

7日(火)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|---------------|------------|--------------|
| 菜ちりめんごはん(麦入り) | 精白米(自校) | 70 |
| | 米粒麦 自校 | 10 |
| | 菜めしちりめん | 4.2 |
| | 牛乳 | ○ 206 |
| | 牛肉 スライス | 20 |
| | (冷)ひろうす ミニ | 20 |
| | つきこんにゃく | 25 |
| | 洗いごぼう | 15 |
| | 人参 | 10 |
| | (冷)さやいんげん | 8 |
| | (乾)ひじき | 3.5 |
| | サラダ油 | 1 |
| | 砂糖(三温糖) | 3 |
| | しょうゆ | 4 |
| | 本みりん | 0.5 |
| | 清酒 | 1 |
| 湯 | 20 | |
| 小松菜 | 20 | |
| もやし | 30 | |
| 人参 | 5 | |
| しょうゆ | 2.5 | |
| ポン酢 | 1.2 | |
| (個)ヨーグルト | 70 | |
| おひたし | | |
| ヨーグルト(小中のみ) | | |

8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 |
| | (冷)さごし | 幼~小2 35 |
| | (冷)さごし | 小3~6 50 |
| | (冷)さごし | 中 70 |
| | 生姜 | 1 |
| | 清酒 | 1 |
| | しょうゆ | 1 |
| | 食塩 | 0.3 |
| | すりごま | 3 |
| | でん粉 | 6 |
| | 米粉 | 4 |
| | なたね油 | 5 |
| | 油揚げ | 5 |
| | (レト)たけのこ水煮 ホール | 20 |
| (レト)ふき水煮 | 10 | |
| 人参 | 5 | |
| しょうゆ | 1 | |
| 砂糖(中双糖) | 0.8 | |
| 本みりん | 0.7 | |
| 花かつお | 0.5 | |
| だし汁 | 20 | |
| 食塩 | 0.1 | |
| 油揚げ | 5 | |
| キャベツ | 20 | |
| 玉ねぎ | 15 | |
| 人参 | 5 | |
| 小松菜 | 10 | |
| 中みそ | 7 | |
| 甘みそ | 6 | |
| だし煮干し | 4 | |
| 水 | 120 | |
| (袋)ひじきのり | 10 | |

9日(木)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|--------------|--------------|--------------|
| わかめごはん | 精白米(自校) | 90 |
| | 炊き込みわかめ | 2.3 |
| | 牛乳 | ○ 206 |
| | 鶏肉カット 胸 皮なし | 12 |
| | 鶏肉カット もも 皮なし | 8 |
| | 清酒 | 1 |
| | (乾)高野豆腐 サイコロ | 12 |
| | 玉ねぎ | 35 |
| | 人参 | 10 |
| | (冷)さやいんげん | 7 |
| | しいたけ スライス | 5 |
| | しょうゆ | 3 |
| | 砂糖(三温糖) | 2.5 |
| | 食塩 | 0.2 |
| | だし汁 | 35 |
| | 豚赤肉 スライス | 10 |
| さつまいもカット 角切り | 40 | |
| 洗いごぼう | 7 | |
| つきこんにゃく | 7 | |
| もやし | 15 | |
| 人参 | 7 | |
| 中ねぎ | 5 | |
| 麦みそ | 10 | |
| だし煮干し | 4 | |
| 水 | 110 | |

10日(金)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|---------------|----------------|--------------|
| きなこ茶揚げパン | コッペパン | 60 |
| | なたね油 | 4 |
| | 砂糖(三温糖) | 5 |
| | きな粉 青大豆 | 4 |
| | 煎茶 粉末 | 0.4 |
| | 紙ナフキン | 1 |
| | 牛乳 | ○ 206 |
| | (冷)肉団子 | 30 |
| | 玉ねぎ | 35 |
| | (レト)たけのこ水煮 ホール | 15 |
| | 人参 | 10 |
| | チンゲンサイ | 15 |
| | しいたけ スライス | 4 |
| | (乾)はるさめ | 3 |
| | 生姜 | 0.5 |
| | サラダ油 | 0.5 |
| (レト)がらスープ | 4 | |
| しょうゆ | 2 | |
| 食塩 | 0.6 | |
| こしょう | 0.03 | |
| チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.3 | |
| 湯 | 120 | |
| (乾)海藻ミックス | 1 | |
| キャベツ | 30 | |
| きゅうり | 10 | |
| (缶)ホールコーン | 7 | |
| 炒り白ごま | 1 | |
| 食酢 | 3 | |
| しょうゆ | 3 | |
| 砂糖(上白糖) | 1.5 | |
| ごま油 | 0.5 | |
| サラダ油 | 0.5 | |
| (袋)プルーン | 7 | |

