

1日(月)			2日(火)											
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 八宝菜 中華サラダ かえりのごまがらめ(小中のみ)	精白米(委託)	60	コッペパン	コッペパン(丸型)	50									
	精白米(委託)	70	コッペパン	コッペパン(丸型)	50									
	米粒麦 委託	6												
	米粒麦 委託	7												
	牛乳	206	牛乳	牛乳	206									
	豚肉赤身(3×3cmスライス)	20	鶏肉	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30									
	生姜	1	鶏肉	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20									
	しょうゆ	1	清酒	清酒	1									
	(冷)短冊いか(1×4cm)	15	でんぶん	でんぶん	6									
	清酒	0.5	なたね油	なたね油	5									
	(レト)うずら卵	20	(冷)レモン果汁	(冷)レモン果汁	4									
	玉葱	40	上白糖	上白糖	3									
	白菜	30	しょうゆ	しょうゆ	2.2									
	たけのこ水煮(ホール)	15	水	水	1.5									
	チンゲンサイ	15	洗いごぼう	洗いごぼう	25									
	人参	10	きゅうり	きゅうり	15									
	生しいたけ(スライス)	5	人参	人参	10									
	サラダ油	2	(缶)ホールコーン	(缶)ホールコーン	5									
	しょうゆ	0.8	焙煎ごまドレッシング	焙煎ごまドレッシング	10									
	チキンコンソメ	0.5												
食塩	0.3	ベーコン(短冊)	ベーコン(短冊)	5										
こしょう	0.04	玉葱	玉葱	20										
でんぶん	1	じゃがいも	じゃがいも	30										
湯	8	人参	人参	7										
もやし	35	セロリ	セロリ	5										
きゅうり	20	パセリ	パセリ	0.5										
人参	5	サラダ油	サラダ油	0.5										
きくらげ(せん切り)	0.2	(袋)がらスープ	(袋)がらスープ	4										
しょうゆ	2.5	チキンコンソメ	チキンコンソメ	0.3										
食酢	2	食塩	食塩	0.5										
上白糖	1.5	こしょう	こしょう	0.03										
ごま油	1	しょうゆ	しょうゆ	0.2										
かえり	5	湯	湯	120										
炒り白ごま	1													
みりん	0.8													
上白糖	0.6													
しょうゆ	0.3													
水	0.6													

15日(月)			
献立名	食品名	一人当り 正味分量	
山菜ごはん	精白米(自校)	60	
	鉄強化米	0.5	
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12	
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8	
	清酒	1	
	油揚げ	5	
	(レト)山菜ミックス	15	
	人参	5	
	サラダ油	1	
	しょうゆ	3	
牛乳	上白糖	1	
	食塩	0.8	
	牛乳	206	
	野菜のあえもの	小松菜	25
		もやし	35
		人参	5
		ゆずかつおドレッシング	8
		豚肉赤身(3×3cmスライス)	10
		さつまいも(2cm角)	40
		洗いごぼう	7
つきこんにやく		7	
人参		5	
もやし		5	
とん汁	中ねぎ	5	
	麦みそ	9	
	煮干し だし用	4	
	水	110	
	(個)プリン 鉄分強化	60	

16日(火)			
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	
	牛肉(3×3cmスライス)	20	
	玉葱	45	
	じゃがいも	45	
	人参	10	
	エリンギ(1×3×0.3cm)	6	
	(冷)グリーンピース	6	
(麦ごはん)	にんにく	0.3	
	サラダ油	1	
	小麦粉	5	
	バター	3	
	サラダ油	2	
	(袋)トマトピューレ	15	
	(袋)トマト水煮	10	
	(袋)がらスープ	3	
	赤ぶどう酒	2	
	ウスターソース	2	
牛乳	食塩	0.8	
	こしょう	0.07	
	チキンコンソメ	0.5	
	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	
	牛乳	206	
	(乾)かんぴょう(2cm)	5	
かんぴょう	きゅうり	15	
	人参	5	
	(乾)刻み昆布	0.5	
	棒々鶏ドレッシング	8	
	(個)冷凍生パイン	50	

17日(水)			
献立名	食品名	一人当り 正味分量	
みそラーメン	(袋)中華めん 幼-小3	150	
	(袋)中華めん 小4-6	200	
	(袋)中華めん 中	250	
	豚肉並(3×3cmスライス)	25	
	清酒	1	
	しょうゆ	0.8	
	キャベツ	30	
	もやし	15	
	人参	10	
	たけのこ水煮(ホール)	10	
牛乳	中ねぎ	5	
	にんにく	0.7	
	ごま油	1	
	(袋)がらスープ	4	
	赤みそ	6.5	
	清酒	1.5	
	上白糖	1.5	
	チキンコンソメ	0.5	
	食塩	0.3	
	こしょう	0.03	
さつまいもの	豆板醤	0.1	
	でんぷん	0.8	
	湯	125	
	牛乳	206	
	さつまいも(2cm角)	50	
	なたね油	4	
	はちみつ	3	
	三温糖	1	
	食酢	0.6	
	しょうゆ	0.5	
はちみつ	水	1	
	ミニトマト	30	
	(個)チーズ 鉄強化	13.5	

18日(木)			
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	50	
	牛乳	206	
	豚肉並(3×3cmスライス)	25	
	ベーコン(短冊)	5	
	(冷)大豆水煮	30	
	じゃがいも	45	
	玉葱	40	
	人参	10	
	パセリ	0.5	
ポークビーンズ	サラダ油	1	
	(袋)トマトピューレ	6	
	(袋)トマトケチャップ	3	
	上白糖	1.2	
	ウスターソース	0.7	
	チキンコンソメ	0.6	
	食塩	0.5	
	こしょう	0.05	
	湯	40	
	(乾)海藻ミックス	1	
海そう	キャベツ	25	
	きゅうり	15	
	人参	5	
	青じそドレッシング	8	
	(個)日向夏ゼリー	50	

