1日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ばらずし（えび入り）　牛乳　ブロッコリーのあえもの　すまし汁　ひなあられ	精白米（自校）		65
	鉄強化米		0.5
	清酒		3
	出し昆布		0.8
	食酢		10
	上白糖		8
	食塩		0.8
	（冷）むきえび		15
	清酒		1
	油揚げ		8
	高野豆腐（すし用）		1
	ごぼう（ささがき・ごはん用小さめ）		8
	人参		10
	（冷）グリンピース		5
	干ししいたけ（スライス）		0.8
	上白糖		2.5
	清酒		2
	うすくちしょうゆ		2
	牛乳		206
	（レト）ささみ油漬（フレーク）		18
	キャベツ		25
	（生）ブロッコリー（カット）県産		20
	（缶）ホールコーン		10
	しょうゆ		2
	上白糖		1.1
	サラダ油		0.6
	手まり麩		1.5
	（冷）豆腐（カット）1kg		30
	玉葱		20
	えのきたけ		7
	中ねぎ		5
	食塩		0.5
	うすくちしょうゆ		0.5
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	水		120
	（個）ひなあられ		8

4日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん　牛乳　マーボーどうふ　はるさめサラダ　かえりアーモンド	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
	豚肉赤身ミンチ		25
	清酒		1
	豆腐		80
	玉葱		35
	人参		15
	干ししいたけ（スライス）		1
	中ねぎ		5
	生姜		1
	にんにく		0.8
	サラダ油		1
	（袋）トマトケチャップ　1kg		7
	しょうゆ		3.5
	（袋）がらスープ　1kg		3
	赤みそ		2
	清酒		1
	三温糖		0.5
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.1
	豆板醤		0.1
	でんぷん		1
	ごま油		0.1
	水		35
	ロースハム（短冊）卵抜き		7
	春雨（8～10cm）		5
	もやし		25
	きゅうり		10
	人参		10
	炒り白ごま		1
	しょうゆ		2.5
	食酢		2
	上白糖		1.5
	ごま油		1
	からし粉		0.05
	かえり		5
	アーモンド（四つ割）		4
	上白糖		1
	しょうゆ		0.3
	みりん		1
	水		1

5日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン　牛乳　とり肉のマーマレードソースかけ　大豆サラダ　野菜スープ	コッペパン（丸型）		50
	コッペパン（丸型）		60
	牛乳		206
	鶏肉　胸・皮なし（唐揚げ用）		30
	鶏肉　もも・皮なし（唐揚げ用）		20
	清酒		1
	でんぷん		6
	なたね油		5
	マーマレード　調理用		9
	しょうゆ		2
	白ぶどう酒		2
	水		4
	（冷）大豆水煮		15
	（冷）むき枝豆　1kg		5
	きゅうり		25
	人参		10
	焙煎ごまドレッシング		7
	ベーコン（短冊）		7
	玉葱		30
	白菜		30
	人参		5
	セロリ		5
	パセリ		0.5
	サラダ油		0.5
	（袋）がらスープ　1kg		4
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.5
	ローリエ		0.1
	湯		120

6日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　あつあげとチンゲンサイのみそいため　ふしめん汁　はるみ（小中のみ）　ココアワッフル（中のみ）	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	豚肉赤身ミンチ		15
	清酒		2
	生姜		0.6
	にんにく		0.2
	（冷）厚揚げ（カット）1kg		45
	玉葱		25
	人参		10
	たけのこ水煮（ホール）		8
	生しいたけ（スライス）県産・1kg		2
	チンゲンサイ		20
	ごま油		0.8
	中双糖		2
	チキンコンソメ		0.6
	しょうゆ		2.2
	赤みそ		3
	豆板醤		0.03
	でんぷん		1
	水		25
	型抜きかまぼこ（梅）		7
	油揚げ		7
	玉葱		25
	人参		10
	中ねぎ		5
	ふしめん		7
	しょうゆ		0.4
	食塩		0.4
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	湯		125
	はるみ		50
	紙ナフキン		1
	（個）ココアワッフル　鉄分強化		28

7日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん　牛乳　仙台ふのたまごとじどんぶり　讃岐さーもんのからあげ　くきわかめのあえもの	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
	油麩（仙台麩）		6
	鶏肉　もも・皮なし（2×2㎝）		15
	清酒		1
	鶏卵		30
	玉葱		20
	太ねぎ		10
	人参		10
	生しいたけ（スライス）県産・1kg		4
	みつば		4
	しょうゆ		4.5
	みりん		3
	上白糖		2
	食塩		0.4
	でんぷん		0.5
	削り節　だし用		2
	水		50
	冷）讃岐さーもん澱粉付き		40
	なたね油		5
	食塩		0.1
	（乾）釜わかめ（カット）国産・200g		1
	キャベツ		25
	きゅうり		10
	（缶）ホールコーン		5
	しょうゆ		2
	食酢		1.5
	上白糖		1
	ごま油		0.5
	サラダ油		0.5

