

六条町 5月

6日(木)

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
豚肉と野菜のみそ炒め	豚肉 スライス	45
	生姜	1.5
	玉ねぎ 皮むき	30
	キャベツ	40
	人参	10
	エリンギ カット	5
	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
ビーフンサラダ	太もやし	30
	きゅうり	20
	人参	5
	ビーフン 9cmカット	5
	濃口醤油	2.5
	食酢	2.5
	砂糖(上白糖)	1.5
	ごま油	0.8
	からし粉	0.06
ミックスナッツ	(個)ミックスナッツ	10

7日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
きなこ茶揚げパン(小)	コッペパン	50
	コッペパン	50
	なたね油 ローラー	4
	砂糖(三温糖)	5
	青大豆きな粉	4
	煎茶 粉末	0.4
	食塩	0.01
	紙ナフキン	1
	牛乳	206
	コッペパン(中)	(冷)肉だんご
玉ねぎ 皮むき		35
(レト)だけのごぼう 短冊切り		10
人参		10
チンゲンサイ		10
(乾)干ししいたけ スライス		1
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		3
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	90	
肉だんごのスープ煮	キャベツ	30
	きゅうり	15
	(レト)夏みかん	20
	食酢	1
	(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
夏みかんサラダ	(冷)ストロベリーダイス	20
	砂糖(上白糖)	10
	(冷)レモン果汁	0.5
手作りいちごジャム(中のみ)		

10日(月)

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
	牛肉 スライス	25
ハヤシライス	(冷)豚レバーチップ	5
	赤ぶどう酒	2
	玉ねぎ 皮むき	45
	じゃがいも	45
	人参	10
	エリンギ カット	6
	(冷)グリーンピース	6
	にんにく	0.3
	サラダ油	1
	小麦粉	5
かんびょうのサラダ	有塩バター	3
	サラダ油	2
	(レト)トマトピューレ 1kg	15
	(個)トマト水煮	10
	(レト)がらスープ	3
	ウスターソース	2
	食塩	0.8
	こしょう	0.07
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	砂糖(上白糖)	0.5
	からし粉	0.15
	ローリエ	0.1
	ピザ用チーズ	3
	湯	80
チーズ(鉄強化)	小松菜	15
	人参	5
	(レト)ホールコーン	7
	(乾)かんびょう(2cm)	5
	(乾)刻み昆布	0.5
	食酢	2.2
	濃口醤油	2
	砂糖(上白糖)	1.2
	ごま油	0.5
	炒り白ごま	1
(個)チーズ 鉄強化	15	

11日(火)

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 ごはん用	10
	人参	5
	(冷)むき枝豆	5
	ごま油	1
	清酒	4
	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	0.8
牛乳	食塩	0.3
	牛乳	206
	清酒	4
	濃口醤油	3
	砂糖(上白糖)	0.8
	食塩	0.3
	牛乳	206
	(冷)焼売	30
	(レト)さきみ油漬 フレーク	5
	キャベツ	25
蒸ししゅうまい	スナップえんどう	15
	人参	5
	(レト)ホールコーン	5
	食酢	2.5
	濃口醤油	2
	砂糖(上白糖)	1
	ごま油	0.8
	ベーコン スライス	5
	鶏卵	20
	玉ねぎ 皮むき	20
スナップえんどうのサラダ	(個)トマト水煮	20
	人参	5
	中ねぎ	4
	(レト)がらスープ	3
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	濃口醤油	1
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	ごま油	0.5
	でんぶん	1
卵とトマトのスープ	湯	110

12日(水)

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
	(冷)あじ	35
あじの香味ソースかけ(焼)	濃口醤油	50
	(冷)あじ	60
	清酒	1
	中ねぎ	4
	生姜	0.7
	濃口醤油	3
	砂糖(三温糖)	2
	ごま油	0.5
	でんぶん	0.3
	水	2.8
ひじきと厚揚げの和え物	(冷)厚揚げ 2g/個	15
	(乾)ひじき	1
	キャベツ	20
	きゅうり	15
	人参	5
	食酢	2.2
	濃口醤油	2.2
	砂糖(上白糖)	1.2
	炒り白ごま	1
	油揚げ	5
キャベツのみそ汁	キャベツ	25
	玉ねぎ 皮むき	20
	中ねぎ	5
	中みそ	6
	甘みそ	5
	だし煮干し	4
	水	120

