

9日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
カレーピラフ (麦入り)	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)	12	
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8	
	白ぶどう酒	2	
	玉葱	20	
	人参	7	
	エリンギ(1×2×0.3cm)	5	
	(冷)グリーンピース	5	
牛乳	サラダ油	1.5	
	カレー粉	0.8	
	食塩	0.8	
	こしょう	0.03	
	チキンコンソメ	0.5	
	牛乳	206	
	(レト)まぐろ油漬	7	
	大根	40	
	水菜	10	
	人参	5	
大根サラダ	(冷)レモン果汁 県産・500g	2	
	上白糖	1	
	しょうゆ	0.5	
	サラダ油	0.5	
	食塩	0.1	
	こしょう	0.02	
	ボンレスハム	8	
	(冷)いもち	30	
	玉葱	25	
	人参	10	
じゃがポールのスープ	セロリ	2	
	サラダ油	1	
	(袋)がらスープ	4	
	しょうゆ	0.5	
	食塩	0.4	
	こしょう	0.03	
	チキンコンソメ	0.3	
	湯	110	

10日(水)

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		
	白ぶどう酒	206	
	豚肉赤身ミンチ	15	
	焼き豆腐	85	
	玉葱	30	
	人参	10	
焼き豆腐	チンゲンサイ	10	
	中ねぎ	3	
	干しいたけ(スライス)	1	
	生姜	0.5	
	にんにく	0.1	
	ごま油	1	
	赤みそ	5.5	
	三温糖	2	
	清酒	2	
	しょうゆ	1.5	
のみそそぼろ煮	一味	0.01	
	でんぶん	1	
	水	20	
	するめ(カット)国産	2	
	(生)まんば	25	
	人参	5	
	切干し大根	4	
	しょうゆ	2.5	
	三温糖	1.7	
	食酢	1.7	
かみかみあえ	ごま油	0.3	
	上乾ちりめん	4	
	炒り白ごま	0.4	
	三温糖	1.2	
	食酢	1	
	ポン酢	1	

11日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
コッペパン	コッペパン(丸型)	50	
	コッペパン(丸型)	60	
	(個)チョコ大豆クリーム	小 10	
	(個)チョコ大豆クリーム	中 15	
	牛乳	206	
	豚肉並(3×3cmスライス)	40	
	赤ぶどう酒	1.5	
	玉葱	40	
	サラダ油	2	
	(袋)トマトケチャップ 1kg	12	
チョコ大豆クリーム	(袋)トマトピューレ 1kg	7	
	ウスターソース	1.3	
	みりん	0.8	
	上白糖	0.75	
	しょうゆ	0.5	
	じゃがいも	55	
	ゆで塩	1.2	
	ベーコン(短冊)	6	
	白菜	25	
	玉葱	25	
小中のみ	人参	10	
	セロリ	2	
	パセリ	0.5	
	サラダ油	0.5	
	(袋)がらスープ	3	
	食塩	0.6	
	こしょう	0.05	
	しょうゆ	0.4	
	チキンコンソメ	0.3	
	ローリエ	0.1	
ポークチャップ	湯	120	

12日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
焼肉ピラフ	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.5
	牛肉(3×3cmスライス)	25
	生姜	0.5
	にんにく	0.6
	玉葱	10
	人参	7
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	0.5
	しょうゆ	2
のりじゃこサラダ	上白糖	1.3
	清酒	1
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.5
	豆板醤	0.1
	牛乳	206
	上乾ちりめん	3
	もやし	25
	レタス	20
	きゅうり	15
トック入りわかめスープ	人参	5
	味付けもみのり(5~10mm幅)県産	1
	食酢	2.2
	しょうゆ	1
	上白糖	1
	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	ロースハム(短冊)卵抜き	5
	トック 国産米使用	20
	玉葱	20
ココアワッフル	中ねぎ	3
	干しわかめ(カット)	0.8
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ	4
	しょうゆ	0.8
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.3
	ごま油	0.2
	湯	140
(個)ココアワッフル 鉄分強化	28	

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		
根菜 カレー ライス (麦ごはん) 牛乳 ロメイン レタスと ちりめん のサラダ ヨーグルト (小中のみ)	精白米(委託)	60	わかめ ごはん (麦入り) 牛乳 こうや どうふの たまごと じ ささみ と冬野菜 の香り あえ	精白米(自校)	66	麦 ごはん 牛乳 さばの ゆずみ そ煮 くき わかめ のあえ もの いも 煮	精白米(委託)	60	セル フス ラッ ピー ジョー 牛乳 クラ ムチ ャウ ダー	コッペパン	50	麦 ごはん 牛乳 ユー リン チー ビー フン サラ ダ う ずら たま ご入 り中 華ス ープ	精白米(委託)	60	(レト)う ずら卵 1kg	20
	精白米(委託)	70		精白米(自校)	73		精白米(委託)	70		コッペパン	60		精白米(委託)	70		
	米粒麦 委託	6		米粒麦 自校	6		米粒麦 委託	6		牛乳	206		米粒麦 委託	6		
	米粒麦 委託	7		米粒麦 自校	7		米粒麦 委託	7					米粒麦 委託	7		
				炊き込みわかめ	1.9					豚肉並ミンチ	20					
	牛乳	206		鉄強化米	0.5					牛肉ミンチ	10					
				牛乳	206					玉葱	25					
	豚肉並(3×3cmスライス)	25					(冷)さばのゆずみそ煮	幼・小 50		人参	10					
	玉葱	40					(冷)さばのゆずみそ煮	中 70		(袋)トマト水煮	5					
	じゃがいも	30								ピーマン	4					
	人参	15					豚肉並(2×3cmスライス)	20		にんにく	0.3					
	れんこん(いちよう5mm)	15					清酒	1		(袋)トマトケチャップ 1kg	8					
	洗いごぼう	10					鶏卵	20		ウスターソース	2					
	セロリ	5					高野豆腐(サイコロ)	18		小麦粉	1					
	にんにく	0.5					玉葱	30		生姜	0.5					
	生姜	0.5					人参	8		サラダ油	1					
	サラダ油	1					(冷)さやいんげん 500g	7		小麦粉	6					
	小麦粉	6					生しいたけ(スライス)県産・1kg	4		カレー粉	1					
	カレー粉	1					しょうゆ	3.5		サラダ油	4					
	サラダ油	4					三温糖	2.5		(袋)がらスープ	4					
	(袋)がらスープ	4					食塩	0.1		(袋)トマトケチャップ 1kg	2					
	(袋)トマトケチャップ 1kg	2					削り節 だし用	2		ウスターソース	1.3					
	ウスターソース	1.3					湯	50		とんかつソース	1					
	とんかつソース	1								しょうゆ	1					
	しょうゆ	1					(レト)ささみ油漬(フレーク)	7		チャツネ 450g	1					
チャツネ 450g	1			白菜	40	赤ぶどう酒	1									
赤ぶどう酒	1			ほうれん草	20	食塩	0.6									
食塩	0.6			人参	5	こしょう	0.04									
こしょう	0.04			上白糖	1.3	チキンコンソメ	0.4									
チキンコンソメ	0.4			食酢	1.2	湯	80									
湯	80			すだち酢	1.2											
				しょうゆ	0.4											
上乾ちりめん	2			食塩	0.2											
ロメインレタス	35															
大根	25															
人参	5															
(缶)ホールコーン	5															
しょうゆ	2.3															
食酢	1.6															
上白糖	1															
サラダ油	0.5															
ごま油	0.5															
(個)ヨーグルト	小 70															
(個)ファイバーヨーグルト 鉄分強化	中 80															

