

国分寺・鬼無4月

9日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーピラフ (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
	白ぶどう酒	1
	(冷)ベーコン スライス	5
	玉ねぎ	20
	人参	10
	エリンギ カット	8
	(冷)グリーンピース	5
牛乳	サラダ油	0.5
	有塩バター	1
	食塩	1
	こしょう	0.03
	カレー粉	0.7
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4
	ウスターソース	1
	牛乳	○ 206
	(レト)まぐろ油漬	15
	キャベツ	15
野菜サラダ	きゅうり	15
	(乾)かんぴょう	1
	(缶)ホールコーン	7
	食酢	3
	サラダ油	1
	砂糖(上白糖)	0.7
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
	(冷)ベーコン スライス	5
	(冷)白いんげん豆	20
コンソメスープ	玉ねぎ	25
	人参	5
	セロリー	5
	パセリ	0.5
	(レト)がらスープ	4
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.2
	しょうゆ	0.5
	食塩	0.7
	こしょう	0.03
	湯	120

10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	60	
	牛乳	○ 206	
	(冷)肉団子	30	
	キャベツ	40	
	玉ねぎ	20	
	(レト)たけのこ水煮 短冊	10	
	人参	8	
	しいたけ スライス	5	
	チンゲン菜	7	
	(乾)はるさめ	3	
肉団子のスープ	生姜	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	
	じゃがいも	50	
	人参	6	
	(冷)むき枝豆	5	
ポテトサラダ	ゆで塩	1	
	(袋)マヨネーズ 卵抜き(小中のみ)	8	
	ミニトマト	30	

11日(木)

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)メルルーサ 角切り	50	
	食塩	0.2	
	こしょう	0.02	
	清酒	2	
	でん粉	7	
	なたね油	5	
	てんぷら	5	
牛乳	白菜	40	
	小松菜	20	
	しょうゆ	2	
	本みりん	1	
	だし汁	10	
	豆腐	25	
	油揚げ	7	
	つきこんにやく	10	
	洗いごぼう	10	
	人参	7	
魚のから揚げ	中ねぎ	5	
	しょうゆ	2	
	食塩	0.7	
	ごま油	0.5	
	だし削り節 鯖抜き	4	
	だし昆布	1	
	水	120	
	(レト)あさり佃煮	10	

12日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
チキンライス (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	
	白ぶどう酒	1	
	玉ねぎ	20	
	人参	10	
	エリンギ カット	8	
	(冷)むき枝豆	5	
	有塩バター	1	
牛乳	サラダ油	1	
	トマトケチャップ 1kg	14	
	ウスターソース	1	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	
	食塩	0.5	
	こしょう	0.05	
	牛乳	○ 206	
	(レト)まぐろ油漬	10	
	キャベツ	30	
	人参	5	
ひじきとチーズの鉄骨サラダ	ダイスチーズ	5	
	(乾)ひじき	1.2	
	食酢	3	
	サラダ油	1	
	しょうゆ	2	
	砂糖(上白糖)	0.5	
	こしょう	0.02	
	(冷)ベーコン スライス	7	
	(缶)クリームコーン	40	
	玉ねぎ	30	
コーンスープ	パセリ	0.5	
	サラダ油	0.5	
	(レト)がらスープ	4	
	食塩	0.7	
	こしょう	0.03	
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.2	
	湯	100	

国分寺・鬼無4月

15日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型 コッペパン	コッペパン	40
	牛乳	○ 206
	スパゲティ(ハーフ)	35
	ゆで塩	1.5
	豚肉 スライス	15
	(冷)紫いか 短冊	10
	(レト)あさりむき身	10
	清酒	1.5
	キャベツ	30
	玉ねぎ	20
牛乳 ソー ス 焼 き ス パ ゲ テ ィ	人參	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	7
	ウスターソース	2
	食塩	0.5
	こしょう	0.05
切 り 干 し 大 根 の サ ラ ダ	粉かつお	0.5
	(乾)青のり粉	0.2
	きゅうり	10
	(乾)切干し大根	5
	人參	5
	(缶)ホールコーン	5
	(乾)刻み昆布	0.5
	食酢	3
	しょうゆ	3
	砂糖(上白糖)	1
ごま油	0.5	
清 見 オ レ ン ジ (小 中 の み)	清見オレンジ	50

16日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
中 華 風 炊 き 込 み ご は ん (麦 入 り)	精白米(自校)	70
	米粒麦 自校	10
	焼き豚 角切り	20
	(レト)新たけのこ水煮 ホール	10
	人參	5
	(冷)むき枝豆	5
	中ねぎ	5
	ごま油	1
	清酒	4
	しょうゆ	3.5
牛 乳	砂糖(上白糖)	0.8
	食塩	0.6
	牛乳	○ 206
	もやし	30
	小松菜	25
	人參	5
	(乾)干しわかめ カット	0.5
	食酢	3
	しょうゆ	3
	砂糖(上白糖)	1
中 華 和 え	ごま油	0.5
	(冷)肉入りワンタン	20
	玉ねぎ	20
	人參	5
	ロメインレタス	5
	(レト)がらスープ	4
	しょうゆ	1
	食塩	0.6
	こしょう	0.06
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
ワ ン タ ン ス ー プ	湯	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
米 粉 パ ン	米粉パン	60
	牛乳	○ 206
	豚赤肉 スライス	25
	(冷)白いんげん豆	35
	じゃがいも	45
	玉ねぎ	40
	人參	10
	パセリ	0.5
	サラダ油	1
	(レト)トマトピューレ	6
牛 乳	トマトケチャップ 1kg	3
	砂糖(上白糖)	1.2
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.5
	こしょう	0.05
	湯	40
	キャベツ	30
	きゅうり	20
	(レト)パインアップル	15
ポ ー ク ビ ー ン ズ	食酢	2.5
	サラダ油	1
	砂糖(上白糖)	0.7
	食塩	0.3
	こしょう	0.02
	(個)アーモンド入りチーズ	15
グ リ ー ン サ ラ ダ		
ア ー モ ン ド 入 り チ ー ズ (小 中 の み)		

