







18日(月)		
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 スライス	25
八宝菜 大根のごまドレッシング あえ ひじきのり	おろし生姜	0.8
	しょうゆ	1
	清酒	0.5
	カットなると	15
	(レト)うずら卵	25
	玉ねぎ 皮むき	35
	(セ)白菜	30
	(レト)たけのこ水煮(短冊切り)	20
	人参	15
	しいたけ スライス	7
	サラダ油	2
	しょうゆ	0.8
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
	でんぷん	1
湯	8	
大根	30	
人参	5	
(レト)ホールコーン	5	
(乾)刻み昆布	0.5	
棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	5	
(袋)ひじきのり	10	

19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 スライス	15
厚揚げと根菜の煮物 つくね汁 納豆	清酒	1
	おろし生姜	0.1
	(冷)厚揚げ カット	20
	洗いごぼう	25
	れんこん しょう切り	20
	人参	15
	波型こんにやく	15
	(冷)さやいんげん	7
	ごま油	1.5
	しょうゆ	4.5
	砂糖(中双糖)	3.2
	だし汁	20
	人参	10
	(冷)つくね	30
	えのきたけ カット	7
	しめじ	7
太ねぎ	3	
おろし生姜	0.1	
中みそ	6	
甘みそ	2	
だし煮干し	3	
湯	100	
(個)納豆	小20	
(個)納豆	中30	

20日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
みそラーメン	(袋)中華そば	小1-3 150
	(袋)中華そば	小4-6 200
牛乳 小えびのから揚げ りんごのタルト	(袋)中華そば	中 250
	豚赤肉 スライス	25
	清酒	1
	しょうゆ	1
	キャベツ	30
	太もやし	25
	人参	10
	玉ねぎ 皮むき	10
	太ねぎ	5
	(レト)ホールコーン	5
	きくらげ せん切り	1
	おろしにんにく	0.7
	ごま油	1
	赤みそ	7
	(レト)がらスープ 3kg	3
	清酒	1.5
砂糖(上白糖)	0.5	
中華スープ(ねり状)	0.8	
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
湯	130	
牛乳	○ 206	
(冷)小えび 殻付き でん粉付き	30	
なたね油 ローリー	5	
(袋)りんごタルト(米粉)	35	

21日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
梅ちりめんごはん	精白米(自校)	80
	梅ちりめん	3
牛乳 オリーブとんの肉じゃが 昆布あえ いよかん	牛乳	○ 206
	豚肉(オリーブ豚) スライス	30
	清酒	1
	じゃがいもカット 角切り(2cm)	70
	玉ねぎ 皮むき	40
	つきこんにやく(ハーフ)	20
	人参	15
	(冷)むき枝豆	5
	サラダ油	1
	しょうゆ	3.5
	砂糖(中双糖)	2.5
	清酒	1
	食塩	0.1
	湯	10
	小松菜	20
	太もやし	25
人参	5	
濃口醤油 和え物用	0.5	
塩ふき昆布	1	
炒り白ごま	1.2	
(袋)いよかん	60	

22日(金)		
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 ポークビーンズ チーズサラダ 小魚入りアーモンド	豚赤肉 スライス	20
	ぶどう酒 赤	2
	(レト)蒸大豆	10
	(冷)白いんげん豆	20
	じゃがいもカット 角切り(2cm)	40
	玉ねぎ 皮むき	40
	人参	15
	(レト)トマト水煮	10
	サラダ油	1
	トマトケチャップ 1kg	5
	砂糖(上白糖)	1.2
	ウスターソース	0.5
	食塩	0.5
	こしょう	0.05
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	湯	20
キャベツ	20	
きゅうり	15	
ダイスチーズ	5	
(レト)ホールコーン	5	
サラダ油	1.5	
(冷)レモン果汁	0.3	
食酢	1.5	
食塩	0.3	
こしょう	0.02	
砂糖(上白糖)	0.3	
(袋)小魚アーモンド	8	

