1日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ひじきごはん　牛乳　にんじんのあえもの　根菜だんご汁　ヨーグルト	精白米（自校）		60
	牛肉（2×2cmスライス）		15
	人参		6
	つきこんにゃく		6
	（冷）むき枝豆		4
	（乾）ひじき		0.9
	サラダ油		0.6
	濃口醤油		2.2
	上白糖		1.5
	清酒		1.5
	食塩		0.7
	牛乳		206
	人参		30
	きゅうり		25
	（缶）ホールコーン		8
	（袋）マヨネーズ		8
	（冷）根菜入りつくね		25
	しめじ		7
	大根		25
	中ねぎ		5
	中みそ		6
	白みそ		5
	削り節　だし用		5
	水		115
	（個）ヨーグルトFe強化		70

2日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん　牛乳　さばの梅煮　ごまあえ　ふしめん汁　七夕ゼリー	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
	（冷）さば梅煮		小　50
	（冷）さば梅煮		中　70
	もやし		30
	キャベツ		20
	きゅうり		10
	炒り白ごま		2
	（袋）ゆずかつおドレッシング		10
	（レト）うずら卵		25
	型抜きかまぼこ（星）		7
	玉葱		20
	人参		5
	中ねぎ		5
	ふしめん		5
	濃口醤油		0.6
	食塩		0.4
	削り節　だし用		5
	湯		130
	（個）七夕ゼリー		40

5日(月)

献立名	食品名		一人当り正味分量
発芽玄米ごはん 牛乳 オリーブ地鶏と高野豆腐のうま煮 チンゲンサイのあえもの ひじきのり 冷凍みかん	精白米(自校)		61
	精白米(自校)		68
	発芽玄米		7
	牛乳		206
	オリーブ地鶏胸・皮なし(2×2cm)		25
	清酒		1
	サラダ油		0.5
	高野豆腐(サイコロ)		15
	玉葱		40
	人参		10
	(冷)さやいんげん		7
	濃口醤油		3
	三温糖		2.5
	食塩		0.2
	削り節 だし用		2
	水		50
	キャベツ		30
	チンゲンサイ		25
	人参		5
	(袋)棒々鶏ドレッシング		10
	(袋)ひじきのり		10
	(個)冷凍みかん		80

6日(火)

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン 牛乳 ささみのコーンフレークフライ ゆで枝豆 コンソメスープ いちごジャム	コッペパン		50
	コッペパン		50
	牛乳		206
	(冷)鶏ささみコーンフレークフライ		小1～3 40
	(冷)鶏ささみコーンフレークフライ		小4～6 50
	(冷)鶏ささみコーンフレークフライ		中 60
	なたね油		4
	(冷)さやつき枝豆		20
	ゆで塩		0.5
	ベーコン(短冊)		5
	(冷)白いんげん豆		15
	玉葱		30
	じゃがいも		20
	人参		10
	レタス		10
	セロリー		3
	パセリ		0.5
	ローリエ		0.1
	(レト)がらスープ		4
	チキンコンソメ		0.6
	食塩		0.3
	こしょう		0.03
	濃口醤油		0.3
	湯		110
	(袋)いちごジャム		15

7日(水)

献立名	食品名		一人当り正味分量
夏野菜カレーライス(麦ごはん) 牛乳 海藻サラダ 小煮干し	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
	豚肉並(2×3cmスライス)		20
	玉葱		40
	じゃがいも		20
	かぼちゃ生カット		20
	なす		15
	サラダ油		2
	ミニ冬瓜		15
	トマト水煮		10
	人参		8
	(冷)むき枝豆		5
	にんにく		0.5
	生姜		0.2
	サラダ油		2
	小麦粉		5
	サラダ油		5
	カレー粉		1.1
	(レト)がらスープ		3
	トマトケチャップ 1kg		2
	ウスターソース		1.7
	とんかつソース		1
	濃口醤油		1
	チャツネ 450g		1
	赤ぶどう酒		1
	食塩		0.7
	こしょう		0.04
	チキンコンソメ		0.5
	湯		75
	(乾)海藻ミックス		1.2
	キャベツ		30
	きゅうり		15
	(缶)ホールコーン		5
	(袋)青じそドレッシング		10
	小煮干し		4

