

																1日(金)																																											
																献立名				食品名				一人当り 正味分量																																			
																野菜				精白米(委託)				60																																			
																たつぷり				精白米(委託)				70																																			
																カレー				米粒麦 委託				6																																			
																ライス				米粒麦 委託				7																																			
																(麦ごはん)				牛乳				206																																			
																				豚肉並(3×3cmスライス)				20																																			
																				(冷)豚レバーチップ				5																																			
																				玉葱				45																																			
																				じゃがいも				30																																			
																				かぼちゃカット皮付き				20																																			
																				なす				15																																			
																				なたね油				2																																			
																				ピーマン				5																																			
																				にんにく				0.5																																			
																				生姜				0.2																																			
																				牛乳				サラダ油				2																															
																								小麦粉				5																															
																								サラダ油				5																															
																								コー				カレー粉				1.1																											
																								ール				(レト)がらスープ				3																											
																								ス				トマトケチャップ 1kg				2																											
																								ロー				ウスターソース				1.7																											
																												サラダ				とんかつソース				1																							
																																しょうゆ				1																							
																																赤ぶどう酒				1																							
																																チャツネ				1																							
																																				食塩				0.7																			
																																				こしょう				0.04																			
																																				チキンコンソメ				0.5																			
																																								湯				85															
																																												キャベツ				25											
