

16日(月)			17日(火)			18日(水)			19日(木)			20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				
米粉パン 牛乳 ポー ク ビー ンズ カラ フル サラ ダ りん ご (小 中 の み) チ ー ズ (中 の み)	米粉パン	50	麦 ご は ん ふ り か け (小 中 の み) 牛 乳 さ け の た つ た あ げ 切 り ば し 大 根 の あ え も の 七 草 汁	精白米(委託)	60	黒 豆 ご は ん 牛 乳 れ ん こ ん の き ん び ら う ち こ み 汁	精白米(自校)	63	根 菜 カ レ ー ラ イス (麦 ご は ん) 牛 乳 レ タ ス と ち り め ん の サ ラ ダ ヨ ー グ ルト (小 中 の み)	精白米(委託)	60	コ ッ ペ パ ン 牛 乳 鶏 か ら あ げ の は ち み つ レ モ ン ソ ー ス か け ほ う れ ん 草 の サ ラ ダ う ず ら 卵 と 青 梗 菜 の ス ー プ	米粉パン	60	コッペパン(丸型)	50		
	米粉パン	60		精白米(委託)	70		精白米(自校)	70		精白米(委託)	70		コッペパン(丸型)	60				
	牛乳	206		米粒麦 委託	6		もち米	9		米粒麦 委託	6		牛乳	206	牛乳	206	鶏肉胸・皮なし(2×2cm)	30
	豚肉赤身(3×3cmスライス)	30		米粒麦 委託	7		炒り黒豆	9		米粒麦 委託	7		牛乳	206	鶏肉もも・皮なし(2×2cm)	20	清酒	1
	(冷)大豆水煮	35		牛乳	206		清酒	2		濃口しょうゆ	1		豚肉赤身(3×3cmスライス)	25	玉葱	40	でんぶん	6
	皮むきじゃがいも(2cm)	45		(冷)鮭2cm角切・骨なし	50		食塩	0.8		濃口しょうゆ	1		じゃがいも	30	人参	15	なたね油	5
	玉葱	40		生姜	1		牛乳	206		食塩	0.1		人参	15	れんこん(いちよう5mm)	15	(冷)レモン果汁	5
	人参	10		清酒	2		濃口しょうゆ	1		トマトピューレ	4		鶏肉もも・皮なし(2×2cm)	6	洗いごぼう	10	はちみつ	4
	パセリ	0.5		濃口しょうゆ	1		食塩	0.1		トマトケチャップ	3		れんこん(いちよう5mm)	15	セロリ	5	濃口しょうゆ	3
	サラダ油	1		食塩	0.1		トマトピューレ	4		上白糖	1.2		つきこんにやく	10	にんにく	0.5	みりん	1
	トマトピューレ	6		でんぶん	3		上白糖	1.2		ウスターソース	0.7		洗いごぼう	10	生姜	0.5	水	2
	トマトケチャップ	3		なたね油	5		ごま油	0.7		湯	5		人参	7	サラダ油	1	ほうれん草	25
	上白糖	1.2		きゅうり	25		湯	5		油揚げ	5		(冷)さやいんげん	6	小麦粉	6	キャベツ	20
	ウスターソース	0.7		切干し大根	5.5		生うどん さぬきの夢2009	15		生うどん さぬきの夢2009	15		ごま油	2	カレー粉	1	(缶)ホールコーン	7
	チキンコンソメ	0.6		人参	7		大根	15		大根	15		濃口しょうゆ	3.5	サラダ油	4	濃口しょうゆ	2.5
	食塩	0.5		(乾)刻み昆布	0.5		金時人参	8		金時人参	8		三温糖	1.2	(レト)がらスープ	4	食酢	2
こしょう	0.05	食酢	2.5	中ねぎ	5	中ねぎ	5	みりん	1	トマトケチャップ	2	上白糖	1.2					
湯	40	濃口しょうゆ	2	生しいたけ(スライス)	5	生しいたけ(スライス)	5	炒り白ごま	1	ウスターソース	1.3	ごま油	1					
ブロccoli(カット)	35	上白糖	1.2	中みそ	5	中みそ	5	一味	0.01	とんかつソース	1	(レト)うずら卵	25					
キャベツ	20	ごま油	0.7	白みそ	4	白みそ	4	湯	5	濃口しょうゆ	1	玉葱	20					
人参	5	鶏卵	20	煮干し だし用	4	煮干し だし用	4	チャツネ	1	チャツネ	1	チンゲンサイ	15					
(缶)ホールコーン	5	大根	5	水	150	水	150	赤ぶどう酒	1	赤ぶどう酒	1	人参	7					
食酢	3	中かぶ	5					食塩	0.6	食塩	0.6	えのきたけ	7					
サラダ油	1.2	人参	5					こしょう	0.04	こしょう	0.04	(レト)がらスープ	4					
上白糖	0.8	小松菜	5					チキンコンソメ	0.4	湯	80	濃口しょうゆ	0.5					
食塩	0.4	水菜	5					湯	80	上乾ちりめん	2	食塩	0.4					
こしょう	0.03	白菜	5					大根	35	大根	35	こしょう	0.03					
りんご	50	中ねぎ	5					レタス	25	レタス	25	チキンコンソメ	0.3					
(個)キャンディチーズ鉄強化	15	濃口しょうゆ	1					人参	5	人参	5	湯	120					
		食塩	0.5					(缶)ホールコーン	5	(缶)ホールコーン	5							