13日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
えんどうごはん	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	むきえんどう 冷凍	10
	清酒	1.5
牛乳	食塩	0.8
	だし昆布	0.3
きびなごのからあげ	水	10
	牛乳	206
	(冷)きびなご 粉付き	35
	なたね油 ローリー	4.5
	食塩	0.15
	小松菜	25
	キャベツ	30
	人参	5
	食酢	2.5
	濃口醤油	2
小松菜とキャベツのごまあえ	砂糖(上白糖)	1
	ごま油	0.5
	炒り白ごま	1
	(乾)高野豆腐 サイコロ	10
	玉ねぎ 皮むき	30
	(冷)さやいんげん	4
	人参	4
	濃口醤油	2
	砂糖(三温糖)	1.7
	食塩	0.2
高野豆腐のうま煮	だし削り節 鯖抜き	1
	湯	20

14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
	牛乳	206
	豚赤肉 スライス	20
	豚肉 スライス	10
きなこ茶あげパン(中)	ベーコン 厚切り 短冊	7
	春大根	40
	玉ねぎ 皮むき	40
	キャベツ	25
	じゃがいも	15
	人参	10
	セロリー	2
	サラダ油	1
	(レト)がらスープ	4
	白ぶどう酒	1
牛乳	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	ローリエ	0.1
	湯	65
	(レト)まぐろ油漬	7
	(レト)蒸大豆 国産	15
	(冷)プロッコリー	20
	きゅうり	10
	(レト)ホールコーン	5
りんご酢	1.2	
ピーンズサラダ	(冷)レモン果汁	0.7
	砂糖(上白糖)	1
	濃口醤油	1
	こしょう	0.03
	(冷)ストロベリーダイス	20
	砂糖(上白糖)	10
	(冷)レモン果汁	0.5
	水	3

17日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ピラフ 牛乳 とり肉の マッシュ ポテト 焼き トマト ドレッシング あえ マカロニ スープ	精白米(自校)	65
	ベーコン スライス	7
	白ぶどう酒	1
	玉ねぎ 皮むき	20
	人参	6
	(冷)むき枝豆	6
	サラダ油	0.5
	有塩バター	1
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.7
	こしょう	0.05
	牛乳	206
	鶏肉 もも・皮なし カット	40
	ベーコン 厚切り 短冊	5
	白ぶどう酒	1
	食塩	0.15
	こしょう	0.03
	マッシュポテト粉末	4
	湯	23
	マヨネーズ	6
	粉チーズ	2
	ドライパセリ	0.02
	紙カップ 小判4号 250枚入	1
	きゅうり	25
キャベツ	25	
(レト)ホールコーン	7	
食酢	2.5	
砂糖(上白糖)	1.5	
トマトケチャップ	1.5	
サラダ油	1	
濃口醤油	1	
食塩	0.1	
こしょう	0.03	
ボンレスハム 短冊 卵抜き	5	
(冷)白いんげん豆 1kg	10	
玉ねぎ 皮むき	30	
人参	5	
マカロニ(シエル)	5	
セロリー	3	
(レト)がらスープ	3.5	
食塩	0.6	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.4	
濃口醤油	0.5	
湯	130	

18日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
みそ ラーメン 牛乳 さつまいも のはちみつ 和え ミニトマト	(個)中華そば ~小3	150
	(個)中華そば ~小6	200
	(個)中華そば 中	250
	豚赤肉 スライス	20
	清酒	1
	濃口醤油	0.8
	キャベツ	30
	太もやし	15
	人参	10
	(レト)たけのこポイル 短冊切り	10
	中ねぎ	5
	にんにく	0.7
	ごま油	1
	(レト)がらスープ	4
	赤みそ	6.5
	清酒	1.5
	砂糖(上白糖)	1.5
	チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	豆板醤	0.1
	でんぶん	0.8
	湯	125
	牛乳	206
さつまいも 2cm角	50	
なたね油 ローリー	4	
はちみつ	3	
砂糖(三温糖)	1	
食酢	0.6	
濃口醤油	0.5	
水	1	
ミニトマト	30	

