

9日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーピラフ	精白米(自校)	60
	鉄強化米	0.5
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8
	白ぶどう酒	1
	玉葱	12
	人参	8
	エリンギ(1×3×0.3cm)	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	1
牛乳	カレー粉	0.7
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.65
	こしょう	0.03
	牛乳	206
	粗挽きウインナー(1cm)	20
	(冷)白いんげん豆 1kg	15
	玉葱	40
	キャベツ	25
ウインナーと野菜のスープ煮	人参	15
	セロリ	2
	パセリ	0.5
	サラダ油	1
	(袋)がらスープ 1kg	4
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	ローリエ	0.1
	湯	80
ツナサラダ	(レト)まぐろ油漬	15
	きゅうり	20
	(冷)ブロッコリー 国産 1kg	15
	(缶)ホールコーン	10
	食酢	2.5
	サラダ油	1
	上白糖	1
	食塩	0.3
	こしょう	0.03

10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	50
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20
	ベーコン(短冊)	5
	じゃがいも	45
	玉葱	40
	(袋)トマト水煮 1kg	25
	人参	20
とり肉と野菜のトマト煮	にんにく	1
	サラダ油	1
	(袋)トマトケチャップ 1kg	3
	赤ぶどう酒	1
	上白糖	0.8
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.3
	こしょう	0.05
	湯	20
キャベツのソテー	キャベツ	35
	人参	10
	しめじ	10
	(缶)ホールコーン	10
	サラダ油	1
	チキンコンソメ	0.2
	しょうゆ	0.2
	食塩	0.2
	こしょう	0.03
	清見オレンジ	50

11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
	牛乳	206
	豚肉赤身(3×3cmスライス)	40
	しょうゆ	1
	清酒	1
	キャベツ	40
	玉葱	35
ホイコーロー	たけのこ水煮(ホール)	15
	人参	10
	ピーマン	8
	生姜	1
	にんにく	0.5
	サラダ油	1
	赤みそ	2
	しょうゆ	1
	清酒	1
	上白糖	0.7
ビーフンサラダ	豆板醤	0.05
	ごま油	0.5
	ロースハム(短冊)卵抜き	7
	もやし	25
	きゅうり	15
	人参	8
	ビーフン	5
	しょうゆ	2.5
	食酢	2.5
	上白糖	1.3
ごま油	1	
からし粉	0.05	

12日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ガーリックピラフ(麦入り)	精白米(自校)	55
	米粒麦 自校	5
	鉄強化米	0.5
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	15
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	10
	白ぶどう酒	1
	玉葱	15
	人参	5
	エリンギ(1×2×0.3cm)	5
	(冷)むき枝豆 1kg	3
牛乳	にんにく	1
	サラダ油	1.2
	バター	0.6
	チキンコンソメ	0.6
	しょうゆ	0.2
	食塩	0.5
	こしょう	0.04
	牛乳	206
	(レト)まぐろ油漬	12
	人参	30
キャロットサラダ	きゅうり	15
	食酢	2.2
	上白糖	1.1
	サラダ油	0.5
	オリーブ油	0.5
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
	マカロニスープ	
	ベーコン(短冊)	7
	(冷)白いんげん豆 1kg	12
玉葱	30	
豆乳プリン	マカロニ(シエル)	5
	パセリ	0.5
	(袋)がらスープ 1kg	4
	しょうゆ	0.5
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	湯	125
	(個)豆乳プリン	40

