

国分寺・鬼無9月

9日(月)			10日(火)			11日(水)			12日(木)			13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				
コッペパン 丸型 牛乳 はものチリソースかけ ゆでブロッコリー うずら卵とチンゲンサイのスープ	コッペパン(丸型)	60	中華どんぶり 牛乳 さつまいものアーモンドあえ ミニトマト	精白米	80	米粉パン 牛乳 冬瓜入りシチュー 野菜ソテー	米粉パン 丸型	60	ナン 牛乳 ドライカレー コールスローサラダ コンソメスープ 豆乳プリン(小中のみ)	(袋)ナン	幼-小2 50	菜ちりめんごぼん 牛乳 里芋と鶏肉の煮物 団子汁 月見ゼリー	精白米	80				
	牛乳	206		豚肉 スライス	20		牛乳	206		(袋)ナン	小3-6 70		菜ちりめんごぼん	菜めしちりめん	4			
	(冷)はも粉つき	45		生姜	2		鶏肉カット 胸 皮なし	15		(袋)ナン	中 100		牛乳	牛乳	206	鶏肉カット もも 皮なし	10	
	なたね油	5		清酒	1		鶏肉カット もも 皮なし	10		牛乳	206		牛肉ミンチ	15	鶏肉カット 胸 皮なし	15	(冷)里いも	60
	玉ねぎ	10		(冷)いか短冊(1×4cm)	10		ミニ冬瓜	25		冬瓜入りシチュー	25		豚肉 ミンチ	15	(冷)里いも	60	板こんにやく	13
	(レト)たけのこ水煮(ホール)	5		清酒	1		玉ねぎ	35		人参	10		(レト)ひきわり大豆	15	人参	10	人参	10
	生姜	0.5		(レト)うずら卵	20		じゃがいも	20		パセリ	1		玉ねぎ	45	ピーマン	4	(冷)さやいんげん	8
	にんにく	0.3		キャベツ	40		人参	10		なたね油	1		人参	10	レーズン	1	なたね油	1.5
	ごま油	0.6		玉ねぎ	30		人参	1		小麦粉(中力粉)	3.5		人参	10	にんにく	0.6	濃口醤油	3.5
	トマトケチャップ	3		(レト)たけのこ水煮(ホール)	15		人参	1		なたね油	2		人参	10	生姜	0.3	砂糖(中双糖)	2
	砂糖(上白糖)	2		濃口醤油	1.7		人参	1		有塩バター	1		人参	10	なたね油	1	清酒	1
	濃口醤油	0.7		食塩	0.5		人参	1		牛乳(調理用)	25		人参	10	小麦粉(中力粉)	1	だし汁	15
	豆板醤	0.02		(レト)がらスープ	3		人参	1		(レト)がらスープ	4		人参	10	トマトケチャップ 1kg	9	油揚げ	5
	食塩	0.15		濃口醤油	1.7		人参	1		白ぶどう酒	1		人参	10	ウスターソース	3.5	(冷)白玉	20
	でん粉	0.3		食塩	0.5		人参	1		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5		人参	10	カレー粉	1.2	玉ねぎ	25
	水	10		こしょう	0.06		人参	1		食塩	0.4		人参	10	赤ぶどう酒	1	人参	10
	(冷)ブロッコリー 県産	35		でん粉	1		人参	1		こしょう	0.05		人参	10	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	人参	10
	ゆで塩	0.5		湯	50		人参	1		湯	60		人参	10	食塩	0.5	人参	10
	ボンレスハム 短冊 卵抜き	5		牛乳	206		人参	1		ベーコン スライス	7		人参	10	こしょう	0.03	人参	10
	(レト)うずら卵	30		さつまいもカット(皮付き・角切り)	50		人参	1		キャベツ	25		人参	10	キャベツ	30	人参	10
	玉ねぎ	20		なたね油	4		人参	1		しめじ	15		人参	10	きゅうり	15	人参	10
	人参	10		砂糖(三温糖)	3		人参	1		チンゲンサイ	20		人参	10	(缶)ホールコーン	5	人参	10
	チンゲンサイ	8		なたね油	4		人参	1		人参	5		人参	10	(袋)フレンチドレッシング 乳・卵抜き	10	人参	10
なたね油	0.5	食塩	1	人参	1	なたね油	1	人参	10	(乾)マカロニ(英字)	3	人参	10					
(レト)がらスープ	4	食酢	1	人参	1	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.2	人参	10	ベーコン スライス	5	人参	10					
食塩	0.4	湯	1.2	人参	1	濃口醤油	0.2	人参	10	玉ねぎ	20	人参	10					
濃口醤油	0.5	アーモンド(刻み)	3.5	人参	1	食塩	0.2	人参	10	(冷)白いんげん豆	20	人参	10					
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	ミニトマト	30	人参	1	こしょう	0.03	人参	10	人参	7	人参	10					
ごま油	0.2			人参	1			人参	10	パセリ	0.5	人参	10					
こしょう	0.03			人参	1			人参	10	なたね油	0.5	人参	10					
湯	120			人参	1			人参	10	ローリエ	0.1	人参	10					
				人参	1			人参	10	(レト)がらスープ	4	人参	10					
				人参	1			人参	10	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	人参	10					
				人参	1			人参	10	食塩	0.4	人参	10					
				人参	1			人参	10	こしょう	0.03	人参	10					
				人参	1			人参	10	濃口醤油	0.2	人参	10					
				人参	1			人参	10	湯	135	人参	10					
				人参	1			人参	10	(個)豆乳プリン	40	人参	10					

