

9日(月)			10日(火)			11日(水)			12日(木)			13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		
えんどうごはん	精白米(自校)	68	麦ごはん	精白米(委託)	60	米粉パン	米粉パン	50	親子どんぶり(麦ごはん)	精白米(委託)	60	中華風たきこみおこわ	精白米(自校)	50		
	精白米(自校)	75		精白米(委託)	70		牛乳	206		精白米(委託)	70		もち米	10		
	(冷)むきえんどう	10		米粒麦 委託	6		鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	6		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.3		
	清酒	1.5		米粒麦 委託	7		鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	4		米粒麦 委託	7		焼き豚(1cm角切り)	20		
	牛乳	食塩	0.8	牛乳	牛乳	206	お茶雑炊	鶏肉胸・皮なし(2×2cm)	15	牛乳	牛乳	206	牛乳	たけのこ水煮(ホール)	10	
		出し昆布	1		焼き豆腐	85		豚肉もも・皮なし(2×2cm)	10		鶏肉もも・皮なし(2×2cm)	10		人参	5	
		高野豆腐の卵とじ	牛乳		206	豚肉並ミンチ		20	春大根		25	清酒		1	(冷)むき枝豆	5
			鶏肉胸・皮なし(2×2cm)		12	玉葱		20	人参		7	鶏卵		30	中ねぎ	5
			鶏肉もも・皮なし(2×2cm)	8	(冷)さやいんげん	10	中ねぎ	7	玉葱	50	サラダ油	1				
			清酒	1	人参	7	えのきたけ	5	中ねぎ	5	ごま油	1				
			鶏卵	20	干しいたけ(スライス)	1	薄口しょうゆ	3	生しいたけ(スライス)	4	濃口しょうゆ	3				
			高野豆腐(サイコロ)	18	中ねぎ	5	みりん	1	人参	15	上白糖	0.8				
			玉葱	40	生姜	0.5	食塩	0.3	中ねぎ	5	食塩	0.3				
人参			8	にんにく	0.1	削り節 だし用	4	濃口しょうゆ	4.5	牛乳	206					
(冷)さやいんげん			7	ごま油	1	出し昆布	1	みりん	3	キャベツ	35					
生しいたけ(スライス)			4	赤みそ	6.5	番茶	0.1	上白糖	2	スナッパえんどう	20					
小松菜とキャベツのあえもの		濃口しょうゆ	3.5	三温糖	2.7	水	110	食塩	0.5	(缶)ホールコーン	5					
	三温糖	2.5	清酒	2.7	(冷)ししゃも	20	でんぷん	0.5	中華ドレッシング	7.5						
	食塩	0.3	濃口しょうゆ	1.8	でんぷん	4	削り節 だし用	2	湯							
	削り節 だし用	2	一味	0.02	なたね油	4	湯	60	ボンレスハム(短冊)卵抜き	7						
	湯	50	でんぷん	1	小松菜	25	(冷)大豆水煮	20	(レト)うずら卵	25						
	小松菜とキャベツのあえもの	小松菜	25	水	18	キャベツ	20	でんぷん	1	玉葱	30					
		キャベツ	35	キャベツ	35	チンゲンサイ	20	なたね油	2	チンゲンサイ	7					
		人参	5	チンゲンサイ	25	もやし	20	青大豆きな粉	2	春雨(8~10cm)	5					
		食酢	2.5	人参	5	炒り白ごま	1	煎茶(粉末)	0.1	きくらげ(せん切り)	1					
		濃口しょうゆ	2	食酢	3	濃口しょうゆ	2	濃口しょうゆ	2	サラダ油	0.5					
		上白糖	1.2	濃口しょうゆ	3	ポン酢	0.6	食塩	0.01	(レト)がらスープ	4					
		ごま油	0.7	上白糖	1					食塩	0.4					
				小煮干し	4					濃口しょうゆ	0.5					
									チキンコンソメ	0.3						
									こしょう	0.03						
								ごま油	0.1							
								湯	120							

23日(月)			24日(火)			25日(水)			26日(木)			27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
食パン(袋入り)	(個)食パン(冷凍)小	6枚切り1枚	麦ごはん	精白米(自校)	62	コッペパン	コッペパン	50	麦ごはん	精白米(委託)	60	ごはん	精白米(自校)	68
	(個)食パン(冷凍)中	8枚切り2枚		精白米(自校)	68		コッペパン	50		精白米(委託)	70		精白米(自校)	75
	牛乳	206		米粒麦 自校	6		牛乳	206		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.3
	スパゲティ(ハーフ)	35		米粒麦 自校	7		豚肉赤身(2cm角)	20		牛乳	206		牛乳	206
	ゆで塩	1.3		牛乳	206		豚肉並(2cm角)	10		牛乳	206		豚肉並(3×3×0.5cm)	30
	ベーコン(短冊)	7		厚揚げ	15		サラダ油	0.5		(冷)赤魚3cm角切	50		生姜	1
	粗挽きウインナー(1cm)	15		とちんげんサイのみそ炒め	2		ベーコン(短冊)	7		生姜	0.4		濃口しょうゆ	0.4
	玉葱	40		ごまあえ	0.6		春大根	40		清酒	1		清酒	1
	人参	10		ヨーグルト	0.2		玉葱	40		でんぷん	8		玉葱	30
	エリンギ	10		小松菜	15		(冷)厚揚げ(カット)	50		キャベツ	5		なたね油	30
	にんにく	0.3		キャベツ	35		玉葱	40		じゃがいも	15		炒り白ごま	20
	サラダ油	2		人参	10		人参	5		人參	5		すりごま	5
	トマトピューレ	13		たけのこ水煮(ホール)	8		セロリー	2		赤みそ	3.5		中みそ	7
	トマトケチャップ	7		生しいたけ(スライス)	2		サラダ油	0.5		上白糖	1.5		赤みそ	0.5
	赤ぶどう酒	4		ちんげんサイ	20		(レト)がらすープ	4		清酒	1.5		白砂糖	1.8
	粉チーズ	3		ごま油	0.8		白ぶどう酒	1		湯	10		濃口しょうゆ	2
	ウスターソース	1.5		中双糖	2		食塩	0.4		小松菜	30		上白糖	0.8
	チキンコンソメ	0.3		チキンコンソメ	0.6		こしょう	0.03		キャベツ	30		もやし	40
	食塩	0.2		濃口しょうゆ	2.2		チキンコンソメ	0.3		ローリエ	5		きゅうり	15
	こしょう	0.05		赤みそ	3		ローリエ	0.1		炒り白ごま	1		小松菜	10
	一味	0.01		豆板醤	0.03		湯	75		ゆずかつおドレッシング	7.5		人参	5
	きゅうり	15		でんぷん	1		(レト)ミックスビーンズ	15		豆腐	30		炒り白ごま	5
	人参	5		湯	20		(冷)プロッコリー	20		玉葱	20		きくらげ(せん切り)	0.3
(乾)かんぴょう(2cm)	5	小松菜	15	ぎゅうり	15	人参	7	炒り白ごま	1					
(乾)刻み昆布	0.5	キャベツ	35	(缶)ホールコーン	10	中ねぎ	5	棒々鶏ドレッシング	7.5					
棒々鶏ドレッシング	7.5	人参	10	焙煎ごまドレッシング	7.5	干しいたけ(スライス)	0.5	(個)豆乳プリン	40					
キウイフルーツ	50	もやし	10			食塩	0.7							
		炒り白ごま	1			濃口しょうゆ	0.5							
		青じそドレッシング	7.5			削り節 だし用	4							
		(個)ヨーグルト 鉄強化	70			湯	120							

