

5日(月)			6日(火)			7日(水)			8日(木)			9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
大豆 ごは ん 牛 乳 こ ん ぶ あ え 石 か り 汁 牛 乳 プ リ ン	精白米(自校)	65	カ レ ー ラ イ ス (<small>麦 ご は ん</small>) 牛 乳 大 根 と コ ー ン の コ ー ル ス ロ ー サ ラ ダ 小 に ぼ し	精白米(委託)	60	牛 ど ん (<small>麦 ご は ん</small>) 牛 乳 菜 の 花 あ え	精白米(委託)	60	き な こ あ げ パ ン 牛 乳 ポ ト フ 海 そ う サ ラ ダ	コッペパン	50	麦 ご は ん 牛 乳 た い の 薬 味 ソ ー ス か け 切 り ぼ し 大 根 の あ え もの さ つ ま い もの み そ 汁	精白米(委託)	60
	鉄強化米	0.5		精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		コッペパン	70		精白米(委託)	70
	牛赤肉(2×2cmスライス)	15		米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		なたね油 ローリー	10		米粒麦 委託	6
	清酒	0.6		米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7		きな粉 1kg	4		米粒麦 委託	7
	(レト)蒸大豆 国産	13		牛乳	206		牛乳	206		三温糖	3			
	油揚げ	3		豚肉並(3×3cmスライス)	30		牛赤肉(3×3cmスライス)	30		食塩	0.01		牛乳	206
	人参	7		皮むきじゃがいも(2cm)	50		清酒	1		紙ナフキン	1			
	(冷)むき枝豆 1kg	5		皮むき玉葱	40		皮むき玉葱	50		牛乳	206			
	サラダ油	1		人参	10		人参	10		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12			
	清酒	2		セロリ	2		干しいたけ(スライス)	0.5		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8			
	うすくちしょうゆ	2.5		(冷)むき枝豆 1kg	5		太ねぎ	10		白ぶどう酒	1			
	上白糖	1		(袋)トマト水煮 3kg	5		サラダ油	1		(冷)白いんげん豆 1kg	10			
	食塩	0.8		おろしにんにく	0.5		しょうゆ	5.5		キャベツ	20			
	出し昆布	0.5		サラダ油	1		みりん	4		皮むきじゃがいも(2cm)	30			
	牛乳	206		小麦粉	5.5		中双糖	1.6		皮むき玉葱	30			
	太もやし	25		サラダ油	4.5		食塩	0.3		人参	7			
	キャベツ	20		カレー粉	1		でんぶん	0.6		ローリエ	0.1			
	人参	5		(袋)がらスープ 3kg	3		削り節 だし用	3		サラダ油	1			
	塩ふき昆布	1		ウスターソース	3		出し昆布	1		(袋)がらスープ 3kg	3			
	しょうゆ	1.2		赤ぶどう酒	2		湯	50		チキンコンソメ	0.5			
すりごま	1.2	(袋)トマトケチャップ 1kg	2	湯	50	食塩	0.5							
(冷)鮭(2cm角)骨皮なし	20	とんかつソース	1	キャベツ	25	こしょう	0.03							
清酒	1	しょうゆ	1	菜の花	15	湯	80							
皮むきじゃがいも(2cm)	15	チャツネ 450g	1	人参	5	(乾)海藻ミックス	0.5							
(セ)白菜	20	食塩	0.8	しょうゆ	1.2	きゅうり	25							
太ねぎ	10	こしょう	0.04	花かつお(碎片)500g	1	人参	5							
油揚げ	5	チキンコンソメ	0.7			(レト)ホールコーン 1kg	7							
中みそ	6	湯	90			しょうゆ	2							
甘みそ	3	大根	20			食酢	2							
削り節 だし用	3	きゅうり	20			上白糖	0.8							
出し昆布	1	(レト)ホールコーン 1kg	7			ごま油	0.3							
湯	100	コールスロッドレッシング	4.5			サラダ油	0.3							
(個)牛乳プリン鉄分強化	40	小煮干し	3			炒り白ごま 500g	1							

13日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
まごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
味つけのり	(袋)味付けのり(無償提供)	2.5
	牛乳	206
牛乳	豚肉並(2×2cmスライス)	30
	清酒	2
じゃがいものうま煮	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)きやいんげん 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
	たくあんあえ	小松菜
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

14日(水)

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
りんごジャム	(個)りんごジャム	15
	牛乳	206
豚肉赤身(2×2cmスライス)		20
	赤ぶどう酒	2
(冷)大豆水煮	(冷)大豆水煮	10
	(冷)白いんげん豆 1kg	20
皮むきじゃがいも(2cm)	皮むきじゃがいも(2cm)	40
	皮むき玉葱	40
人参	人参	15
	パセリ	0.8
(袋)トマト水煮 3kg	(袋)トマト水煮 3kg	12
	サラダ油	1
(袋)トマトケチャップ 1kg	(袋)トマトケチャップ 1kg	4
	上白糖	0.5
ウスターソース	ウスターソース	0.5
	食塩	0.5
こしょう	こしょう	0.05
	チキンコンソメ	0.3
湯	湯	20
	ダイスチーズ(4mm角)生食用	5
キャベツ	キャベツ	20
	きゅうり	20
(レト)ホールコーン 1kg	(レト)ホールコーン 1kg	7
	和風ドレッシング	4.5

15日(木)

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

16日(金)

