

国分寺・鬼無5月

7日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
わかめごはん	精白米(自校)	90
	炊き込みわかめ	2.3
	牛乳	○ 206
	鶏肉カット 胸 皮なし	12
	鶏肉カット もも 皮なし	8
	清酒	1
	(乾)高野豆腐 サイコロ	12
	玉ねぎ	35
牛乳	人参	10
	(冷)さやいんげん	7
	しいたけ スライス	5
	しょうゆ	3
	砂糖(三温糖)	2.5
	食塩	0.2
	だし汁	35
	豚赤肉 スライス	10
	さつまいもカット 角切り	40
高野豆腐のうま煮	洗いごぼう	7
	つきこんにやく	7
	もやし	15
	人参	7
	中ねぎ	5
	麦みそ	10
	だし煮干し	4
	水	110
豚汁		

8日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
きなこつ茶揚げパン	コッペパン	60
	なたね油	4
	砂糖(三温糖)	5
	きな粉 青大豆	4
	煎茶 粉末	0.4
	紙ナフキン	1
	牛乳	○ 206
	(冷)肉団子	30
牛乳	玉ねぎ	35
	(レト)たけのこ水煮 ホール	15
	人参	10
	チンゲンサイ	15
	しいたけ スライス	4
	(乾)はるさめ	3
	生姜	0.5
	サラダ油	0.5
	(レト)がらスープ	4
	しょうゆ	2
肉団子のスープ	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
	(乾)海藻ミックス	1
	キャベツ	30
	きゅうり	10
	(缶)ホールコーン	7
	炒り白ごま	1
海藻サラダ	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
	(袋)プルーン	7
プルーン(中のみ)		

9日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
山菜ごはん(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
	清酒	1
	油揚げ	5
	(レト)山菜ミックス水煮	15
	人参	5
	サラダ油	1
	しょうゆ	3
牛乳	砂糖(上白糖)	1
	食塩	0.8
	牛乳	○ 206
	豚赤肉 スライス	30
	こんにやく 波型	35
	洗いごぼう	35
	人参	15
	(冷)さやいんげん	7
豚肉とごぼうの煮物	サラダ油	1
	しょうゆ	5
	本みりん	2
	砂糖(中双糖)	2
	清酒	1.5
	でん粉	0.5
	だし煮干し	1
	水	8
	小松菜	25
野菜のポン酢あえ	もやし	35
	人参	5
	しょうゆ	2.5
	ポン酢	1.5
	花かつお	1
	(個)みかんジュース	125
みかんジュース(小中のみ)		

10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)さばの煮付け	幼、小 50
	(冷)さばの煮付け	中 70
	キャベツ	35
	スナップえんどう 生	15
牛乳	(缶)ホールコーン	5
	しょうゆ	2.5
	食酢	2
	ごま油	1
	砂糖(上白糖)	1
	炒り白ごま	1
	豆腐	30
	油揚げ	5
	玉ねぎ	25
さばの煮付け	人参	10
	中ねぎ	5
	中みそ	7
	甘みそ	6
	だし煮干し	4
	水	120
スナップえんどうのごまドレッシングあえ		
豆腐のみそ汁		

