	8			清酒		1		人參	5		さばのゆうあん焼き	(冷)さば
	トマトシチュー	(レト)白いんげん豆ペースト		10	のけんちん煮		油揚げ	6		金時豆の天ぷら	てんぷら		10	わかめスープ	牛乳	○ 206	小松菜のあえもの	清酒	0.9
							油揚げ	6			大根		25		ごま油	0.1		みかんタルト	濃口醤油 和え物用
	海そう	玉ねぎ 皮むき		40	みかん		(冷)むき枝豆	5			油揚げ		5		清酒	1.6			しょうゆ
							まんば	1			里いもカット 1.5cm角		20		チキンコンソメ	0.3			うすくちしょうゆ
	サラダ	じゃがいもカット(2cm角)		30			サラダ油	0.5			金時にんじん		5		牛乳	○ 206			小松菜
							しょうゆ	3			中ねぎ		5		わかめ				太もやし
	サラダ	人參		10			しょうゆ	3			しめじ		5						人參
							砂糖(上白糖)	1.2			しょうゆ		5		しょうゆ	5			太もやし
	サラダ	(レト)トマト水煮		10			食塩	0.6			本みりん		0.6		きゅうり	15			本みりん
							牛乳	○ 206			だし削り節 鯖抜き		4		食塩	5			(冷)おろしにんにく
	サラダ	(レト)マッシュルーム		5			(冷)豆腐 カット	35			だし昆布		1.5		食酢	2			(冷)豆腐 カット
							まんば	30			水		140		濃口醤油 和え物用	2			濃口醤油 和え物用
	サラダ	サラダ油		0.5			太もやし	25			牛乳		○ 206		砂糖(上白糖)	1			大根
							サラダ油	0.8			(冷)金時豆の天ぷら		小 50		一味	0.01			ごま油
サラダ	小麦粉(中力粉)	3		しょうゆ	2.5		(冷)金時豆の天ぷら	中 60		炒り白ごま 500g	1.2		中ねぎ	5					
				清酒	2		なたね油 ローリー	6									だし煮干し	4	
サラダ	バター	1		本みりん	0.5		(個)ゆず入りみそ	40		(レト)うずら卵	25			中みそ	7				
				ごま油	0.2									玉ねぎ 皮むき	20		甘みそ	5	
サラダ	サラダ油	1.5		だし汁	10							(乾)干しわかめ カット		0.5			水	110	
							(冷)うどん			20				(乾)こんにやく寒天		0.5			
サラダ	(レト)がらスープ	3		油揚げ	5					(レト)がらスープ	3								
				大根	15										しょうゆ	0.8			
サラダ	ウスターソース	2.8		金時にんじん	5					チキンコンソメ				0.7					
				中ねぎ	5									食塩		0.5			
サラダ	赤ぶどう酒	2		中みそ	7					こしょう				0.03					
				甘みそ	5									湯		120			
サラダ	トマトパウダー	1		だし煮干し	3					(袋)みかんのタルト				35					
				水	110														
サラダ	砂糖(上白糖)	0.7		みかん	80														
サラダ	食塩	0.6																	
サラダ	こしょう	0.06																	
サラダ	チキンコンソメ	0.5																	
サラダ	ローリエ	0.1																	
サラダ	湯	70																	
サラダ																			
サラダ	キャベツ	20																	
サラダ	きゅうり	15																	
サラダ	人參	5																	
サラダ	(レト)ホールコーン	5																	
サラダ	(乾)海藻ミックス	0.5																	
サラダ	青じそドレッシング	5.5																	
サラダ																			
サラダ	キウイフルーツ(さぬきキウイっ子)	30																	
サラダ																			
サラダ																			
サラダ																			