

1日(月)				2日(火)				3日(水)				4日(木)				5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			
麦ごはん	精白米(委託)		60	コッペパン	コッペパン	○	50	麦ごはん	精白米(委託)		60	大豆ごはん	精白米(自校)		65	麦ごはん	精白米(委託)		60			
	精白米(委託)		70		コッペパン	○	60		精白米(委託)		70		牛肉(和牛スライス)(補助事業)	○	15		精白米(委託)		70			
	米粒麦 委託		6						米粒麦 委託		6		清酒		0.6		米粒麦 委託		6			
	米粒麦 委託		7						米粒麦 委託		7		(レト)蒸大豆	○	13		米粒麦 委託		7			
牛乳				牛乳	牛乳	○	206	牛乳				牛乳	油揚げ	○	3	牛乳						
													人参		7					牛乳	○	206
													(冷)むき枝豆	○	5							
オリーブ牛とじゃがいものうま煮	牛肉(和牛スライス)(補助事業)	○	30	オリーブ牛とトマトのシチュー	牛肉(和牛スライス)(補助事業)	○	25	いわしの香り揚げ				茎わかめのきんぴら	サラダ油		1	高野豆腐の卵とじ	豚赤肉 スライス	○	20			
	清酒		1		玉ねぎ 皮むき		40		(冷)いわし開き 粉付き	小	40		清酒		2		清酒		1			
	じゃがいも皮むき (2cmカット)		65		人参		10		(冷)いわし開き 粉付き	中	50		淡口醤油	○	2.5		鶏卵	○	20			
	玉ねぎ 皮むき		50		(レト)トマト水煮		10		なたね油 ローリー		7		砂糖(上白糖)		1		(乾)高野豆腐 サイコロ	○	13			
	人参		15		(レト)マッシュルーム		5		砂糖(上白糖)		2.4		食塩		0.8		玉ねぎ 皮むき		30			
	つきこんにゃく(ハーフ)		10		サラダ油		1		濃口醤油	○	2.4		だし昆布		0.5		人参		10			
	(冷)むき枝豆	○	5		小麦粉	○	5		みりん		1.4						(冷)むき枝豆	○	10			
	サラダ油		1		有塩バター	○	3		清酒		1.4		牛乳	○	206		(乾)干しいたけ スライス		1			
	砂糖(中双糖)		2		サラダ油		2		でんぷん		0.3						濃口醤油	○	3.4			
	みりん		0.5		(レト)がらスープ	○	3		湯		3						砂糖(三温糖)		2			
	濃口醤油	○	3.5		ウスターソース		2.8						てんぷら		9		食塩		0.3			
	湯		10		赤ぶどう酒		2		太もやし		28		れんこんいちよう切り		18		サラダ油		1			
					トマトパウダー		1		小松菜		17		ごぼう ささがき		20		湯		60			
	太もやし		28		砂糖(上白糖)		0.7		人参		5		(乾)茎わかめ カット		1.8					れんこん いちよう切り		25
	小松菜		17		食塩		0.6		赤じそ粉		0.5		炒り白ごま	○	1					(冷)さやいんげん		15
	人参		5		こしょう		0.06		濃口醤油	○	1		ごま油	○	0.8					人参		5
濃口醤油	○	1.3	チキンコンソメ 乳・卵抜き	○	0.5				濃口醤油	○	2.5				食酢		2					
花かつお 碎片		1	ローリエ		0.1				砂糖(中双糖)		1.2				濃口醤油	○	2					
			湯		60				みりん		0.5				砂糖(上白糖)		1					
									ごま油	○	0.2				ごま油	○	1					
									水		20				炒り白ごま	○	1					

8日(月)

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
豚キムチ	豚赤肉スライス	○	40
	おろし生姜		0.8
	おろしにんにく		0.8
	清酒		1
野菜のドレッシング和え	キャベツ		30
	(レト)白菜キムチ	○	30
	太もやし		20
	にら		10
	ごま油	○	1
	濃口醤油	○	3.3
	砂糖(上白糖)		1
	水		20
	きゅうり		25
プリン	ロメインレタス		15
	人参		5
	(レト)ホールコーン		5
	(レト)まぐろ油漬	○	5
	棒々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	○	4.5
	(個)プリン 鉄強化	○	50

9日(火)

