







19日(月)			20日(火)			21日(水)			22日(木)			23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
ごはん ひじきのり 牛乳 こうやどうふの煮もの ボン酢あえ みかんジュース	精白米(自校)	68	カレーライス(麦ごはん) 牛乳 海そうサラダ チーズ	精白米(委託)	60	麦ごはん 牛乳 さわらのみそづけ焼き 切りぼし大根のふくめ煮 しそ香りあえ	精白米(委託)	60	コッペパン 牛乳 ぶた肉のトマト煮 ツナサラダ ヨーグルト	コッペパン	50	ごはん 牛乳 あつあげとなすのみそいため おかかあえ	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75		精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		コッペパン	50		精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5		米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		牛乳	206		鉄強化米	0.5
	(個)ひじきのり	10		米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7		豚肉並(2×2cmスライス)	25		牛乳	206
	牛乳	206		牛肉(3×3cmスライス)	20		牛乳	206		皮むきじゃがいも(2cm)	40		豚肉並ミンチ	15
	豚肉並(2×2cmスライス)	25		皮むき玉葱	40		(チルド)さわらのみそ漬け 小	50		皮むき玉葱	50		清酒	1
	清酒	1		皮むきじゃがいも(2cm)	45		(チルド)さわらのみそ漬け 中	60		(冷)ひよこ豆水煮	20		なす	20
	高野豆腐(サイコロ)	17		人参	15					しめじ	10		サラダ油	2
	皮むき玉葱	30		(冷)むき枝豆 1kg	5		てんぷら	15		パセリ	0.5		(冷)厚揚げ(カット)1kg	40
	人参	10		(乾)レンズ豆	5		油揚げ	7		おろしにんにく	0.5		皮むき玉葱	30
	(冷)さやいんげん 500g	7		(袋)トマト水煮 3kg	5		おろしにんにく	7		サラダ油	1		人参	10
	干しいたけ(スライス)	1		サラダ油	1		切干し大根	7		バター	0.5		たけのこ水煮(乱切り)	15
	サラダ油	1		小麦粉	5.5		干しいたけ(スライス)	0.5		(袋)トマト水煮 3kg	25		しめじ	5
	しょうゆ	3.2		サラダ油	4.5		(冷)さやいんげん 500g	7		(袋)トマトケチャップ 1kg	2		チンゲンサイ	20
	三温糖	1.9		カレー粉	1		サラダ油	1		(袋)トマトパウダー 200g	0.1		おろし生姜	0.5
	食塩	0.3		(袋)がらスープ 3kg	3		しょうゆ	2.5		赤ぶどう酒	1		おろしにんにく	0.2
	湯	60		ウスターソース	3		中双糖	1		上白糖	0.5		ごま油	1
	きゅうり	25		赤ぶどう酒	2		みりん	0.5		ウスターソース	0.7		赤みそ	3
	太もやし	20		(袋)トマトケチャップ 1kg	2		清酒	1		チキンコンソメ	0.5		しょうゆ	2.2
人参	5	とんかつソース	1	ごま油	0.3	食塩	0.3	中双糖	1.5					
ボン酢	0.7	しょうゆ	1	水	20	こしょう	0.03	チキンコンソメ	0.5					
しょうゆ	1.5	チャツネ 450g	1	きゅうり	25	湯	20	でんぷん	1					
上白糖	0.5	食塩	0.8	太もやし	20	きゅうり	25	豆板醤	0.1					
炒り白ごま 500g	1	こしょう	0.04	人参	5	キャベツ	20	湯	20					
(個)みかんジュース	125	チキンコンソメ	0.7	赤じそ粉	0.5	(レト)まぐろ油漬	7	小松菜	17					
		湯	90	しょうゆ	1	りんご酢	2	太もやし	30					
		牛乳	206			食酢	1	しょうゆ	1.2					
		キャベツ	20			上白糖	0.4	花かつお(碎片)500g	1					
		きゅうり	25			オリーブ油	0.3							
		(乾)海藻ミックス	0.5			サラダ油	0.3							
		(レト)ホールコーン 1kg	8			食塩	0.2							
		青じそドレッシング	4.5			こしょう	0.02							
		(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	10			(個)ヨーグルト 鉄分強化	70							

