1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)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛 乳	牛乳	206
肉 じ ゃ が	豚肉スライス	30
	清酒	1
	皮むきじゃがいも	70
	皮むき玉葱	40
切 り 干 し	つきこんにゃく(ハーフ)	20
	人参	15
大 根	(冷)むき枝豆	7
	なたね油	1
の 和 え 物	濃口醤油	3.2
	砂糖(中双糖)	2.3
40	湯	10
	(乾)切干し大根	4.5
	きゅうり	20
	人参	5
	(乾)刻み昆布	0.3
	(レト)ホールコーン	5
	和風ドレッシング 乳・卵抜き	5.5

446g

5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)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	206
	豚肉スライス	30
豚肉とごぼうの煮物	つきこんにやく	35
	ごぼう 斜めカット	35
	人参	15
	(冷)さやいんげん	5
	なたね油	1
	濃口醤油	4.7
	清酒	1.9
	みりん	1.9
	砂糖(中双糖)	1.9
	でんぷん	1
アーモンド和え	湯	25
	太もやし	30
納豆	小松菜	15
	人参	5
	濃口醤油	2.5
	食酢	2
58	砂糖(上白糖)	1
	アーモンド(刻み)	1.2
	アーモンド(粉)	1.2
30	(チルド)納豆	小 30
	(チルド)納豆	中 40

451g

6日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ちやんぼんめん	(袋)中華そば	小1-3 150
	(袋)中華そば	小4-6 200
	(袋)中華そば	中 250
	豚肉スライス	20
	濃口醤油	1
	清酒	0.5
	なると(3mm)	10
	(レト)うずら卵	20
	キャベツ	30
	太もやし	15
牛乳	人参	10
	たけのこ水煮(短冊切り)	10
	中ねぎ	5
	おろし生姜	1
	なたね油	1
	濃口醤油	6
	(レト)がらスープ	3
	食塩	0.6
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
ヨーグルト	ごま油	0.3
	豆板醤	0.1
	でんぷん	1
	湯	120
430	牛乳	206
	小さいわし	35
42	なたね油	7
	(個)ヨーグルト	70

748g

7日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフ	コッペパン	50
	コッペパン	60
206	牛乳	206
	(冷)白身魚フライ	小 50
57	(冷)白身魚フライ	中 70
	なたね油	7
バーガー	ベーコン スライス	7
	皮むき玉葱	35
	キャベツ	25
	人参	8
	なたね油	0.5
	(レト)がらスープ	3
	食塩	0.5
	こしょう	0.04
	濃口醤油	0.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
180	ローリエ	0.1
	湯	100
5	(袋)タルタルソース	小 5
	(袋)タルタルソース	中 12
30	ミニトマト(35個入り)	30
	ミニトマト(43個入り)	30
20	(個)スライスチーズ	20

498g

8日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
梅ちりめん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	梅ちりめん(素) 280g	3
206	牛乳	206
	鶏肉カット 胸 皮なし	15
牛乳	鶏肉カット もも 皮なし	10
	清酒	1
筑前煮	つきこんにやく	10
	ごぼう 斜めカット	25
おかかあえ	れんこん(いちよう8mm)	12
	たけのこ水煮(乱切り)	20
いも大福	人参	10
	(冷)さやいんげん	5
52	ごま油	1.2
	濃口醤油	4.5
30	砂糖(中双糖)	2.5
	でんぷん	0.7
湯	湯	20
	小松菜	15
52	太もやし	30
	人参	5
30	濃口醤油	1.2
	花かつお(砕片)500g	1.2
(個)いも大福	(個)いも大福	30

