



14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	
いかのさらさ揚げ	(冷)紫いか 短冊	45	
	おろし生姜	1	
	濃口醤油	1.5	
	清酒	1.2	
	砂糖(上白糖)	0.9	
	カレー粉	0.5	
	でんぷん	8	
	米粉	3	
	なたね油	7	
	ゆず香あえ	小松菜	18
		太もやし	27
		人参	5
		濃口醤油	2
		ゆず酢	1.5
		砂糖(上白糖)	1
		(冷)豆腐 カット	25
		ごぼう ささがき	15
人参		7	
中ねぎ		5	
けんちん汁	清酒	1	
	濃口醤油	2	
	食塩	0.6	
	みりん	1.5	
	でんぷん	0.5	
	だし削り節 鯖抜き	3	
	だし昆布	1	
	水	105	

495g

15日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
コッペパン	コッペパン	50	
	コッペパン	60	
牛乳	牛乳	206	
	豚肉スライス	20	
	ぶどう酒 赤	2	
	(レト)蒸大豆	10	
	(冷)白いんげん豆	20	
	じゃがいも皮むき(2cmカット)	40	
	玉ねぎ 皮むき	40	
	人参	15	
	パセリ	0.5	
	(レト)トマト水煮	10	
花野菜のサラダ	なたね油	1	
	トマトケチャップ(1kg・3kg)	5	
	砂糖(上白糖)	1.2	
	ウスターソース	0.7	
	食塩	0.5	
	こしょう	0.05	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
	湯	20	
	ブロッコリー カット	30	
	カリフラワー カット	10	
チーズ	(レト)ホールコーン	5	
	イタリアンドレッシング 乳・卵抜き	4.5	
15	(個)チーズ 鉄強化	15	

512g

16日(木)

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
	(冷)豆あじ でんぷん付き	35
豆あじの南蛮づけ	なたね油	6
	玉ねぎ 皮むき	15
	人参	5
	なたね油	0.3
	食酢	4
	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	3
	みりん	1
	湯	1.5
	(冷)厚揚げ カット	15
ひじきと厚揚げのうま煮	つきこんにやく(ハーフ)	15
	てんぷら	10
	ごぼう ささがき	20
	人参	5
	(冷)むき枝豆	5
	(乾)ひじき	1.8
	なたね油	1
	濃口醤油	2.6
	砂糖(三温糖)	1.4
	みりん	0.5
水	10	

367g

17日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン	50
	コッペパン	60
牛乳	牛乳	206
	鶏肉カット(むね皮なし)	15
クリームシチュー	鶏肉カット(もも皮なし)	10
	じゃがいも皮むき(2cmカット)	40
	玉ねぎ 皮むき	40
	人参	15
	パセリ	0.5
	小麦粉(中力粉)	5
	バター有塩	3
	なたね油	2
	なたね油	1
	(レト)がらスープ(1kg・3kg)	3
レタスのサラダ	食塩	0.8
	こしょう	0.04
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	調理用牛乳	20
	生クリーム	3
	ピザ用チーズ	3
	ローリエ	0.1
	湯	70
	レタス	20
	きゅうり	25
人参	5	
69	(レト)ホールコーン	7
	(レト)まぐろ油漬	7
	(冷)レモン果汁	1.2
	食酢	1.2
	なたね油	0.5
	オリーブ油	0.5
	砂糖(上白糖)	1.2
	食塩	0.3
	こしょう	0.03

562g



