

| 1日(火)            |             |              | 2日(水)      |                |              | 3日(木)         |                |              | 4日(金)      |               |              |
|------------------|-------------|--------------|------------|----------------|--------------|---------------|----------------|--------------|------------|---------------|--------------|
| 献立名              | 食品名         | 一人当り<br>正味分量 | 献立名        | 食品名            | 一人当り<br>正味分量 | 献立名           | 食品名            | 一人当り<br>正味分量 | 献立名        | 食品名           | 一人当り<br>正味分量 |
| 大根の卵とじどんぶり(麦ごはん) | 精白米(委託)     | 60           | コッペパン(袋入り) | (個)コッペパン       | 幼・小1 40      | ばらずし          | 精白米(自校)        | 65           | ビビンバ(麦ごはん) | 精白米(委託)       | 60           |
|                  | 精白米(委託)     | 70           |            | (個)コッペパン       | 小2・3 50      |               | 清酒             | 3            |            | 精白米(委託)       | 70           |
|                  | 米粒麦 委託      | 6            |            | (個)コッペパン       | 小4 60        |               | 出し昆布           | 0.8          |            | 米粒麦 委託        | 6            |
|                  | 米粒麦 委託      | 7            |            | (個)コッペパン       | 小5~中 70      |               | 食酢             | 10           |            | 米粒麦 委託        | 7            |
|                  | 牛乳          | 206          |            | 牛乳             | 206          |               | 上白糖            | 8            |            | 牛乳            | 206          |
|                  | ベーコン(短冊)    | 7            |            | 鶏肉胸・皮なし(唐揚げ用)  | 30           |               | 食塩             | 0.8          |            | 牛肉(3×3cmスライス) | 30           |
|                  | 鶏卵          | 30           |            | 鶏肉もも・皮なし(唐揚げ用) | 20           |               | (冷)むきえび        | 15           |            | 濃口しょうゆ        | 2            |
|                  | 大根          | 60           |            | 清酒             | 2            |               | 清酒             | 1            |            | 清酒            | 1            |
|                  | 人参          | 10           |            | でんぶん           | 6            |               | 油揚げ            | 5            |            | 三温糖           | 1            |
|                  | 生しいたけ(スライス) | 6            |            | なたね油           | 5            |               | 高野豆腐(すし用)      | 1            |            | にんにく          | 1.5          |
|                  | 中ねぎ         | 5            |            | 上白糖            | 3.5          |               | ごぼう(ささがき・ごはん用) | 8            |            | ごま油           | 1            |
|                  | サラダ油        | 1            |            | (冷)レモン果汁       | 5            |               | 人参             | 7            |            | 中ねぎ           | 1            |
|                  | 濃口しょうゆ      | 3.5          |            | 濃口しょうゆ         | 3            |               | 干しいたけ(スライス)    | 0.8          |            | 一味            | 0.01         |
|                  | みりん         | 2            |            | 洗いごぼう          | 30           |               | 上白糖            | 2.5          |            | 炒り白ごま         | 1            |
|                  | 三温糖         | 1            |            | きゅうり           | 15           |               | 清酒             | 2            |            | ほうれん草         | 25           |
|                  | 食塩          | 0.25         |            | 人参             | 8            |               | 薄口しょうゆ         | 2.5          |            | 濃口しょうゆ        | 1.5          |
|                  | こしょう        | 0.03         |            | (缶)ホールコーン      | 5            |               | 牛乳             | 206          |            | ごま油           | 0.3          |
|                  | チキンコンソメ     | 0.6          |            | 焙煎ごまドレッシング     | 9            |               | キャベツ           | 35           |            | もやし           | 35           |
|                  | でんぶん        | 1            |            | ボンレスハム(短冊)卵抜き  | 5            |               | 小松菜            | 20           |            | 人参            | 15           |
|                  | 湯           | 50           |            | (レト)うずら卵       | 25           |               | 人参             | 10           |            | 食酢            | 2.4          |
|                  | 小煮干し        | 4            |            | 玉葱             | 20           |               | 濃口しょうゆ         | 1.8          |            | ごま油           | 1.5          |
|                  | (冷)大豆水煮     | 25           |            | ロメインレタス        | 20           |               | 上白糖            | 1            |            | 濃口しょうゆ        | 1            |