15日(月)			16日(火)			17日(水)			18日(木)			19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 さごしのからあげ たけのことふきの土佐煮 春大根のみそ汁	精白米(委託)	60	小型コッペパン 牛乳 牛乳 牛乳 ソー ス 焼きスパゲティ ひじきと大豆のサラダ ミニトマト	コッペパン	30	麦ごはん 牛乳 マーボー豆腐 チンゲンサイのサラダ	精白米(委託)	60	赤飯 牛乳 とり肉のからあげ ゆで野菜 お祝いすまし汁 わさんぼんとう(小のみ) いちごゼリー(中のみ)	精白米(自校)	50	麦ごはん 牛乳 さばのしょうが煮 野菜のごまあえ じゃがいものみそ汁 はっさく(中のみ)	精白米(委託)	60		
	精白米(委託)	70		コッペパン	30		精白米(委託)	70		精白米(自校)	55		精白米(委託)	70		
	米粒麦 委託	6		牛乳	206		米粒麦 委託	6		牛乳	206		もち米	18	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7		スバゲティ(ハーフ)	35		米粒麦 委託	7		牛乳	206		もち米	20	米粒麦 委託	7
	牛乳	206		ゆで塩	1.5		豚肉並(2×2cmスライス)	20		豚肉赤身ミンチ	20		(乾)小豆	7	牛乳	206
	(冷)さごし	小1-2 35		清酒	1.5		清酒	1		清酒	1		食塩	0.6	(冷)さばの生姜煮	50
	(冷)さごし	小3-6 50		キャベツ	30		清酒	1		豆腐	80		炒り白ごま	0.7		
	(冷)さごし	中 70		玉葱	20		キャベツ	30		豆腐	80		牛乳	206	もやし	30
	生姜	1		人参	10		玉葱	20		人参	10		鶏肉 胸・皮なし(2×2)	30	小松菜	25
	清酒	2		生しいたけ(スライス)県産・1kg	5		人参	10		人参	10		鶏肉 もも・皮なし(2×2)	20	人参	10
	食塩	0.2		中ねぎ	5		生しいたけ(スライス)県産・1kg	5		生しいたけ(スライス)県産・1kg	5		しょうゆ	2	炒り白ごま	1
	米粉	7		生姜	1		中ねぎ	5		中ねぎ	5		清酒	0.7	しょうゆ	2.5
	なたね油	5		にんにく	0.1		生姜	1		生姜	1		生姜	0.7	食酢	1.5
	油揚げ	5		にんにく	0.1		にんにく	0.8		にんにく	0.8		米粉	4	上白糖	0.35
	たけのこ水煮(ホール)	20		サラダ油	2		サラダ油	1		サラダ油	1		でんぷん	2	油揚げ	3
	(レト)ふき水煮ロング 国産	10		とんかつソース	9		(袋)トマトケチャップ 1kg	7		(袋)トマトケチャップ 1kg	7		なたね油	5	じゃがいも	30
	人参	8		ウスターソース	2.5		しょうゆ	3.5		しょうゆ	3.5		キャベツ	30	玉葱	25
	花かつお 1kg	0.5		食塩	0.2		(袋)がらスープ 1kg	3		(袋)がらスープ 1kg	3		人参	5	えのきたけ	5
	しょうゆ	1		こしょう	0.05		赤みそ	2		赤みそ	2		ゆで塩	0.5	中ねぎ	5
	中双糖	0.8		粉かつお	0.5		清酒	1		清酒	1				中みそ	5.5
みりん	0.7	青のり粉	0.2	三温糖	0.5	三温糖	0.5	(冷)豆腐(カット)1kg	20	甘みそ	5					
食塩	0.1			チキンコンソメ	0.4	チキンコンソメ	0.4	型抜きかまぼこ(桜)	6	煮干し だし用	4					
だし汁	20	(レト)さきみ油漬(フレーク)	5	食塩	0.15	食塩	0.15	玉葱	25	水	115					
豆腐	15	(冷)大豆水煮	12	豆板醤	0.1	豆板醤	0.1	たけのこ水煮(短冊切り)	10	はっさく	50					
油揚げ	5	きゅうり	25	ごま油	1	ごま油	1	中ねぎ	5	紙ナフキン	1					
大根	30	人参	10	湯	35	湯	35	清酒	1							
玉葱	20	(缶)ホールコーン	7	ローズハム(短冊)卵抜き	7	ローズハム(短冊)卵抜き	7	しょうゆ	0.5							
人参	5	(乾)ひじき	1	チンゲンサイ	20	チンゲンサイ	20	食塩	0.4							
中ねぎ	5	焙煎ごまドレッシング	10	もやし	20	もやし	20	削り節 だし用	4							
中みそ	5.5	ミニトマト	30	きゅうり	15	きゅうり	15	出し昆布	1							
甘みそ	5			しょうゆ	2	しょうゆ	2	水	115							
煮干し だし用	4			食酢	2	食酢	2	(個)和三盆糖	2							
水	100			上白糖	1.2	上白糖	1.2	(個)いちごゼリー	50							
				ごま油	0.5	ごま油	0.5									

22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	50
	牛乳	206
牛乳	(冷蔵)ミニカクテルウインナー	25
	大根	40
春大根のポトフ	玉葱	40
	キャベツ	25
	じゃがいも	15
	人参	5
	セロリ	2
	サラダ油	0.5
	(袋)がらすープ 1kg	4
	白ぶどう酒	1
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	ローリエ	0.1
	湯	75
	きゅうり	30
	アスパラガス	15
	人参	10
	(缶)ホールコーン	5
	食酢	2.5
サラダ油	1	
上白糖	1	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
(個)チーズ 鉄強化	13.5	