19日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ごはん 牛乳 肉じゃが チンゲン サイの 炒め物 ひじきの り キウイ フルーツ	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	206
	牛肉 スライス	30
	清酒	1.5
	じゃがいも	65
	玉ねぎ 皮むき	35
	つきこんにやく	20
	人参	15
	(冷)さやいんげん	5
	サラダ油	1
	濃口醤油	2.5
	砂糖(中双糖)	1.8
	湯	10
	(レト)まぐろ油漬	5
	太もやし	35
	チンゲンサイ	20
	しめじ	10
	サラダ油	0.5
	濃口醤油	0.4
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
(個)ひじきのり	10	
キウイフルーツ	50	

20日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ごはん 牛乳 麻婆 豆腐 中華 和え かえり アー モンド みかん ジュース	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	206
	豚肉赤身ミンチ	20
	(冷)豚レバーチップ	7
	清酒	1
	(冷)豆腐 カット	80
	玉ねぎ 皮むき	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
	(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	
でんぶん	1	
ごま油	0.5	
湯	25	
チンゲンサイ	25	
キャベツ	30	
人参	5	
(乾)きくらげ 千切り	0.5	
食酢	2.5	
濃口醤油	2.3	
砂糖(上白糖)	1	
ごま油	0.8	
かえり	5	
アーモンド(四つ割)	4	
砂糖(上白糖)	0.8	
濃口醤油	0.3	
みりん	1	
水	1	
(個)みかんジュース	125	

21日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッ ペパン 丸型 牛乳 さし しの レモン ソー ス かけ ちやう ちよ マカ ロニ のサ ラダ チャウ ダー	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	50
	牛乳	206
	(冷)さごし ~小2	35
	(冷)さごし ~小6	50
	(冷)さごし 中	60
	清酒	2
	(冷)レモン果汁	4
	砂糖(上白糖)	3.5
	濃口醤油	2.5
	みりん	0.7
	でんぶん	0.2
	水	0.5
	マカロニ(リボン)	5
	キャベツ	25
	きゅうり	10
	人参	5
	(レト)ホールコーン	5
	食酢	2.2
	サラダ油	1
	砂糖(上白糖)	1.2
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	ボンレスハム 短冊 卵抜き	7
(レト)白いんげん豆ペースト	15	
じゃがいも	30	
玉ねぎ 皮むき	30	
人参	7	
パセリ	0.5	
白ぶどう酒	1	
有塩バター	0.5	
(レト)がらスープ	3.5	
食塩	0.6	
こしょう	0.05	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.6	
コーンスターチ	1	
調理用牛乳	30	
湯	65	

24日(月)

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
鶏肉の梅 てり焼き	鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	小 50
	鶏肉 もも・皮つき(切り込み入り)	中 70
	食塩	0.15
	清酒	1
	ねり梅	2.5
	濃口醤油	1.5
	砂糖(三温糖)	2
	みりん	1
	でんぷん	0.3
	湯	8
	春大根	35
	きゅうり	15
	人参	5
	(乾)茎わかめ カット	0.3
	食酢	2
濃口醤油	2	
砂糖(上白糖)	1.2	
花かつお 1kg	1	
牛赤肉(2×2cmスライス)	7	
清酒	0.5	
(冷)大豆水煮	15	
油揚げ	5	
(乾)ひじき	1.5	
ごぼう(ささがき)	10	
人参	5	
つきこんにやく(ハーフ)	5	
(冷)さやいんげん	5	
サラダ油	0.5	
濃口醤油	2	
砂糖(上白糖)	1.2	
みりん	0.8	
湯	15	

