

| 1日(月) | | |
|---------------------|------------------|--------------|
| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
| ガーリックピラフ(麦入り) | 精白米(自校) | 70 |
| | 米粒麦 自校 | 10 |
| | (冷)鶏肉 胸 皮なし カット | 12 |
| | (冷)鶏肉 もも 皮なし カット | 8 |
| | 玉ねぎ | 20 |
| | 人参 | 10 |
| | エリンギ カット | 8 |
| | (冷)むぎ枝豆 | 5 |
| | にんにく | 0.8 |
| | サラダ油 | 1.4 |
| | 有塩バター | 0.6 |
| | 白ぶどう酒 | 1 |
| | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.7 |
| | 食塩 | 0.9 |
| | こしょう | 0.04 |
| | 牛乳 | ○ 206 |
| | 洗いごぼう | 25 |
| きゅうり | 15 | |
| 人参 | 5 | |
| (缶)ホールコーン | 5 | |
| 炒り白ごま | 1.5 | |
| (袋)焼煎ごまドレッシング 乳・卵抜き | 10 | |
| 鶏卵 | 20 | |
| (缶)クリームコーン | 40 | |
| 玉ねぎ | 30 | |
| パセリ | 0.5 | |
| サラダ油 | 0.5 | |
| (レト)がらスープ | 3 | |
| 食塩 | 0.7 | |
| こしょう | 0.03 | |
| チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.3 | |
| 水 | 110 | |
| (個)レモンのムース | 30 | |

| 2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 | ○ 206 |
| | (冷)さばの生姜煮 | 幼・小 50 |
| | (冷)さばの生姜煮 | 中 70 |
| | 小松菜 | 30 |
| | きゅうり | 25 |
| | キャベツ | 10 |
| | (袋)青じそドレッシング 乳・卵抜き | 10 |
| | 鶏肉カット 胸 皮なし | 6 |
| | 鶏肉カット もも 皮なし | 4 |
| | 清酒 | 1 |
| | 小松菜のあえもの | |
| さつま汁 | | |
| さつま汁 | | |

| 3日(水) | | |
|-------------------|------------------|--------------|
| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
| 食パン(袋入り) | (袋)冷凍食パン(6枚切り1枚) | 57 |
| | 牛乳 | ○ 206 |
| | スパゲティ(半分) | 35 |
| | ゆで塩 | 1.5 |
| | (冷)紫いか 短冊 | 15 |
| | 豚赤肉 スライス | 15 |
| | 清酒 | 1.5 |
| | キャベツ | 30 |
| | 玉ねぎ | 20 |
| | 人参 | 10 |
| | しいたけ スライス | 5 |
| | 中ねぎ | 5 |
| | 生姜 | 1 |
| | にんにく | 0.1 |
| | サラダ油 | 2 |
| | とんかつソース | 9 |
| ウスターソース | 2.5 | |
| 食塩 | 0.3 | |
| こしょう | 0.05 | |
| 粉かつお | 0.5 | |
| 青のり粉 | 0.2 | |
| (乾)ひじき | 1.5 | |
| キャベツ | 20 | |
| きゅうり | 15 | |
| 人参 | 7 | |
| (缶)ホールコーン | 5 | |
| (袋)和風ドレッシング 乳・卵抜き | 10 | |
| (個)冷凍みかん | 80 | |

| 4日(木) | | |
|---------------------|-----------|--------------|
| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
| わかめごはん(麦入り) | 精白米(自校) | 70 |
| | 米粒麦 自校 | 10 |
| | 炊き込みわかめ | 2 |
| | 牛乳 | ○ 206 |
| | 豚肉 スライス | 30 |
| | つきこんにやく | 35 |
| | 洗いごぼう | 35 |
| | 人参 | 15 |
| | (冷)さやいんげん | 7 |
| | サラダ油 | 1 |
| | しょうゆ | 4 |
| | 本みりん | 2 |
| | 砂糖(中双糖) | 1.8 |
| | 清酒 | 1.5 |
| | でん粉 | 0.5 |
| | 湯 | 8 |
| きゅうり | 30 | |
| もやし | 20 | |
| 人参 | 10 | |
| アーモンド 刻み | 3.5 | |
| (袋)焼煎ごまドレッシング 乳・卵抜き | 10 | |
| (個)ヨーグルト 鉄分強化 | 70 | |
| アーモンドあえ | | |
| ヨーグルト(小中のみ) | | |

