

13日(月)			14日(火)			15日(水)			16日(木)			17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	
チキンライス(麦入り) 牛乳 フレンチサラダ コーンクリームスープ ココアワッフル(中のみ)	精白米(自校)	55	ごはん 牛乳 さばのみそ煮 チンゲンサイともやし の和え物 なすのそうめん汁	精白米(委託・白)	70	ナン 牛乳 ドライカレー 夏みかん サラダ ピーフン ストープ ヨーグルト	(袋)ナン	幼~小2	50	コッペパン 牛乳 はもの エスカベッシュ ゆで ブロッコリー ミネストローネ	コッペパン	50	わかめ ごはん(麦入り) 牛乳 筑前煮 団子汁 月見ゼリー	精白米(自校)	62
	米粒麦 自校	5		精白米(委託・白)	80		(袋)ナン	小3~6	70		コッペパン	50		精白米(自校)	68
	(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	12					(袋)ナン	中	100					米粒麦 自校	6
	(冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	8												米粒麦 自校	7
	白ぶどう酒	1					牛乳		206		牛乳	206		炊き込みわかめ	2
	玉葱	20													
	人参	10					(冷)さばのみそ煮	幼	40		(冷)はも澱粉付き	45			
	エリンギカット	5					(冷)さばのみそ煮	小	50		なたね油	5		牛乳	206
	(冷)むぎ枝豆	5					(冷)さばのみそ煮	中	70		玉葱	15			
	バター	1									(冷)豚レバーチップ	5		人参	5
	サラダ油	0.5					チンゲンサイ		25		(レト)ひきわり大豆	15		人参	5
	トマトケチャップ 1kg	13					きゅうり		20		玉葱	50		赤パプリカ	3
	ウスターソース	0.6					もやし		15		人参	10		黄パプリカ	3
	チキンコンソメ	0.6					人參		4		ピーマン	4		サラダ油	0.5
	食塩	0.3					炒り白ごま		1.5		レーズン	1		りんご酢	5
	こしょう	0.04					(袋)ゆずかつおドレッシング		10		にんにく	0.6		(冷)レモン果汁	1
											生姜	0.3		上白糖	2
							油揚げ		5		サラダ油	0.5		濃口しょうゆ	0.7
	牛乳	206					玉葱		25		小麦粉	1		食塩	0.4
							なす		15		トマトケチャップ 1kg	9		こしょう	0.03
	(冷)ブロッコリー	25					中ねぎ		5		ウスターソース	3.5		水	10
	キャベツ	15					(乾)そうめん		4		カレー粉	1.2			
	きゅうり	15					食塩		0.5		赤ぶどう酒	1		(冷)ブロッコリー	30
(缶)ホールコーン	5			濃口しょうゆ		0.6	チキンコンソメ	0.5	ゆで塩	0.5					
(袋)フレンチドレッシング	10			削り節 だし用		5	食塩	0.5							
				湯		130	こしょう	0.03							
ベーコン(短冊)	7								ベーコン(短冊)	5					
(レト)白いんげん豆ペースト	6						キャベツ	25	(冷)白いんげん豆	18					
(缶)クリームコーン	35						きゅうり	25	玉葱	40					
玉葱	30						(レト)夏みかん	15	人参	10					
パセリ	0.5						(袋)コールスロードレッシング	8	トマト水煮	15					
サラダ油	0.5								マカロニ(シエル)	7					
(レト)がらスープ	4						ロースハム(短冊)卵抜き	7	セロリー	2					
チキンコンソメ	0.5						玉葱	25	パセリ	0.5					
食塩	0.3						人参	10	サラダ油	0.5					
こしょう	0.03						チンゲンサイ	8	(レト)がらスープ	4					
生クリーム	2						ピーフン	5	赤ぶどう酒	1					
調理用牛乳	30						生しいたけ(スライス)	5	食塩	0.6					
水	70						生姜	0.2	こしょう	0.03					
							サラダ油	0.5	チキンコンソメ	0.5					
(個)ココアワッフル Fe強化	28						(レト)がらスープ	4	ローリエ	0.1					
							濃口しょうゆ	0.5	湯	120					
							チキンコンソメ	0.3							
							食塩	0.3							
							こしょう	0.03							
							ごま油	0.1							
							湯	130							
							(個)ヨーグルト Fe強化	70							

21日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
牛乳	牛乳	206
	豚肉赤身ミンチ	20
なす入りマーボー豆腐	(冷)豆腐 カット	70
	玉葱	35
中華サラダ	なす	20
	サラダ油	2
みかんジュース	たけのこ水煮(ホール)	10
	チンゲンサイ	10
みかんジュース	人参	7
	中ねぎ	3
みかんジュース	干しいたけ(スライス)	1
	生姜	0.7
みかんジュース	にんにく	0.3
	ごま油	1
みかんジュース	トマトケチャップ 1kg	6
	濃口しょうゆ	3.5
みかんジュース	(レト)がらスープ	3
	赤みそ	2
みかんジュース	清酒	1
	三温糖	0.5
みかんジュース	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.15
みかんジュース	豆板醤	0.15
	でんぷん	2
みかんジュース	湯	40
	もやし	40
みかんジュース	きゅうり	15
	人参	10
みかんジュース	きくらげ(せん切り)	0.3
	(袋)棒々鶏ドレッシング	10
みかんジュース	(個)みかんジュース	125

22日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
牛乳	牛乳	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	40
豚肉と野菜の生姜炒め	生姜	1.5
	玉葱	40
ごま和え	キャベツ	30
	人参	10
野菜マフィン(中のみ)	サラダ油	2
	濃口しょうゆ	3.5
あさりの佃煮(中のみ)	清酒	1
	上白糖	1
あさりの佃煮(中のみ)	みりん	0.5
	キャベツ	30
あさりの佃煮(中のみ)	小松菜	20
	きゅうり	10
あさりの佃煮(中のみ)	炒り白ごま	2
	(袋)和風ドレッシング	8
あさりの佃煮(中のみ)	(個)野菜マフィン	25
	(レト)あさり佃煮	10

24日(金)

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
	コッペパン	50
牛乳	牛乳	206
	鶏肉胸・皮なし(2×2cm)	15
冬瓜入りシチュー	鶏肉もも・皮なし(2×2cm)	10
	白ぶどう酒	1
野菜ソテー	玉葱	40
	じゃがいも	30
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	ミニ冬瓜	25
	人参	10
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	パセリ	1
	サラダ油	1
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	小麦粉	3.5
	サラダ油	2
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	バター	1
	(レト)がらスープ	4
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	食塩	0.4
	こしょう	0.05
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	チキンコンソメ	0.3
	調理用牛乳	25
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	湯	60
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	7
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	キャベツ	35
	人参	10
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	チンゲンサイ	8
	しめじ	8
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	(缶)ホールコーン	7
	サラダ油	1.2
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	濃口しょうゆ	0.2
	チキンコンソメ	0.2
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	食塩	0.2
	こしょう	0.03
黒豆きな粉クリーム(中のみ)	(袋)黒豆きな粉クリーム	10