																																												(冷)ブロックリー				15											
																																												きゅうり				10											
																																												(缶)ホールコーン				5											
																																												(袋)コールスロードレッシング				10											
																																																小煮干し				4							

4日(月)			5日(火)			6日(水)			7日(木)			8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	コッペパン	50	ばらずし	精白米(自校)	65	しっぽくうどん	(袋)ゆでうどん さぬきの夢 幼~小3	200	麦ごはん	精白米(自校)	66	麦ごはん	精白米(委託)	60	
	コッペパン	60		清酒	3		(袋)ゆでうどん さぬきの夢 小4~6	280		精白米(自校)	73		精白米(委託)	70	
牛乳	牛乳	206	牛乳	出し昆布	0.8	牛乳	(袋)ゆでうどん さぬきの夢 中	300	牛乳	米粒麦 自校	6	牛乳	米粒麦 委託	6	
	粗挽きウインナー 輪切り	25		食酢	9		鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)	12		米粒麦 自校	7		米粒麦 委託	7	
ジャガイモ	じゃがいも	50	さつまいものあげもん	上白糖	8	牛乳	鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)	8	厚揚げとチンゲンサイのみそ炒め	牛乳	206	さんまのゆずみそ煮	牛乳	206	
	玉葱	45		食塩	0.8		清酒	1		豚肉赤身(2×2cmスライス)	20		(冷)さんまゆずみそ煮	幼	40
キャベツ	キャベツ	25	さつまいものあげもん	(冷)むきえび	15	牛乳	清酒	10	もやし	清酒	2	さんまのゆずみそ煮	(冷)さんまゆずみそ煮	小	50
	人参	15		清酒	2		油揚げ	5		油揚げ	10		玉葱	30	(冷)さんまゆずみそ煮
人参	人参	15	さつまいものあげもん	油揚げ	5	牛乳	大根	30	小松菜	人参	10	小松菜のあえもの	小松菜	25	
	(冷)白いんげん豆	15		ごぼう(ささがき・ごはん用小さめ)	8		里いもカット	15		人参	10		人参	7	人参
セロリ	セロリ	2	さつまいものあげもん	人参	7	牛乳	(冷)グリーンピース	5	もやし	玉葱	30	すまし汁	キャベツ	25	
	パセリ	0.7		高野豆腐(すし用)	0.8		中ねぎ	5		濃口しょうゆ	5		濃口しょうゆ	25	人参
サラダ油	サラダ油	1	さつまいものあげもん	干しいたけ(スライス)	0.8	牛乳	濃口しょうゆ	5	もやし	チンゲンサイ	25	のり佃煮(小中のみ)	人参	7	
	白ぶどう酒	1		上白糖	2.5		みりん	1		生姜	0.6		人参	10	炒り白ごま
(レト)がらスープ	(レト)がらスープ	4	さつまいものあげもん	薄口しょうゆ	2.5	牛乳	清酒	1	もやし	たけのこ水煮(ホール)	8	のり佃煮(小中のみ)	炒り白ごま	0.5	
	食塩	0.5		清酒	2		食塩	0.4		生しいたけ(スライス)	2		生姜	0.6	(袋)和風ドレッシング
ごしょう	ごしょう	0.03	さつまいものあげもん	清酒	2	牛乳	煮干し だし用	5	もやし	にんにく	0.2	のり佃煮(小中のみ)	型抜きかまぼこ(小菊)	6	
	チキンコンソメ	0.3		牛乳	206		水	150		ごま油	0.8		ごま油	0.8	玉葱
ローリエ	ローリエ	0.1	さつまいものあげもん	さつまいも(スライス天ぷら用)	40	牛乳	牛乳	206	もやし	中双糖	2	のり佃煮(小中のみ)	えのきたけ	13	
	湯	75		天ぷら粉 乳・卵抜き	7		もやし	35		濃口しょうゆ	2.2		濃口しょうゆ	2.2	中ねぎ
ヨーグルト	(レト)まぐろ油漬	15	さつまいものあげもん	水	16	牛乳	もやし	35	もやし	チキンコンソメ	0.6	のり佃煮(小中のみ)	干しわかめ(カット)	0.5	
	白ぶどう酒	1		なたね油	5		小松菜	25		豆板醤	0.03		人参	10	濃口しょうゆ
キャベツ	キャベツ	20	さつまいものあげもん	玉葱	25	牛乳	人参	10	もやし	でんぷん	1	のり佃煮(小中のみ)	清酒	1	
	小松菜	20		人参	6		炒り白ごま	1		湯	20		湯	20	食塩
人参	人参	10	さつまいものあげもん	人参	6	牛乳	(袋)和風ドレッシング	10	もやし	湯	20	のり佃煮(小中のみ)	削り節 だし用	4	
