



8日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ビビンバ	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
牛乳		206
牛肉(3×2cmスライス)		40
	しょうゆ	3.5
三温糖		1.5
清酒		1
にんにく		1.5
中ねぎ		1
ごま油		1
炒り白ごま		2
一味		0.01
もやし		40
(冷)ほうれん草		25
人参		10
(個)韓国ナムルドレッシング		10
鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)		8
鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)		4
もち麦		7
玉葱		30
人参		7
中ねぎ		5
干しいたけ(スライス)		0.8
生姜		0.5
にんにく		0.5
サラダ油		0.5
(袋)がらスープ 1kg		4
食塩		0.55
しょうゆ		0.5
チキンコンソメ		0.6
ごま油		0.2
湯		120

9日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
とうもろこしごはん	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
鉄強化米		0.5
	(缶)ホールコーン	16
清酒		1.5
食塩		0.8
出し昆布		1
牛乳		206
豚肉並(2×2cmスライス)		20
(冷)厚揚げ(カット)1kg		50
つきこんにやく		20
人参		10
(冷)さやいんげん 500g		5
(乾)ひじき		3
サラダ油		1
しょうゆ		4
三温糖		3
清酒		1
みりん		0.5
湯		20
きゅうり		30
キャベツ		30
炒り白ごま		1
塩ふき昆布		1.4
赤じそ粉		0.5

10日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
牛乳		206
冷)さばの塩麴焼き	小	50
	中	60
きゅうり		15
切干し大根		5
人参		5
(缶)ホールコーン		5
(個)焙煎ごまだレッシング		8
油揚げ		5
玉葱		20
ミニ冬瓜		15
人参		8
中ねぎ		5
中みそ		5.5
甘みそ		5
煮干し だし用		4
水		130

11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	50
(個)いちごジャム		15
牛乳		206
冷)鶏ささみコーンフレークフライ	小1-3	40
冷)鶏ささみコーンフレークフライ	小4-6	50
冷)鶏ささみコーンフレークフライ	中	60
なたね油		4
(冷)さやつき枝豆		20
ゆで塩		0.5
ベーコン(短冊)		5
玉葱		35
人参		10
キャベツ		20
マカロニ(英字)		5
セロリ		1
サラダ油		0.5
(袋)トマト水煮 1kg		20
(袋)がらスープ 1kg		4
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		110

12日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
夏野菜カレーライス	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
牛乳		206
豚肉並(2×3cmスライス)		20
玉葱		40
じゃがいも		20
(生)かぼちや(2×2cm)		20
なす		15
サラダ油		2
ミニ冬瓜		15
(袋)トマト水煮 1kg		10
人参		8
(冷)むき枝豆 1kg		5
ピーマン		5
にんにく		0.5
生姜		0.2
サラダ油		2
小麦粉		5
サラダ油		5
カレー粉		1.1
(袋)がらスープ 1kg		4
(袋)トマトケチャップ 1kg		2
ウスターソース		1.7
とんかつソース		1
しょうゆ		1
チャツネ 450g		1
赤ぶどう酒		1
食塩		0.5
こしょう		0.04
チキンコンソメ		0.5
湯		75
(乾)海藻ミックス		1
キャベツ		30
きゅうり		15
(缶)ホールコーン		5
(個)棒々鶏ドレッシング		10
小煮干し		4
(個)チーズ 鉄強化		13.5

