

2日(月)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|-------|--------------|--------------|
| ごはん | 精白米(自校) | 72 |
| | 精白米(自校) | 80 |
| 牛乳 | 牛乳 | 206 |
| | 鶏肉カット(むね皮なし) | 12 |
| 高野豆腐 | 鶏肉カット(もも皮なし) | 8 |
| | 清酒 | 1 |
| 卵 | 鶏卵 | 20 |
| | (乾)高野豆腐 サイコロ | 15 |
| のり | 玉葱 | 35 |
| | 人参 | 10 |
| のり | | 3 |
| | 砂糖(三温糖) | 2.5 |
| アーモンド | みりん | 0.5 |
| | 濃口醤油 | 3 |
| あえ | 食塩 | 0.1 |
| | だし削り節 鯖抜き | 2.5 |
| ひじき | 湯 | 50 |
| | もやし | 25 |
| のり | ほうれん草 | 20 |
| | キャベツ | 15 |
| のり | アーモンド(刻み) | 3.5 |
| | 濃口醤油 | 2.5 |
| のり | なたね油 | 1 |
| | 食酢 | 1.5 |
| のり | 砂糖(上白糖) | 1.5 |
| | | |
| のり | (袋)ひじきのり | 10 |
| | | |
| チーズ | (個)チーズ 鉄強化 | 15 |
| | | |

540g

3日(火)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|-----|--------------|--------------|
| ばら | 精白米(自校) | 65 |
| | 清酒 | 3 |
| ずし | だし昆布 | 0.8 |
| | 食酢 | 10 |
| 牛乳 | 砂糖(上白糖) | 6 |
| | 食塩 | 0.8 |
| 小松菜 | (冷)むきえび | 15 |
| | 油揚げ | 5 |
| のり | 人参 | 7 |
| | ごぼうさきがき(ご飯用) | 8 |
| のり | (冷)グリーンピース | 5 |
| | (乾)高野豆腐 すし用 | 1 |
| のり | 干しいたけ(スライス) | 0.8 |
| | 砂糖(上白糖) | 2.5 |
| のり | みりん | 2 |
| | 濃口醤油 | 2.5 |
| 豆腐 | 食塩 | 0.1 |
| | だし削り節 鯖抜き | 2.5 |
| のり | 湯 | 50 |
| | キャベツ | 30 |
| のり | 小松菜 | 25 |
| | 人参 | 10 |
| のり | 食酢 | 1.5 |
| | 濃口醤油 | 1.5 |
| のり | 砂糖(上白糖) | 1 |
| | ごま油 | 0.5 |
| のり | 炒り白ごま | 1 |
| | | |
| のり | (冷)豆腐 カット | 30 |
| | 型ぬきかまぼこ(祝) | 6 |
| のり | 玉葱 | 20 |
| | しめじ | 7 |
| のり | 中ねぎ | 5 |
| | 食塩 | 0.7 |
| のり | 濃口醤油 | 0.5 |
| | だし削り節 鯖抜き | 4 |
| のり | だし昆布 | 1 |
| | 水 | 120 |
| のり | | |
| | (個)ひしもち | 35 |
| | | |

605g

4日(水)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|-----|---------------|--------------|
| コッ | コッペパン | 50 |
| | コッペパン | 60 |
| ペ | 牛乳 | 206 |
| | (冷)あさりむき身 | 20 |
| パン | 白ぶどう酒 | 1 |
| | ベーコン スライス | 5 |
| 牛乳 | (レト)大豆ペースト | 15 |
| | じゃがいも | 35 |
| クラム | 玉葱 | 30 |
| | 人参 | 5 |
| チャウ | パセリ | 0.5 |
| | 有塩バター | 0.5 |
| ダー | (レト)がらスープ | 4 |
| | 食塩 | 0.6 |
| フ | こしょう | 0.04 |
| | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.6 |
| レン | コーンスターチ | 1 |
| | 調理用牛乳 | 30 |
| チ | 湯 | 50 |
| | キャベツ | 40 |
| サラ | きゅうり | 20 |
| | (缶)ホールコーン | 7 |
| ダ | 人参 | 5 |
| | 食酢 | 2 |
| は | なたね油 | 1 |
| | 砂糖(上白糖) | 1 |
| る | 食塩 | 0.2 |
| | こしょう | 0.02 |
| み | | |
| | はるみ | 50 |
| | | |