|                  | でんぶん        | 3            |            | 人参             | 5            |               | 炒り白ごま          | 1            |            | 上白糖           | 1            |
|                  | なたね油        | 5            |            | (レト)がらスープ      | 4            |               | 型抜きかまぼこ(梅)     | 6            |            | 食塩            | 0.2          |
| 上白糖              | 2.5         | 食塩           | 0.6        | (冷)豆腐(カット)     | 30           | ボンレスハム(短冊)卵抜き | 5              |              |            |               |              |
| 濃口しょうゆ           | 0.7         | サラダ油         | 0.5        | 玉葱             | 20           | トック 国産米使用     | 20             |              |            |               |              |
| 湯                | 1.5         | 濃口しょうゆ       | 0.5        | しめじ            | 7            | 玉葱            | 20             |              |            |               |              |
| 炒り白ごま            | 1           | チキンコンソメ      | 0.3        | 中ねぎ            | 5            | 中ねぎ           | 3              |              |            |               |              |
| もやし              | 30          | ごま油          | 0.2        | 食塩             | 0.7          | 干しわかめ(カット)    | 0.8            |              |            |               |              |
| キャベツ             | 20          | こしょう         | 0.03       | 薄口しょうゆ         | 0.5          | サラダ油          | 0.5            |              |            |               |              |
| 小松菜              | 10          | 湯            | 120        | 削り節 だし用        | 4            | (レト)がらスープ     | 4              |              |            |               |              |
| 花かつお             | 0.8         |              |            | 出し昆布           | 1            | 濃口しょうゆ        | 0.8            |              |            |               |              |
| 濃口しょうゆ           | 2           |              |            | 水              | 120          | 食塩            | 0.5            |              |            |               |              |
|                  |             |              |            | (個)ひなあられ       | 5            | こしょう          | 0.03           |              |            |               |              |
|                  |             |              |            |                |              | チキンコンソメ       | 0.5            |              |            |               |              |
|                  |             |              |            |                |              | ごま油           | 0.2            |              |            |               |              |
|                  |             |              |            |                |              | 湯             | 140            |              |            |               |              |
|                  |             |              |            |                |              | (個)野菜マフィン     | 25             |              |            |               |              |

| 7日(月)   |              |              | 8日(火)   |               |              | 9日(水)                          |                         |   | 10日(木)  |         |   | 11日(金)         |         |                 |     |
|---|--------------|--------------|---|---------------|--------------|--------------------------------|-------------------------|---|---------|---------|---|----------------|---------|-----------------|-----|
| 献立名   | 食品名          | 一人当り<br>正味分量 | 献立名   | 食品名           | 一人当り<br>正味分量 | 献立名                            | 食品名                     | 一人当り<br>正味分量  | 献立名     | 食品名     | 一人当り<br>正味分量  | 献立名            | 食品名     | 一人当り<br>正味分量    |     |
| コッペパン<br>(袋入り)<br>牛乳<br>肉団子の<br>トマトシチュー<br>ビーンス<br>サラダ<br>はるみ<br>(小中のみ) | (個)コッペパン     | 幼・小1 40      | 五目<br>チャーハン<br>(麦入り)<br>牛乳<br>ビーフ<br>ンスープ<br>フルー<br>ツ白玉 | 精白米(自校)       | 59           | カレ<br>ーうどん<br>牛乳<br>海そう<br>サラダ | (個)ゆでうどん さぬきの夢 幼~小3 200 | 麦<br>ごはん<br>牛乳<br>鮭の<br>たつた<br>あげ<br>のり<br>おか<br>かあ<br>え<br>お<br>く<br>ず<br>か<br>け | 精白米(委託) | 60      | わか<br>め<br>ご<br>は<br>ん<br>(麦<br>入<br>り)<br>牛<br>乳<br>筑<br>前<br>煮<br>ブ<br>ロ<br>ッ<br>コ<br>リ<br>ー<br>の<br>あ<br>え<br>も<br>の<br>焼<br>き<br>ブ<br>リ<br>ン<br>タ<br>ル<br>ト<br>(小<br>中<br>の<br>み) | 精白米(自校)        | 66      |                 |     |
|   | (個)コッペパン     | 小2・3 50      |   | 米粒麦 自校        | 6            |                                | (個)ゆでうどん さぬきの夢 小4~6 280 |   |         | 精白米(委託) |   | 70             | 精白米(自校) | 73              |     |
|   | (個)コッペパン     | 小4 60        |   | 鉄強化米          | 0.3          |                                | (個)ゆでうどん さぬきの夢 中 300    |   |         | 米粒麦 委託  |   | 6              | 米粒麦 自校  | 6               |     |
|   | (個)コッペパン     | 小5~中 70      |   | 焼き豚(1cm角切り)   | 20           |                                | 豚肉並(2×2cmスライス)          |   |         | 米粒麦 委託  |   | 7              | 米粒麦 自校  | 7               |     |