25日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
食パン (袋入り)	(個)冷凍食パン	小 57
	(個)冷凍食パン	中 85
	牛乳	206
	スパゲティ(ハーフ)	35
	ゆで塩	1.5
	ベーコン スライス	5
	(冷)あさりむき身	10
	(冷)短冊いか(1×4cm)	10
	(冷)むきえび	10
	(冷)豚レバーチップ	5
	白ぶどう酒	2
	玉ねぎ 皮むき	40
	トマト水煮	25
	エリンギ カット	10
	人参	10
にんにく	0.3	
サラダ油	1	
トマトケチャップ	5	
ウスターソース	1	
砂糖(上白糖)	1	
食塩	0.4	
こしょう	0.05	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.3	
一味	0.01	
粉チーズ	3	
ほうれん草	20	
キャベツ	20	
太もやし	20	
濃口醤油	2.3	
サラダ油	1	
食酢	2.3	
砂糖(上白糖)	1.5	
アーモンド(粉)	1	
アーモンド(刻み)	1.5	
(冷)そら豆	25	
食塩	0.08	
カレー粉	0.03	
でんぷん	4	
なたね油	4	

26日(水)

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
かつお のたつた 揚げ	(冷)かつお竜田揚げ	45
	なたね油 ローリー	5
	太もやし	20
	小松菜	20
	きゅうり	10
	えのきたけ	5
	炒り白ごま	1
	食酢	2.3
	濃口醤油	2.2
	砂糖(上白糖)	1.2
	ごま油	0.5
	(冷)豆腐 カット	20
	油揚げ	5
	春大根	20
	玉ねぎ 皮むき	15
人参	5	
しめじ	5	
中ねぎ	5	
中みそ	6	
甘みそ	5	
だし煮干し	4	
水	100	
(レト)あさり佃煮	10	
あさりの佃煮		

27日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
牛乳	牛乳	206
ポーク チャー ツプ	豚赤肉 スライス	45
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	赤ぶどう酒	1
	玉ねぎ 皮むき	20
	エリンギ	7
	サラダ油	1
	トマトケチャップ	8
	ウスターソース	4
	砂糖(上白糖)	0.8
	でんぷん	0.3
	アスパラガス	20
	キャベツ	25
	人参	5
	(レト)ホールコーン	5
食酢	2.2	
砂糖(上白糖)	1.2	
サラダ油	1	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
(レト)うずら卵	20	
ベーコン スライス	5	
玉ねぎ 皮むき	20	
(冷)白いんげん豆 1kg	15	
人参	5	
セロリー	2	
サラダ油	0.5	
(レト)がらスープ	3.5	
チキンコンソメ 乳・卵抜き	0.5	
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
濃口醤油	0.5	
ローリエ	0.1	
湯	120	
(個)ココアワッフル	28	

28日(金)

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
他人どん ぶり	牛肉 スライス	25
	清酒	1
	鶏卵	30
	玉ねぎ 皮むき	50
	人参	15
	中ねぎ	5
	しいたけ スライス	4
	濃口醤油	4.5
	みりん	3
	砂糖(上白糖)	2
	食塩	0.5
	でんぷん	0.5
	だし削り節 鯖抜き	2
	湯	60
	(レト)まぐろ油漬	5
きゅうり	15	
切干し大根	5	
(レト)ホールコーン	5	
人参	5	
(乾)刻み昆布	0.5	
食酢	2.5	
濃口醤油	2.5	
砂糖(上白糖)	1	
ごま油	0.5	
(冷)大豆水煮	20	
でんぷん	2	
なたね油	2	
青大豆きな粉	2	
煎茶 粉末	0.1	
砂糖(三温糖)	2	
食塩	0.01	

31日(月)

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
魚 の ご ま み そ ソ ー ス か け 香 り あ え 若 竹 汁	(冷)赤魚 骨なし 3cm角	40
	生姜	0.4
	しょうゆ	0.5
	清酒	1.5
	でんぶん	8
	なたね油 ローリー	5
	炒り白ごま	1
	中みそ	4
	トマトケチャップ 1kg	3
	三温糖	1.5
	清酒	1
	ガーリックパウダー	0.04
	湯	8
	太もやし	25
	キャベツ	25
	人参	5
	炒り白ごま	1
	すだち酢	1.5
	食酢	1
しょうゆ	2.5	
上白糖	1.3	
皮むき玉葱	25	
(レト)たけのこポイル 短冊切り	20	
中ねぎ	3	
(乾)干しわかめ カット	0.5	
しょうゆ	1	
清酒	1	
食塩	0.6	
だし削り節 鯖抜き	4	
だし昆布	1	
湯	135	