19日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	牛乳	206
	(冷)アジ ーロカット打ち粉付き	35
	なたね油	4
	細ねぎ	2
	食酢	3
	しょうゆ	2.2
牛乳	上白糖	2.2
	みりん	0.8
	一味	0.01
	水	1.1
	アスパラガス	15
	キャベツ	20
	きゅうり	15
	(缶)ホールコーン	5
	ゆずかつおドレッシング	8
	(レト)うずら卵	20
あじの	しめじ	10
	玉葱	20
	人参	5
	中ねぎ	5
	ふしめん	5
	しょうゆ	0.6
	食塩	0.7
	削り節 だし用	5
	湯	130

22日(月)			23日(火)			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	献立名	食品名	一人当り 正味分量
チキンライス(麦入り) 牛乳 ひじきのサラダ マカロニスूप ココアワッフル(中のみ)	精白米(自校)	55	小型 コッペパン 牛乳 ツナと野菜のスパゲティ ビーンズサラダ チーズ(小中のみ)	コッペパン	30	中華風 たきこみ おこわ 牛乳 スナッ プえんどう のサラダ 中華ス トープ みかん ジュース (小中のみ)	精白米(自校)	50	コッ ペパン (袋 入り) 牛乳 とり肉 のトマ ト煮 野菜と まぐろ のソテ ー	コッペパン	50	親 子どん ぶり (麦ご はん) 牛乳 野菜の あえ物 お茶 ビーンズ	精白米(委託)	60
	米粒麦 自校	5		コッペパン	30		もち米	10		コッペパン	50		精白米(委託)	70
	鉄強化米	0.5		牛乳	206		鉄強化米	0.5		牛乳	206		米粒麦 委託	6
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12		スパゲティ(ハーフ)	35		焼き豚(1cm角切り)	20		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	24		米粒麦 委託	7
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8		ゆで塩	1.3		たけのこ水煮(ホール)	10		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	16		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	15
	白ぶどう酒	1		ベーコン(短冊)	8		人参	5		ベーコン(短冊)	5		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10
	人参	8		(レト)まぐろ油漬	15		(冷)むき枝豆	5		じゃがいも	40		清酒	1
	玉葱	12		キャベツ	40		中ねぎ	5		玉葱	40		鶏卵	30
	エリンギ(1×3×0.3cm)	5		玉葱	35		中ねぎ	5		人参	15		玉葱	50
	(冷)むき枝豆	5		アスパラガス	10		サラダ油	1		人参	5		人参	15
	バター	0.6		エリンギ(1×3×0.3cm)	8		ごま油	1		人参	5		中ねぎ	5
	サラダ油	1		人参	8		しょうゆ	3		にんにく	1		生しいたけ(スライス)	4
	(袋)トマトケチャップ	13		にんにく	0.3		清酒	4		しょうゆ	1		しょうゆ	4.5
	ウスターソース	0.9		サラダ油	2		上白糖	0.8		(袋)トマト水煮	25		みりん	3
	チキンコンソメ	0.5		しょうゆ	1.2		食塩	0.3		(袋)トマトケチャップ	3		上白糖	2
	食塩	0.45		食塩	0.2		牛乳	206		赤ぶどう酒	1		食塩	0.5
	こしょう	0.05		こしょう	0.04		キャベツ	30		上白糖	0.8		でんぷん	0.5
	牛乳	206		白ぶどう酒	1		スナッ プえん どう	15		ウスターソース	0.7		削り節 だし用	2
	キャベツ	25		チキンコンソメ	0.7		きゅうり	10		チキンコンソメ	0.6		湯	60
	きゅうり	20		(レト)ミックスビーンズ	15		(缶)ホールコーン	5		食塩	0.3		牛乳	206
	人参	8		(冷)ブロッコリー	20		焙煎ごまドレッシング	8		こしょう	0.03		きゅうり	20
	(乾)ひじき	1		きゅうり	15		ホンレスハム(短冊)卵抜き	7		湯	20		キャベツ	20
	棒々鶏ドレッシング	8		(缶)ホールコーン	5		(レト)うずら卵	25		(レト)まぐろ油漬	15		(缶)ホールコーン	5
	ベーコン(短冊)	5		(袋)イタリアンドレッシング	8		玉葱	30		白ぶどう酒	1		人参	5
	キャベツ	30		(個)キャンディチーズ 鉄強化	小 10		チンゲンサイ	7		もやし	20		人参	5
	マカロニ(シエル)	7		(個)キャンディチーズ 鉄強化	中 15		春雨(太め5cm)	5		小松菜	20		(乾)刻み昆布	0.5
	玉葱	30					きくらげ(せん切り)	1		エリンギ(1×3×0.3cm)	10		和風ドレッシング	8
	人参	8					サラダ油	0.5		人参	10			
セロリ	5			(袋)がらスープ	4	(缶)ホールコーン	8	(冷)大豆水煮	20					
パセリ	0.5			食塩	0.4	サラダ油	1	でんぷん	1					
サラダ油	0.5			しょうゆ	0.5	チキンコンソメ	0.2	なたね油	2					
ローリエ	0.1			チキンコンソメ	0.3	しょうゆ	0.2	青大豆きな粉	2					
(袋)がらスープ	4			こしょう	0.03	食塩	0.2	煎茶(粉末)	0.1					
チキンコンソメ	0.3			ごま油	0.1	こしょう	0.03	三温糖	2					
食塩	0.5			湯	120			食塩	0.01					
こしょう	0.03													
湯	120			(個)みかんジュース	125									
(個)ココアワッフル 鉄分強化	28													