|   | 牛乳           | 206          |   | 玉葱            | 15           |                                | 油揚げ                     |   |         | 7       |   | 牛乳             | 206     | 炊き込みわかめ         | 1.9 |
|   | (冷)肉だんご      | 30           |   | 人参            | 5            |                                | 玉葱                      |   |         | 40      |   | (冷)鮭(2cm角)骨皮なし | 45      | 牛乳              | 206 |
|   | 玉葱           | 40           |   | (冷)むき枝豆       | 5            |                                | 人参                      |   |         | 10      |   | 生姜             | 1       | 鶏肉胸・皮なし(2×2cm)  | 15  |
|   | じゃがいも        | 30           |   | 中ねぎ           | 3            |                                | 中ねぎ                     |   |         | 5       |   | 清酒             | 2       | 鶏肉もも・皮なし(2×2cm) | 10  |
|   | 人参           | 10           |   | ごま油           | 1.5          |                                | にんにく                    |   |         | 0.5     |   | 濃口しょうゆ         | 1       | 清酒              | 1   |
|   | トマト水煮        | 10           |   | 清酒            | 1            |                                | 生姜                      |   |         | 0.2     |   | 濃口しょうゆ         | 1       | 食塩              | 0.1 |
|   | しめじ          | 8            |   | 濃口しょうゆ        | 1            |                                | サラダ油                    |   |         | 2       |   | 食塩             | 0.1     | 米粉              | 4   |
|   | (冷)むき枝豆      | 5            |   | チキンコンソメ       | 0.6          |                                | カレー粉                    |   |         | 1.1     |   | でんぷん           | 3       | なたね油            | 5   |
|   | サラダ油         | 1            |   | 食塩            | 0.5          |                                | (レト)がらスープ               |   |         | 4       |   | なたね油           | 5       | キャベツ            | 30  |
|   | 小麦粉          | 3            |   | こしょう          | 0.02         |                                | チキンコンソメ                 |   |         | 0.5     |   | ほうれん草          | 20      | 人参              | 7   |
|   | サラダ油         | 1.5          |   | 牛乳            | 206          |                                | トマトケチャップ 1kg            |   |         | 2       |   | 人参             | 7       | 花かつお 1kg        | 0.5 |
|   | バター          | 1            |   | ボンレスハム(短冊)卵抜き | 5            |                                | ウスターソース                 |   |         | 1.7     |   | もみのり           | 0.5     | 濃口しょうゆ          | 1.5 |
|   | トマトピューレ      | 5            |   | 玉葱            | 15           |                                | とんかつソース                 |   |         | 1       |   | ボン酢            | 1       | じゃがいも           | 15  |
|   | ウスターソース      | 2            |   | 白菜            | 15           |                                | 濃口しょうゆ                  |   |         | 1       |   | じゃがいも          | 15      | 糸こんにゃく          | 7   |
|   | 赤ぶどう酒        | 2            |   | チンゲンサイ        | 10           |                                | チャツネ                    |   |         | 1       |   | 洗いごぼう          | 7       | 洗いごぼう           | 7   |
|   | 上白糖          | 0.7          |   | 人参            | 7            |                                | 赤ぶどう酒                   |   |         | 1       |   | 人参             | 5       | 人参              | 5   |
|   | チキンコンソメ      | 0.5          |   | ビーフン          | 5            |                                | 食塩                      |   |         | 0.8     |   | 中ねぎ            | 5       | 中ねぎ             | 5   |
|   | 食塩           | 0.6          |   | (レト)がらスープ     | 4            |                                | こしょう                    |   |         | 0.03    |   | 乾)うーめん         | 4       | 乾)うーめん          | 1.3 |
|   | こしょう         | 0.06         |   | 濃口しょうゆ        | 0.5          |                                | でんぷん                    |   |         | 2       |   | 生しいたけ(スライス)    | 5       | 生しいたけ(スライス)     | 5   |
|   | ローリエ         | 0.1          |   | 濃口しょうゆ        | 0.5          |                                | 削り節 だし用                 |   |         | 4       |   | 麩              | 1.5     | 麩               | 1.5 |
|   | 湯            | 80           |   | サラダ油          | 0.5          |                                | 湯                       |   |         | 120     |   | 薄口しょうゆ         | 2       | 薄口しょうゆ          | 2   |
|   | (レト)まぐろ油漬    | 10           |   | チキンコンソメ       | 0.3          |                                | 牛乳                      |   |         | 206     |   | みりん            | 0.5     | みりん             | 0.5 |