585g

5日(木)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|-----|---------------|--------------|
| ビ | 精白米(委託) | 60 |
| | 精白米(委託) | 70 |
| ビン | 米粒麦 委託 | 6 |
| | 米粒麦 委託 | 7 |
| バ | 牛肉 スライス | 45 |
| | にんにく | 1.5 |
| (麦) | 炒り白ごま | 1 |
| | ごま油 | 1 |
| ごはん | 濃口醤油 | 2 |
| | 砂糖(三温糖) | 1 |
| 牛乳 | 一味とうがらし | 0.01 |
| | ほうれん草 | 30 |
| ト | 濃口醤油 | 1.5 |
| | ごま油 | 0.3 |
| ック | もやし | 35 |
| | 人参 | 15 |
| 入 | 食酢 | 2.4 |
| | ごま油 | 1.5 |
| り | 濃口醤油 | 1 |
| | 砂糖(上白糖) | 1 |
| わ | 食塩 | 0.2 |
| | | |
| か | 牛乳 | 206 |
| | 野菜マフィン | 30 |
| め | トック | 20 |
| | 玉葱 | 35 |
| ス | 中ねぎ | 3 |
| | (乾)干しわかめ カット | 0.8 |
| プ | (レト)がらスープ | 4 |
| | 濃口醤油 | 0.8 |
| 野 | 食塩 | 0.6 |
| | こしょう | 0.03 |
| 菜 | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.3 |
| | ごま油 | 0.2 |
| マ | 湯 | 140 |
| | | |
| フ | (袋)野菜マフィン | 30 |
| | | |

650g

6日(金)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|-----|------------------|--------------|
| ガ | 精白米(自校) | 59 |
| | 米粒麦 自校 | 6 |
| リ | (冷)鶏肉 胸 皮なし カット | 10 |
| | (冷)鶏肉 もも 皮なし カット | 1 |
| ッ | 白ぶどう酒 | 6 |
| | ベーコン スライス | 4 |
| ク | 玉葱 | 15 |
| | 人参 | 5 |
| ピ | エリンギ カット | 5 |
| | (冷)むき枝豆 | 3 |
| ラ | にんにく | 1 |
| | なたね油 | 1.4 |
| フ | 有塩バター | 0.6 |
| | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.5 |
| (麦) | 食塩 | 0.6 |
| | こしょう | 0.04 |
| 入 | | |
| | 牛乳 | 206 |
| り | (レト)まぐろ油漬 | 8 |
| | 洗いごぼう | 30 |
| サ | 食酢 | 1 |
| | きゅうり | 10 |
| ラ | 人参 | 8 |
| | (缶)ホールコーン | 5 |
| ダ | 食酢 | 2.7 |
| | 濃口醤油 | 2 |
| 卵 | なたね油 | 1.5 |
| | 砂糖(上白糖) | 0.5 |
| と | こしょう | 0.02 |
| | | |
| チ | ボンレスハム 短冊 卵抜き | 5 |
| | (レト)うずら卵 | 20 |
| ン | 玉葱 | 25 |
| | チンゲンサイ | 20 |
| ゲ | なたね油 | 0.5 |
| | (レト)がらスープ | 4 |
| ン | 食塩 | 0.6 |
| | 濃口醤油 | 0.5 |
| サイ | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.3 |
| | でんぷん | 0.5 |
| の | ごま油 | 0.2 |
| | こしょう | 0.03 |
| ス | 湯 | 120 |
| | | |
| プ | (個)チーズ 鉄強化 | 15 |
| | | |

603g

| 16日(月) | | |
|---|-----------------|--------------|
| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
| セル フ ド ッ グ (コ ッ ペ バ ン) 牛 乳 | コッペパン | 50 |
| | コッペパン | 60 |
| | 牛乳 | 206 |
| | 皮つき粗挽ウインナー | 幼-小 30 |
| | 皮つき粗挽ウインナー | 中 40 |
| | キャベツ | 30 |
| | 人参 | 5 |
| | ゆで塩 | 0.5 |
| | (袋)トマトケチャップ | ~小4 8 |
| | (DP)ケチャップ&マスタード | 小5~ 8 |
| | (個)ハーフスライスチーズ | 中 12 |
| | ベーコン スライス | 5 |
| | 鶏卵 | 20 |
| | ロメインレタス | 20 |
| | 玉葱 | 10 |
| 人参 | 5 | |
| なたね油 | 0.5 | |
| (レト)がらスープ | 4 | |
| 食塩 | 0.6 | |
| こしょう | 0.03 | |
| 濃口醤油 | 0.5 | |
| チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.3 | |
| でんぷん | 0.3 | |
| 湯 | 120 | |
| 清見オレンジ | 50 | |

