

1日(火)			2日(水)			3日(木)			4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
ごはん 牛乳 豚肉とごぼうの煮物 キャベツのおひたし あさりの佃煮	精白米(自校)	68	親子どんぶり(麦ごはん) 牛乳 かぼちゃのフライ 小魚入りアーモンド	精白米(委託)	60	麦ごはん 牛乳 小さいわしの三杯 ひじきと厚揚げのうま煮 小松菜のおひたし	精白米(委託)	60	大豆ごはん 牛乳 茎わかめとごぼうのぎんぴら ふしめん汁 ココアワッフル(中のみ)	精白米(自校)	60
	精白米(自校)	75		精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		牛肉(2×2cmスライス)	15
	牛乳	206		米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		清酒	0.6
	豚肉(2×2cmスライス)	25		米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7		(レト)蒸大豆 国産	13
	清酒	1		牛乳	206		牛乳	206		油揚げ	3
	おろし生姜	0.1		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	18		小さいわし	35		人参	7
	(冷)厚揚げ カット	30		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	12		なたね油	7		(冷)むき枝豆	5
	たけのこ水煮(乱切り)	20		鶏卵	25		食酢	3.8		サラダ油	1
	ごぼう(斜め切り)	25		皮むき玉葱	50		濃口醤油	2.5		清酒	2
	人参	15		人参	10		砂糖(上白糖)	3		薄口醤油	2.5
	しめじ	10		干しいたけ(スライス)	1		湯	4		砂糖(上白糖)	1
	(冷)さやいんげん	7		中ねぎ	5		(冷)厚揚げ カット	15		食塩	0.8
	サラダ油	1		濃口醤油	4.5		つきこん(やく(ハーフ))	20		出し昆布	0.5
	濃口醤油	4.7		みりん	3		てんぷら	15		牛乳	206
	砂糖(中双糖)	2.5		砂糖(上白糖)	1.5		ごぼう(ささがき)	20		豚肉(2×2cmスライス)	10
	ごま油	0.1		清酒	1		人参	5		ごぼう(ささがき)	30
湯	20	食塩	0.5	(冷)むき枝豆	5	人参	5				
キャベツ	20	でんぷん	0.8	(レト)芽ひじき水煮	22	(乾)茎わかめ カット	1.8				
太もやし	25	削り節 だし用	1.5	サラダ油	1	(冷)むき枝豆	6				
人参	5	出し昆布	0.5	濃口醤油	2.6	炒り白ごま	1				
濃口醤油	1.2	湯	50	砂糖(三温糖)	1.4	ごま油	0.5				
花かつお(碎片)	1	(冷)かぼちゃフライ	52	みりん	0.5	濃口醤油	2.7				
(個)あさり佃煮	8	なたね油	6	水	10	砂糖(中双糖)	1.3				
		(個)小魚入りアーモンド	8	小松菜	15	みりん	0.4				
				太もやし	30	だし汁	10				
				花かつお(碎片)	1	皮むき玉葱	25				
				濃口醤油	1.2	ふしめん	3				
						油揚げ	5				
						干しわかめ(カット)	0.5				
						中ねぎ	5				
						中みそ	5				
						白みそ	2				
						削り節 だし用	3				
						出し昆布	1				
						水	110				
						(個)ココアワッフル	28				

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 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	麦ごはん	精白米(委託)	60	ごはん	精白米(自校)	68	麦ごはん	精白米(委託)	60	ごはん	精白米(自校)	68			
	コッペパン	50		精白米(委託)	70		精白米(自校)	75		精白米(委託)	70		精白米(自校)	75			
	牛乳	206		米粒麦 委託	6		牛乳	206		米粒麦 委託	6		牛乳	206			
				米粒麦 委託	7					米粒麦 委託	7						
	牛乳	(冷)肉だんご	40	牛乳	牛乳	206	牛乳	豚肉(3×3cmスライス)	45	牛乳	牛乳	206	牛乳	豚肉ミンチ	20		
		(冷)ひよこ豆水煮	10						おろし生姜		1.5					清酒	1
	肉団子のスープ煮	じゃがいも 皮むきカット	35	じゃがいものそぼろ煮	牛肉ミンチ	10	豚肉のしょうが焼き	おろしにんにく	0.2	じゃがいもとアスパラガスの旨煮	豚肉(2×2cmスライス)	20	野菜サラダ	(冷)豆腐(カット)	65		