		でんぶん	0.5					濃口しょうゆ	2.5	濃口しょうゆ	2.5							
		削り節 だし用	3					食酢	1.8	食酢	1.8							
		出し昆布	0.5					上白糖	1.2	上白糖	1.2							
		水	110					サラダ油	0.6	サラダ油	0.6							
		(個)大豆ふりかけ	2.5					ごま油	0.6	ごま油	0.6							
								(個)ヨーグルト	70	(個)ヨーグルト	70							

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
焼肉ピラフ 牛乳 チョコレギサラダ トック入りわかめスープ ココアワッフル(小中のみ)	精白米(自校)	65	麦ごはん 牛乳 さばのゆずみそ煮 いも煮 茎わかめのあえもの	精白米(委託)	60	金時人参のピラフ(麦入り) 牛乳 ひじきとチーズのサラダ らりるれレタスのコンソメスープ 豆乳プリンタルト(小中のみ)	精白米(自校)	59	セルフハンバーガー 牛乳 コーンチャウダー チーズ(小中のみ)	コッペパン(丸型)	50	いりこめし 牛乳 まんばのけんちゃん 金時計 わさんぼんとう(小中のみ)	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.3		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		コッペパン(丸型)	60		かえり	3
	牛赤肉(3×3cmスライス)	25		米粒麦 委託	70		鉄強化米	0.3		(冷)ハンバーグ鉄強化・減塩 ボイル用	幼小60 中80		油揚げ	5
	生姜	0.7		米粒麦 委託	7		(冷)鶏肉胸・皮なし(1×1cm)	9		キャベツ	35		つきこんにやく	10
	にんにく	0.5		牛乳	206		(冷)鶏肉もも・皮なし(1×1cm)	6		人参	10		洗いごぼう	7
	玉葱	10		(冷)さばのゆずみそ煮	幼小50		白ぶどう酒	1		(個)トマトケチャップ	8		人参	5
	人参	7		(冷)さばのゆずみそ煮	中70		ベーコン(短冊)	5		(個)ケチャップ&マスタード	8		(冷)むき枝豆	5
	(冷)むき枝豆	5		(冷)里いも	25		玉葱	10		牛乳	206		濃口しょうゆ	4
	サラダ油	0.5		牛赤肉(2×2cmスライス)	10		金時人参	10		ベーコン(短冊)	8		清酒	1.5
	濃口しょうゆ	2		大根	15		(冷)むき枝豆	5		じゃがいも	30		みりん	0.5
	上白糖	1.3		洗いごぼう	7		にんにく	0.2		玉葱	30		食塩	0.4
	清酒	1		人参	7		サラダ油	2		(缶)ホールコーン	20		出し昆布	1
	チキンコンソメ	0.5		つきこんにやく	7		チキンコンソメ	0.5		(冷)白いんげん豆ペースト	15		牛乳	206
	食塩	0.5		生しいたけ(スライス)	5		食塩	0.5		人参	5		人参	5
	牛乳	206		太ねぎ	7		こしょう	0.03		パセリ	0.3		まんば	40
	もやし	30		濃口しょうゆ	1.5		牛乳	206		バター	0.5		サラダ油	0.8
	小松菜	25		食塩	0.4		(レト)まぐろ油漬	13		(レト)がらスープ	4		濃口しょうゆ	2
	人参	5		みりん	2		キャベツ	25		チキンコンソメ	0.6		みりん	0.5
	食酢	1.5		削り節 だし用	3		ダイスチーズ(4mm角)	5		食塩	0.5		ごま油	0.2
	濃口しょうゆ	1		出し昆布	0.5		(乾)ひじき	1.2		こしょう	0.05		だし汁	10
	ごま油	0.7		水	70		(冷)レモン果汁	2		コーンスターチ	1		油揚げ	5
	上白糖	0.5		大根	25		サラダ油	2		調理用牛乳	30		さつまいも(2cm角)	30
	食塩	0.15		きゅうり	15		濃口しょうゆ	2		湯	50		金時人参	10
にんにく	0.1	人参	7	上白糖	0.5	(個)スライスチーズ(鉄・Ca強化)	20	中ねぎ	5					
炒り白ごま	1	(乾)茎わかめ(カット)	0.6	こしょう	0.02			干しわかめ(カット)	0.5					
味付けもみのり	1	食酢	2.5					中みそ	6					
		濃口しょうゆ	2.5	ローズハム(短冊)卵抜き	5			白みそ	5					
		上白糖	1.2	玉葱	20			煮干し だし用	4					
		ごま油	0.8	マカロニ(シエル)	5			水	125					
				じゃがいも	20			(個)和三盆糖	3					
				レタス	20									
				セロリ	3									
				ローリエ	0.1									
				(レト)がらスープ	4									
				チキンコンソメ	0.6									
				食塩	0.3									
				こしょう	0.03									
				濃口しょうゆ	0.3									
				湯	120									
				(個)国産豆乳プリンタルト	25									