|   | (レト)ミックスビーンス | 10           |   | ごま油           | 0.1          |                                | (レト)さきみ油漬(フレーク)         |   |         | 10      |   | 食塩             | 0.1     | 食塩              | 0.1 |
| キャベツ  | 20           | 食塩           | 0.4   | (乾)海藻ミックス     | 0.8          | でんぷん                           | 0.7                     | でんぷん  | 0.7     |         |   |                |         |                 |     |
| きゅうり  | 10           | こしょう         | 0.03  | (乾)ひじき        | 0.5          | 削り節 だし用                        | 4                       | 削り節 だし用   | 4       |         |   |                |         |                 |     |
| 人参  | 5            | 湯            | 130   | キャベツ          | 30           | 出し昆布                           | 1                       | 出し昆布  | 1       |         |   |                |         |                 |     |
| (冷)レモン果汁  | 1.8          | (レト)白桃       | 20  | きゅうり          | 15           | 水                              | 130                     | 水   | 130     |         |   |                |         |                 |     |
| りんご酢  | 1.5          | (レト)みかん      | 15  | (缶)ホールコーン     | 5            |                                |                         |   |         |         |   |                |         |                 |     |
| 濃口しょうゆ  | 1            | (冷)カラフルボール   | 20  | 食酢            | 2.5          |                                |                         |   |         |         |   |                |         |                 |     |
| 上白糖   | 0.8          |              |   | 濃口しょうゆ        | 2.5          |                                |                         |   |         |         |   |                |         |                 |     |
| サラダ油  | 0.5          |              |   | 上白糖           | 1.2          |                                |                         |   |         |         |   |                |         |                 |     |
| 食塩  | 0.1          |              |   | ごま油           | 0.8          |                                |                         |   |         |         |   |                |         |                 |     |
| こしょう  | 0.02         |              |   |               |              |                                |                         |   |         |         |   |                |         |                 |     |
| はるみ   | 50           |              |   |               |              |                                |                         |   |         |         |   |                |         |                 |     |

| 14日(月)                |              |              | 15日(火)         |                |                     | 16日(水)           |                         |              | 17日(木)        |                |              | 18日(金)       |                    |              |
|-----------------------|--------------|--------------|----------------|----------------|---------------------|------------------|-------------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|
| 献立名                   | 食品名          | 一人当り<br>正味分量 | 献立名            | 食品名            | 一人当り<br>正味分量        | 献立名              | 食品名                     | 一人当り<br>正味分量 | 献立名           | 食品名            | 一人当り<br>正味分量 | 献立名          | 食品名                | 一人当り<br>正味分量 |
| コッペパン                 | コッペパン        | 50           | 中華どんぶり(麦ごはん)   | 精白米(委託)        | 60                  | セルフハンバーガー(ハンバーグ) | コッペパン                   | 50           | 麦ごはん          | 精白米(委託)        | 60           | チキンライス(麦入り)  | 精白米(自校)            | 59           |
|                       | コッペパン        | 60           |                | 精白米(委託)        | 70                  |                  | コッペパン                   | 60           |               | 精白米(委託)        | 70           |              | 米粒麦 自校             | 6            |
|                       | 牛乳           | 206          |                | 米粒麦 委託         | 6                   |                  | 牛乳                      | 206          |               | 米粒麦 委託         | 6            |              | (冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)  | 12           |
|                       | 豚肉並ミンチ       | 20           |                | 米粒麦 委託         | 7                   |                  | (冷)ハンバーグ鉄強化             | 幼小60         |               | 米粒麦 委託         | 7            |              | (冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm) | 8            |
|                       | (冷)白いんげん豆    | 30           |                | 牛乳             | 206                 |                  | (冷)ハンバーグ鉄強化             | 中80          |               | 牛乳             | 206          |              | 白ぶどう酒              | 1            |