		皮むき玉葱	30		豚肉ミンチ	15		濃口醤油	4		清酒	2		ベーコン(短冊)	7	皮むき玉葱	40
		人参	12		清酒	1		清酒	1		じゃがいも 皮むきカット	70		人参	10	人参	10
		しめじ	8		じゃがいも 皮むきカット	70		砂糖(上白糖)	1		皮むき玉葱	35		たけのこ水煮(短冊切り)	10	(冷)むき枝豆	5
おろし生姜		0.3	つきこんにやく(ハーフ)		40	みりん		0.5	サラダ油		2	人参		10	きくらげ(せん切り)	0.5	
サラダ油		0.5	人参		15	サラダ油		2	皮むき玉葱		40	アスパラガス		15	おろし生姜	1	
(レト)がらスープ		3	(冷)むき枝豆		5	エリンギ カット		10	アスパラガス		15	サラダ油		0.5	おろしにんにく	0.8	
濃口醤油		0.8	サラダ油		1				砂糖(上白糖)		2	濃口醤油		3	サラダ油	1	
チキンコンソメ		0.4	濃口醤油		3.5	かぼちゃ生カット		20	湯		10	湯		10	トマトケチャップ 1kg	6	
食塩		0.3	砂糖(中双糖)		1.9	えのきたけカット		10	湯		10	小松菜		15	濃口醤油	3.5	
野菜サラダ	こしょう	0.03	湯	8	皮むき玉葱	20			太もやし	15	(レト)がらスープ	3					
	湯	90	キャベツ	20	油揚げ	7			太もやし	30	赤みそ	2.5					
	太もやし	20	太もやし	25	中ねぎ	3			濃口醤油	1.2	砂糖(三温糖)	0.8					
	きゅうり	25	人参	5	中みそ	5			花かつお(碎片)	1.2	チキンコンソメ	0.45					
	(レト)ホールコーン	7	たくあん(刻み)	5	白みそ	2			(袋)あさり佃煮	8	食塩	0.1					
	サラダ油	1.5	濃口醤油	1.2	煮干し だし用	3					豆板醤	0.15					
	(冷)レモン果汁	0.3	炒り白ごま 500g	1	水	100					ごま油	0.1					
	食酢	1.5			(個)日向夏ゼリー	50					でんぷん	1					
	食塩	0.3									湯	30					
	砂糖(上白糖)	0.8															
こしょう	0.02																
チョコ大豆クリーム	(袋)チョコ大豆クリーム	小 10															
	(袋)チョコ大豆クリーム	中 15															

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 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	麦 ご は ん	精白米(委託)	60	カ レ ー ラ イ ス ( 麦 ご は ん )	精白米(委託)	60	ご は ん	精白米(自校)	68	コ ッ ペ パ ン	コッペパン	50
	コッペパン	50		精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		精白米(自校)	75		コッペパン	50
	牛乳	206		米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		牛乳	206		牛乳	206
	豚肉(2×2cmスライス)	25		米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7		牛乳	206		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	15
	じゃがいも 皮むきカット	40		牛乳	206		牛乳	206		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10		清酒	1
	皮むき玉葱	50		(チルド)さわらのみぞ漬け	小 50		牛肉(3×3cmスライス)	20		高野豆腐(サイコロ)	15		皮むき玉葱	35
	(冷)ひよこ豆水煮	20		(チルド)さわらのみぞ漬け	中 70		じゃがいも 皮むきカット	45		人参	10		人参	10
	しめじ	10		てんぷら	15		人参	15		(冷)さやいんげん	7		干しいたけ(スライス)	1
	パセリ	0.5		油揚げ	7		(冷)ひよこ豆水煮	5		トマト水煮 3kg	5		サラダ油	1
	おろしにんにく	0.5		人參	7		トマト水煮 3kg	5		おろしにんにく	0.5		濃口醤油	3.4
	サラダ油	1		切干し大根	7		トマトケチャップ 1kg	2		サラダ油	1		砂糖(三温糖)	1.9
	バター	0.5		干しいたけ(スライス)	0.5		とんかつソース	1		小麦粉	5.5		食塩	0.3
	トマト水煮 3kg	25		(冷)さやいんげん	7		濃口醤油	1		サラダ油	4.5		湯	60
	トマトケチャップ 1kg	3		サラダ油	1		みりん	0.5		カレー粉	1		きゅうり	25
