

1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)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
牛乳	牛乳	206
豆腐の中華煮	豚肉並(3×3cmスライス)	25
	(冷)豆腐 カット	85
	皮むき玉葱	30
	チンゲンサイ	10
	人参	7
	生姜	1.5
	干しいたけ(スライス)	0.8
	サラダ油	0.5
	濃口しょうゆ	3
	中双糖	1
春雨サラダ	オイスターソース	1
	チキンコンソメ	0.5
	でんぷん	0.7
	ごま油	0.5
	湯	20
	ローズハム(短冊)卵抜き	5
	春雨(太め5cm)	5
	太もやし	25
	きゅうり	15
	人参	7
かえりアーモンド	濃口しょうゆ	2.5
	食酢	2.5
	上白糖	1.5
	ごま油	1
	からし粉	0.04
	かえり	5
	アーモンド(四つ割)	4
	上白糖	0.6
	濃口しょうゆ	0.3
	みりん	1
水	2	

2日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
木の葉丼(麦ごはん)	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	鶏卵	30
	(冷蔵)かまぼこスライス	10
	皮むき玉葱	30
	人参	10
	干しいたけ(スライス)	0.8
	中ねぎ	3
牛乳	濃口しょうゆ	5
	上白糖	3
	みりん	1
	食塩	0.5
	でんぷん	0.5
	削り節 だし用	2
	湯	60
	牛乳	206
金時いものからあげ	金時いも 皮付乱切り	55
	なたね油 ローリー	3
	食塩	0.05
	(生)まんぼ	25
	太もやし	25
	人参	5
	味付けもみのり	1.2
	炒り白ごま	1
	濃口しょうゆ	1.2
	(個)牛乳プリン鉄強化	40

4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)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
牛乳	牛乳	206
はまちの照り焼き	(チルド)はまち 小	50
	(チルド)はまち 中	70
	清酒	2
	食塩	0.15
	濃口しょうゆ	2.5
	三温糖	1.5
	みりん	1
	でんぷん	0.4
	湯	8
	食べて菜	25
食べて菜のゆず香あえ	キャベツ	20
	人参	5
	(乾)刻み昆布	1
	濃口しょうゆ	2.3
	ゆず酢	1.7
	上白糖	1.1
	型抜きかまぼこ(紅葉)	5
	ふしめん	6
	人参	5
	皮むき玉葱	25
生しいたけ スライス	5	
ふしめん汁	中ねぎ	3
	濃口しょうゆ	0.8
	食塩	0.5
	削り節 だし用	4
	出し昆布	0.5
	水	135

5日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
米粉パン	米粉パン	50
	米粉パン	60
牛乳	牛乳	206
タンドリリーチキン	鶏肉 もも・皮つき 小	50
	鶏肉 もも・皮つき 中	60
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	白ぶどう酒	1
	カレー粉	0.3
	ヨーグルト(調理用)	10
	にんにく	0.3
	生姜	0.2
	トマトケチャップ 1kg	3
野菜のソテー	(レト)まぐろ油漬	10
	キャベツ	20
	小松菜	25
	エリンギ	5
	(レト)ホールコーン	5
	サラダ油	1
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	濃口しょうゆ	0.5
	ベーコン(短冊)	5
レタスのスープ	皮むき玉葱	25
	人参	7
	レタス	20
	(冷)えのきたけ2cmカット	5
	サラダ油	0.5
	(レト)がらスープ	3
	食塩	0.6
	こしょう	0.03
	濃口しょうゆ	0.5
	チキンコンソメ	0.5
湯	120	