|                       | じゃがいも        | 55           |                | (レト)うずら卵       | 25                  |                  |                         |              |               | 牛乳             | 206          |              | 玉葱                 | 15           |
|                       | 玉葱           | 40           |                | 豚肉並(3×3cmスライス) | 20                  |                  | キャベツ                    | 35           |               | (冷)かたくちいわし濃粉付き | 35           |              | 人参                 | 8            |
|                       | トマト水煮        | 8            |                | 生姜             | 2                   |                  | 人参                      | 10           |               | なたね油           | 4            |              | エリンギ カット           | 5            |
|                       | にんにく         | 1            |                | 清酒             | 2                   |                  | ゆで塩                     | 0.5          |               | 細ねぎ            | 2            |              | (冷)むき枝豆            | 5            |
|                       | パセリ          | 0.8          |                | 濃口しょうゆ         | 1                   |                  | (個)濃厚ソース                | 10           |               | 食酢             | 3.5          |              | バター                | 1            |
| 牛乳                    | サラダ油         | 1            | (冷)短冊いか(1×4cm) | 10             |                     |                  | 濃口しょうゆ                  | 2.5          | サラダ油          | 0.5            | 牛乳           | トマトケチャップ 1kg | 13                 |              |
|                       | トマトケチャップ 1kg | 6            | 清酒             | 1              | (個)スライスチーズ<br>鉄Ca強化 | 20               | 上白糖                     | 2.5          | ウスターソース       | 0.6            |              | チキンコンソメ      | 0.6                |              |
|                       | 中双糖          | 1.5          | 白菜             | 30             |                     |                  | みりん                     | 0.9          | チキンコンソメ       | 0.6            |              | 食塩           | 0.3                |              |
|                       | ウスターソース      | 1            | 玉葱             | 30             | ベーコン(短冊)            | 8                | 一味                      | 0.01         | 水             | 1.3            |              | こしょう         | 0.04               |              |
|                       | 赤ぶどう酒        | 1            | たけのこ水煮(ホール)    | 15             | 玉葱                  | 40               |                         |              | もやし           | 30             |              |              |                    |              |
|                       | チキンコンソメ      | 0.5          | 人参             | 10             | (缶)クリームコーン          | 20               | 小松菜                     | 25           | 牛乳            | 206            |              |              |                    |              |
|                       | 食塩           | 0.3          | チンゲンサイ         | 5              | 人参                  | 10               | 人参                      | 7            | キャベツ          | 35             |              |              |                    |              |
|                       | チリパウダー       | 0.05         | (レト)がらスープ      | 3              | 濃口しょうゆ              | 8                | 濃口しょうゆ                  | 2.5          | きゅうり          | 20             |              |              |                    |              |
|                       | 湯            | 30           | チキンコンソメ        | 0.3            | (缶)ホールコーン           | 5                | ボン酢                     | 1.5          | (缶)ホールコーン     | 5              |              |              |                    |              |
|                       | 上乾ちりめん       | 2            | ごま油            | 0.5            | パセリ                 | 0.5              | 炒り白ごま                   | 2            | 食酢            | 3.2            |              |              |                    |              |
| チーズ入り<br>かるちゃん<br>サラダ | ダイスチーズ 角・生食用 | 2.5          | 食塩             | 0.4            | バター                 | 1                | 油揚げ                     | 5            | サラダ油          | 2              |              |              |                    |              |
|                       | 星形チーズ        | 2.5          | こしょう           | 0.04           | (レト)がらスープ           | 4                | 生うどん さぬきの夢              | 20           | 上白糖           | 1.5            |              |              |                    |              |
|                       | (乾)ひじき       | 1.2          | でんぶん           | 1              | コーンスターチ             | 1.5              | 大根                      | 15           | 食塩            | 0.3            |              |              |                    |              |
