

国分寺 6月

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
麦ごはん 牛乳 厚揚げとチンゲンサイのみそ炒め ごまあえ ヨーグルト(小中のみ)	精白米(自校)	62	黒糖パン 牛乳 豚肉の角煮 ゴーヤチャンプルー わかめとうずら卵のスープ シークワーサーゼリー(小中のみ)	黒糖パン	50	ガバオライス(麦ごはん) 牛乳 ビーフンスープ	精白米(委託)	60	麦ごはん 牛乳 がんもどきとひじきのうま煮 もろみあえ	精白米(自校)	62
	精白米(自校)	68		黒糖パン	50		精白米(委託)	70		精白米(自校)	68
	米粒麦 自校	6		粉黒糖	7.5		米粒麦 委託	6		米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7		粉黒糖	7.5		米粒麦 委託	7		米粒麦 自校	7
	牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206
	豚肉赤身ミンチ	15		豚肉赤身(3cm角)	30		豚肉赤身ミンチ	25		牛肉(2×2cmスライス)	20
	清酒	2		豚肉並(3cm角)	20		鶏肉 ひき肉	25		(冷)ミニひろうす 青大豆入り	20
	生姜	0.6		サラダ油	1		玉葱	40		つきこんにやく	25
	にんにく	0.2		(乾)早煮昆布(カット)	0.8		なす	15		洗いごぼう	15
	(冷)厚揚げ カット	50		生姜	0.8		赤パプリカ	9		人参	10
	玉葱	40		にんにく	0.3		黄パプリカ	9		(冷)さいいんげん	8
	チンゲンサイ	20		濃口醤油	2.5		ピーマン	8		(乾)ひじき	3
	人参	10		砂糖(中双糖)	2.5		にんにく	0.5		サラダ油	1
	たけのこ水煮(ホール)	8		清酒	2.5		スイートバジル 乾燥	0.04		濃口醤油	4
	しいたけ スライス	2		だし汁	15		サラダ油	1		砂糖(三温糖)	3
	ごま油	0.8					みりん	3		清酒	1
	赤みそ	3		ベーコン(短冊)	5		濃口醤油	2.5		みりん	0.5
	濃口醤油	2.2		豆腐	15		オイスターソース	1		湯	20
	砂糖(中双糖)	2		キャベツ	25		清酒	1		きゅうり	30
	チキンコンソメ	0.6		もやし	15		砂糖(上白糖)	0.9		大根	20
でんぷん	1	ゴーヤ	15	食塩	0.4	人参	5				
豆板醤	0.03	人参	7	こしょう	0.02	(袋)もろみみそ	5				
湯	20	サラダ油	1	でんぷん	1						
		濃口醤油	0.8	ごま油	0.7						
		ごま油	0.5								
		チキンコンソメ	0.3	ボンレスハム(短冊)卵抜き	7						
		食塩	0.2	キャベツ	15						
		こしょう	0.03	玉葱	15						
		花かつお 1kg	0.5	チンゲンサイ	10						
				人参	7						
		(レト)うずら卵	25	ビーフン	5						
		玉葱	20	(レト)がらスープ	4						
		人参	5	濃口醤油	0.5						
		中ねぎ	5	サラダ油	0.5						
		干しわかめ(カット)	0.6	チキンコンソメ	0.3						
		(レト)がらスープ	1.5	ごま油	0.1						
		清酒	1	食塩	0.5						
		濃口醤油	0.8	こしょう	0.03						
		食塩	0.4	湯	130						
		チキンコンソメ	0.1								
		削り節 だし用	5								
		湯	120								
		(個)シークワーサーゼリー	50								