8日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
カレーうどん　牛乳　アーモンドあえ　野菜マフィン（小中のみ）	（袋）ゆでうどん　さぬきの夢		幼・小1-3 200
	（袋）ゆでうどん　さぬきの夢		小4-6 280
	（袋）ゆでうどん　さぬきの夢		中 300
	牛赤肉（2×2㎝スライス）		30
	油揚げ		10
	玉葱		40
	人参		10
	中ねぎ		5
	にんにく		0.5
	生姜		0.2
	サラダ油		2
	カレー粉		1.1
	（袋）がらスープ　1kg		4
	チキンコンソメ		0.5
	（袋）トマトケチャップ　1kg		2
	ウスターソース		1.7
	とんかつソース		1
	しょうゆ		1
	チャツネ　450g		1
	赤ぶどう酒		1
	食塩		0.6
	こしょう		0.03
	でんぷん		2
	削り節　だし用		4
	湯		110
	牛乳		206
	ほうれん草		20
	キャベツ		30
	もやし		20
	しょうゆ		2.5
	食酢		2
	上白糖		1
	サラダ油		1
	アーモンド（粉）		1
	アーモンド（刻み）		1.5
	（個）野菜マフィン		25

11日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン　黒豆きなこクリーム（小中のみ）　牛乳　チリコンカーン　フレンチサラダ　いちご（小のみ）	コッペパン		50
	コッペパン		60
	（個）黒豆きなこクリーム		10
	牛乳		206
	豚肉赤身ミンチ		20
	（冷）白いんげん豆　1kg		20
	（冷）金時豆　1kg		15
	じゃがいも		55
	玉葱		40
	（袋）トマト水煮　1kg		8
	にんにく		1
	パセリ		0.8
	サラダ油		1
	（袋）トマトケチャップ　1kg		6
	中双糖		1.5
	ウスターソース		1
	赤ぶどう酒		1
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.3
	チリパウダー		0.05
	湯		30
	ロースハム（短冊）卵抜き		5
	キャベツ		25
	きゅうり		15
	人参		8
	（缶）ホールコーン		5
	食酢		3.4
	上白糖		1.5
	サラダ油		2
	食塩		0.3
	こしょう		0.03
	いちご（高松産ごじまん品等利用拡大事業）		20

12日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
中華風炊き込みごはん（麦入り）　牛乳　ビーフンサラダ　中華スープ　ミックスナッツ（小中のみ）	精白米（自校）		59
	米粒麦　自校		6
	鉄強化米		0.5
	焼き豚（1cm角切り）		15
	たけのこ水煮（ホール）		10
	（冷）むき枝豆　1kg		5
	中ねぎ		5
	干ししいたけ（スライス）		0.5
	ごま油		1
	清酒		4
	しょうゆ		4
	上白糖		0.8
	食塩		0.3
	牛乳		206
	ロースハム（短冊）卵抜き		7
	ビーフン		5
	もやし		25
	きゅうり		15
	人参		8
	しょうゆ		2.5
	食酢		2.5
	上白糖		1.3
	ごま油		1
	からし粉		0.06
	（レト）うずら卵1kg		20
	玉葱		30
	人参		10
	えのきたけ		5
	チンゲンサイ		10
	生姜		0.5
	サラダ油		0.5
	（袋）がらスープ　1kg		4
	しょうゆ		0.5
	チキンコンソメ		0.3
	食塩		0.35
	こしょう		0.03
	湯		110
	（個）ミックスナッツ		小　15
	（個）ミックスナッツ		中　20

13日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん　おかかふりかけ（小中のみ）　牛乳　かたくちいわしのレモンソースかけ　いそ香あえ　とん汁	精白米（委託）		60
	精白米（委託）		70
	米粒麦　委託		6
	米粒麦　委託		7
	（個）おかかふりかけ（28品目フリー）		2
	牛乳		206
	（冷）かたくちいわし澱粉付き		35
	なたね油		4
	（冷）レモン果汁　県産・500g		4
	上白糖		3
	しょうゆ		2
	白菜		20
	もやし		25
	食べて菜		20
	もみのり		1
	しょうゆ		1.5
	ポン酢		0.5
	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
	つきこんにゃく		7
	人参		8
	もやし		10
	中ねぎ		5
	麦みそ		9
	煮干し　だし用		4
	水		100

