

10日(月)			11日(火)			12日(水)			13日(木)			14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		
ひじきごはん 牛乳 切り干し大根の 含め煮 豆腐のみそ汁 小夏	精白米(自校)	60	麦ごはん 牛乳 厚揚げと たけのこの 煮物 キャベツの 昆布和え あさりの 佃煮	精白米(委託)	60	きなこ 茶揚げパン 牛乳 野菜のス ープ煮 夏みかん サラダ	コッペパン	50	麦ごはん 牛乳 焼き豆腐 のみそぼ ろ煮 春大根の 和え物 ヨーグル ト	精白米(委託)	60	麦ごはん 牛乳 さばの塩 焼き ゆかり和 え じゃがいも のみそ汁	精白米(委託)	60		
	牛肉 スライス	15		精白米(委託)	70		コッペパン	70		精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		
	油揚げ	5		米粒麦 委託	6		なたね油 ローリー	7		米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6	米粒麦 委託	6
	切りこんにやく	5		米粒麦 委託	7		青大豆きな粉	3		米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7	米粒麦 委託	7
	人参	5		牛乳	206		煎茶 粉末	0.4		牛乳	206		牛乳	206	牛乳	206
	(冷)むき枝豆	5		厚揚げ	30		砂糖(上白糖)	4		豚肉ミンチ	15		(冷)さば	小 50		
	(乾)ひじき	1		清酒	1		食塩	0.01		(冷)焼き豆腐 カット	65		(冷)さば	中 70		
	サラダ油	0.5		おろし生姜	0.1		紙ナフキン	1		玉ねぎ 皮むき	40		清酒	1		
	だし昆布	0.5		(冷)厚揚げ カット	30		牛乳	206		人参	10		食塩	0.3		
	薄口醤油	2.2		(レト)たけのこポイル 乱切り	25		鶏肉	12		(乾)干しいたけ スライス	0.8		小松菜	17		
	濃口醤油	0.6		ごぼう(斜め・5mm厚さ)	20		鶏肉 もも・皮なし カット	8		(冷)むき枝豆	7		太もやし	28		
	清酒	2.3		人参	15		(冷)白いんげん豆	5		おろし生姜	0.3		人参	5		
	砂糖(上白糖)	1		しめじ	10		マカロニ(シエル)	5		おろしにんにく	0.2		赤じそ粉	0.5		
	食塩	0.6		(冷)むき枝豆	7		玉ねぎ 皮むき	30		ごま油	1		濃口醤油	0.8		
	牛乳	206		サラダ油	1		チンゲンサイ	20		赤みそ	5		じゃがいも 皮むき2cmカット	20		
	てんぷら	15		濃口醤油	4.7		人参	10		清酒	3		人参	10		
	油揚げ	5		砂糖(中双糖)	2.5		エリンギ カット	10		濃口醤油	2.1		油揚げ	10		
	切干し大根	8		ごま油	0.2		(レト)がらスープ	3		砂糖(三温糖)	2		中ねぎ	5		
	人参	7		水	20		食塩	0.3		でんぶん	0.5		中みそ	5		
	(冷)さやいんげん	5		キャベツ	20		こしょう	0.03		湯	20		甘みそ	1		
	炒り白ごま	0.5		太もやし	25		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6		春大根	25		だし煮干し	3		
	ごま油	0.5		塩ふき昆布	1		ローリエ	0.1		きゅうり	20		水	100		
	濃口醤油	3		濃口醤油	1		湯	100		人参	5					
みりん	1.5	炒り白ごま 500g	1	キャベツ	20	(レト)ホールコーン	7									
清酒	1	(個)あさり佃煮	8	きゅうり	15	青じそドレッシング 乳・卵抜き	4.5									
砂糖(上白糖)	1			(レト)夏みかん	15	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70									
だし汁	20			食酢	1.5											
(冷)豆腐 カット	30			サラダ油	1											
玉ねぎ 皮むき	20			食塩	0.3											
人参	5			こしょう	0.02											
(乾)干しわかめ カット	0.3			砂糖(上白糖)	0.5											
中みそ	5															
甘みそ	2															
だし煮干し	3															
湯	95															
(個)小夏 1/4カット	35															