25日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型 黒糖パン	黒糖パン	40
	牛乳	○ 206
	スパゲティ ハーフ	35
	ゆで塩	1.3
	牛赤肉 ミンチ	15
	豚赤肉 ミンチ	15
	玉ねぎ 皮むき	35
牛乳	人參	10
	エリンギ カット	10
	(冷)むき枝豆	5
	おろしにんにく	0.3
	サラダ油	1
	(レト)トマトピューレ	13
	トマトケチャップ 1kg	7
	ぶどう酒 赤	4
	ウスターソース	1.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
スパゲティ ミートソース	食塩	0.2
	こしょう	0.05
	キャベツ	30
	きゅうり	15
	人參	5
	食酢	2
	サラダ油	0.5
	濃口醤油 和え物用	2
	砂糖(上白糖)	0.5
アーモンド サラダ チーズ	アーモンド(刻み)	1.2
	アーモンド(粉)	1.2
	(個)キャンディチーズ	小10
	(個)キャンディチーズ	中15

26日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
きな 粉揚げ パン	コッペパン	70
	なたね油 ローリー	7
	きな粉	4
	砂糖(三温糖)	3
	食塩	0.01
	紙ナフキン	1
牛乳	牛乳	○ 206
	野菜のスープ煮	
	ベーコン スライス	7
	じゃがいもカット 角切り(2cm)	30
	玉ねぎ 皮むき	40
	人參	7
	しめじ	7
花野菜 サラダ	セロリー	3
	パセリ	1
	サラダ油	1
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	(レト)がらスープ 3kg	3
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	しょうゆ	2
	湯	110
	ブロッコリー カット	30
	カリフラワー カット	10
	(レト)ホールコーン	5
	サラダ油	1
	(冷)レモン果汁	1.5
	砂糖(上白糖)	0.5
	食塩	0.2
	こしょう	0.02

27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
	牛肉 スライス	20
	玉ねぎ 皮むき	40
	じゃがいもカット 角切り(2cm)	30
	(レト)トマト水煮	15
	人參	12
ハヤシ ライス (麦ご はん)	エリンギ カット	7
	(冷)むき枝豆	5
	おろしにんにく	0.3
	サラダ油	2
	小麦粉(中力粉)	5
	有塩バター	3
	サラダ油	2
	(レト)がらスープ 3kg	3
	ぶどう酒 赤	2
	ウスターソース	2
海藻 サラダ	食塩	1.3
	こしょう	0.07
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	砂糖(上白糖)	0.5
	からし粉	0.15
	ローリエ	0.1
	ピザ用チーズ	2
	湯	80
ヨー グルト	キャベツ	20
	きゅうり	20
	人參	5
	(乾)海藻ミックス	0.5
	(レト)ホールコーン	5
	青じそドレッシング 乳・卵抜き	5
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70

28日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ちら し ず し	精白米(自枝)	80
	清酒	4
	だし昆布	0.7
	食酢	15
	砂糖(上白糖)	10
	食塩	1.1
	(冷)むきえび	15
	油揚げ	5
	(乾)高野豆腐 すし用	1
	ごぼう さきがき(ご飯用)	8
牛乳	人參	6
	(乾)干しいたけ スライス	0.8
	(冷)むき枝豆	5
	砂糖(上白糖)	2.5
	清酒	2
	しょうゆ	1.6
	水	2
	牛乳	○ 206
菜花 のお ひた し	キャベツ	30
	菜の花	15
	花かつお 碎片	1
	濃口醤油 和え物用	1.5
	手まり麩	0.5
	えのきたけ カット	20
	みつば	2
	(乾)干しわかめ カット	0.5
	清酒	1
手 麩 麩 の す ま し 汁	食塩	0.5
	しょうゆ	2
	だし削り節 鯖抜き	3
	だし昆布	1
	水	130
	(袋)ひなあられ	8