国分寺・鬼無9月

17日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大豆 ごはん (麦入り) 牛乳 切り干し大根 のあえもの すまし汁 野菜マフィン (小中のみ)	精白米	70
	米粒麦	10
	牛肉 スライス	10
	油揚げ	5
	人参	5
	つきこんにやく(ハーフ)	5
	(冷)大豆水煮	12
	(冷)むき枝豆	5
	なたね油	0.8
	濃口醤油	3
	清酒	2
	砂糖(上白糖)	1
	食塩	0.7
	牛乳	206
	きゅうり	20
	(乾)切干し大根	5
	人参	7
(缶)ホールコーン	5	
(乾)刻み昆布	0.5	
(袋)棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	10	
豆腐	25	
玉ねぎ	20	
中ねぎ	3	
(乾)干しいたけ(スライス)	0.7	
干しわかめ(カット)	0.5	
清酒	1	
食塩	0.4	
濃口醤油	0.5	
だし削り節 鯖抜き	5	
湯	140	
(個)野菜マフィン	30	

18日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型 コッペパン 牛乳 海の幸 スパゲティ イタリアン サラダ ヨーグルト (小中のみ)	コッペパン	40
	牛乳	206
	スパゲティ(ハーフ)	35
	ゆで塩	1.5
	ベーコン スライス	5
	(冷)あさりむき身	10
	(冷)いか短冊(1×4cm)	10
	(冷)むきえび	10
	白ぶどう酒	2
	玉ねぎ	40
	(レト)トマト水煮	25
	しめじ	10
	なす	10
	人参	7
	にんにく	0.3
	なたね油	2
	トマトケチャップ 1kg	5
	赤ぶどう酒	5
	ウスターソース	1
	砂糖(上白糖)	1
	食塩	0.4
	こしょう	0.05
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
	一味とうがらし	0.01
	粉チーズ	3
	キャベツ	35
	(冷)ブロッコリー	15
黄パプリカ	5	
赤パプリカ	5	
(袋)イタリアンドレッシング 乳・卵抜き	10	
(個)ヨーグルト 小	70	
(個)ヨーグルト 中	100	

19日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
萩 ごはん 牛乳 筑前煮 豆腐のみそ汁	精白米	65
	もち米	10
	黒米	2.5
	(冷)むき枝豆	8
	清酒	3
	食塩	0.9
	牛乳	206
	鶏肉カット 胸 皮なし	15
	鶏肉カット もも 皮なし	10
	清酒	1
	板こんにやく	30
	洗いごぼう	30
	れんこん いちょう切り	15
	人参	15
	(冷)さやいんげん	8
	ごま油	1.5
	濃口醤油	4.5
	砂糖(中双糖)	3.5
	でん粉	0.7
	だし汁	6
	豆腐	30
	油揚げ	5
	玉ねぎ	20
	しめじ	7
	中ねぎ	5
	中みそ	7
	甘みそ	6
だし煮干し	4	
水	120	