| 5日(金) | | |
|------------|--------------|--------------|
| 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)豆あじ でん粉つき | 35 |
| | なたね油 | 4 |
| | 細ねぎ | 2 |
| | 食酢 | 3 |
| | しょうゆ | 2.2 |
| | 砂糖(上白糖) | 2.2 |
| | 本みりん | 0.8 |
| | 一味とうがらし | 0.02 |
| | 水 | 1.1 |
| | 夏野菜の塩ゆで | |
| | アスパラガス | 20 |
| | きゅうり | 20 |
| | (缶)ホールコーン | 8 |
| ゆで塩 | 0.5 | |
| (レト)うずら卵 | 20 | |
| 型めきかまぼこ(星) | 6 | |
| 玉ねぎ | 20 | |
| 人参 | 5 | |
| オクラ | 5 | |
| そうめん | 4 | |
| しょうゆ | 0.5 | |
| 食塩 | 0.3 | |
| だし削り節 鯖抜き | 4 | |
| 湯 | 130 | |
| (個)七塔ゼリー | 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 | | |
| コッペパン (袋入り) 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 | 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(小中のみ) | 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(小中のみ) | 黒糖パン | 60 | 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 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(丸型) | 60 | | |
| | 牛乳 | ○ 206 | | 米粒麦 自校 | 10 | | 粉黒糖(パン用) | 9 | | 牛乳 | ○ 206 | | 牛乳 | ○ 206 | 牛乳 | ○ 206 |
| | 豚赤肉 ミンチ | 20 | | (レト)たけのこ水煮 ホール | 20 | | 牛乳 | ○ 206 | | 牛肉 スライス | 25 | | (冷)メルルーサ 角切り | 50 | (冷)メルルーサ 角切り | 50 |
| | (冷)大豆水煮 | 20 | | 人参 | 10 | | 豚赤肉 角切り | 30 | | (冷)ひろうす ミニ | 20 | | 清酒 | 2 | 清酒 | 2 |
| | (冷)金時豆 | 15 | | エリンギ カット | 5 | | 豚肉 角切り | 20 | | つきこんにやく | 25 | | 食塩 | 0.15 | 食塩 | 0.15 |
| | じゃがいもカット 皮むき 角切り | 55 | | (冷)むき枝豆 | 5 | | サラダ油 | 1 | | 洗いごぼう | 15 | | 米粉 | 4 | 米粉 | 4 |
| | 玉ねぎ | 40 | | 中ねぎ | 5 | | (乾)早煮昆布 | 0.8 | | 人参 | 10 | | なたね油 | 6 | なたね油 | 6 |
| | (レト)トマト水煮 | 8 | | ごま油 | 1 | | 生姜 | 0.8 | | (冷)さやいんげん | 8 | | 砂糖(上白糖) | 3.5 | 砂糖(上白糖) | 3.5 |
| | にんにく | 1 | | 清酒 | 4 | | にんにく | 0.3 | | (乾)ひじき | 3 | | (冷)レモン果汁 | 5 | (冷)レモン果汁 | 5 |
| | パセリ | 0.8 | | しょうゆ | 4 | | しょうゆ | 2.5 | | サラダ油 | 1 | | しょうゆ | 3 | しょうゆ | 3 |
| | サラダ油 | 1 | | 砂糖(上白糖) | 0.8 | | 砂糖 | 2.5 | | 砂糖(三温糖) | 3 | | しょうゆ | 4 | しょうゆ | 4 |
| | トマトケチャップ 1kg | 6 | | 食塩 | 0.6 | | 砂糖(中双糖) | 2.5 | | しょうゆ | 4 | | 本みりん | 0.5 | 本みりん | 0.5 |
| | 砂糖(中双糖) | 1.5 | | 牛乳 | ○ 206 | | 清酒 | 2.5 | | だし汁 | 15 | | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 |
| | ウスターソース | 1 | | (乾)ひじき | 1.5 | | だし汁 | 15 | | (冷)ベーコン スライス | 10 | | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 |
| | 赤ぶどう酒 | 1 | | (冷)ブロッコリー | 25 | | (冷)ベーコン スライス | 10 | | 豆腐 | 20 | | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 |
| | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.5 | | きゅうり | 10 | | 豆腐 | 20 | | キャベツ | 25 | | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 |
| | 食塩 | 0.3 | | 人参 | 7 | | キャベツ | 25 | | もやし | 15 | | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 |
| | チリパウダー | 0.05 | | (袋)棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き | 10 | | ゴーヤ カット | 15 | | 人参 | 7 | | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 |
| | 湯 | 30 | | ボンレスハム 短冊 卵抜き | 7 | | 人参 | 7 | | サラダ油 | 1 | | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 |
| | (レト)まぐろ油漬 | 15 | | 玉ねぎ | 20 | | サラダ油 | 1 | | しょうゆ | 1 | | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 |
| | キャベツ | 25 | | チンゲンサイ | 10 | | しょうゆ | 1 | | ごま油 | 0.5 | | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 |
| | 小松菜 | 15 | | えのきたけ | 5 | | ごま油 | 0.5 | | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.3 | | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 |
| | 人参 | 10 | | (乾)はるさめ | 5 | | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.3 | | 食塩 | 0.3 | | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 |
| エリンギ カット | 10 | (レト)がらスープ | 3 | ごま油 | 0.2 | こしょう | 0.03 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| (缶)ホールコーン | 8 | 食塩 | 0.6 | こしょう | 0.03 | (レト)うずら卵 | 20 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| サラダ油 | 1 | しょうゆ | 0.5 | 湯 | 130 | 玉ねぎ | 20 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| 清酒 | 1 | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.3 | (袋)ミックスナッツ 小 | 15 | 人参 | 5 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| 食塩 | 0.3 | ごま油 | 0.2 | (袋)ミックスナッツ 中 | 20 | 中ねぎ | 5 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| こしょう | 0.05 | こしょう | 0.03 | | | (乾)もずく | 0.4 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.2 | 湯 | 130 | | | (レト)がらスープ | 1.5 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| (個)型抜きチーズ | 15 | | | | | 清酒 | 1 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| | | | | | | しょうゆ | 0.8 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| | | | | | | 食塩 | 0.5 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| | | | | | | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.1 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| | | | | | | だし削り節 鯖抜き | 5 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| | | | | | | 湯 | 140 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| | | | | | | (袋)パイン 小 | 40 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |
| | | | | | | (袋)パイン 中 | 50 | だし汁 | 20 | だし汁 | 20 | | | | | |