8日(木)

献立名	食品名		一人当り正味分量
ジャンバラヤ(麦入り) 牛乳 ビーンズサラダ うずら卵のスープ ガトーショコラ(中のみ)	精白米(自校)		55
	米粒麦 自校		5
	(冷)むきえび		8
	白ぶどう酒		0.8
	粗挽きウインナー(1cm)		10
	玉葱		15
	トマト水煮		9
	人参		5
	セロリー		4
	(冷)グリンピース		4
	バター		0.8
	サラダ油		0.8
	白ぶどう酒		0.8
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.6
	こしょう		0.02
	一味		0.01
	牛乳		206
	キャベツ		30
	きゅうり		20
	(レト)ミックスビーンズ		10
	(袋)コールスロードレッシング		10
	ベーコン(短冊)		8
	(レト)うずら卵		25
	玉葱		20
	人参		10
	中ねぎ		5
	(レト)がらスープ		4
	チキンコンソメ		0.5
	濃口醤油		0.5
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	湯		120
	(個)ガトーショコラ		30

9日(金)

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン(袋入り) 牛乳 香川県産さわらのレモンソースかけ カラフルサラダ コーンスープ	(個)コッペパン		小1 30
	(個)コッペパン		小2 40
	(個)コッペパン		小3～5 50
	(個)コッペパン		小6～中3 60
	牛乳		206
	(冷)さわら		小 50
	(冷)さわら		中 70
	清酒		2
	でんぷん		5
	なたね油		4
	上白糖		4
	(冷)レモン果汁		5
	濃口醤油		3
	みりん		1
	でんぷん		0.3
	アスパラガス		15
	きゅうり		15
	キャベツ		25
	赤パプリカ		3
	黄パプリカ		3
	(袋)イタリアンドレッシング		10
	ベーコン(短冊)		7
	(缶)クリームコーン		40
	玉葱		30
	パセリ		0.5
	サラダ油		0.5
	(レト)がらスープ		4
	食塩		0.5
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.4
	水		110

12日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ビビンバ（麦ごはん） 牛乳 トック入りわかめスープ	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
	牛肉（3×2cmスライス）		40
	濃口醤油		3.5
	三温糖		1.5
	清酒		1
	にんにく		1.5
	中ねぎ		1
	ごま油		1
	炒り白ごま		2
	一味		0.01
	（冷）ほうれん草		25
	もやし		40
	人参		10
	（袋）棒々鶏ドレッシング		10
	ボンレスハム（短冊）卵抜き		5
	トック　国産米使用		20
	玉葱		20
	中ねぎ		3
	干しわかめ（カット）		0.8
	サラダ油		0.5
	（レト）がらスープ		4
	濃口醤油		0.8
	食塩		0.5
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.5
	ごま油		0.2
	湯		140

13日（火）

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 ミネストローネ チーズ	コッペパン（丸型）		50
	コッペパン（丸型）		50
	牛乳		206
	（冷）ハンバーグ鉄・減塩（ボイル）		60
	キャベツ		35
	人参		10
	ゆで塩		0.4
	（袋）中濃ソース		8
	ベーコン（短冊）		5
	（冷）白いんげん豆		18
	玉葱		40
	人参		10
	マカロニ（シエル）		7
	セロリー		2
	パセリ		0.5
	サラダ油		0.5
	トマト水煮		8
	（レト）がらスープ		4
	赤ぶどう酒		1
	食塩		0.6
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.5
	ローリエ		0.1
	湯		120
	（個）チーズ（鉄強化）		15