国分寺 6月

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						
麦ごはん	精白米(委託)	60	ガーリックピラフ(麦入り)	精白米(自校)	55	コッペパン	コッペパン	50	麦ごはん	精白米(委託)	60	わかめごはん(麦入り)	精白米(自校)	62						
	精白米(委託)	70		米粒麦 自校	5		コッペパン	50		精白米(委託)	70		精白米(自校)	68						
	米粒麦 委託	6		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12					米粒麦 委託	6		米粒麦 自校	6						
	米粒麦 委託	7		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8		牛乳	206		米粒麦 委託	7		米粒麦 自校	7						
	牛乳	牛乳		206	白ぶどう酒		1	牛乳		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	6		牛乳	206	牛乳	牛乳	206			
		かたくちいわしの南蛮漬け		(冷)かたくちいわし濃粉付き	35		玉葱			15	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)		4	焼き豆腐のみそそばろ煮		焼き豆腐	85	牛乳	豚肉(2×2cmスライス)	35
				なたね油	4		人参			5	粗挽きウインナー(2cm)		20			豚肉赤身ミンチ	20		洗いごぼう	35
				細ねぎ	2		エリンギ カット			5	(レト)うずら卵		20			玉葱	30		板こんにやく	30
				食酢	3.5		(冷)むき枝豆			5	(冷)金時豆		30			じゃがいも	50		人参	15
				濃口醤油	2.5		にんにく			1	じゃがいも		50			玉葱	40		(冷)さやいんげん	7
砂糖(上白糖)			2.5	サラダ油	1.4	人参	10		人参	10	サラダ油	1								
みりん			0.9	バター	0.8	パセリ	0.5		中ねぎ	3	濃口醤油	4								
一味			0.01	チキンコンソメ	0.7	サラダ油	1		干しいたけ(スライス)	1	みりん	2								
水			1.3	食塩	0.8	白ぶどう酒	2		生姜	0.5	砂糖(中双糖)	2								
小松菜の和風ドレッシング	小松菜		25	こしょう	0.03	濃口醤油	1.2	にんにく	0.1	清酒	1.5									
	きゅうり	20	牛乳	206	砂糖(三温糖)	0.8	ごま油	1	でんぷん	0.5										
	人参	10	キャベツ	30	チキンコンソメ	0.5	赤みそ	6.5	湯	8										
	(袋)和風ドレッシング	10	きゅうり	20	カレー粉	0.3	砂糖(三温糖)	3	きゅうり	30										
	豚肉(2×2cmスライス)	15	(缶)ホールコーン	5	食塩	0.3	清酒	2	小松菜	20										
	もやし	20	(乾)ひじき	1.2	こしょう	0.03	濃口醤油	2	人参	7										
	洗いごぼう	10	セロリー	1	湯	25	でんぷん	1	人参	7										
	人参	10	(袋)棒々鶏ドレッシング	10	キャベツ	30	一味	0.02	(袋)青じそドレッシング	10										
	つきこんにやく	7	ベーコン(短冊)	10	きゅうり	10	水	20	(個)チーズ鉄強化	15										
	中ねぎ	5	(冷)白いんげん豆	10	(缶)ホールコーン	5	かえりアーモンド	もやし	25	チーズ(小中のみ)	かえり	5								
麦みそ	9	ズッキーニ	20	赤パブリカ	5	きゅうり		20	アーモンド(四つ割)		4									
だし煮干し	4	玉葱	20	人参	5	人参		5	砂糖(上白糖)		1									
水	110	人参	5	(袋)イタリアンドレッシング	10	きくらげ(せん切り)		1	炒り白ごま		1									
豚汁	(袋)ひじきのり	10	(レト)がらスープ	4	(個)みかんジュース	125		炒り白ごま	1		濃口醤油	0.3								
	ひじきのり(小中のみ)			濃口醤油	0.5				(袋)すりおろしオニオンドレッシング		10	水	1							
				チキンコンソメ	0.4				かえり		5									
				でんぷん	0.4				アーモンド(四つ割)		4									
				食塩	0.5				砂糖(上白糖)		1									
				こしょう	0.03				みりん		1									
				湯	120			濃口醤油	0.3											
								水	1											
				(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		
小型 コッペパン 牛乳 アスパラガス入り クリームペンネ イタリアンサラダ オレンジ(小中のみ)	コッペパン	30	麦ごはん 牛乳 肉じゃが 野菜のこんぶあえ あさりの佃煮(小中のみ)	精白米(委託)	60	コッペパン コッペパン 牛乳 牛乳 ゲタのから揚げ 夏野菜のサラダ トマトスープ	コッペパン	50								
	コッペパン	30		精白米(委託)	70		コッペパン	50								
	牛乳	206		米粒麦 委託	6		牛乳	206								
	ペンネ	25		米粒麦 委託	7											
	ベーコン(短冊)	5		牛乳	206		冷)舌平目の鰾粉付き	45								
	(冷)あさりむき身	10					なたね油	5								
	白ぶどう酒	1		豚肉(3×3cmスライス)	30		食塩	0.1								
	玉葱	40		じゃがいも	80		きゅうり	25								
	アスパラガス	15		つきこんにやく	25		アスパラガス	20								
	人参	15		人参	10		(缶)ホールコーン	8								
	しめじ	12		(冷)むき枝豆	5		(袋)焼煎ごまドレッシング	10								
	パセリ	0.5		サラダ油	1											
	にんにく	0.3		濃口醤油	4		(冷)白いんげん豆	10								
	サラダ油	1		砂糖(中双糖)	3		ベーコン(短冊)	5								
	小麦粉	3		清酒	3		玉葱	30								
	サラダ油	2		食塩	0.1		トマト水煮	20								
	バター	1		湯	5		人参	10								
	チキンコンソメ	0.8					マカロニ(シエル)	5								
	食塩	0.5		きゅうり	20		(レト)がらスープ	4								
	こしょう	0.03		人参	7		サラダ油	1								
ピザ用チーズ	3	切干し大根	5	濃口醤油	0.5											
調理用牛乳	25	(缶)ホールコーン	5	チキンコンソメ	0.3											
湯	105	(乾)刻み昆布	0.5	食塩	0.4											
キャベツ	25	(袋)棒々鶏ドレッシング	10	こしょう	0.03											
きゅうり	25			湯	120											
(缶)ホールコーン	5	(レト)あさり佃煮	10													
赤パプリカ	5															
(袋)イタリアンドレッシング	10															
オレンジ	50															