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
(個)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)	豚肉赤身(2×2cmスライス)	20
	(冷)大豆水煮	10
(レト)ミックスビーンズ	(レト)ミックスビーンズ	15
	皮むきじゃがいも(2cm)	50
皮むき玉葱	皮むき玉葱	45
	エリンギ(1×2×0.3cm)	15
ドライパセリ	ドライパセリ	0.02
	サラダ油	0.5
白ぶどう酒	白ぶどう酒	2
	しょうゆ	1.2
三温糖	三温糖	0.5
	チキンコンソメ	0.5
カレー粉	カレー粉	0.3
	食塩	0.3
こしょう	こしょう	0.03
	湯	30
れんこん(いちよう3mm)	れんこん(いちよう3mm)	12
	きゅうり	25
(レト)ホールコーン 1kg	(レト)ホールコーン 1kg	7
	かんきつドレッシング	4.5

19日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ビビンバ(麦ごはん) 牛乳 とうふチゲ チーズ(中のみ)	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
牛乳	206	
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	
(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	15	

20日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 牛乳 肉だんごのトマト煮 大根サラダ ガトーショコラ	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
	(冷)肉だんご	30
	皮むきじゃがいも(2cm)	40
	皮むき玉葱	40
	人参	15
	エリンギ(1×2×0.3cm)	10
	(冷)ひよこ豆水煮	10
	おろしにんにく	0.5
	サラダ油	1
	バター	0.5
	(袋)トマト水煮 3kg	25
	(袋)トマトケチャップ 1kg	2
	(袋)トマトパウダー 200g	0.1
	赤ぶどう酒	1
	上白糖	1
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.3
こしょう	0.04	
湯	30	
大根	22	
きゅうり	20	
(レト)ホールコーン 1kg	7	
かんきつドレッシング	4.5	
(個)ガトーショコラ 鉄分・食物繊維強化	30	

21日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 小魚のつくだ煮 牛乳 あつあげのあま酢煮 ごまドレッシングあえ	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	鉄強化米	0.5
	(個)小魚佃煮	8
	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
	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	
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	

22日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
スラッピージョー 牛乳 野菜サラダ ミニトマト(小のみ) いちご(中のみ)	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	60
	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
	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
	牛乳	206
	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	
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	
いちご(高松産ごしまん品等利用拡大事業)	20	

26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
さばの塩焼き	(冷)さば	小 50
	(冷)さば	中 70
	清酒	1
	食塩	0.3
小松菜のおかかあえ	小松菜	17
	太もやし	28
	人参	5
	しょうゆ	1.3
	花かつお(碎片)500g	1.1
	(冷)油揚げ(5mm×40mm)	5
	(セ)白菜	20
	大根	20
	人参	5
冬野菜のみそ汁	中ねぎ	3
	中みそ	5
	甘みそ	2
	煮干し だし用	3
	清酒	1
	湯	110

27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
牛乳	牛乳	206
しじみつくだ煮	(個)しじみ佃煮	6
	豚肉赤身(2×2cmスライス)	25
	清酒	1
	高野豆腐(サイコロ)	17
	皮むき玉葱	30
	人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	10
	干しいたけ(スライス)	1
こらやどうふの煮もの	サラダ油	1
	しょうゆ	3.4
	三温糖	1.9
	食塩	0.3
	湯	60
	小松菜	17
	太もやし	28
	人参	5
	しょうゆ	2.3
ごまあえ	食酢	2
	上白糖	1
	炒り白ごま 500g	0.5
	すりごま	1.5
	ミニトマト(35個入り)	30
	ミニトマト(43個入り)	30

28日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
赤飯	精白米(自校)	60
	精白米(自校)	68
牛乳	もち米	12
	炊き込み赤飯の素	25
とり肉の野菜あんかけ	炒り白ごま 500g	0.7
	サラダ油	0.1
	牛乳	206
	鶏肉 もも・皮なし(唐揚げ用)	50
	しょうゆ	1.5
	清酒	1.5
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
ミニトマト	おろしにんにく	0.1
	でんぶん	8
	米粉	3
	なたね油 ローリー	7
	人参	3
	えのきたけ(1/2)1kg	2
	おろし生姜	0.5
	しょうゆ	2
	みりん	1
	でんぶん	0.3
いちごクレープ	だし汁	10
	ミニトマト(35個入り)	30
	ミニトマト(43個入り)	30
	(冷)豆腐(カット)1kg	25
	皮むき玉葱	15
	人参	5
	油揚げ	5
	干しわかめ(カット)	0.3
中ねぎ	3	
中みそ	5	
甘みそ	2	
削り節 だし用	3	
出し昆布	1	
湯	100	
(個)いちごクレープ	40	

29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	50
	コッペパン	60
牛乳	牛乳	206
アイントプフ	(冷蔵)ミニウインナー	25
	ベーコン(短冊)	5
	皮むきじゃがいも(2cm)	40
	皮むき玉葱	40
	皮むきかぶ	10
	人参	10
	エリンギ(1×2×0.3cm)	10
	(冷)さやいんげん 3cmカット 500g	4
	(乾)レンズ豆	3
	サラダ油	2.5
ザウアクラウト	チキンコンソメ	0.5
	ローリエ	0.01
	ナツメグパウダー 100g	0.01
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	湯	75
	キャベツ	20
	きゅうり	20
	(レト)ホールコーン 1kg	10
●ワインビネガー	2	
チーズ	食酢	1
	上白糖	0.4
	サラダ油	0.5
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	(個)チーズ 鉄強化	13.5