16日(火)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|--------------------|------------------|--------------|
| とりめし (麦入り) | 精白米(自校) | 70 |
| | 米粒麦 自校 | 10 |
| | (冷)鶏肉 胸 皮なし カット | 15 |
| | (冷)鶏肉 もも 皮なし カット | 10 |
| | ごぼう ささがき(ご飯用) | 7 |
| | 人参 | 7 |
| | (冷)むき枝豆 | 5 |
| | サラダ油 | 1.5 |
| | しょうゆ | 3 |
| | 清酒 | 1.5 |
| | 砂糖(上白糖) | 1.5 |
| | 食塩 | 0.6 |
| | だし昆布 | 1 |
| | 牛乳 | ○ 206 |
| | きゅうり | 30 |
| | (乾)切干し大根 | 5 |
| | 人参 | 5 |
| (乾)刻み昆布 | 0.5 | |
| (袋)棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き | 10 | |
| (冷)すいとん | 25 | |
| 豆腐 | 20 | |
| なると カット | 10 | |
| つきこんにやく | 10 | |
| 油揚げ | 7 | |
| 中ねぎ | 5 | |
| (乾)干しいたけ スライス | 0.5 | |
| しょうゆ | 2 | |
| 食塩 | 0.5 | |
| だし削り節 鯖抜き | 4 | |
| だし昆布 | 1 | |
| 水 | 130 | |
| (袋)ココアワッフル | 28 | |