	(缶)ホールコーン	8		(乾)そうめん	6		(袋)お米のさつまいもと栗のタルト	30		きゅうり	15		もやし	40	出し昆布
サラダ油	サラダ油	1	さつまいものあげもん	中ねぎ	5	牛乳			もやし	人参	10	のり佃煮(小中のみ)	出し昆布	1	
	チキンコンソメ	0.2		薄口しょうゆ	0.8					人参	10		きゅうり	15	水
食塩	食塩	0.2	さつまいものあげもん	食塩	0.3	牛乳			もやし	(袋)ゆずかつおドレッシング	10	のり佃煮(小中のみ)	水	130	
	ごしょう	0.05		削り節 だし用	4										
(個)ヨーグルト(無糖)	(個)ヨーグルト(無糖)	100	さつまいものあげもん	出し昆布	0.5	牛乳			もやし			のり佃煮(小中のみ)			
	(個)希少糖入りシロップ	10		水	140										
(個)希少糖入りシロップ	(個)希少糖入りシロップ	10	さつまいものあげもん	しょうゆ豆	10	牛乳			もやし			のり佃煮(小中のみ)			

11日(月)			12日(火)			13日(水)			14日(木)			15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	
セルフスラッ ピー ジョー (全粒粉パン) 牛乳 クラム チャウダー	全粒粉パン	50	秋の 香り ごはん 牛乳 れん こん の きん びら すい とん 汁	精白米(自校)	65	ガ バ オ ラ イ ス (麦 ご は ん) 牛 乳 ビ ー フ ン ス ー プ レ モ ン マ フ ィ ン (中 の み)	精白米(委託)	60	い り こ め し (麦 入 り) 牛 乳 高 野 豆 腐 の う ま 煮 小 松 菜 の ご ま あ え	精白米(自校)	59	麦 ご は ん 牛 乳 鮭 の 竜 田 あ げ 大 根 と 水 菜 の あ え もの わ か め の み そ 汁	精白米(委託)	60	
	全粒粉パン	60		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		精白米(委託)	70	
				(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6		米粒麦 委託	6		かえり	3		米粒麦 委託	6	
	牛乳	206		さつまいも(2cm角)	10		米粒麦 委託	7		油揚げ	5		米粒麦 委託	7	
				人参	7					つきこんにゃく	10				
	豚肉並ミンチ	20		しめじ	5		牛乳	206		洗いごぼう	7		牛乳	206	
	牛肉ミンチ	10		(冷)むき枝豆	5					人参	5				
	(冷)豚レバーチップ	3		濃口しょうゆ	3.2		豚肉赤身ミンチ	25		(冷)むき枝豆	5		鮭の竜田あげ	(冷)鮭2cm角切・骨なし	50
	玉葱	25		清酒	0.8		鶏肉 ひき肉	25		濃口しょうゆ	4		大根と水菜のあえもの	生姜	1
	ピーマン	4		上白糖	0.8		なす	15		清酒	1.5		わかめのみそ汁	清酒	2
	にんにく	0.3		食塩	0.4		黄パプリカ	9		みりん	0.5			濃口しょうゆ	1
	(袋)トマト水煮	5		出し昆布	0.5		赤パプリカ	9		食塩	0.4			食塩	0.1
	トマトケチャップ 1kg	8					黄パプリカ	9		出し昆布	1			米粉	4
	ウスターソース	2		牛乳	206		ピーマン	8						でんぷん	3
	赤ぶどう酒	0.5					にんにく	0.5						なたね油	5
	食塩	0.2		てんぷら	10		スイートバジル 乾燥	0.04							
	小麦粉	1		洗いごぼう	20		サラダ油	1							
	サラダ油	0.5		れんこん(いちょう切り)	15		みりん	3							
				つきこんにゃく	10		濃口しょうゆ	2							
	キャベツ	30		人参	7		オイスターソース	1							
人参	5	(冷)さやいんげん	6	清酒	1										
ゆで塩	0.5	ごま油	1	上白糖	0.7										
		濃口しょうゆ	3	食塩	0.3										
(冷)あさりむき身	10	三温糖	1.5	こしょう	0.02										
白ぶどう酒	1	みりん	1	でんぷん	1										
ベーコン(短冊)	5	炒り白ごま	1	ごま油	0.7										
(レト)大豆ペースト	10	一味	0.01												
じゃがいも	30	だし汁	5	(レト)うずら卵	25										
玉葱	30			ボンレスハム(短冊)卵抜き	7										
人参	7	(冷)すいとん	25	白菜	15										
しめじ	5	玉葱	25	玉葱	15										
パセリ	0.5	人参	10	チンゲンサイ	15										
バター	0.5	油揚げ	5	人参	7										
(レト)がらスープ	4	中ねぎ	5	ピーマン	5										