献立名	食品名		一人当り 正味分量
みそラーメン	(袋)中華そば	○ 小3	150
	(袋)中華そば	○ 小4~6	200
	(袋)中華そば	○ 中	250
	豚赤肉 スライス	○	25
牛乳	清酒		1
	濃口醤油	○	1
	キャベツ		25
	太もやし		25
	人参		10
	太ねぎ		3
	(レト)ホールコーン		5
	(乾)きくらげ せん切り		0.5
	おろしにんにく		0.7
	ごま油	○	1
さつまいものからあげ	赤みそ	○	7
	(レト)がらスープ	○	3
	清酒		1.5
	砂糖(上白糖)		0.9
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	○	0.8
	食塩		0.35
	豆板醤		0.1
	こしょう		0.06
	でんぷん		1
	湯		125
ガトーショコラ	牛乳	○	206
	さつまいも 角切り		45
	なたね油 ローリー		6
	(個)ガトーショコラ	○	30

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(丸型)	○	50
	コッペパン(丸型)	○	60
	牛乳	○	206
牛乳			
	鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	○	70
	食塩		0.2
	こしょう		0.06
	清酒		1
	マーマレード 調理用		5
	清酒		1.3
	濃口醤油	○	1.3
	みりん		1.3
	でんぷん		0.4
鶏肉のマーマレードソースかけ	湯		4
	キャベツ		20
	ブロッコリー カット		10
	(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
	ベーコン スライス	○	7
	玉ねぎ 皮むき		25
	(レト)トマト水煮		20
イタリアンサラダ	人参		5
	じゃがいも皮むき (2cmカット)		20
	マカロニ(シエル)	○	3
	(冷)白いんげん豆		10
	サラダ油		0.6
	おろしにんにく		0.1
	(レト)がらスープ	○	3
	赤ぶどう酒		1
	トマトパウダー		0.8
	食塩		0.3
ミネストローネ	こしょう		0.03
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	○	0.5
	砂糖(上白糖)		0.1
	ローリエ		0.1
	湯		90
	(個)チーズ 鉄強化	○	15

12日(金)

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
厚揚げの甘酢煮	豚赤肉 スライス	○	20
	(冷)厚揚げ カット	○	40
	玉ねぎ 皮むき		35
	たけのこボイル(短冊切り)		20
	人参		12
	おろしにんにく		0.5
	サラダ油		1
	食酢		2.5
	砂糖(上白糖)		3.6
	濃口醤油	○	4
食べて菜のアーモンド和え	トマトケチャップ		2.7
	清酒		1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	○	0.6
	食塩		0.1
	でんぷん		1
	水		10
	太もやし		30
	食べて菜		15
	人参		5
濃口醤油	○	2	
食酢		1.5	
砂糖(上白糖)		1	
アーモンド(刻み)	○	1.2	
アーモンド(粉)	○	1.2	