	赤ぶどう酒	1		濃口醤油	2.5		ごま油	0.3		(レト)がらスープ	3		太もやし	20
	砂糖(上白糖)	0.5		砂糖(中双糖)	1.2		水	20		ウスターソース	3		人参	5
	ウスターソース	0.7		みりん	0.5		きゅうり	25		赤ぶどう酒	2		濃口醤油	1.5
	チキンコンソメ	0.5		濃口醤油	2.5		太もやし	20		トマトケチャップ 1kg	2		ポン酢	0.7
食塩	0.3	砂糖(上白糖)	1	人参	5	とんかつソース	1	砂糖(上白糖)	0.5					
こしょう	0.03	食塩	0.3	濃口醤油	1	濃口醤油	1	炒り白ごま 500g	1					
湯	20	きゅうり	25	食塩	0.8	チャツネ 450g	1	(個)小魚佃煮	8					
きゅうり	25	太もやし	20	こしょう	0.04	食塩	0.8	(個)野菜マフィン	25					
キャベツ	20	人参	5	チキンコンソメ	0.7	湯	90							
(レト)まぐろ油漬	5	赤じそ粉	0.5	湯	90	キャベツ	20							
りんご酢	2	濃口醤油	1	キャベツ	20	きゅうり	25							
食酢	1			きゅうり	25	(乾)海藻ミックス	0.5							
砂糖(上白糖)	0.4			(レト)ホールコーン	5	(レト)ホールコーン	5							
オリーブ油	0.3			青じそドレッシング	4.5	青じそドレッシング	4.5							
サラダ油	0.3			(個)冷凍みかん	80									
食塩	0.2													
こしょう	0.02													
(個)ヨーグルト 鉄強化	70													



28日(月)			29日(火)			30日(水)										
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		
ドライカレー (麦ごはん) 牛乳 切り干し大根のサラダ みかんジュース	精白米(委託)	60	ごはん 牛乳 八宝菜 中華サラダ	精白米(自校)	68	コッペパン コッペパン 牛乳 オリーブ地鶏 胸・皮なし 唐揚げ用 牛乳 鶏肉 もも・皮なし(唐揚げ用) オリーブ地どりのレモンソースかけ ズッキーニとトマトのスープ	コッペパン	50								
	精白米(委託)	70		精白米(自校)	75		コッペパン	50								
	米粒麦 委託	6			牛乳		○ 206	牛乳	○ 206							
	米粒麦 委託	7														
	牛乳	○ 206			豚肉(3×3cmスライス)		25		オリーブ地鶏 胸・皮なし 唐揚げ用	30						
					おろし生姜		0.8		鶏肉 もも・皮なし(唐揚げ用)	20						
	牛肉ミンチ	15			濃口醤油		1		清酒	1						
	豚肉ミンチ	15			清酒		0.5		食塩	0.15						
	赤ぶどう酒	1			なると(3mm)		15		こしょう	0.06						
	(レト)ひきわり大豆	20			(レト)うずら卵		25		でんぷん	4						
	皮むき玉葱	40			皮むき玉葱		35		米粉	1						
	人参	15			キャベツ		25		なたね油	7						
	おろしにんにく	0.6			たけのこ水煮(短冊切り)		20		サラダ油	0.5						
	おろし生姜	0.3			人参		15		(冷)レモン果汁	3.5						
	サラダ油	1			きくらげ(せん切り)		0.7		砂糖(上白糖)	3.5						
	小麦粉	1			サラダ油		1		濃口醤油	1.2						
	レーズン	1			濃口醤油		0.8		でんぷん	0.3						
	トマトケチャップ 1kg	9			チキンコンソメ		0.5		湯	5						
	ウスターソース	3.5			食塩		0.3									
	カレー粉	1.2			こしょう		0.04		じゃがいも 皮むきカット	25						
	赤ぶどう酒	1			でんぷん		1		皮むき玉葱	30						
	チキンコンソメ	0.6			湯		8		ズッキーニ	15						
	食塩	0.3							(冷)白いんげん豆	10						
	こしょう	0.03							人参	7						
									トマト水煮 3kg	25						
切り干し大根	4.5					サラダ油	0.5									
きゅうり	20					(レト)がらスープ	3									
人参	5					チキンコンソメ	0.5									
(レト)ホールコーン	7					食塩	0.4									
食酢	1.5					こしょう	0.05									
砂糖(上白糖)	1					砂糖(上白糖)	0.1									
濃口醤油	1.7					ローリエ	0.1									
ごま油	1					湯	95									
(個)みかんジュース	125															