20日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ご はん 牛乳 魚のレモン ソース おひたし ひじきと大豆 の五目煮 野菜ふりかけ (小中のみ)	精白米	80
	牛乳	206
	(冷)メルルーサ 角切り	50
	清酒	2
	食塩	0.1
	でん粉	4
	米粉	3
	なたね油	6
	(冷)レモン果汁	4
	砂糖(上白糖)	3
	濃口醤油	2
	もやし	35
	小松菜	25
	人参	7
	(袋)和風ドレッシング 乳・卵抜き	10
	鶏肉カット もも 皮なし	2
	鶏肉カット 胸 皮なし	3
	(冷)大豆水煮	15
	油揚げ	5
	乾)ひじき	2.5
	人参	10
	つきこんにやく	10
	(冷)さやいんげん	5
	なたね油	1
	濃口醤油	3.5
	砂糖(上白糖)	2.5
	本みりん	0.8
湯	15	
(袋)野菜ふりかけ	2.5	

国分寺・鬼無9月

24日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
五目 チャーハン	精白米	70
	米粒麦	10
	ボンレスハム 角切 卵抜き	7
	(冷)むきえび	15
	清酒	1
	玉ねぎ	15
	人参	5
	(冷)むき枝豆	5
	中ねぎ	3
	ごま油	1.5
	清酒	1
	濃口醤油	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	食塩	0.5
	こしょう	0.02
	牛乳 中華あえ 春雨スープ ミック スナッツ (小中のみ)	牛乳
もやし		40
きゅうり		15
人参		5
(乾)きくらげ(せん切り)		0.3
(袋)棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き		10
玉ねぎ		30
人参		7
中ねぎ		5
(乾)はるさめ		5
(乾)干しいたけ(スライス)		0.3
(レト)がらスープ		4
濃口醤油		0.5
なたね油		0.5
チキンコンソメ 乳・卵抜き		0.3
ごま油		0.1
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
湯	140	
(袋)ミックスナッツ	15	

25日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セル フドッ グ	コッペパン	60
	牛乳	206
	皮つき粗挽ウインナー	幼-小 30
	皮つき粗挽ウインナー	中 40
	キャベツ	35
	人参	5
	ゆで塩	0.5
	(袋)トマトケチャップ	~小4 8
	(DP)ケチャップ&マスタード	小5~ 8
	(乾)スティックチーズ(中のみ)	10
	(冷)あさりむき身	15
	白ぶどう酒	1
	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	
白ぶどう酒	1	
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	
牛乳(調理用)	30	
湯	50	

26日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ご は ん 牛 乳 さん ま の み ぞ れ 煮 ご ま あ え 冬 瓜 の み そ 汁	精白米	80
	牛乳	206
	(冷)さんまのみぞれ煮	幼 40
	(冷)さんまのみぞれ煮	小 50
	(冷)さんまのみぞれ煮	中 80
	キャベツ	30
	小松菜	25
	人参	5
	炒り白ごま	1
	(袋)ゆずかつおドレッシング 乳・卵抜き	10
	油揚げ	5
	玉ねぎ	30
	ミニ冬瓜	15
	中ねぎ	5
	中みそ	7
	甘みそ	6
だし煮干し	4	
水	120	

27日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
さ つ ま い も ご は ん 牛 乳 豚 肉 と ご ぼ う の 煮 物 か き た ま 汁	精白米	80
	さつまいも カット(角切り)	30
	清酒	1.6
	食塩	0.8
	だし昆布	0.5
	炒り黒ごま	0.7
	牛乳	206
	豚肉 スライス	30
	つきこんにやく	35
	洗いごぼう	35
	人参	15
	(冷)さやいんげん	7
	なたね油	1
	濃口醤油	5
	本みりん	2
	砂糖(中双糖)	2
清酒	1.5	
でん粉	0.5	
だし汁	8	
鶏卵	20	
玉ねぎ	30	
人参	7	
中ねぎ	5	
(乾)干しいたけ(スライス)	1	
濃口醤油	1	
食塩	0.5	
でん粉	0.5	
だし削り節 鯖抜き	4	
だし昆布	1	
水	130	