27日(月)			28日(火)			29日(水)			30日(木)			31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				
セルフハンバーガー 牛乳 コーン クリームシチュー	コッペパン(丸型)	60	親子どんぶり(麦ごはん) 牛乳 にんじんのあえもの お茶ビーンズ	精白米(委託)	70	コッペパン 牛乳 さごしのレモンソース 粉ふきいも トマトスープ	コッペパン	60	ジャンバラヤ(麦入り) 牛乳 ビーンズ サラダ レタスのスープ 豆乳プリン(小中のみ)	精白米(自校)	70	麦ごはん 牛乳 焼き豆腐のみそそぼろ煮 香りあえ あさりの佃煮(小中のみ) みかんジュース(小中のみ)	精白米(委託)	70				
	牛乳	○ 206		米粒麦 委託	10		牛乳	○ 206		米粒麦 自校	10		米粒麦 委託	10				
	(冷)ハンバーグ 鉄分強化 ポイル用	幼、小 60		鶏肉カット 胸 皮なし	15		(冷)さごし	幼~小2 35		(冷)さごし	10		(冷)むきえび	10	牛乳	○ 206	豚肉 ミンチ	15
	(冷)ハンバーグ 鉄分強化 ポイル用	中 80		鶏肉カット もも 皮なし	15		(冷)さごし	小3~6 50		(冷)さごし	14		白ぶどう酒	1	粗挽きウインナー カット	10	焼き豆腐	85
	キャベツ	30		鶏卵	30		清酒	2		玉ねぎ	20		粗挽きウインナー カット	10	玉ねぎ	20	玉ねぎ	30
	人参	5		人参	15		食塩	0.2		(レト)トマト水煮	14		人参	7	(レト)トマト水煮	14	人参	10
	(袋)トマトケチャップ	幼~小4 8		中ねぎ	5		食塩	0.2		セロリー	5		セロリー	5	(冷)グリーンピース	5	チンゲンサイ	10
	(DP)ケチャップ&マスタード	小5~中 8		しいたけ スライス	4		でん粉	5		(冷)グリーンピース	5		(冷)グリーンピース	5	有塩バター	1	中ねぎ	3
	(個)スライスチーズ(中のみ)	20		しょうゆ	5		なたね油	4		有塩バター	1		有塩バター	1	サラダ油	1	(乾)干しいたけ スライス	1
	(冷)ベーコン スライス	8		本みりん	3		(冷)レモン果汁	4		サラダ油	1		サラダ油	1	白ぶどう酒	1	生姜	0.5
	(缶)クリームコーン	20		砂糖(上白糖)	2		しょうゆ	3		白ぶどう酒	1		白ぶどう酒	1	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.7	にんにく	0.1
	(缶)ホールコーン	5		食塩	0.5		本みりん	1		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.7		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.7	食塩	0.8	ごま油	1
	玉ねぎ	40		でん粉	0.5		でん粉	0.3		食塩	0.8		ごしょう	0.03	ごしょう	0.03	赤みそ	6.5
	人参	10		だし削り節 鯖抜き	2		じゃがいも	55		ごしょう	0.03		一味とうがらし	0.01	一味とうがらし	0.01	砂糖(三温糖)	3
	エリンギ カット	8		湯	60		人参	5		一味とうがらし	0.01		牛乳	○ 206	牛乳	○ 206	清酒	2
	パセリ	0.5		牛乳	○ 206		ゆで塩	1.2		牛乳	○ 206		牛乳	○ 206	(冷)ブロッコリー	15	しょうゆ	2
	サラダ油	1		人参	25		(冷)ベーコン スライス	5		(冷)ブロッコリー	15		(冷)ブロッコリー	15	きゅうり	20	一味とうがらし	0.02
	小麦粉(中力粉)	4		きゅうり	15		玉ねぎ	25		きゅうり	20		きゅうり	20	(缶)ホールコーン	5	でん粉	1
	有塩バター	1		玉ねぎ	5		(缶)ホールコーン	5		(缶)ホールコーン	5		(缶)ホールコーン	5	(レト)ミックスビーンズ	10	水	20
	サラダ油	2		(袋)焼きたまごドレッシング 乳・卵抜き	10		(冷)大豆水煮	20		(レト)ミックスビーンズ	10		(レト)ミックスビーンズ	10	(袋)焼きたまごドレッシング 乳・卵抜き	10	小松菜	20
	(レト)がらスープ	4		(冷)大豆水煮	20		でん粉	1		(袋)焼きたまごドレッシング 乳・卵抜き	10		(袋)焼きたまごドレッシング 乳・卵抜き	10	(冷)ベーコン スライス	8	もやし	35
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		でん粉	1		なたね油	2		(冷)ベーコン スライス	8		(冷)ベーコン スライス	8	レタス	20	人参	7
	食塩	0.6		なたね油	2		きな粉 青大豆	2		レタス	20		レタス	20	玉ねぎ	15	炒り白ごま	1
	ごしょう	0.04		きな粉 青大豆	2		煎茶 粉末	0.1		玉ねぎ	15		玉ねぎ	15	人参	10	(袋)ソノオイルゆずかつおドレ 乳・卵抜き	10
	ローリエ	0.1		煎茶 粉末	0.1		砂糖(三温糖)	2		マカロニ 英字	5		マカロニ 英字	5	マカロニ 英字	5	(レト)あさり佃煮	10
	牛乳(調理用)	○ 30		砂糖(三温糖)	2		食塩	0.01		食塩	0.6		食塩	0.6	食塩	0.6	(個)みかんジュース	125
	生クリーム	2		食塩	0.01					ごしょう	0.03		ごしょう	0.03	ごしょう	0.03		
湯	75					しょうゆ	0.5	しょうゆ	0.5	しょうゆ	0.5							
						(レト)がらスープ	4	(レト)がらスープ	4	(レト)がらスープ	4							
						チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4							
						湯	125	湯	125	湯	125							
						(個)豆乳プリン	40	(個)豆乳プリン	40	(個)豆乳プリン	40							