

6日(木)

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
	豚肉ミンチ	20
	(冷)白いんげん豆	20
チリコンカン	(冷)金時豆	15
	じゃがいも	55
コンカーン	玉葱	40
	トマト水煮	8
切り干し大根のサラダ	にんにく	1
	パセリ	0.8
ヨーグルト(小中のみ)	サラダ油	1
	トマトケチャップ	6
りんごジャム(小中のみ)	砂糖(中双糖)	1.2
	ウスターソース	1
りんごジャム(小中のみ)	赤ぶどう酒	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
りんごジャム(小中のみ)	食塩	0.25
	チリパウダー	0.05
りんごジャム(小中のみ)	湯	35
	きゅうり	10
りんごジャム(小中のみ)	(乾)切干し大根	5
	人参	5
りんごジャム(小中のみ)	(缶)ホールコーン	5
	(乾)刻み昆布	0.5
りんごジャム(小中のみ)	食酢	2.2
	しょうゆ	2
りんごジャム(小中のみ)	上白糖	1
	サラダ油	0.5
りんごジャム(小中のみ)	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70
	(個)りんごジャム	15

7日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
チキンライス(麦入り)	精白米(自校)	55
	米粒麦 自校	5
チキンライス(麦入り)	(冷)鶏肉 胸・皮なし カット	12
	(冷)鶏肉 もも・皮なし カット	8
チキンライス(麦入り)	白ぶどう酒	1
	人参	8
チキンライス(麦入り)	玉葱	12
	エリンギ	5
チキンライス(麦入り)	(冷)むき枝豆	5
	有塩バター	0.6
チキンライス(麦入り)	サラダ油	1
	トマトケチャップ	13
チキンライス(麦入り)	ウスターソース	0.9
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
チキンライス(麦入り)	食塩	0.45
	こしょう	0.05
チキンライス(麦入り)	牛乳	206
	(レト)まぐる油漬	8
チキンライス(麦入り)	大根	25
	きゅうり	15
チキンライス(麦入り)	人参	5
	(缶)ホールコーン	5
チキンライス(麦入り)	炒り白ごま	1.5
	食酢	2.2
チキンライス(麦入り)	濃口醤油	2
	上白糖	1.2
チキンライス(麦入り)	ごま油	0.5
	サラダ油	0.5
チキンライス(麦入り)	ベーコン スライス	7
	(缶)クリームコーン	40
チキンライス(麦入り)	玉葱	30
	(缶)ホールコーン	10
チキンライス(麦入り)	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
チキンライス(麦入り)	(レト)がらスープ	4
	食塩	0.5
チキンライス(麦入り)	こしょう	0.03
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3
チキンライス(麦入り)	湯	110
	(個)ショコラブツセ	21

10日(月)

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
	(冷)メルルーサ 骨なし 3cm角	50
魚のごま揚げ	清酒	2
	生姜	1
	濃口醤油	1
	食塩	0.2
	でんぷん	6
	米粉	4
	炒り白ごま	3
	なたね油	5
	もやし	40
	小松菜	20
おひたし	人参	7
	濃口醤油	2.7
	食酢	0.5
	砂糖(上白糖)	0.4
	食塩	0.03
	豆腐	30
	油揚げ	5
	玉葱	25
	(乾)干しわかめ カット	0.6
	中ねぎ	5
中みそ	6	
甘みそ	5	
だし煮干し	4	
水	105	

11日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	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	牛乳	206
	豚肉 スライス	40
豚肉と野菜の炒め物	生姜	1.5
	玉葱	30
	キャベツ	30
	人参	10
	中ねぎ	5
	サラダ油	1
	赤みそ	4.5
	濃口醤油	1
	清酒	1.5
	砂糖(上白糖)	2
けんちん汁	豆腐	30
	油揚げ	7
	つきこんにやく	15
	人参	10
	中ねぎ	5
	濃口醤油	2
	食塩	0.65
	だし削り節 鯖抜き	4
	だし昆布	1
	水	120

12日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
きなこつ茶揚げパン	コッペパン	50
	コッペパン	50
	なたね油	4
	砂糖(三温糖)	5
	きな粉 青大豆	4
	煎茶 粉末	0.4
	食塩	0.01
	紙ナフキン	1
	牛乳	206
	肉団子のスープ	(冷)肉だんご 30
夏みかんサラダ	玉葱	35
	(レト)たけのこポイル ホール	10
	人参	10
	チンゲンサイ	12
	しいたけ スライス	4
	はるさめ カット	3
	生姜	0.5
	サラダ油	0.5
	(レト)がらスープ	4
	濃口醤油	2
清酒	1	
食塩	0.2	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
湯	120	
キャベツ	35	
きゅうり	15	
(レト)夏みかん	20	
食酢	1.5	
(冷)レモン果汁	1	
サラダ油	1	
砂糖(上白糖)	1.2	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	

13日(木)

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
	豚赤肉ミンチ	25
麻婆豆腐	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	5
濃口醤油	3.5	
(レト)がらスープ	3	
赤みそ	3	
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	0.1	
豆板醤	0.1	
でんぷん	1	
ごま油	0.1	
湯	35	
チンゲンサイ	30	
キャベツ	30	
人参	5	
食酢	3	
濃口醤油	3	
砂糖(上白糖)	1	
ごま油	0.5	
かえり	5	
アーモンド(四つ割)	4	
砂糖(上白糖)	1	
濃口醤油	0.3	
みりん	1	
水	1	

14日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
中華風たきこみおこわ	精白米(自校)	50
	もち米	10
	焼き豚 角切り	20
	(レト)たけのこポイル ホール	10
	人参	5
	(冷)むき枝豆	5
	中ねぎ	5
	サラダ油	1
	ごま油	1
	濃口醤油	3
スナッブえんどうのサラダ	清酒	4
	砂糖(上白糖)	0.8
	食塩	0.4
	牛乳	206
	キャベツ	35
	スナッブえんどう	15
	人参	7
	(缶)ホールコーン	5
	(個)種々鶏ドレッシング 乳・卵抜き	10
	ボンレスハム 短冊 卵抜き	7
(レト)うずら卵	25	
玉葱	30	
チンゲンサイ	7	
はるさめ カット	5	
(乾)きくらげ 千切り	1	
サラダ油	0.5	
(レト)がらスープ	4	
食塩	0.4	
濃口醤油	0.5	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
こしょう	0.03	
ごま油	0.1	
湯	120	
(個)黒豆とナッツ	15	
(個)さつまいもチップ	5	

31日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ま 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
さ ば の 梅 煮	冷)さば梅煮	幼・小 50
	冷)さば梅煮	中 70
	きゅうり	30
き ゅ う り の あ え も の	キャベツ	30
	人参	5
	炒り白ごま	1
	(備)和風ドレッシング 乳・卵抜き	8
春 大 根 の み そ 汁		
	豆腐	15
	油揚げ	5
	春大根	30
	玉葱	15
	人参	5
	中ねぎ	5
	中みそ	6
	甘みそ	5
	だし煮干し	4
水	100	
あ さ り の 佃 煮 (小 中 の み)	(レト)あさり佃煮	10