15日(月)				16日(火)				17日(水)				18日(木)				19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			
ドライカレー (麦ごはん) 牛乳 海藻サラダ いちごクレープ (中のみ)	精白米(委託)		60	コッペパン 牛乳 白菜と肉団子のスープ煮 れんこんサラダ 黒豆きなこクリーム いちご(小のみ)	コッペパン	○	50	いなりずし丼 (麦ごはん) 牛乳 磯香和え りんご	精白米(委託)		60	麦ごはん 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 大根の香りとえ あさりの佃煮	精白米(委託)		60	コッペパン 牛乳 さわらのレモンソースかけ 花野菜サラダ コーンスープ ヨーグルト	コッペパン(丸型)	○	50			
	精白米(委託)		70		コッペパン	○	60		精白米(委託)		70		コッペパン(丸型)	○	60							
	米粒麦 委託		6						米粒麦 委託		6											
	米粒麦 委託		7		牛乳	○	206		米粒麦 委託		7		米粒麦 委託		7		牛乳	○	206			
	牛乳	○	206		(冷)肉だんご	○	40		牛乳	○	206		牛乳	○	206		(冷)さわら		小 50			
					(冷)白いんげん豆		12										(冷)さわら		中 70			
	豚赤肉ミンチ	○	15		(セ)白菜		25		豚赤肉 スライス	○	25		牛肉ミンチ	○	10		清酒			2		
	牛肉ミンチ	○	15		玉ねぎ 皮むき		25		清酒		1		豚赤肉ミンチ	○	15		米粉			1		
	赤ぶどう酒		1		人参		10		濃口醤油	○	1		清酒		1		でんぶん			4		
	(レト)ひきわり大豆	○	25		おろし生姜		0.5		油揚げ	○	20		じゃがいも皮むき (2cmカット)		70		なたね油 ローリー			7		
	玉ねぎ 皮むき		40		(レト)がらスープ	○	3		玉ねぎ 皮むき		30		玉ねぎ 皮むき		40		(冷)レモン果汁			3.5		
	人参		15		濃口醤油	○	2		人参		10		つきこんにやく(ハーフ)		20		砂糖(上白糖)			3.2		
	おろしにんにく		0.6		チキンコンソメ 乳・卵抜き	○	0.6		しめじ		10		人参		15		濃口醤油	○		1.2		
	おろし生姜		0.3		食塩		0.3		(冷)むき枝豆	○	5		(冷)むき枝豆	○	5		でんぶん			0.3		
	サラダ油		1		こしょう		0.03		おろし生姜		0.2		サラダ油		1		水			5		
	小麦粉	○	1		ごま油	○	0.1		中ねぎ		3		濃口醤油	○	3.5							
	レーズン		1		でんぶん		1		炒り白ごま	○	1		砂糖(中双糖)		2.2		きゅうり			25		
	トマトケチャップ		9		湯		100		サラダ油		1		でんぶん		0.5		湯					
	ウスターソース		3.5						食酢		5		湯		8							
	カレー粉		1.2		れんこん いちよう切り		20		砂糖(上白糖)		2.8		大根		20		きゅうり			25		
	赤ぶどう酒		1		きゅうり		20		みりん		0.5		人参		5		人参			5		
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	○	0.6		人参		5		濃口醤油	○	2.3		(レト)ホールコーン		5		(レト)ホールコーン			5		
	食塩		0.3		(レト)ホールコーン		5		食塩		0.02		食酢		2		砂糖(上白糖)			2		
	こしょう		0.03		食酢		2		水		8		(冷)レモン果汁		0.5		食酢			1.5		
					(冷)レモン果汁		0.5						サラダ油		1.8		すだち酢			1.5		
	キャベツ		20		サラダ油		1.8		太もやし		20		砂糖(上白糖)		0.8		濃口醤油	○		0.3		
きゅうり		20	砂糖(上白糖)		0.8	きゅうり		25	食塩		0.2	食塩			0.1							
(乾)海藻ミックス		0.5	食塩		0.2	人参		5	こしょう		0.03											
(レト)ホールコーン		5	こしょう		0.03	味付けもみのり	○	1.2														
青じそドレッシング 乳・卵抜き	○	4.5				濃口醤油	○	1.2														
(個)いちごクレープ	○	35	(袋)黒豆きなこクリーム	○	10				(袋)あさり佃煮	○	8											

22日(月)

[illegible]

24日(水)

献立名	食品名		一人当たり 正味分量
全粒粉パン	全粒粉パン	○	50
	全粒粉パン	○	60
牛乳	牛乳	○	206
クリームシチュー	豚赤肉 スライス	○	30
	(レト)大豆ペースト	○	5
	(レト)白花豆ペースト		5
ロメインレタスのサラダ	玉ねぎ 皮むき		40
	じゃがいも皮むき (2cmカット)		45
	人参		12
ブルーベリージャム	エリンギ カット		8
	パセリ		0.5
	サラダ油		1
ブルースーパースタート	(レト)がらスープ	○	3
	食塩		0.6
	こしょう		0.04
ブルースーパースタート	チキンコンソメ 乳・卵抜き	○	0.6
	調理用牛乳	○	25
	ローリエ		0.1
ブルースーパースタート	サラダ油		3
	小麦粉	○	4
	湯		60
ブルースーパースタート			
	ロメインレタス		20
	きゅうり		25
ブルースーパースタート	人参		5
	(レト)ホールコーン		5
	(レト)まぐろ油漬	○	7
ブルースーパースタート	イタリアンドレッシング 乳・卵抜き		4.5
	(袋)ブルーベリージャム 食物繊維		15
ブルースーパースタート			
ブルースーパースタート			
ブルースーパースタート			

25日(木)

[illegible]

26日(金)

[illegible]