14日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
カレーピラフ（麦入り）　牛乳　ひじきとチーズのサラダ　ロメインレタスのスープ　ぶどうゼリー（小中のみ）	精白米（自校）		59
	米粒麦　自校		6
	鉄強化米		0.5
	（冷）鶏肉　胸・皮なし（1×1cm）		15
	（冷）鶏肉　もも・皮なし（1×1cm）		10
	白ぶどう酒		1
	ベーコン（短冊）		5
	玉葱		15
	エリンギ（1×3×0．3cm）		8
	（冷）むき枝豆　1kg		5
	サラダ油		1.5
	食塩		0.5
	こしょう		0.03
	カレー粉		0.7
	チキンコンソメ		0.4
	ウスターソース		0.7
	牛乳		206
	（レト）まぐろ油漬		15
	ダイスチーズ（4mm角）生食用		13
	キャベツ		30
	人参		5
	（乾）ひじき		1.2
	食酢		3
	サラダ油		1
	しょうゆ		1.5
	上白糖		0.5
	こしょう		0.02
	ボンレスハム（短冊）卵抜き		7
	ロメインレタス		25
	玉葱		30
	人参		10
	サラダ油		0.5
	（袋）がらスープ　1kg		4
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	しょうゆ		0.5
	チキンコンソメ		0.5
	湯		120
	（個）ぶどうゼリー　鉄分・食物繊維強化		40

15日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン　牛乳　白身魚のフライ　ゆで野菜　ファルファッレのスープ	コッペパン		50
	コッペパン		60
	牛乳		206
	（冷）白身魚フライ		幼・小　50
	（冷）白身魚フライ		中　70
	なたね油		5
	キャベツ		25
	（生）ブロッコリー（カット）県産		20
	人参		5
	（個）中濃ソース		幼・小　8
	（個）中濃ソース		中　10
	ベーコン（短冊）		5
	（冷）白いんげん豆　1kg		18
	玉葱		40
	（袋）トマト水煮　1kg		15
	マカロニ（リボン）		7
	セロリ		2
	パセリ		0.5
	サラダ油		0.5
	（袋）がらスープ　1kg		4
	赤ぶどう酒		1
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.5
	ローリエ		0.1
	湯		120

18日（月）

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			
	牛乳		206
焼きどうふのみそそぼろ煮			
	豚肉赤身ミンチ		20
	焼き豆腐		85
	玉葱		30
	人参		10
	チンゲンサイ		10
	中ねぎ		3
	干ししいたけ（スライス）		1
	生姜		0.5
	にんにく		0.1
	ごま油		1
	赤みそ		6.5
	三温糖		2.5
	清酒		2
	しょうゆ		2
	一味		0.01
	でんぷん		1
	水		20
ちりめんあえ			
	上乾ちりめん		5
	もやし		30
	小松菜		25
	人参		5
	しょうゆ		2.7
	ポン酢		0.7
	上白糖		0.5
チーズタルト（小中のみ）			
	（個）チーズタルト		35

19日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
わかめごはん（麦入り）	精白米（自校）		66
	精白米（自校）		73
	米粒麦　自校		6
	米粒麦　自校		7
	鉄強化米		0.5
	炊き込みわかめ　200g		2
牛乳			
	牛乳		206
ぶた肉とごぼうの煮もの			
	豚肉赤身（2×2㎝スライス）		30
	つきこんにゃく		20
	洗いごぼう		35
	人参		15
	（冷）さやいんげん　500g		7
	サラダ油		1
	しょうゆ		4
	みりん		2
	中双糖		1.5
	清酒		1.5
	でんぷん		0.5
	だし汁		8
白玉汁			
	（冷）白玉		25
	大根		25
	人参		10
	油揚げ		5
	中ねぎ		5
	中みそ		5.5
	甘みそ		5
	煮干し　だし用		4
	水		120
ヨーグルト（中のみ）			
	（個）ヨーグルト		100

21日（木）

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			
	牛乳		206
さばのみそ煮			
	（冷）さばのみそ煮		幼・小　50
	（冷）さばのみそ煮		中　70
切りぼし大根のあえもの			
	切干し大根		5
	きゅうり		15
	人参		5
	（乾）刻み昆布		0.5
	しょうゆ		2.7
	食酢		2.2
	ごま油		1
	上白糖		1.2
	炒り白ごま		0.5
かきたま汁			
	鶏卵		20
	玉葱		30
	人参		7
	中ねぎ		5
	干ししいたけ（スライス）		1
	しょうゆ		1
	食塩		0.5
	でんぷん		0.5
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	湯		130
チーズ（中のみ）			
	（個）チーズ　鉄強化		13.5