23日(火)			
献立名	食品名	一人当り 正味分量	
カレーライス(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	206	
	海そうサラダ	牛肉(3×3cmスライス)	30
		じゃがいも	50
		玉葱	40
		人参	10
		(冷)むき枝豆 1kg	5
		(乾)レンズ豆	5
		セロリ	5
にんにく		0.5	
小麦粉		5	
サラダ油	5		
カレー粉	1		
サラダ油	2		
(袋)がらすープ 1kg	4		
赤ぶどう酒	2		
(袋)トマトケチャップ 1kg	2		
ウスターソース	1.3		
とんかつソース	1		
しょうゆ	1		
チャツネ 450g	1		
チキンコンソメ	0.5		
食塩	0.5		
こしょう	0.04		
湯	90		
キャベツ	30		
きゅうり	20		
(缶)ホールコーン	5		
(乾)海藻ミックス	1		
しょうゆ	2.5		
食酢	2.5		
上白糖	1.2		
ごま油	0.5		
サラダ油	0.5		
(個)ヨーグルト 鉄分強化	70		

24日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
たけのこごはん	精白米(自校)	60
	鉄強化米	0.5
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6
	清酒	1
	油揚げ	5
	新たけのこ水煮(ホール)県産	20
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	しょうゆ	2
	清酒	2
	食塩	0.5
	上白糖	0.5
出し昆布	1	
牛乳	206	
牛乳 きんぴら すいとん汁 いちごマフィン	てんぷら	10
	洗いごぼう	25
	つきこんにやく	10
	人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	6
	ごま油	1
	しょうゆ	2
	三温糖	1
	みりん	1
	炒り白ごま	2
	(冷)すいとん	25
	油揚げ	5
	大根	20
	人参	10
	中ねぎ	5
	中みそ	5.5
	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
	水	110
	(個)いちごマフィン	25

25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	
	牛乳	206	
	八宝菜	豚肉赤身(3×3cmスライス)	20
		生姜	1
		しょうゆ	1
		(冷)短冊いか(1×4cm)	15
		清酒	0.5
		(レト)うずら卵1kg	20
		玉葱	40
		白菜	30
		たけのこ水煮(ホール)	15
		チンゲンサイ	15
	人参	10	
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	5	
	サラダ油	2	
	しょうゆ	0.8	
	チキンコンソメ	0.5	
食塩	0.3		
こしょう	0.04		
みりん	1		
湯	8		
中華サラダ	もやし	35	
	きゅうり	20	
	人参	5	
	きくらげ(せん切り)	0.2	
	しょうゆ	2.5	
	食酢	2	
	上白糖	1.5	
	ごま油	1	
	かえり	5	
	炒り白ごま	1	
	みりん	0.8	
	上白糖	0.6	
しょうゆ	0.3		
水	0.6		

26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(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	50
	牛乳	206
牛乳	(冷)太刀魚でんぶん付き	50
	なたね油	6
魚のレモンソースかけ	(冷)レモン果汁 県産・500g	4
	上白糖	3
	しょうゆ	2
	(冷)ブロックリー 国産 1kg	30
	(冷)カリフラワー	15
	人参	5
	イタリアンドレッシング	7
	ベーコン(短冊)	7
	(缶)クリームコーン	35
	玉葱	30
	(冷)白いんげん豆ペースト	6
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	(袋)がらすープ 1kg	4
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	調理用牛乳	30
	生クリーム	2
	湯	70

30日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
牛乳	牛乳	206
ぶた肉と野菜のしょうがいため	豚肉赤身(3×3cmスライス)	40
	生姜	1.5
	玉葱	30
	キャベツ	30
	人参	10
	サラダ油	2
	しょうゆ	3
	清酒	1
	上白糖	1
	みりん	0.5
とうふのすまし汁	豆腐	20
	型抜きかまぼこ(小菊)	6
	玉葱	20
	えのきたけ	7
	中ねぎ	5
	干しわかめ(カット)	0.5
	清酒	1
	しょうゆ	0.5
	食塩	0.4
	削り節 だし用	4
かしわもち	出し昆布	1
	水	120
	(個) 柏餅	30