14日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
スタミナごはん 牛乳 きゅうりのあえもの つみれ汁 ブルーベリータルト	精白米（自校）		60
	牛肉（2×2cmスライス）		18
	清酒		0.8
	油揚げ		4
	人参		8
	洗いごぼう		6
	（冷）むき枝豆		4
	にんにく		0.4
	干ししいたけ（スライス）		0.2
	サラダ油		0.4
	濃口醤油		2
	上白糖		0.8
	清酒		0.8
	チキンコンソメ		0.3
	食塩		0.5
	牛乳		206
	きゅうり		30
	もやし		30
	（缶）ホールコーン		5
	（袋）青じそドレッシング		10
	（冷）白身魚つみれ		25
	玉葱		25
	小松菜		10
	人参		5
	油揚げ		5
	食塩		0.2
	濃口醤油		2.5
	清酒		1
	みりん		0.5
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	水		115
	（個）ブルーベリータルト		25

15日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
豚キムチ丼（麦ごはん） 牛乳 切干大根のサラダ ミニトマト みかんジュース	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
	豚肉並（3×3cmスライス）		35
	清酒		1
	生姜		1
	濃口醤油		0.4
	白菜キムチ		20
	玉葱		30
	キャベツ		30
	中ねぎ		7
	にんにく		0.5
	ごま油		1
	濃口醤油		2.4
	上白糖		0.8
	きゅうり		10
	切干し大根		5
	（缶）ホールコーン		7
	人参		7
	（乾）刻み昆布		0.5
	（袋）棒々鶏ドレッシング		10
	ミニトマト		30
	（個）みかんジュース		125

16日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン（袋入り） 牛乳 チリコンカーン 野菜としめじのソテー	（個）コッペパン		小1　30
	（個）コッペパン		小2　40
	（個）コッペパン		小3～5　50
	（個）コッペパン		小6～中3　60
	牛乳		206
	豚肉赤身ミンチ		20
	（冷）白いんげん豆		20
	（冷）金時豆		15
	じゃがいも		55
	玉葱		40
	トマト水煮		8
	にんにく		1
	パセリ		0.8
	サラダ油		1
	トマトケチャップ　1kg		6
	中双糖		1.5
	ウスターソース		1
	赤ぶどう酒		1
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.3
	チリパウダー		0.05
	湯		30
	（レト）まぐろ油漬		10
	キャベツ		35
	しめじ		15
	人参		10
	ズッキーニ		8
	サラダ油		1
	濃口醤油		0.2
	チキンコンソメ		0.2
	食塩		0.2
	こしょう		0.03

19日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん	精白米（自校）		68
	精白米（自校）		75
牛乳	牛乳		206
厚揚げとひじきのうま煮	鶏肉　胸・皮なし（2×2cm）		12
	鶏肉　もも・皮なし（2×2cm）		8
	（冷）厚揚げ（カット）		50
	つきこんにゃく		20
	人参		10
	（冷）さやいんげん		5
	（乾）ひじき		3
	サラダ油		1
	濃口醤油		4.5
	三温糖		3
	みりん		0.5
	削り節　だし用		1
	水		20
おひたし	キャベツ		35
	小松菜		20
	人参		5
ふりかけ	（乾）刻み昆布		0.5
	（袋）和風ドレッシング		10
	（袋）わかめふりかけ　ソフト		2.5
冷凍みかん	（個）冷凍みかん		80

20日（火）

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
ホイコーロー	豚肉並（3×3cmスライス）		40
	濃口醤油		1
	清酒		1
	生姜		1
	キャベツ		40
	玉葱		20
	たけのこ水煮（ホール）		15
	人参		10
	中ねぎ		6
	ピーマン		8
	にんにく		0.5
	サラダ油		1
	濃口醤油		2
	赤みそ		2
	清酒		1
	上白糖		0.7
	オイスターソース		0.7
	豆板醤		0.05
	ごま油		0.5
中華サラダ	もやし		35
	きゅうり		15
	人参		10
	きくらげ（せん切り）		0.5
	中華ドレッシング		8.5
小魚入りアーモンド	（袋）小魚入りアーモンド		8