15日(月)			16日(火)			17日(水)			18日(木)			19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 牛乳	精白米(自校)	66	黒米ごはん 牛乳	精白米(自校)	63	きのこのカレーライス(麦ごはん)	精白米(自校)	66	麦ごはん 牛乳	精白米(自校)	66	セルフドッグ 牛乳	コッペパン	50
	精白米(自校)	73		精白米(自校)	70		精白米(自校)	73		精白米(自校)	73		コッペパン	60
	米粒麦 自校	6		黒米	2		米粒麦 自校	6		米粒麦 自校	6		牛乳	206
	米粒麦 自校	7		もち米	9		米粒麦 自校	7		米粒麦 自校	7			
	牛乳	206		もち米	10					牛乳	206		牛乳	206
				食塩	0.65									
	(冷)鮭2cm角切・骨なし	45		牛乳	206					豚肉並(3×3cmスライス)	22		鶏卵	30
	清酒	1.5					(冷)豚レバーチップ	5		(冷)豚レバーチップ	5		豚肉並(2×2cmスライス)	25
	食塩	0.1		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30		じゃがいも	35		じゃがいも	35		洗いごぼう	30
	でんぷん	5.5		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20		皮むき玉葱	40		皮むき玉葱	40		皮むき玉葱	25
なたね油 ローリー	4	濃口しょうゆ	3.5	人参	15	人参	15	人参	15					
皮むき玉葱	10	清酒	1	エリンギ	7	中ねぎ	3	濃口しょうゆ	3.5					
人参	5	生姜	1	しめじ	7	濃口しょうゆ	3.5	上白糖	2.5					
たけのこ水煮(短冊切り)	5	米粉	4	まいたけ	7	上白糖	2.5	みりん	1					
生しいたけ スライス	3	でんぷん	3	セロリー	4	削り節 だし用	2	削り節 だし用	2					
(冷)えのきたけ(2cmカット)	3	なたね油 ローリー	5	(乾)レンズ豆	5	でんぷん	1	でんぷん	1					
サラダ油	0.6			にんにく	0.5	湯	60	湯	60					
上白糖	1.5	太もやし	25	生姜	0.2									
チキンコンソメ	0.5	ほうれん草	25	サラダ油	1									
濃口しょうゆ	2.5	(レト)ホールコーン	5	小麦粉	5	(レト)まぐろ油漬	7	(レト)まぐろ油漬	7					
でんぷん	0.3	アーモンド(刻み)	1.5	サラダ油	4	洗いれんこん	20	洗いれんこん	20					
湯	6	アーモンド(刻み)	1.5	カレー粉	1.1	ブロックリー生カット	15	ブロックリー生カット	15					
		濃口しょうゆ	2	(レト)がらスープ	4	人参	7	人参	7					
じゃがいも	60	食酢	2	トマトケチャップ 1kg	2	食酢	2.5	食酢	2.5					
パセリ	0.3	上白糖	0.8	ウスターソース	1.7	上白糖	1	上白糖	1					
食塩	0.15	サラダ油	1	とんかつソース	1	濃口しょうゆ	1	濃口しょうゆ	1					
		アーモンド(粉)	1	濃口しょうゆ	1	食塩	0.15	食塩	0.15					
ボンレスハム(短冊)卵抜き	5			チャツネ	1									
(レト)うずら卵	25	(冷)豆腐 カット	30	赤ぶどう酒	1	小煮干し	5	小煮干し	5					
皮むき玉葱	20	油揚げ	5	食塩	1	(冷)大豆水煮	25	(冷)大豆水煮	25					
チンゲンサイ	20	つきこんにゃく	10	こしょう	0.04	でんぷん	3	でんぷん	3					
太もやし	10	洗いごぼう	10	チキンコンソメ	0.5	なたね油	3	なたね油	3					
きくらげ(せん切り)	0.5	人参	7	湯	65	青のり粉	0.05	青のり粉	0.05					
生姜	0.5	しめじ	5			食塩	0.06	食塩	0.06					
サラダ油	0.4	中ねぎ	3	上乾ちりめん	1.5									
(レト)がらスープ	4	濃口しょうゆ	2	(乾)荳わかめカット	1									
濃口しょうゆ	0.5	食塩	0.6	小松菜	25									
チキンコンソメ	0.4	削り節 だし用	4	キャベツ	15									
食塩	0.5	出し昆布	1	人参	5									
こしょう	0.03	水	110	(冷)レモン果汁	1.5									
ごま油	0.5			食酢	1									
湯	100			上白糖	1.2									
				サラダ油	1									
				濃口しょうゆ	0.5									
				食塩	0.3									
				さぬきキウイっこ	30									
				紙ナフキン	1									

