

8日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーライス	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
牛乳	牛乳	206
	豚肉 スライス	15
海藻サラダ	(乾)赤レンズ豆	5
	玉ねぎ 皮むき	40
小魚入りアーモンド	じゃがいも皮むき(2cmカット)	50
	人参	15
牛乳	(冷)むき枝豆	5
	(レト)トマト水煮	5
小魚入りアーモンド	(冷)おろしにんにく	0.5
	なたね油	1
小魚入りアーモンド	小麦粉(中力粉)	5.5
	なたね油	4.5
小魚入りアーモンド	カレー粉	1
	(レト)がらすスープ(1kg・3kg)	3
小魚入りアーモンド	ウスターソース	3
	ぶどう酒 赤	2
小魚入りアーモンド	トマトケチャップ(1kg・3kg)	2
	とんかつソース	1
小魚入りアーモンド	濃口醤油	1
	チャツネ	1
小魚入りアーモンド	食塩	0.8
	こしょう	0.04
小魚入りアーモンド	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.7
	湯	90
小魚入りアーモンド	キャベツ	20
	きゅうり	25
小魚入りアーモンド	(乾)海藻ミックス	0.5
	人参	5
小魚入りアーモンド	(レト)ホールコーン	5
	青じそドレッシング 乳・卵抜き	5
小魚入りアーモンド	(袋)小魚入りアーモンド	8

527g

9日(木)

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	15
牛乳	じゃがいも皮むき(2cmカット)	40
	玉ねぎ 皮むき	25
牛乳	キャベツ	20
	かぶ 皮むき	20
牛乳	なたね油	1
	(レト)がらすスープ(1kg・3kg)	3
牛乳	食塩	0.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
牛乳	こしょう	0.03
	ローリエ	0.1
牛乳	湯	80
	人参	22
牛乳	(冷)さやいんげん	20
	(レト)まぐろ油漬	7
牛乳	かんきつドレッシング 乳・卵抜き	4.5
	(DP)はちみつ&マーガリン	11
牛乳	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70

601g

10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	梅ちりめんの素	3
	牛乳	206
梅ちりめん	鶏肉カット(むね皮なし)	18
	鶏肉カット(もも皮なし)	12
梅ちりめん	清酒	1
	(乾)早煮昆布	1
梅ちりめん	ごぼう 斜めカット	25
	れんこん いちょう切り	20
梅ちりめん	(レト)たけのこ水煮(乱切り)	20
	金時にんじん	12
梅ちりめん	なたね油	1
	濃口醤油	4.5
梅ちりめん	砂糖(中双糖)	3.2
	でんぷん	0.7
梅ちりめん	ごま油	0.5
	湯	15
梅ちりめん	小松菜	15
	太もやし	30
梅ちりめん	人参	5
	炒り白ごま(500g)	1
梅ちりめん	ボン酢	0.7
	濃口醤油	1.5
梅ちりめん	砂糖(上白糖)	0.5
	(個)さつまいもと栗のタルト	30

503g





27日(月)			
献立名	食品名	一人当り 正味分量	
いりこめし 牛乳	精白米(自校)	65	
	かえり	5.5	
	油揚げ	5	
	切りこんにやく	10	
	洗いごぼう	7	
	金時にんじん	5	
	(冷)むき枝豆	3	
	淡口醤油	4	
	清酒	1.5	
	食塩	0.4	
茎わかめ のきんぴら	だし昆布	0.5	
	牛乳	206	
	牛肉スライス	12	
	つきこんにやく(ハーフ)	15	
	ごぼう ささがき	20	
	(冷)むき枝豆	5	
	(乾)茎わかめ カット	1.5	
	炒り白ごま	1	
	ごま油	0.7	
	濃口醤油	3	
ブロッコリー のおかか 和え	砂糖(中双糖)	1.5	
	みりん	0.5	
	だし汁	10	
	ブロッコリー カット	40	
	濃口醤油	1.5	
	花かつお 碎片	1	
	野菜 マフィン	(個)野菜マフィン	30

456g

28日(火)		
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	206
	れんこん いちよう切り	40
	ごぼう ささがき	20
	てんぷら	15
	つきこんにやく(ハーフ)	10
	人参	10
	(冷)さやいんげん	10
	(乾)刻み昆布	0.2
れん こん の き ん び ら	ごま油	0.5
	濃口醤油	2.7
	砂糖(中双糖)	1.5
	みりん	0.5
	炒り白ごま	1
	湯	5
	太もやし	25
	キャベツ	20
	人参	5
	ボン酢	0.7
野菜 の ポ ン 酢 あ え	濃口醤油	1.5
	砂糖(上白糖)	0.5
	炒り白ごま(500g)	1
	(個)和三盆糖	3
	(個)納豆(30g・40g)	小 30
	(個)納豆(30g・40g)	中 40

409g

29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)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	牛乳	206
	豚肉スライス	20
	清酒	1
	(乾)高野豆腐 サイコロ	15
	玉ねぎ 皮むき	30
	人参	10
高 野 豆 腐 の 煮 物	(冷)さやいんげん	7
	(乾)干しいたけ スライス	0.8
	濃口醤油	3.2
	砂糖(三温糖)	2.4
	食塩	0.3
	湯	60
	食べて菜	15
	太もやし	30
	人参	5
	濃口醤油	2
食 べ て 菜 の ア ー モ ン ド あ え	食酢	2
	砂糖(上白糖)	0.5
	なたね油	0.5
	アーモンド(粉)	1.2
	アーモンド(刻み)	1.2
	(袋)ひじきのり	10

423g

30日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
中 華 丼 ( 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	206
	豚肉 スライス	30
	おろし生姜	0.2
	濃口醤油	1.5
	清酒	1
	(レト)うずら卵	15
牛 乳	チンゲンサイ	20
	玉ねぎ 皮むき	20
	人参	8
	しいたけスライス	5
	(レト)たけのこ水煮(短冊)	10
	なたね油	1
	ごま油	0.5
	(レト)がらスープ(1kg・3kg)	3
	濃口醤油	1.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4
か ぼ ち ゃ の フ ラ イ り ん ご	食塩	0.4
	こしょう	0.06
	でんぷん	1.5
	湯	40
	(冷)かぼちゃフライ	52
	なたね油	7
	(袋)りんご 1/4カット	50

474g

31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	206
	豚肉スライス	25
	玉ねぎ 皮むき	40
	じゃがいも皮むき(2cmカット)	30
	人参	10
	(レト)トマト水煮	10
	(レト)マッシュルーム	5
	なたね油	1
牛 乳	小麦粉(中力粉)	5
	バター有塩	3
	なたね油	2
	(レト)がらスープ(1kg・3kg)	3
	ウスターソース	2.8
	ぶどう酒 赤	2
	トマトパウダー	1
	砂糖(上白糖)	0.7
	食塩	0.6
	こしょう	0.06
豆 ま め サ ラ ダ	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ローリエ	0.1
	湯	60
	太もやし	20
	きゅうり	25
	人参	5
	(レト)ミックスビーンズ	12
	焼酎ごまドレッシング 乳・卵抜き	4.5
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70

599g