17日(水)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|-----------------------------|-----------|--------------|
| 夏野菜 カレー ライス (麦ごはん) | 精白米(委託) | 70 |
| | 米粒麦 委託 | 10 |
| | 豚肉 スライス | 20 |
| | じゃがいも | 25 |
| | 玉ねぎ | 40 |
| | かぼちゃ カット | 20 |
| | なす | 15 |
| | サラダ油 | 2 |
| | 人参 | 8 |
| | (冷)さやいんげん | 5 |
| | セロリー | 5 |
| | にんにく | 0.5 |
| | 生姜 | 0.2 |
| | サラダ油 | 2 |
| | 小麦粉(中力粉) | 5 |
| | サラダ油 | 5 |
| | カレー粉 | 1.1 |
| (レト)がらスープ | 3 | |
| トマトケチャップ 1kg | 2 | |
| ウスターソース | 1.7 | |
| とんかつソース | 1 | |
| しょうゆ | 1 | |
| チャツネ | 1 | |
| 赤ぶどう酒 | 1 | |
| 食塩 | 0.8 | |
| こしょう | 0.04 | |
| チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.5 | |
| 湯 | 85 | |
| 牛乳 | ○ 206 | |
| (乾)ひじき | 0.5 | |
| キャベツ | 30 | |
| きゅうり | 15 | |
| (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 | |

18日(木)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|-------------------------------|---------------|--------------|
| スタ ミナ ナ ごはん (麦入り) | 精白米(自校) | 70 |
| | 米粒麦 自校 | 10 |
| | 牛赤肉 スライス | 25 |
| | 清酒 | 1 |
| | 油揚げ | 5 |
| | 人参 | 10 |
| | ごぼう ささがき(ご飯用) | 7 |
| | (冷)むき枝豆 | 5 |
| | にんにく | 0.5 |
| | (乾)干しいたけ スライス | 0.3 |
| | サラダ油 | 0.5 |
| | しょうゆ | 3 |
| | 砂糖(上白糖) | 1 |
| | 清酒 | 1 |
| | チキンコンソメ 乳・卵抜き | 0.3 |
| | 食塩 | 0.1 |
| | 牛乳 | ○ 206 |
| キャベツ | 35 | |
| 小松菜 | 20 | |
| 玉ねぎ | 5 | |
| (袋)和風ドレッシング 乳・卵抜き | 10 | |
| (冷)豆腐 カット | 25 | |
| じゃがいも | 20 | |
| 玉ねぎ | 20 | |
| 油揚げ | 7 | |
| 中ねぎ | 5 | |
| 中みそ | 7 | |
| 甘みそ | 6 | |
| だし煮干し | 4 | |
| 水 | 110 | |
| (個)みかんジュース | 125 | |

19日(金)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|---------------------------|------------------|--------------|
| セル フ ハン バー ガー | コッペパン(丸型) | 60 |
| | 牛乳 | ○ 206 |
| | (冷)おからハンバーグ ボイル用 | 幼・小 50 |
| | (冷)おからハンバーグ ボイル用 | 中 60 |
| | キャベツ | 30 |
| | 人参 | 5 |
| | ゆで塩 | 0.4 |
| | (袋)トマトケチャップ | 幼-小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 | 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 | |