| 27日(月) | | | 28日(火) | | | 29日(水) | | | 30日(木) | | | 31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 肉じゃが おひたし ふりかけ(小中のみ) パイナップル(小中のみ) | 精白米(委託) | 70 | キムチごはん 牛乳 アスパラガスのサラダ うずら卵とチンゲンサイのスープ 小魚入りアーモンド(中のみ) | 精白米(自校) | 70 | セルフハンバーガー 牛乳 コーンクリームシチュー | コッペパン(丸型) | 60 | 親子どんぶり(麦ごはん) 牛乳 にんじんのあえもの お茶ビーンズ | 精白米(委託) | 70 | コッペパン 牛乳 さごしのレモンソース 粉ふきいも トマトスープ | コッペパン | 60 | | | | | | |
| | 米粒麦 委託 | 10 | | もち米 | 10 | | 牛乳 | ○ | | 206 | 米粒麦 委託 | | 10 | 牛乳 | ○ | 206 | | | | |
| | 牛乳 | ○ | | 206 | 豚赤肉 スライス | | 15 | (冷)ハンバーグ 穀分強化 ポイル用 | | 幼・小 | 60 | | 鶏肉カット 胸 皮なし | 15 | 鶏肉カット もも 皮なし | 10 | (冷)さごし | 幼~小2 | 35 | |
| | 牛肉 スライス | 30 | | 生姜 | 0.8 | | (冷)ハンバーグ 穀分強化 ポイル用 | 中 | | 80 | 鶏卵 | | 30 | 人参 | 15 | (冷)さごし | 小3~6 | 50 | | |
| | じゃがいも | 80 | | (レト)白菜キムチ ご飯用 | 20 | | キャベツ | 30 | | キヤベツ | 30 | | しいたけ スライス | 4 | 中ねぎ | 5 | 清酒 | | 2 | |
| | 玉ねぎ | 50 | | 人参 | 7 | | (袋)トマトケチャップ | 幼~小4 | | 人参 | 5 | | しょうゆ | 5 | しょうゆ | 5 | 食塩 | | 0.2 | |
| | つきこんにやく | 25 | | (冷)むき枝豆 | 5 | | (DP)ケチャップ&マスタード | 小5~中 | | (袋)トマトケチャップ | 幼~小4 | | 本みりん | 3 | 本みりん | 3 | なたね油 | | 4 | |
| | 人参 | 10 | | 炒り白ごま | 2 | | (個)スライスチーズ(中のみ) | 20 | | (DP)ケチャップ&マスタード | 小5~中 | | 砂糖(上白糖) | 2 | 砂糖(上白糖) | 2 | (冷)レモン果汁 | | 4 | |
| | (冷)さやいんげん | 5 | | ごま油 | 2 | | (冷)ベーコン スライス | 8 | | (個)スライスチーズ(中のみ) | 20 | | 食塩 | 0.5 | 食塩 | 0.5 | しょうゆ | | 3 | |
| | サラダ油 | 1 | | 清酒 | 2 | | (缶)クリームコーン | 20 | | (冷)ベーコン スライス | 8 | | でん粉 | 0.5 | だし削り節 鯖抜き | 2 | 本みりん | | 1 | |
| | しょうゆ | 4 | | しょうゆ | 1.2 | | (缶)ホールコーン | 5 | | (缶)クリームコーン | 20 | | 湯 | 60 | 湯 | 60 | でん粉 | | 0.3 | |
| | 砂糖(中双糖) | 3 | | しょうゆ | 1.5 | | 玉ねぎ | 40 | | (缶)ホールコーン | 5 | | 牛乳 | ○ | 牛乳 | ○ | 206 | じゃがいも | | 55 |
| | 清酒 | 3 | | 砂糖(上白糖) | 0.8 | | 人参 | 10 | | 玉ねぎ | 40 | | 人参 | 25 | 人参 | 25 | ゆで塩 | | 1.2 | |
| | 食塩 | 0.1 | | 食塩 | 0.6 | | エリンギ カット | 8 | | 人参 | 10 | | きゅうり | 15 | きゅうり | 15 | (冷)ベーコン スライス | | 5 | |
| | 湯 | 5 | | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.6 | | パセリ | 0.5 | | エリンギ カット | 8 | | 玉ねぎ | 5 | 玉ねぎ | 5 | 玉ねぎ | | 25 | |
