

7日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレー ピラフ (麦入り) 牛乳 ツナ サラダ 肉団子 と野菜の スープ 煮	精白米(自校)	55
	米粒麦 自校	5
	(冷)鶏肉 胸・皮なし カット	12
	(冷)鶏肉 もも・皮なし カット	8
	白ぶどう酒	1
	玉葱	12
	人参	8
	エリンギ カット	5
	(冷)むき枝豆	5
	サラダ油	0.5
	有塩バター	1
	食塩	0.65
	こしょう	0.03
	カレー粉	0.7
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4
	ウスターソース	0.7
	牛乳	206
(冷)まぐろ油漬	15	
(冷)ブロッコリー	15	
きゅうり	20	
(缶)ホールコーン	10	
食酢	3	
サラダ油	1	
砂糖(上白糖)	0.7	
食塩	0.3	
こしょう	0.04	
(冷)肉だんご	30	
マカロニ(シエル)	7	
玉葱	40	
キャベツ	30	
人参	15	
パセリ	1	
セロリー	2	
ローリエ	0.1	
サラダ油	0.5	
(冷)がらスープ	4	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
湯	85	

8日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 麻婆豆腐 春雨 サラダ	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
	豚赤肉ミンチ	20
	清酒	1
	豆腐	80
	玉葱	35
	人参	10
	しいたけ スライス	5
	中ねぎ	5
	生姜	1
	にんにく	0.8
	サラダ油	1
	トマトケチャップ	7
	濃口醤油	3.5
(冷)がらスープ	3	
赤みそ	2	
清酒	1	
砂糖(三温糖)	0.5	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
食塩	0.15	
豆板醤	0.1	
でんぶん	1	
ごま油	0.1	
湯	35	
ロースハム 短冊 卵抜き	7	
はるさめ カット	5	
もやし	25	
きゅうり	15	
人参	7	
濃口醤油	3	
食酢	2.5	
砂糖(上白糖)	1.5	
ごま油	1	
からし粉	0.05	

9日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 豚肉と野菜の しょうが炒め 具だくさん のみそ汁	精白米(自校)	62
	精白米(自校)	68
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	牛乳	206
	豚肉 スライス	40
	生姜	1.5
	玉葱	30
	キャベツ	30
	人参	10
	サラダ油	2
	濃口醤油	4
	清酒	1
	みりん	0.5
	砂糖(上白糖)	1
	油揚げ	7
	さつまいも 2cm角	40
もやし	15	
洗いごぼう	7	
つきこんにゃく	7	
人参	7	
中ねぎ	5	
麦みそ	9	
だし煮干し	4	
湯	100	



19日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
赤飯	精白米(自校)	50
	精白米(自校)	55
牛乳	もち米	18
	もち米	20
鶏肉のから揚げ	(乾)小豆	7
	食塩	0.6
ゆでブロッコリー	炒り黒ごま	0.7
	牛乳	206
すまし汁	鶏肉 胸・皮なし カット	30
	鶏肉 もも・皮なし カット	20
いちごゼリー(小中のみ)	濃口醤油	2.5
	清酒	0.7
	生姜	0.7
	でんぶん	2
	米粉	4
	なたね油	5
	(冷)ブロッコリー	30
	ゆで塩	0.5
	型抜きかまぼこ(桜)	6
	(冷)豆腐 カット	20
	玉葱	25
	中ねぎ	5
	(レト)たけのこポイル カット	10
	(乾)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	4
	だし昆布	1
	水	115
	(個)いちごゼリー	40

20日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型コッペパン(袋入り)	(個)コッペパン 幼・小4 30	
	(個)コッペパン 小5 40	
牛乳	(個)コッペパン 小6・中1 50	
	(個)コッペパン 中2・3 60	
ソー ス焼きスパゲティ	牛乳	206
	スパゲティ(ハーフ)	35
野菜サラダ	ゆで塩	1.5
	豚肉 スライス	15
清見オレンジ(小中のみ)	(冷)いか 短冊 1×4cm	15
	清酒	1.5
	キャベツ	30
	玉葱	20
	人参	10
	しいたけ スライス	5
	中ねぎ	5
	生姜	1
	にんにく	0.1
	サラダ油	2
	とんかつソース	9
	ウスターソース	2.5
	食塩	0.25
	こしょう	0.05
	粉かつお	0.5
	青のり粉	0.2
	(冷)ブロッコリー	25
	きゅうり	25
	人参	7
	食酢	2.2
	濃口醤油	2
	砂糖(上白糖)	1.2
	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	清見オレンジ	50

21日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーライス(麦ごはん)	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
牛乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
フレンチサラダ	牛乳	206
	牛肉 スライス	25
小煮干し(小中のみ)	じゃがいも	50
	玉葱	40
	人参	10
	(冷)むき枝豆	5
	(乾)レンズ豆	5
	セロリー	5
	にんにく	0.5
	小麦粉	6
	サラダ油	4
	カレー粉	1
	サラダ油	2
	(レト)からスープ	4
	赤ぶどう酒	2
	トマトケチャップ	2
	ウスターソース	1.3
	とんかつソース	1
	濃口醤油	1
	チャツネ	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.5
	こしょう	0.04
	湯	90
	キャベツ	20
	きゅうり	25
	人参	10
	(缶)ホールコーン	5
	食酢	3
	サラダ油	1
	砂糖(上白糖)	0.8
	食塩	0.25
	こしょう	0.03
	小煮干し	4

22日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフハンバーガー(おからハンバーグ)	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	50
牛乳	牛乳	206
	(冷)おからハンバーグ ポイル用	幼・小 50
野菜	(冷)おからハンバーグ ポイル用	中 60
	キャベツ	35
牛乳	人参	5
	ゆで塩	0.4
クラムチャウダー	(個)トマトケチャップ	~小4 8
	(個)ケチャップ&マスタード	小5~ 8
	(冷)あさりむき身	10
	白ぶどう酒	1
	ベーコン スライス	5
	(冷)白いんげん豆ペースト	10
	じゃがいも	30
	玉葱	30
	人参	7
	しめじ	5
	パセリ	0.5
	有塩バター	0.5
	(レト)からスープ	4
	食塩	0.55
	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
	調理用牛乳	30
	湯	50

23日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
たけのこごはん	精白米(自校)	60
	(冷)鶏肉 胸・皮なし カット	9
牛乳	(冷)鶏肉 もも・皮なし カット	6
	清酒	1
きんぴら	油揚げ	5
	(レト)新たけのこポイル ホール	20
すいとん汁	(冷)むき枝豆	5
	人参	5
野菜マフィン(中のみ)	濃口醤油	2
	清酒	2
	食塩	0.6
	砂糖(上白糖)	0.5
	だし昆布	1
	牛乳	206
	てんぷら	10
	洗いごぼう	25
	つきこんにやく	10
	人参	7
	(冷)さやいんげん	6
	ごま油	1
	濃口醤油	2
	砂糖(三温糖)	1
	みりん	1
	炒り白ごま	2
	一味	0.01
	(冷)すいとん	25
	油揚げ	5
	大根	20
	人参	10
	中ねぎ	5
	中みそ	6
	甘みそ	5
	だし煮干し	4
	水	110
	(個)野菜マフィン	25