22日(月)			24日(水)			25日(木)			26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	精白米(自校)	66	わか かめ ごはん (麦入り)	精白米(自校)	66	ピ ラ フ	精白米(自校)	65	小 型 コ ッ ペ パ ン	コッペパン	30	
	精白米(自校)	73		精白米(自校)	73		ベーコン(短冊)	7		コッペパン	40	
	米粒麦 自校	6		米粒麦 自校	6		皮むき玉葱	20		牛乳	206	
	米粒麦 自校	7		米粒麦 自校	7		(冷)むき枝豆	5				
	牛乳	206		炊き込みわかめ	1.8		白ぶどう酒	1		スパゲティ(ハーフ)	35	
牛乳	牛乳	206	牛乳	206	サラダ油	0.5	バター	0.5	牛乳		(乾)長ひじき	2
	(チルド)さば	小 50	豚肉並ミンチ	15	チキンコンソメ	0.5	バター	0.5	牛乳		ベーコン(短冊)	8
	(チルド)さば	中 70	清酒	1	食塩	0.7	こしょう	0.05	和風スパゲティ		(レト)まぐろ油漬	15
	食塩	0.3	サラダ油	0.5	牛乳	206	鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)	15	カラフルサラダ		キャベツ	35
	清酒	1	キャベツ	20	人参	5	白ぶどう酒	0.5	小原紅早生		皮むき玉葱	30
	上乾ちりめん	2	皮むき玉葱	5	(冷)もも乱切り	25	(冷)オニオンソテー スライス	20	カラルフルサラダ		人参	5
	大根	25	人参	5	小麦粉	10	人参	5	小原紅早生		エリンギ	8
	ロメインレタス	30	こしょう	0.02	青のり粉	0.3	サラダ油	0.5	小原紅早生		(冷)むき枝豆	5
	人参	5	生姜(みじん切り)	2	粉かつお	0.5	食塩	0.2	小原紅早生		バター	1
	(レト)ホールコーン	5	(冷)液卵	12	(袋)中濃ソース	8	こしょう	0.02	小原紅早生		食塩	0.5
ロ メ イ ン レ タ ス の あ え も の か き た ま 汁	濃口しょうゆ	2.3	厚揚げのみそ汁	厚揚げ(2g/個)	25	ホワートルウ(米粉使用)	20	濃口しょうゆ	1.2	ポンス火腿(短冊)卵抜き	5	
	食酢	2	皮むき玉葱	20	ドライパセリ	0.05	ほうれん草	25	きゅうり	15	ほうれん草	25
	上白糖	1.5	人参	5	ピザ用チーズ	3	(レト)ホールコーン	7	(レト)ホールコーン	5	濃厚しょうゆ	1.2
	サラダ油	0.5	こしょう	0.02	紙カップ 小判4号	1	焙煎ごまドレッシング	9	人参	5	濃厚しょうゆ	1.2
	ごま油	0.5	小麦粉	10	ごぼう(サラダ用スティック)	20	ローズハム(短冊)卵抜き	5	りんご酢	2.5	上白糖	1.2
	炒り白ごま	1	青のり粉	0.3	れんこん(いちょう切り)	10	皮むき玉葱	30	上白糖	1.2	食塩	0.3
	鶏卵	20	粉かつお	0.5	きゅうり	15	ロメインレタス	20	食塩	0.3	こしょう	0.03
	(冷)豆腐 カット	15	(袋)中濃ソース	8	(レト)ホールコーン	7	人参	5	こしょう	0.03		
	皮むき玉葱	20	ブロッコリー生カット	30	焙煎ごまドレッシング	9	セロリー	2				
	人参	5	人参	7	ローズハム(短冊)卵抜き	5	サラダ油	0.5				
	中ねぎ	3	食塩	0.05	皮むき玉葱	30	(レト)がらスープ	3				
	干しいたけ(スライス)	0.5	(冷)厚揚げ(2g/個)	25	人参	5	濃口しょうゆ	0.8				
	濃口しょうゆ	1	皮むき玉葱	20	煮干し だし用	4	食塩	0.4				
	食塩	0.6	人参	5	湯	115	こしょう	0.04				
	でんぷん	0.5	白みそ	5			チキンコンソメ	0.5				
削り節 だし用	4	煮干し だし用	4			湯	120					
出し昆布	1	湯	115									
湯	115											