| | もやし | 20 | | 牛乳 | ○ | | 206 | サラダ油 | | 1 | (缶)ホールコーン | | 5 | (缶)ホールコーン | 5 | (缶)ホールコーン | 5 | 人参 | | 5 |
| | キャベツ | 20 | | アスパラガス | 20 | | 20 | 小麦粉(中力粉) | | 4 | パセリ | | 0.5 | (袋)焼煎ごまドレッシング 乳・卵抜き | 10 | (袋)焼煎ごまドレッシング 乳・卵抜き | 10 | キャベツ | | 25 |
| | 小松菜 | 20 | | きゅうり | 25 | | 25 | 有塩バター | | 1 | パセリ | | 0.5 | (冷)大豆水煮 | 20 | (冷)大豆水煮 | 20 | しめじ | | 5 |
| | (袋)責じそドレッシング 乳・卵抜き | 10 | | (缶)ホールコーン | 5 | | 5 | サラダ油 | | 2 | パセリ | | 0.5 | でん粉 | 1 | でん粉 | 1 | (レト)トマト水煮 | | 20 |
| | (袋)大豆ふりかけ | 2.5 | | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.6 | | 0.6 | (レト)がらスープ | | 4 | パセリ | | 0.5 | なたね油 | 2 | なたね油 | 2 | パセリ | | 0.5 |
| | (袋)パイン | 小 35 | | (冷)ベーコン スライス | 5 | | 5 | 食塩 | | 0.6 | パセリ | | 0.5 | きな粉 青大豆 | 2 | きな粉 青大豆 | 2 | (レト)がらスープ | | 4 |
| (袋)パイン | 中 50 | (レト)うずら卵 | 25 | 25 | こしょう | 0.04 | パセリ | 0.5 | 煎茶 粉末 | 0.1 | 煎茶 粉末 | 0.1 | チキンコンソメ 乳・卵抜き | | 0.5 | | | | | |
| | | 玉ねぎ | 15 | 15 | ローリエ | 0.1 | パセリ | 0.5 | 砂糖(三温糖) | 2 | 砂糖(三温糖) | 2 | しょうゆ | | 0.5 | | | | | |
| | | チンゲンサイ | 8 | 8 | 牛乳(調理用) | ○ | 0.1 | 0.1 | 食塩 | 0.01 | 食塩 | 0.01 | 砂糖(上白糖) | | 0.5 | | | | | |
| | | 人参 | 5 | 5 | 生クリーム | 2 | 0.1 | 0.1 | | | | | 食塩 | | 0.3 | | | | | |
| | | (乾)はるさめ | 5 | 5 | 湯 | 75 | 0.1 | 0.1 | | | | | こしょう | | 0.03 | | | | | |
| | | (乾)干しいたけ スライス | 0.8 | 0.8 | | | 0.1 | 0.1 | | | | | 湯 | | 120 | | | | | |
| | | サラダ油 | 0.5 | 0.5 | | | 0.1 | 0.1 | | | | | | | | | | | | |
| | | (レト)がらスープ | 4 | 4 | | | 0.1 | 0.1 | | | | | | | | | | | | |
| | | 食塩 | 0.6 | 0.6 | | | 0.1 | 0.1 | | | | | | | | | | | | |
| | | こしょう | 0.03 | 0.03 | | | 0.1 | 0.1 | | | | | | | | | | | | |
| | | しょうゆ | 0.5 | 0.5 | | | 0.1 | 0.1 | | | | | | | | | | | | |
| | | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.3 | 0.3 | | | 0.1 | 0.1 | | | | | | | | | | | | |
| | | ごま油 | 0.3 | 0.3 | | | 0.1 | 0.1 | | | | | | | | | | | | |
| | | 湯 | 120 | 120 | | | 0.1 | 0.1 | | | | | | | | | | | | |
| | | (袋)小魚入りアーモンド | 8 | 8 | | | 0.1 | 0.1 | | | | | | | | | | | | |