

1日(月)			2日(火)			3日(水)			4日(木)			5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(麦入り) 牛乳 豚肉とごぼうの煮物 アーモンドあえ ヨーグルト	精白米(自校)	70	コッペパン いちごジャム(小のみ) 牛乳 チリコンカン 野菜とまぐろのソテー チーズ(中のみ)	コッペパン	60	まごはん 牛乳 豆あじの南蛮漬け 夏野菜の塩ゆで そうめん汁 七夕ゼリー	精白米(委託)	70	中華風炊き込みごはん(麦入り) 牛乳 ひじきとブロッコリーのサラダ はるさめスープ ミックスナッツ	精白米(自校)	70	黒糖パン 牛乳 豚肉の角煮 ゴーヤチャンプルー もずくスープ パイナップル	黒糖パン	60
	米粒麦 自校	10		牛乳	206		米粒麦 委託	10		米粒麦 自校	10		粉黒糖(パン用)	9
	炊き込みわかめ	2		豚赤肉 ミンチ	20		牛乳	206		焼き豚 角切り	20		牛乳	206
	牛乳	206		(冷)大豆水煮	20		(冷)豆あじ てん粉つき	35		(レト)たけのこ水煮 ホール	10		豚赤肉 角切り	30
	豚肉 スライス	30		(冷)金時豆	15		なたね油	4		人参	10		豚肉 角切り	20
	つきこんにやく	35		じゃがいも	55		細ねぎ	2		エリンギ カット	5		サラダ油	1
	洗いごぼう	35		玉ねぎ	40		食酢	3		(冷)むき枝豆	5		(乾)早煮昆布	0.8
	人参	15		(レト)トマト水煮	8		しょうゆ	2.2		中ねぎ	5		生姜	0.8
	(冷)さやいんげん	7		にんにく	1		砂糖(上白糖)	2.2		ごま油	1		にんにく	0.3
	サラダ油	1		パセリ	0.8		本みりん	0.8		清酒	4		しょうゆ	2.5
	しょうゆ	4		サラダ油	1		一味とうがらし	0.02		しょうゆ	4		砂糖(中白糖)	2.5
	本みりん	2		トマトケチャップ 1kg	6		水	1.1		食塩	0.6		清酒	2.5
	砂糖(中双糖)	1.8		砂糖(中双糖)	1.5		アスパラガス	20		牛乳	206		だし汁	15
	清酒	1.5		ウスターソース	1		きゅうり	20		(乾)ひじき	1.5		(冷)ベーコン スライス	10
	でん粉	0.5		赤ぶどう酒	1		(缶)ホールコーン	8		(冷)ブロッコリー	25		豆腐	20
	湯	8		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		ゆで塩	0.5		きゅうり	10		キャベツ	25
	きゅうり	30		食塩	0.3		(レト)うずら卵	20		人参	7		もやし	15
	もやし	20		チリパウダー	0.05		型ぬきかまぼこ(星)	6		(袋)棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	10		ゴーヤ カット	15
	人参	10		湯	30		玉ねぎ	20		ボンレスハム 短冊 卵抜き	7		人参	7
	アーモンド 刻み	3.5		(レト)まぐろ油漬	15		人参	5		玉ねぎ	20		サラダ油	1
	(袋)焼魚ごまドレッシング 乳・卵抜き	10		キャベツ	25		オクラ	5		チンゲンサイ	10		しょうゆ	1
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70		小松菜	15		そうめん	4		えのきたけ	5		ごま油	0.5
				人参	10		しょうゆ	0.5		(乾)はるさめ	5		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
		エリンギ カット	10	食塩	0.3	(レト)がらスープ	3	食塩	0.3					
		(缶)ホールコーン	8	だし削り節 鯖抜き	4	食塩	0.6	こしょう	0.03					
		サラダ油	1	湯	130	しょうゆ	0.5	(レト)うずら卵	20					
		清酒	1	(個)七夕ゼリー	50	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	玉ねぎ	20					
		食塩	0.3			ごま油	0.2	人参	5					
		こしょう	0.05			こしょう	0.03	中ねぎ	5					
		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.2			湯	130	(乾)もずく	0.4					
		(個)型抜きチーズ	15			(袋)ミックスナッツ 小	15	(レト)がらスープ	1.5					
		(袋)いちごジャム	15			(袋)ミックスナッツ 中	20	清酒	1					
								しょうゆ	0.8					
								食塩	0.5					
								チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.1					
								だし削り節 鯖抜き	5					
								湯	140					
								(袋)パイン 小	40					
								(袋)パイン 中	50					

