

13日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
ごはん	精白米(自校)	72	
	精白米(自校)	80	
	鉄強化米	0.5	
牛乳			
	牛乳	206	
マーボー豆腐	豚肉並ミンチ	20	
	清酒	1	
	(冷)豆腐(カット)1kg	65	
	皮むき玉葱	40	
	人参	10	
	たけのこ水煮(短冊切り)	10	
	太ねぎ	3	
	おろし生姜	1	
	おろしにんにく	0.8	
	サラダ油	1	
	(袋)トマトケチャップ 1kg	3	
	(袋)トマトパウダー 200g	0.2	
	しょうゆ	3.5	
	(袋)がらスープ 3kg	3	
中華あえ	赤みそ	2.5	
	三温糖	0.8	
	チキンコンソメ	0.45	
	食塩	0.1	
	豆板醤	0.15	
	ごま油	0.1	
	でんぷん	1	
	湯	30	
	小魚入りアーモンド		
		大根	20
		きゅうり	25
		人参	5
		(レト)ホールコーン 1kg	7
		棒々鶏ドレッシング	4.5
(個)小魚入りアーモンド		8	

14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			
	牛乳	206	
たいの薬味ソース		50	
	清酒	2	
	食塩	0.15	
	でんぷん	6	
	なたね油 ローリー	5	
	おろし生姜	0.3	
	おろしにんにく	0.3	
	中ねぎ	3	
	しょうゆ	3	
	上白糖	2	
	食酢	3	
	ごま油	0.5	
	湯	3	
	切りぼし大根のあえもの		
切干し大根		4	
きゅうり		25	
(レト)ホールコーン 1kg		7	
食酢		2	
しょうゆ		2	
上白糖		1	
すりごま		1	
さつまいものみそ汁			
		さつまいも(2cm角)	30
		油揚げ	7
		しめじ	15
		人参	10
		中ねぎ	5
	(樽)麦みそ 8kg	7	
	煮干し だし用	3	
	清酒	1	
	水	100	

15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
味噌つけのり		
	(個)味噌つけのり(無償提供)	2.5
	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	30
	清酒	2
	皮むきじゃがいも(2cm)	70
	皮むき玉葱	40
	人参	10
	つきこんにやく(ハーフ)	20
	(冷)さやいんげん 3cmカット 500g	10
	サラダ油	0.5
	上白糖	1.8
	しょうゆ	3.2
湯	10	
じゃがいものうま煮		
	小松菜	17
	太もやし	33
	たくあん(刻み)1kg袋	7
	しょうゆ	1.2
	炒り白ごま 500g	1

16日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ピビンバ(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
	牛肉(2×2cmスライス)	40
	中ねぎ	3
	おろしにんにく	0.8
	ごま油	1
	一味	0.01
	しょうゆ	2.5
	三温糖	1
	ほうれん草	17
	太もやし	25
	人参	5
	食酢	1
ごま油	0.5	
しょうゆ	2	
上白糖	1	
食塩	0.2	
チーズ(中のみ)		
	豚肉赤身(2×2cmスライス)	15
	清酒	1
	おろし生姜	0.3
	おろしにんにく	0.3
	(冷)焼き豆腐(カット)1kg	25
	白菜キムチ 1kg	10
	キャベツ	20
	太もやし	10
	人参	10
	中ねぎ	3
	ごま油	1
	キムチの素	2
	(袋)がらスープ 3kg	3
しょうゆ	2	
みりん	1.5	
食塩	0.5	
湯	50	
いちご(中のみ)		
	(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	15
	いちご(高松産ごじまん品等利用拡大事業)	20
紙ナフキン		1

19日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン	50
	コッペパン	60
いちごジャム	(個)いちごジャム	15
	牛乳	206
	豚肉赤身(2×2cmスライス)	20
	(冷)大豆水煮	10
	(レト)ミックスピーズ	15
	皮むきじゃがいも(2cm)	50
	皮むき玉葱	45
	エリンギ(1×2×0.3cm)	15
	ドライパセリ	0.02
	サラダ油	0.5
牛乳	白ぶどう酒	2
	しょうゆ	1.2
	三温糖	0.5
	チキンコンソメ	0.5
	カレー粉	0.3
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	湯	30
	れんこん(いちよう3mm)	12
	きゅうり	25
野菜のカレースープ煮	(レト)ホールコーン 1kg	7
	かんきつドレッシング	4.5
コーンサラダ		

20日(火)		
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
牛乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
さばの塩焼き	牛乳	206
	(冷)さば	小 50
	(冷)さば	中 70
	清酒	1
	食塩	0.3
	小松菜	17
	太もやし	28
	人参	5
	しょうゆ	1.3
	花かつお(破片)500g	1.1
小松菜のおかかあえ	(冷)油揚げ(5mm×40mm)	5
	(セ)白菜	20
	大根	20
	人参	5
	中ねぎ	3
	中みそ	5
	甘みそ	2
	煮干し だし用	3
	清酒	1
	湯	110
冬野菜のみそ汁		

21日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフストラップピージョー	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	60
牛乳	牛乳	206
	牛赤肉ミンチ	20
	豚肉赤身ミンチ	5
	皮むき玉葱	25
	ピーマン	4
	人参	5
	おろしにんにく	0.2
	(袋)トマト水煮 3kg	7
	(袋)トマトケチャップ 1kg	3
	(袋)トマトパウダー 200g	0.2
野菜サラダ	ウスターソース	2
	赤ぶどう酒	0.5
	食塩	0.2
	コーンスターチ	0.5
	サラダ油	0.5
	キャベツ	20
	きゅうり	20
	人参	5
	(レト)ホールコーン 1kg	7
	食酢	1.5
ミニトマト(小のみ)	サラダ油	1
	(冷)レモン果汁 県産・500g	1.2
	上白糖	0.5
	食塩	0.2
	こしょう	0.03
	ミニトマト(35個入り)	15
	ミニトマト(43個入り)	15

22日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
小魚のつくだ煮	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	40
	皮むき玉葱	40
	たけのこ水煮(短冊切り)	20
	人参	12
	(冷)さやいんげん 500g	10
	干しいたけ(スライス)	0.5
	おろしにんにく	0.5
あつあげのあま酢煮	サラダ油	1
	食酢	2.5
	上白糖	3.3
	しょうゆ	4
	(袋)トマトケチャップ 1kg	2.7
	清酒	1
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.1
	でんぶん	1
	水	10
ごまドレッシングあえ	きゅうり	17
	太もやし	25
	人参	5
	(レト)ホールコーン 1kg	7
	和風ドレッシング	4.5
	(個)小魚佃煮	8

