

4日(月)			5日(火)			6日(水)			7日(木)			8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
麦ごはん 牛乳	精白米(委託)	60	麦ごはん ひじきのり 牛乳 肉じゃが 切ぼし大根のごま酢あえ ミックスナッツ	精白米(委託)	60	カレーピラフ 牛乳 はくさいと肉だんごのスープ煮 チーズサラダ ヨーグルト	精白米(自校)	65	コッペパン 牛乳 カスレ ヴィネグレットソースのサラダ 牛乳プリン	コッペパン	50	ごはん 牛乳 あつあげとチンゲンサイのみそいため 食べて菜のごまドレッシングあえ はるみ	精白米(自校)	72
	精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		鉄強化米	0.5		コッペパン	60		精白米(自校)	80
	米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9		牛乳	206		鉄強化米	0.5
	米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6		豚肉赤身(2cm角)	30		牛乳	206
	牛乳	206		(個)ひじきのり	10		皮むき玉葱	10		赤ぶどう酒	1		豚肉並ミンチ	15
	冷)さばの塩麹漬け 焼き物用	小 50		牛乳	206		(袋)マッシュルーム 1kg	5		皮むきじゃがいも(2cm)	30		清酒	2
	冷)さばの塩麹漬け 焼き物用	中 70		牛肉(3×3cmスライス)	30		(冷)むき枝豆 1kg	5		皮むき玉葱	40		(冷)厚揚げ(カット)1kg	50
	太もやし	25		清酒	1		おろしにんにく	0.2		人參	15		皮むき玉葱	30
	きゅうり	25		皮むきじゃがいも(2cm)	70		バター	0.26		セロリ	2		チンゲンサイ	20
	味付けもみのり(5~10mm幅)県産	1.2		皮むき玉葱	40		サラダ油	0.5		エリンギ(1×3×0.3cm)	10		人參	10
しょうゆ	1.2	つきこんにゃく(ハーフ)	20	食塩	0.9	ドライパセリ	0.01	たけのこ水煮(短冊切り)	8					
油揚げ	5	人參	15	こしょう	0.03	サラダ油	1	干しいたけ(スライス)	0.5					
うどん	20	(冷)さやいんげん 3mmカット 500g	7	カレー粉	0.6	オリーブ油	0.8	おろし生姜	0.3					
大根	15	サラダ油	1	チキンコンソメ	0.6	(袋)トマトパウダー 200g	20	おろしにんにく	0.3					
人參	5	しょうゆ	3.4	白ぶどう酒	2.2	(袋)トマトパウダー 200g	1	ごま油	1					
干しいたけ(スライス)	0.5	中双糖	1.9	ウスターソース	1	チキンコンソメ	0.3	中双糖	1.5					
中ねぎ	3	湯	10	牛乳	206	ローリエ	0.01	チキンコンソメ	0.5					
中みそ	6	切干し大根	4.5	(冷)肉だんご	30	食塩	0.4	しょうゆ	3					
甘みそ	2	きゅうり	20	白菜	25	こしょう	0.04	赤みそ	2.5					
煮干し だし用	3	(レト)ホールコーン 1kg	7	皮むき玉葱	25	湯	75	豆板醤	0.03					
清酒	1	食酢	2	人參	10	ロメインレタス	30	でんぷん	1					
水	105	しょうゆ	2	(冷)白いんげん豆 1kg	10	きゅうり	10	湯	20					
		上白糖	1	(冷)むき枝豆 1kg	10	人參	5	食べて菜	17					
		ごま油	0.5	おろしにんにく	0.1	(レト)ホールコーン 1kg	10	太もやし	28					
		炒り白ごま 500g	1	おろし生姜	0.3	サラダ油	0.7	(レト)ホールコーン 1kg	7					
		(個)ミックスナッツ 小	15	サラダ油	1	オリーブ油	0.5	棒々鶏ドレッシング	4.5					
		(個)ミックスナッツ 中	20	しょうゆ	1.2	食酢	1.9	(個)はるみ(1/4)	40					
				ごま油	0.1	(冷)レモン果汁 県産・500g	0.8							
				(袋)がらスープ 3kg	3	上白糖	0.7							
				チキンコンソメ	0.5	食塩	0.3							
				食塩	0.3	こしょう	0.02							
				こしょう	0.04	(個)牛乳プリン鉄分強化	40							
				でんぷん	1.1									
				湯	70									
				大根	25									
				きゅうり	20									
				ダイスチーズ(4mm角)生食用	7									
				かんきつドレッシング	4.5									
				(個)ヨーグルト 鉄分強化	70									

18日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
キムチごはん	精白米(自校)	65	
	鉄強化米	0.5	
	豚肉並(2×2cmスライス)	15	
	おろし生姜	0.8	
はん	うすくちしょうゆ	1.2	
	上白糖	0.8	
	白菜キムチ(ごはん用)1kg	20	
牛乳	人参	5	
	(冷)むき枝豆 1kg	3	
ヤンニョム	ごま油	0.1	
	清酒	1.6	
	うすくちしょうゆ	2.7	
チキン	チキンコンソメ	0.3	
	牛乳	206	
キン	鶏肉 胸・皮なし(3×3cm)	45	
	おろし生姜	0.3	
	清酒	1	
	でんぷん	5	
トック	米粉	2.5	
	なたね油 ローリー	5	
入りわかめスープ	(袋)トマトケチャップ 1kg	7.5	
	おろしにんにく	0.5	
	しょうゆ	1	
	三温糖	2	
	みりん	0.6	
	赤みそ	0.6	
	豆板醤	0.05	
	水	3	
	ミニトマトチーズ	ボンレスハム(短冊)卵抜き	3
		トック 国産米使用	15
皮むき玉葱		25	
人参		8	
干しわかめ(カット)		0.5	
中ねぎ		3	
サラダ油		0.5	
食塩		0.4	
こしょう		0.03	
しょうゆ		0.5	
タルト	(袋)からスープ 3kg	3	
	チキンコンソメ	0.3	
	ごま油	0.1	
	炒り白ごま	0.5	
	湯	110	
	ミニトマト(35個入り)	30	
	ミニトマト(43個入り)	30	
	(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	小 10	
	(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	中 15	

19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
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
しじみ	(レト)しじみ佃煮	8
	牛乳	206
のつく	豚肉並(2×2cmスライス)	13.5
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	17
	(冷)大豆水煮	15
	ごぼう(ささがき)	15
だ煮	人参	7
	(冷)むき枝豆 1kg	5
牛乳	(乾)ひじき	2.5
	サラダ油	1
ひじき	しょうゆ	3.5
	三温糖	2.2
	みりん	0.5
	だし汁	15
と大豆	(冷)つくね	35
	しめじ	10
のうま煮	人参	8
	ほうれん草	7
	中ねぎ	3
	中みそ	6
	甘みそ	2
	削り節 だし用	3
	出し昆布	1
汁	湯	105
	(個)ストロベリーカスタードタルト	40

21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
	鉄強化米	0.5
小魚の	(袋)小魚佃煮	8
	牛乳	206
つくだ煮	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	清酒	1
	鶏卵	20
	高野豆腐(サイコロ)	15
牛乳	皮むき玉葱	30
	人参	10
こ	干しいたけ(スライス)	1
	(冷)さやいんげん 500g	10
	サラダ油	1
	しょうゆ	3.4
	三温糖	1.9
	食塩	0.2
	削り節 だし用	3
	出し昆布	1
	水	65
	んぶあえ	キャベツ
太もやし		25
人参		5
塩ふき昆布		1
しょうゆ		1.2
すりごま	1.2	