8日(月)			9日(火)			10日(水)			11日(木)			12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
ごはん 牛乳 がんもどきとひじきのうま煮 夏野菜のみそ汁 あさりのつくだ煮	精白米(自校)	90	コッペパン(袋入り) 牛乳 魚のレモンソース 大豆サラダ コンソメスープ	コッペパン	小1 40	とりめし(麦入り) 牛乳 切干大根のサラダ だご汁 ココアワッフル	精白米(自校)	70	夏野菜カレー ライス(麦ごはん) 牛乳 海藻サラダ 小煮干し	精白米(委託)	70	スタミナごはん(麦入り) 牛乳 和風ドレッシング みそ汁 みかんジュース	精白米(自校)	70
	牛乳	○ 206		コッペパン	小2 50		米粒麦 自校	10		米粒麦 委託	10		米粒麦 自校	10
	牛肉 スライス	25		コッペパン	小3・4 60		(冷)鶏肉 胸 皮なし カット	15		豚肉 スライス	20		牛赤肉 スライス	25
	(冷)ひろうす ミニ	20		コッペパン	小5-中 70		(冷)鶏肉 もも 皮なし カット	10		じゃがいも	25		清酒	1
	つきこんにやく	25		牛乳	○ 206		ごぼう ささがき(ご飯用)	7		玉ねぎ	40		油揚げ	5
	洗いごぼう	15		(冷)メルルーサ 角切り	50		人参	7		かぼちゃ カット	20		人参	10
	人参	10		清酒	2		(冷)むき枝豆	5		なす	15		ごぼう ささがき(ご飯用)	7
	(冷)さやいんげん	8		食塩	0.15		サラダ油	1.5		サラダ油	2		(冷)むき枝豆	5
	(乾)ひじき	3		米粉	4		しょうゆ	3		人参	8		にんにく	0.5
	サラダ油	1		でん粉	4		清酒	1.5		(冷)さやいんげん	5		(乾)干しいたけ スライス	0.3
	砂糖(三温糖)	3		なたね油	6		清酒	1.5		セロリー	5		サラダ油	0.5
	しょうゆ	4		砂糖(上白糖)	3.5		食塩	0.6		にんにく	0.5		しょうゆ	3
	本みりん	0.5		(冷)レモン果汁	5		だし昆布	1		生姜	0.2		砂糖(上白糖)	1
	だし汁	20		しょうゆ	3		牛乳	○ 206		サラダ油	2		清酒	1
	ミニ冬瓜	20		(冷)大豆水煮	15		きゅうり	30		小麦粉(中力粉)	5		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	玉ねぎ	10		(冷)むき枝豆	5		(乾)切干し大根	5		サラダ油	5		食塩	0.1
	ズッキーニ	7		キャベツ	10		人参	5		カレー粉	1.1		牛乳	○ 206
	なす	7		(冷)ブロックリー	25		(乾)刻み昆布	0.5		(レト)がらスープ	3		キャベツ	35
	人参	5		(袋)マヨネーズ	10		(袋)棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	10		トマトケチャップ 1kg	2		小松菜	20
	油揚げ	5		(冷)ベーコン スライス	5		(冷)すいとん	25		ウスターソース	1.7		玉ねぎ	5
中ねぎ	5	じゃがいも	20	豆腐	20	とんかつソース	1	(袋)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10					
中みそ	7	玉ねぎ	20	なると カット	10	しょうゆ	1	(冷)豆腐 カット	25					
甘みそ	6	人参	10	つきこんにやく	10	食塩	0.8	じゃがいも	20					
だし煮干し	4	パセリ	0.5	油揚げ	7	しょうゆ	0.04	玉ねぎ	20					
水	120	ローリエ	0.1	中ねぎ	5	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	油揚げ	7					
(レト)あさり佃煮	10	(レト)がらスープ	4	(乾)干しいたけ スライス	0.5	湯	85	中ねぎ	5					
		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	しょうゆ	2	牛乳	○ 206	中みそ	7					
		食塩	0.5	食塩	0.5			甘みそ	6					
		こしょう	0.03	だし削り節 鯖抜き	4	(乾)ひじき	0.5	だし煮干し	4					
		しょうゆ	0.2	だし昆布	1	キャベツ	30	水	110					
		湯	120	水	130	きゅうり	15	(個)みかんジュース	125					
				(袋)ココアワッフル	28	(缶)ホールコーン	5							
						(乾)海藻ミックス	1							
						(袋)青じそドレッシング 乳・卵抜き	10							
						小煮干し	4							