食塩	0.55	中みそ	6	(レト)がらスープ	4										
こしょう	0.05	白みそ	5	濃口しょうゆ	0.5										
チキンコンソメ	0.6	削り節 だし用	4	サラダ油	0.5										
コーンスターチ	1	出し昆布	1	チキンコンソメ	0.3										
調理用牛乳	30	水	110	ごま油	0.1										
湯	50			食塩	0.5										
				こしょう	0.03										
				湯	130										
				(個)レモンマフィン	25										

18日(月)			19日(火)			20日(水)			21日(木)			22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	コッペパン	50	麦ごはん	精白米(委託)	60	食パン(袋入り)	(個)冷凍食パン6枚切1枚	幼小 57	シーフードカレーピラフ(麦入り)	精白米(自校)	59	麦ごはん	精白米(委託)	60	
	コッペパン	60		精白米(委託)	70		(個)冷凍食パン8枚切2枚	中 85		米粒麦 自校	6		精白米(委託)	70	
	牛乳	206		米粒麦 委託	6		牛乳	206		(冷)むきえび	8		米粒麦 委託	6	
	牛乳	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)		12	米粒麦 委託		7	牛乳		206	(冷)短冊いか		8	米粒麦 委託	7
		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)		8	牛乳		206	スパゲティ(ハーフ)		35	(冷)あさりむき身		5	牛乳	206
		白ぶどう酒		1	豚肉赤身(3×3cmスライス)		40	ゆで塩		1.3	白ぶどう酒		2	牛乳	206
		玉葱		30	濃口しょうゆ		1	牛赤肉ミンチ		15	玉葱		15	かたくちいわしのから揚げ	5
		さつまいも(2cm角)		25	清酒		1	豚肉赤身ミンチ		15	人参		7	(冷)かたくちいわし濃粉付き	35
		じゃがいも		20	キャベツ		40	(冷)豚レバーチップ		3	カレー粉		0.8	なたね油	4
		人参		10	玉葱		35	玉葱		35	ウスターソース		1	食塩	0.1
しめじ		10	たけのこ水煮(ホール)	15	エリンギ	10	カレー粉	0.8	もやし	30					
エリンギカット		10	人参	10	ピーマン	6	チキンコンソメ	0.5	小松菜	25					
秋の香りシチュー	パセリ	0.5	ピーマン	8	にんにく	0.3	食塩	0.9	人参	7					
	サラダ油	2	生姜	1	サラダ油	2	こしょう	0.03	濃口しょうゆ	2.5					
	小麦粉	3.5	にんにく	0.5	(レト)トマトピューレ	13	牛乳	206	花かつお	1					
	バター	1	サラダ油	1	トマトケチャップ 1kg	7	ひじきとチーズのサラダ		油揚げ	5					
	サラダ油	1.5	赤みそ	2	赤ぶどう酒	4	ダイスチーズ 角生食用	5	大根	30					
	(レト)がらスープ	4	濃口しょうゆ	1	粉チーズ	2.5	(レト)まぐろ油漬	10	人参	10					
	チキンコンソメ	0.4	清酒	1	ウスターソース	1.5	キャベツ	30	中ねぎ	5					
	食塩	0.5	上白糖	0.7	チキンコンソメ	0.3	きゅうり	10	干しわかめ(カット)	0.5					
	こしょう	0.04	オイスターソース	0.7	食塩	0.2	(乾)ひじき	1.2	中みそ	6					
	ローリエ	0.1	豆板醤	0.05	こしょう	0.05	食酢	3	白みそ	5					
チョップドサラダ	調理用牛乳	30	ごま油	0.5	キャベツ	30	サラダ油	1	煮干し だし用	4					
	湯	75	もやし	30	(冷)ブロッコリー	20	濃口しょうゆ	1.8	水	120					
	(レト)まぐろ油漬	5	小松菜	25	(缶)ホールコーン	10	上白糖	0.5	(レト)あさり佃煮	10					
	きゅうり	18	人参	5	赤パプリカ	5	こしょう	0.02							
	人参	10	きくらげ(せん切り)	0.2	食酢	2.5	ベーコン(短冊)	7							
	(缶)ホールコーン	7	濃口しょうゆ	2.5	(冷)レモン果汁	0.5	玉葱	30							
	(冷)むき枝豆	5	食酢	2.5	サラダ油	1	人参	10							
	セロリー	2	上白糖	1.5	上白糖	0.8	マカロニ(シエル)	5							
	食酢	1.5	ごま油	1	食塩	0.3	セロリー	2							
	上白糖	1.2	炒り白ごま	1	こしょう	0.02	パセリ	0.5							
ぶどうゼリー(小中のみ)	(冷)レモン果汁	1													
	サラダ油	1	かえり	5	(個)チーズ(鉄強化)	15	マロンワッフル	40							
	食塩	0.3	アーモンド(四つ割)	4											