18日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
赤 飯	精白米(自校)	60
	もち米	20
	(乾)小豆	7
	食塩	1
	牛乳	○ 206
	鶏肉の から 揚 げ	30
	鶏肉カット 胸 皮なし 唐揚げ用	20
	しょうゆ	3
	清酒	0.7
	生姜	0.7
牛 乳	米粉	4
	でん粉	2
	なたね油	5
	(冷)ブロッコリー	30
	ゆで塩	0.6
	(冷)豆腐 カット	20
	玉ねぎ	30
	人參	10
	中ねぎ	5
	(乾)干しわかめ カット	0.5
鶏 肉 の か ら 揚 げ	(乾)干しいたけ スライス	0.5
	清酒	1
	食塩	0.6
	しょうゆ	0.5
	だし削り節 鯖抜き	4
	だし昆布	1
	水	120
	(個)いちごゼリー	50
ゆ で ブ ロ ッ コ リ ー		
す ま し 汁		
い ち ご ゼ リ ー (小 中 の み)		

19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)さばの生姜煮	幼小50
	(冷)さばの生姜煮	中70
	ほうれん草	25
	キャベツ	20
	もやし	15
	しょうゆ	2.5
	サラダ油	1
牛 乳	食酢	1.5
	砂糖(上白糖)	1.5
	アーモンド 粉	1
	アーモンド 刻み	1.5
	(冷)すいとん	20
	油揚げ	5
	玉ねぎ	20
	人參	5
	中ねぎ	5
	中みそ	7
さ ば の 生 姜 煮	甘みそ	6
	だし煮干し	4
	水	120
ア ー モ ン ド 和 え		
す い と ん 汁		

国分寺・鬼無4月

22日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
セル フドッ グ 牛乳 クラ ム チャ ウダ ー	コッペパン	60
	牛乳	○ 206
	粗挽ウインナー	幼小30
	粗挽ウインナー	中40
	キャベツ	30
	人参	5
	(袋)トマトケチャップ	幼、小1~4 8
	(DP)ケチャップ&マスタード	小5・6、中 8
	(個)ハーフスライスチーズ(中のみ)	12
	(レト)あさりむき身	15
	白ぶどう酒	1
	(冷)ベーコン スライス	5
	(レト)大豆ペースト	15
	じゃがいも	30
	玉ねぎ	30
	人参	5
	パセリ	0.5
	有塩バター	0.5
	(レト)がらスープ	4
	食塩	0.6
	こしょう	0.05
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
コーンスターチ	1	
調理用牛乳	○ 30	
湯	40	

23日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
た け の こ ご は ん 牛 乳 き ん び ら か き た ま 汁 野 菜 マ フ ィ ン ( 中 の み )	精白米(自校)	80
	(冷)鶏肉 胸 皮なし カット	9
	(冷)鶏肉 もも 皮なし カット	6
	清酒	1
	油揚げ	5
	(レト)新たけのこ水煮 ホール	25
	(冷)むき枝豆	7
	人参	5
	しょうゆ	2.5
	清酒	2
	食塩	0.8
	砂糖(上白糖)	0.8
	だし昆布	1
	牛乳	○ 206
	てんぷら	10
	洗いごぼう	25
	つきこんにやく	10
	人参	5
	(冷)さやいんげん	6
	ごま油	1
	しょうゆ	2
	砂糖(三温糖)	1
本みりん	1	
炒り白ごま	2	
一味とうがらし	0.01	
鶏卵	20	
玉ねぎ	30	
人参	5	
中ねぎ	5	
(乾)干しいたけ スライス	1	
しょうゆ	1	
食塩	0.7	
でん粉	0.5	
だし削り節 鯖抜き	4	
だし昆布	1	
水	130	
(袋)野菜マフィン	30	

24日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
カ レ ー ラ イ ス ( 麦 ご は ん ) 牛 乳 海 藻 と ブ ロ ッ コ リ ー の サ ラ ダ 小 煮 干 し ( 小 中 の み )	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛肉 スライス	25
	じゃがいも	50
	玉ねぎ	40
	人参	10
	(冷)むき枝豆	5
	(乾)レンズ豆	5
	セロリー	5
	にんにく	0.5
	小麦粉(中力粉)	6
	サラダ油	4
	カレー粉	1
	サラダ油	2
	(レト)がらスープ	4
	赤ぶどう酒	2
	トマトケチャップ 1kg	2
	ウスターソース	1.3
	とんかつソース	1
	しょうゆ	1
	チャツネ	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4
食塩	0.8	
こしょう	0.04	
湯	90	
牛乳	○ 206	
(乾)海藻ミックス	1	
キャベツ	30	
(冷)ブロッコリー	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	
小煮干し	4	

25日(木)		
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 ) 牛 乳 が ん も ど き と ひ じ き の う ま 煮 お ひ た し ヨ ー グ ル ト ( 小 中 の み )	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
	つきこんにやく	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
	ボン酢	1.2
(個)ヨーグルト	70	

26日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ご は ん 牛 乳 さ や い ん げ ん の ご ま 揚 げ た け の こ と ふ き の 土 佐 煮 み そ 汁 ひ じ き の り ( 小 中 の み )	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	10
	牛乳	○ 206
	(冷)さごし	幼、小1・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 1kg	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	