16日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフハンバーガー 牛乳 あさりのチャウダー	コッペパン(丸型)	60
	牛乳	○ 206
	(冷)おからハンバーグ ポイル用	小 50
	(冷)おからハンバーグ ポイル用	中 60
	キャベツ	30
	人参	5
	ゆで塩	0.4
	(袋)トマトケチャップ	小1-4 8
	(DP)ケチャップ&マスタード	小5-中 8
	(個)スライスチーズ(中のみ)	20
	(冷)あさりむき身	20
	白ぶどう酒	1
	(冷)ベーコン スライス	5
	玉ねぎ	40
	じゃがいも	40
	人参	10
	エリンギ カット	8
	しめじ	8
	パセリ	0.5
	サラダ油	1
(レト)がらスープ	3	
生クリーム	2	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.7	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
牛乳(調理用)	○ 30	
コーンスターチ	1	
湯	60	

17日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 野菜と鶏肉の甘酢あん 中華スープ	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	○ 206
	鶏肉カット 胸 皮なし	30
	鶏肉カット もも 皮なし	20
	清酒	1
	食塩	0.1
	でん粉	6
	米粉	2
	なたね油	5
	玉ねぎ	40
	(レト)たけのこ水煮 ホール	15
	アスパラガス	15
	人参	10
	ピーマン	8
	なす	5
	しいたけ スライス	2
	生姜	0.5
	ごま油	0.5
	食酢	3.5
砂糖(上白糖)	2	
しょうゆ	2	
本みりん	0.5	
オイスターソース	0.5	
でん粉	0.1	
湯	20	
(レト)うずら卵	20	
玉ねぎ	20	
チンゲンサイ	10	
人参	10	
(乾)きくらげ せん切り	0.5	
(レト)がらスープ	4	
しょうゆ	0.5	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
湯	120	

18日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
豚キムチどんぶり (麦ごはん) 牛乳 ナムル 小魚入りアーモンド	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	豚肉 スライス	40
	清酒	1
	生姜	1
	しょうゆ	0.4
	白菜キムチ	20
	玉ねぎ	30
	キャベツ	25
	にら	7
	にんにく	0.5
	ごま油	1
	しょうゆ	2.4
	砂糖(上白糖)	0.8
	牛乳	○ 206
	もやし	40
	きゅうり	15
	人参	5
	炒り白ごま	1
	(袋)棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	10
(袋)小魚入りアーモンド	8	

19日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 肉じゃが アスパラガスのサラダ 味つけのり みかんジュース	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	○ 206
	牛肉 スライス	20
	じゃがいも	75
	玉ねぎ	50
	つきこんにやく	25
	人参	15
	(冷)さやいんげん	5
	サラダ油	1
	しょうゆ	4
	清酒	3
	砂糖(中双糖)	3
	食塩	0.1
	湯	5
	アスパラガス	30
	きゅうり	20
	(缶)ホールコーン	5
	(袋)青じそドレッシング 乳・卵抜き	10
	(袋)味つけのり	2.5
(個)みかんジュース	125	