17日(月)			18日(火)			19日(水)			20日(木)			21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	えんどうごはん	精白米(自校)	68	みそラーメン	(袋)中華そば	150	梅ちりめんごはん	精白米(自校)	68	麦ごはん	精白米(委託)	60
	コッペパン	50		精白米(自校)	75		(袋)中華そば	200		精白米(自校)	75		精白米(委託)	70
牛乳	牛乳	206	牛乳	むきえんどう 冷凍	12	牛乳	豚肉 スライス	15	牛乳	梅ちりめん 素 280g	3	牛乳	米粒麦 委託	6
	豚肉 スライス	10		清酒	2.1		清酒	1		牛乳	206		米粒麦 委託	7
ポークチャウダー	白ぶどう酒	1	高野豆腐の煮物	食塩	1	小えびのから揚げ	濃口醤油	1	肉じゃが	牛乳	206	厚揚げとチンゲンサイのみそ炒め	牛乳	206
	ベーコン スライス	15		豚肉 スライス	0.5		太もやし	25		(レト)うずら卵	20		牛肉 スライス	25
かみかみサラダ	じゃがいも 皮むき2cmカット	30	おかか	牛乳	206	ミニトマト	キャベツ	20	アーモンド和え	清酒	1	納豆	清酒	2
	玉ねぎ 皮むき	40		人参	1		太ねぎ	10		人参	10		じゃがいも 皮むき2cmカット	70
小魚アーモンド	人参	10	ココアワッフル(中のみ)	(乾)高野豆腐 サイコロ	15	小えび	(レト)ホールコーン	5	小松菜	つきこんにやく(ハーフ)	20	ごまドレッシング和え	玉ねぎ 皮むき	30
	しめじ	8		(冷)むき枝豆	30		(乾)きくらげ 千切り	0.7		(レト)ホールコーン	5		おろしにんにく	15
	(冷)むき枝豆	5		玉ねぎ 皮むき	10		おろしにんにく	0.7		(冷)むき枝豆	5		人参	10
	サラダ油	0.5		人参	10		ごま油	1		サラダ油	1		(レト)たけのこボイル 短冊切り	8
	サラダ油	1		(乾)干しいたけ スライス	1		赤みそ	7		濃口醤油	3.5		(乾)干しいたけ スライス	0.5
	有塩バター	2		(冷)むき枝豆	7		(レト)がらスープ	3		砂糖(中双糖)	2		おろし生姜	0.3
	小麦粉	2		サラダ油	1		清酒	1.5		でんぶん	0.5		おろしにんにく	0.3
	調理用牛乳	30		濃口醤油	3.4		砂糖(上白糖)	1.2		湯	10		ごま油	0.8
	生クリーム	1		砂糖(三温糖)	2.2		中華スープ ねり状	0.8					砂糖(中双糖)	1.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6		食塩	0.3		食塩	0.4		小松菜	17		チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.3		湯	60		こしょう	0.03		太もやし	30		濃口醤油	3
	こしょう	0.02		小松菜	17		湯	125		人参	5		赤みそ	2.5
	ローリエ	0.1		太もやし	30		牛乳	206		濃口醤油	2.5		豆板醤	0.03
	湯	40		濃口醤油	1.2					食酢	2		でんぶん	1
	さきいか	3		花かつお 砕片 500g	1		(冷)小えび殻付き 粉付き	30		砂糖(上白糖)	0.8		湯	20
	れんこん(いちょう3mm)	20		(個)ココアワッフル	28		なたね油 ローリー	5		アーモンド(刻み)	1.2		切干し大根	4
	きゅうり	20								アーモンド(粉)	1.2		きゅうり	20
	人参	5											人参	5
	(レト)ホールコーン	7											(レト)ホールコーン	7
	砂糖(上白糖)	1											食酢	2
	濃口醤油	1.5											濃口醤油	2
	食酢	1.5											砂糖(上白糖)	1
	ごま油	0.2											ごま油	0.5
	炒り白ごま 500g	1											炒り白ごま 500g	1.2
	(個)小魚入りアーモンド	8											(個)納豆	30
													(個)納豆	40

31日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ハヤシライス	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
麦ごはん	牛乳	206
	牛肉 スライス	20
	玉ねぎ 皮むき	40
	じゃがいも 皮むき2cmカット	30
	人参	12
	(冷)むき枝豆	5
	トマト水煮 3kg	15
	おろしにんにく	0.3
	小麦粉	5
	有塩バター	3
海藻サラダ	サラダ油	2
	サラダ油	2
チーズ(小のみ)	(レト)がらすープ 3kg	3
	赤ぶどう酒	2
	ウスターソース	2
	食塩	1.3
	こしょう	0.07
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6
	上白糖	0.5
	からし粉	0.15
	ピザ用チーズ	2
	ローリエ	0.1
ヨーグルト(中のみ)	湯	80
	キャベツ	20
	きゅうり	25
	(乾)海藻ミックス	0.5
	(レト)ホールコーン	7
	青じそドレッシング 乳・卵抜き	4.5
	(個)チーズ鉄強化	15
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70