|                       | キャベツ         | 20           | 湯              | 55             | チキンコンソメ             | 0.3              | 人参                      | 8            | こしょう          | 0.03           |              |              |                    |              |
|                       | 小松菜          | 15           | もやし            | 25             | 食塩                  | 0.5              | 中ねぎ                     | 5            |               |                |              |              |                    |              |
|                       | 人参           | 7            | きゅうり           | 15             | (レト)がらスープ           | 4                | 生しいたけ(スライス)             | 5            | 粗挽きウインナー(輪切り) | 10             |              |              |                    |              |
|                       | 食酢           | 2            | 人参             | 7              | コーンスターチ             | 1.5              | 中みそ                     | 6            | (冷)いもち        | 25             |              |              |                    |              |
|                       | サラダ油         | 2            | 春雨(8~10cm)     | 5              | 生クリーム               | 2                | 白みそ                     | 5            | 玉葱            | 20             |              |              |                    |              |
|                       | 濃口しょうゆ       | 2            | 濃口しょうゆ         | 2              | 湯                   | 75               | 煮干し だし用                 | 4            | 人参            | 5              |              |              |                    |              |
|                       | 上白糖          | 1.2          | 食酢             | 2              |                     |                  | 水                       | 150          | セロリー          | 5              |              |              |                    |              |
| ぶどうゼリー<br>(小中のみ)      | こしょう         | 0.02         | 上白糖            | 1.6            | 清見オレンジ              | 50               |                         |              | パセリ           | 0.5            |              |              |                    |              |
|                       | (個)ぶどうゼリー    | 40           | ごま油            | 1              |                     |                  | (個)おかかふりかけ<br>(27品目フリー) | 2            | (レト)がらスープ     | 4              |              |              |                    |              |
|                       |              |              | からし粉           | 0.06           |                     |                  |                         |              | サラダ油          | 1              |              |              |                    |              |
|                       |              |              | さつまいも(2cm角)    | 50             |                     |                  |                         |              | チキンコンソメ       | 0.3            |              |              |                    |              |
|                       |              |              | なたね油           | 4              |                     |                  |                         |              | 濃口しょうゆ        | 0.5            |              |              |                    |              |
|                       |              |              | 食塩             | 0.05           |                     |                  |                         |              | 食塩            | 0.5            |              |              |                    |              |
|                       |              |              |                |                |                     |                  |                         |              | こしょう          | 0.03           |              |              |                    |              |
|                       |              |              |                |                |                     |                  |                         |              | 湯             | 120            |              |              |                    |              |
|                       |              |              |                |                |                     |                  |                         |              |               |                |              |              |                    |              |
|                       |              |              |                |                |                     |                  |                         |              |               |                |              |              |                    |              |