504g

18日(月)			19日(火)			20日(水)			21日(木)			22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				
きな粉揚げパン (コッペパン) 206 牛乳 野菜のスープ煮 カラフルサラダ 50	コッペパン	50	麦ごはん 0 牛乳 206 鶏肉の南蛮漬け けんちん汁 野菜マフィン 94 172 30	精白米(委託)	60	吹き寄せごはん 牛乳 香り 和え 116 つくね汁 206 小魚入りアーモンド 55 174 8	精白米(自校)	65	黒米 81 ごはん 206 牛乳 すき焼き風煮 野菜の和え物 189 49	精白米(自校)	77	コッペパン 0 コッペパン 206 牛乳 いかのレモンマリネ 99 野菜スープ チーズ 172 15	コッペパン	50				
	コッペパン	70		精白米(委託)	70		鶏肉カット 胸皮なし	9		黒米	3		コッペパン	60				
	なたね油	6		米粒麦 委託	6		鶏肉カット もも皮なし	6		食塩	0.8		牛乳	206	牛乳	206		
	きな粉 1kg	4		米粒麦 委託	7		清酒	1		牛乳	206		(冷)いか短冊(2×4cm)	50	清酒	2		
	砂糖(三温糖)	3		牛乳	206		油揚げ	3		むき栗カット	10		牛肉 スライス	25	清酒	2	でんぷん	4
	食塩	0.01		鶏肉 胸・皮なし(唐揚げ用)	30		しめじ	5		人参	5		(冷)焼き豆腐 カット	20	白菜	30	米粉	3
	紙ナフキン	1		鶏肉 もも・皮付き(唐揚げ用)	20		人参	5		(冷)むき枝豆	5		大根	30	皮むき玉葱	25	なたね油	7
	牛乳	206		清酒	2		(冷)むき枝豆	5		薄口醤油	4		皮むき玉葱	25	波型こんにやく	20	人参	5
	豚肉赤身スライス	15		食塩	0.1		清酒	1		清酒	1		太ねぎ	10	だし昆布	0.5	人参	0.5
	ベーコン スライス	8		こしょう	0.04		砂糖(上白糖)	1		砂糖(上白糖)	1		太ねぎ	10	だし昆布	0.5	(冷)レモン果汁	3.5
	皮むきじゃがいも	30		米粉	1		食塩	0.8		食塩	0.8		麩	5	なたね油	1	濃口醤油	1
	皮むき玉葱	40		でんぷん	4		だし昆布	0.5		だし昆布	0.5		なたね油	1	濃口醤油	7	でんぷん	0.2
	人参	7		なたね油	6		牛乳	206		牛乳	206		濃口醤油	7	砂糖(中双糖)	4	湯	5
	エリンギカット	8		皮むき玉葱	15		小松菜	15		小松菜	15		清酒	2	れんこん(いちょう3mm)	22	ベーコン スライス	7
	(乾)マカロニ(シエル)	5		人参	3		太もやし	30		太もやし	30		れんこん(いちょう3mm)	22	(冷)さやいんげん	12	皮むき玉葱	20
	なたね油	0.4		人参	3		人参	5		人参	5		(冷)さやいんげん	12	人参	5	皮むきじゃがいも	20
	(レト)がらスープ	3		なたね油	0.5		濃口醤油	3		濃口醤油	1.8		人参	5	(レト)ホールコーン	5	キャベツ	15
	濃口醤油	1		食酢	4		濃口醤油	3		ゆず酢	1.5		(レト)ホールコーン	5	砂糖(上白糖)	0.4	なたね油	0.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6		濃口醤油	3		砂糖(上白糖)	3		砂糖(上白糖)	1		砂糖(上白糖)	0.4	濃口醤油	1.5	(レト)がらスープ	3
	食塩	0.4		砂糖(上白糖)	3		みりん	1		炒り白ごま 500g	1		濃口醤油	1.5	食酢	1.5	濃口醤油	0.6
こしょう	0.03	みりん	1	水	1.5	炒り白ごま 500g	1	食酢	1.5	ごま油	0.2	食塩	0.5					
湯	85	水	1.5	(冷)豆腐(カット)	20	炒り白ごま 500g	1	ごま油	0.2	炒り白ごま 500g	1	こしょう	0.03					
ブロッコリー カット	25	(冷)豆腐(カット)	20	油揚げ	5	人参	10	炒り白ごま 500g	1			チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5					
(冷)カリフラワー	15	油揚げ	5	里いもカット(角切り)	20	(冷)つくね	30					ローリエ	0.1					
(レト)ホールコーン	5	里いもカット(角切り)	20	ごぼう(さががき)	10	えのきたけ カット	10					湯	105					
青じそドレッシング 乳・卵抜き	4.5	ごぼう(さががき)	10	人参	5	えのきたけ カット	10					(個)チーズ	15					
		人参	5	中ねぎ	3	太ねぎ	3											
		中ねぎ	3	濃口醤油	2	おろし生姜	0.1											
		濃口醤油	2	濃口醤油	2	中みそ	6											
		食塩	0.6	食塩	0.6	白みそ	2											
		清酒	1	清酒	1	だし煮干し	3											
		みりん	1.5	みりん	1.5	湯	110											
		だし削り節 鯖抜き	3	だし削り節 鯖抜き	3													
		だし昆布	1	だし昆布	1													
		湯	100	湯	100													
		(袋)野菜マフィン	30	(袋)野菜マフィン	30													