	こしょう	0.03	上白糖	1											
			濃口しょうゆ	0.3											
	(個)ぶどうゼリー	40	みりん	1											
			水	1											

25日(月)			26日(火)			27日(水)			28日(木)			29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 牛乳 ハンバーク の ソース かけ ゆで ブロッコリー	コッペパン	50	麦ごはん 牛乳 がんもどき とひじきの うま煮 豚汁 大豆ふりかけ	精白米(自校)	66	ハヤシライス (麦ごはん) 牛乳 りっちゃん サラダ ミニトマト	精白米(委託)	60	わかめ ごはん (麦入り) 牛乳 秋野菜の 煮物 むらくも 汁 みかん (小中のみ)	精白米(自校)	66	麦ごはん 牛乳 さばの 生姜煮 食 べて 菜の あえ もの きの この みそ 汁	精白米(委託)	60
	コッペパン	60		精白米(自校)	73		精白米(委託)	70		精白米(自校)	73		精白米(委託)	70
	牛乳	206		米粒麦 自校	6		米粒麦 委託	6		米粒麦 自校	6		米粒麦 委託	6
	(冷)ハンバーグ鉄強化減塩 ホイル用	60		米粒麦 自校	7		米粒麦 委託	7		米粒麦 自校	7		米粒麦 委託	7
	玉葱	8		牛乳	206		牛乳	206		炊き込みわかめ	2		牛乳	206
	エリンギカット	5		(冷)ミニひろうず 青大豆入り	20		牛赤肉(3×3cmスライス)	25		牛乳	206		牛乳	206
	しめじ	5		牛肉(2×2cmスライス)	15		じゃがいも	50		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12		(冷)さばの生姜煮	幼小 50
	生姜	0.3		つきこんにやく	25		玉葱	45		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8		(冷)さばの生姜煮	中 70
	にんにく	0.1		洗いごぼう	15		人参	10		里いもカット	20		キャベツ	30
	サラダ油	0.8		人参	10		エリンギカット	6		洗いごぼう	20		食べて菜	25
	トマトケチャップ 1kg	12		(冷)さやいんげん	8		(冷)グリーンピース	5		れんこん(いちょう切り)	15		人参	7
(レト)トマトピューレ	7	(乾)ひじき	3	にんにく	0.3	人参	15	炒り白ごま	1					
ウスターソース	1.3	サラダ油	1	サラダ油	1	しめじ	10	濃口しょうゆ	2					
みりん	0.8	濃口しょうゆ	4	小麦粉	5	(冷)さやいんげん	5	食酢	2					
上白糖	0.75	三温糖	3	サラダ油	2	ごま油	0.5	上白糖	0.5					
濃口しょうゆ	0.5	みりん	0.5	バター	1.8	濃口しょうゆ	3.8	ごま油	1					
水	9	だし汁	20	(レト)トマトピューレ	15	中双糖	2.5	豆腐	25					
(冷)ブロッコリー	25	豚肉並(3×3cmスライス)	10	トマト水煮	10	みりん	1	油揚げ	5					
ゆで塩	0.5	油揚げ	5	(レト)がらスープ	3	清酒	1	しめじ	10					
ベーコン(短冊)	5	さつまいも(2cm角)	30	赤ぶどう酒	2	でんぷん	0.4	えのきたけ	10					
キャベツ	30	大根	15	ウスターソース	2	だし汁	25	生しいたけ(スライス)	5					
じゃがいも	30	もやし	15	食塩	1			中ねぎ	5					
玉葱	20	人参	8	こしょう	0.07	鶏卵	20	中みそ	6					
人参	7	中ねぎ	5	上白糖	0.5	でんぷん	0.3	白みそ	5					
セロリー	5	麦みそ	9	チキンコンソメ	0.5	玉葱	25	煮干し だし用	4					
パセリ	0.5	煮干し だし用	4	からし粉	0.15	中ねぎ	6	水	120					
サラダ油	0.5	水	110	ローリエ	0.1	干しいたけ(スライス)	0.5							
ローリエ	0.1	(袋)大豆ふりかけ	2.5	ピザ用チーズ	3	濃口しょうゆ	1							
(レト)がらスープ	4			湯	80	食塩	0.6							
チキンコンソメ	0.3			ボンレスハム(短冊)卵抜き	5	でんぷん	0.5							
食塩	0.5			キャベツ	30	削り節 だし用	4							
こしょう	0.03			きゅうり	10	出し昆布	1							
湯	120			人参	7	水	130							
				(缶)ホールコーン	5									
				(乾)刻み昆布	0.5									
				花かつお	0.8									
				食酢	3									
				サラダ油	3									
				濃口しょうゆ	2									
				上白糖	0.5									
				こしょう	0.02									
				ミニトマト	30									