547g

| 17日(火) | | |
|--|------------------|--------------|
| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
| ひ じ き こ は ん (麦 入 り) 牛 乳 大 根 の そ ぼ ろ 煮 そ う め ん 汁 ミ ツ ク ス ナ ツ ツ (小 中 の み) | 精白米(自校) | 59 |
| | 米粒麦 自校 | 6 |
| | (冷)鶏肉 胸 皮なし カット | 9 |
| | (冷)鶏肉 もも 皮なし カット | 6 |
| | 油揚げ | 5 |
| | 人参 | 5 |
| | つきこんにやく(ハーフ) | 5 |
| | (冷)むき枝豆 | 5 |
| | (乾)ひじき | 1 |
| | なたね油 | 0.8 |
| | 濃口醤油 | 3 |
| | 清酒 | 2 |
| | 砂糖(上白糖) | 1 |
| | 食塩 | 0.5 |
| | 牛乳 | 206 |
| | 豚赤肉ミンチ | 15 |
| | 大根 | 80 |
| | 人参 | 10 |
| | (冷)グリーンピース | 5 |
| | 生姜 | 0.5 |
| | なたね油 | 0.5 |
| | 濃口醤油 | 3 |
| | 砂糖(上白糖) | 2 |
| | 清酒 | 1 |
| | みりん | 1 |
| でんぷん | 0.5 | |
| だし汁 | 10 | |
| 型抜きかまぼこ(桜) | 6 | |
| 玉葱 | 25 | |
| (乾)そうめん | 3 | |
| 中ねぎ | 5 | |
| だし削り節 鯖抜き | 4 | |
| だし昆布 | 1 | |
| 食塩 | 0.7 | |
| 淡口醤油 | 0.4 | |
| 清酒 | 1 | |
| 水 | 130 | |
| (袋)ミックスナッツ | 小 15 | |
| (袋)ミックスナッツ | 中 20 | |

634g

| 18日(水) | | |
|--|----------------|--------------|
| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
| 麦 こ は ん 牛 乳 か た く ち い わ し の 南 蛮 漬 け お ひ た し だ い こ ん の み そ 汁 | 精白米(委託) | 60 |
| | 精白米(委託) | 70 |
| | 米粒麦 委託 | 6 |
| | 米粒麦 委託 | 7 |
| | 牛乳 | 206 |
| | (冷)かたくちいわしでん粉付 | 30 |
| | なたね油 | 4 |
| | 細ねぎ | 2 |
| | 食酢 | 3 |
| | 濃口醤油 | 2.2 |
| | 砂糖(上白糖) | 2.2 |
| | みりん | 0.8 |
| | 一味とうがらし | 0.01 |
| | 水 | 1.1 |
| | もやし | 30 |
| | 小松菜 | 25 |
| | 人参 | 7 |
| | 濃口醤油 | 2.5 |
| | ボン酢 | 0.5 |
| | 花かつお 1kg | 1 |
| | 油揚げ | 5 |
| | 大根 | 30 |
| | 人参 | 10 |
| | 中ねぎ | 5 |
| | (乾)干しわかめ カット | 0.5 |
| 中みそ | 6 | |
| 白みそ | 5 | |
| だし煮干し | 4 | |
| 水 | 120 | |

574g

| 19日(木) | | |
|---|-----------|--------------|
| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
| ご は ん 牛 乳 肉 じ ゃ が ち り め ん あ え あ さ り の 佃 煮 (小 中 の み) ぶ ど う ゼ リ ー (小 中 の み) | 精白米(自校) | 72 |
| | 精白米(自校) | 80 |
| | 牛乳 | 206 |
| | 牛肉 スライス | 30 |
| | 清酒 | 1 |
| | じゃがいも | 70 |
| | 玉葱 | 40 |
| | つきこんにやく | 20 |
| | 人参 | 15 |
| | (冷)さやいんげん | 7 |
| | なたね油 | 1.5 |
| | 濃口醤油 | 3.5 |
| | 砂糖(中双糖) | 2.5 |
| | 清酒 | 2 |
| | 食塩 | 0.1 |
| | 湯 | 10 |
| | 上乾ちりめん | 3 |
| | 小松菜 | 25 |
| | もやし | 40 |
| | 濃口醤油 | 2.5 |
| | ボン酢 | 0.7 |
| | 砂糖(上白糖) | 0.5 |
| | (レト)あさり佃煮 | 10 |
| | (個)ぶどうゼリー | 40 |

606g

23日(月)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|--|---------------|--------------|
| コッ ツペ パン | コッペパン | 50 |
| | コッペパン | 60 |
| | 牛乳 | 206 |
| 牛 乳 | 豚肉ミンチ | 20 |
| | (冷)白いんげん豆 | 20 |
| チ リ コ ン カ ー ン | (冷)金時豆 | 15 |
| | じゃがいも | 55 |
| | 玉葱 | 40 |
| | (袋)トマト水煮 | 8 |
| | にんにく | 1 |
| | パセリ | 0.8 |
| | なたね油 | 1 |
| | トマトケチャップ 1kg | 6 |
| 切 り 干 し 大 根 の サ ラ ダ | 砂糖(中双糖) | 1.5 |
| | ウスターソース | 1 |
| | 赤ぶどう酒 | 1 |
| | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.5 |
| | 食塩 | 0.3 |
| | チリパウダー | 0.05 |
| | 湯 | 30 |
| | きゅうり | 10 |
| | (乾)切干し大根 | 5 |
| | 人参 | 5 |
| (小 中 の み) | (缶)ホールコーン | 5 |
| | (乾)刻み昆布 | 0.5 |
| | 食酢 | 2.7 |
| | 濃口醤油 | 2.5 |
| | 砂糖(上白糖) | 1.2 |
| | なたね油 | 0.5 |
| | ごま油 | 0.5 |
| | 炒り白ごま | 1 |
| | (袋)いちごジャム | 15 |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

511g