533g

502g

560g

524g

493g

25日(月)			26日(火)			27日(水)			28日(木)			29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 0 牛乳 206 高野豆腐の煮物 ごま和え 150 いかなごの佃煮 54 8	精白米(委託)	60	キムチごはん 牛乳 野菜のごまサラダ わかめスープ プリン 159 60	精白米(自校)	65	コッペパン 0 206 牛乳 チリコンカーン ツナサラダ 194 チョコ大豆クリーム 57 10	コッペパン	50	麦ごはん 0 牛乳 206 はまちの照り焼き ゆかり和え 56 わが家のみそ汁 52 173	精白米(委託)	60	全粒粉パン 55 206 牛乳 さつまいものシチュー ピーンズサラダ 243 りんごジャム 57 15	全粒粉パン	50		
	精白米(委託)	70		豚肉スライス	15		コッペパン	60		精白米(委託)	70		全粒粉パン	60		
	米粒麦 委託	6		おろし生姜	0.8		牛乳	206		米粒麦 委託	6		牛乳	206	鶏肉カット 胸 皮なし	18
	米粒麦 委託	7		(レト)白菜キムチ(ごはん用)	20		豚肉並ミンチ	23		米粒麦 委託	7		牛乳	206	鶏肉カット もも 皮なし	12
	牛乳	206		人参	5		(冷)白いんげん豆 1kg	25		牛乳	206		(チルド)はまち 小	40	(レト)大豆ペースト	5
	豚肉スライス	20		(冷)むき枝豆	3		皮むき玉葱	45		はまちの照り焼き	40		(チルド)はまち 中	50	(レト)白花豆ペースト	5
	清酒	1		ごま油	0.1		皮むきじゃがいも	50		ゆかり和え	50		清酒	2	(レト)白花豆ペースト	5
	(乾)高野豆腐 サイコロ	15		清酒	1.6		(レト)トマト水煮	10		わが家のみそ汁	50		食塩	0.2	皮むき玉葱	40
	皮むき玉葱	30		薄口醤油	2.7		(冷)おろしにんにく	1		いかなごの佃煮	50		おろし生姜	0.1	さつまいもカット(角切り)	45
	人参	8		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3		なたね油	0.5		ごま和え	50		濃口醤油	2.5	人参	12
	(冷)さやいんげん	8		牛乳	206		トマトケチャップ(1kg・3kg)	5		いかなごの佃煮	50		砂糖(三温糖)	1.5	なたね油	1
	(乾)干しいたけ スライス	1		太もやし	30		ウスターソース	1.1		いかなごの佃煮	50		みりん	1	(レト)がらスープ	3
	濃口醤油	3		ほうれん草	15		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		いかなごの佃煮	50		でんぷん	0.3	食塩	0.6
	砂糖(三温糖)	2.1		人参	5		食塩	0.4		いかなごの佃煮	50		湯	8	こしょう	0.08
	食塩	0.3		(レト)ホールコーン	5		チリパウダー	0.1		いかなごの佃煮	50		太もやし	30	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	だし削り節 鯖抜き	1.5		食酢	2		トマトパウダー	0.5		いかなごの佃煮	50		小松菜	15	調理用牛乳	25
	湯	60		ごま油	1		湯	30		いかなごの佃煮	50		人参	5	ローリエ	0.1
	太もやし	30		濃口醤油	2.3		きゅうり	25		いかなごの佃煮	50		赤じそ粉	0.5	なたね油	2
	小松菜	15		砂糖(上白糖)	1.2		キャベツ	15		いかなごの佃煮	50		濃口醤油	1	小麦粉	3.5
	人参	5		炒り白ごま 500g	1		(レト)まぐろ油漬	7		いかなごの佃煮	50		みりん	1	湯	70
炒り白ごま 500g	1			(レト)ホールコーン	5	いかなごの佃煮	50	でんぷん	0.3	きゅうり	25					
ボン酢	0.7	ボンレスハム(短冊)卵抜き	7	かんきつドレッシング 乳・卵抜き	4.5	いかなごの佃煮	50	湯	8	人参	5					
濃口醤油	1.5	(乾)はるさめ	3	(袋)チョコ大豆クリーム 小	10	いかなごの佃煮	50	太もやし	30	太もやし	10					
砂糖(上白糖)	0.5	皮むき玉葱	22	(袋)チョコ大豆クリーム 中	15	いかなごの佃煮	50	小松菜	15	(ドライパック)ミックスピーンズ 糖入り	12					
(袋)いかなご佃煮	8	干しわかめ(カット)	0.4			いかなごの佃煮	50	人参	5	焼煎ごまドレッシング 乳・卵抜き	5					
		人参	7			いかなごの佃煮	50	油揚げ	5							
		(レト)がらスープ	3			いかなごの佃煮	50	中ねぎ	3							
		濃口醤油	1			いかなごの佃煮	50	中みそ	5							
		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5			いかなごの佃煮	50	白みそ	2							
		食塩	0.4			いかなごの佃煮	50	だし煮干し	3							
		こしょう	0.03			いかなごの佃煮	50	湯	105							
		湯	115			いかなごの佃煮	50									
		(個)プリン	60			いかなごの佃煮	50									

418g

603g

466g

486g

576g