

1日(金)

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	
は ま ち の 照 り 焼 き 風	(冷)はまち	小 50	
	(冷)はまち	中 70	
	清酒	2	
	食塩	0.15	
	でんぷん	7	
	なたね油	4	
	しょうゆ	2.8	
	三温糖	1.7	
	みりん	1.2	
	でんぷん	0.3	
	湯	9	
	小 松 菜 の ゆ ず 香 あ え	小松菜	20
		キャベツ	30
		人参	7
しょうゆ		2.3	
ゆず酢		1.7	
上白糖		1.1	
豆腐		25	
油揚げ		5	
しめじ		10	
えのきたけ	10		
き の こ の み そ 汁	中ねぎ	5	
	中みそ	5.5	
	甘みそ	5	
	煮干し だし用	4	
	水	120	

5日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
キムチごはん (発芽玄米入り)	精白米(自校)	55	
	発芽玄米	10	
	鉄強化米	0.5	
	豚肉並(2×2cmスライス)	20	
	清酒	2	
	生姜	0.8	
	白菜キムチ(ごはん用)1kg	18	
	人参	7	
	(冷)むき枝豆 1kg	5	
	ごま油	2	
	上白糖	1.2	
	しょうゆ	1.2	
	チキンコンソメ	0.5	
	食塩	0.1	
	牛乳	206	
韓国風いそ香あえ	もやし	30	
	小松菜	25	
	人参	5	
	炒り白ごま	2	
	味付けもみのり(5~10mm幅)県産	1	
	しょうゆ	2	
	ごま油	0.7	
	トック入りわかめスープ ミックスナッツ	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
		トック 国産米使用	20
		玉葱	20
		干しわかめ(カット)	0.8
		中ねぎ	3
		サラダ油	0.5
		(袋)がらスープ 1kg	4
		しょうゆ	0.8
食塩		0.5	
こしょう		0.03	
チキンコンソメ		0.5	
ごま油		0.2	
湯		130	
(個)ミックスナッツ		15	

6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
	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	白ぶどう酒	1
	ベーコン(短冊)	5
	じゃがいも	45
	玉葱	40
	レタス	15
	人参	10
	エリンギ(1×3×0.3cm)	5
	サラダ油	1
	小麦粉	4
	サラダ油	1
	バター	2
根菜サラダ	(袋)がらスープ 1kg	4
	チキンコンソメ	0.6
	ローリエ	0.1
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	調理用牛乳	30
	ピザ用チーズ	3
	湯	60
	れんこん(いちよう3mm)	8
	きゅうり	15
	洗いごぼう	22
	人参	5
	(缶)ホールコーン	5
	焙煎ごまドレッシング	9
	(冷)大豆水煮	20
でんぷん	1	
なたね油	2	
ピュアココア	1	
三温糖	3	

7日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
黒ごはん	精白米(自校)	63
	精白米(自校)	70
	黒米	2
	もち米	9
	もち米	10
	食塩	0.65
	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	清酒	1
	鶏卵	20
	高野豆腐(サイコロ)	18
	玉葱	30
	人参	8
	(冷)さやいんげん 500g	7
	干しいたけ(スライス)	1
かみかみあえ	しょうゆ	3.5
	三温糖	3
	食塩	0.3
	削り節 だし用	2
	湯	50
	きゅうり	25
	切干し大根	4
	人参	5
	(缶)ホールコーン	3
	するめ(カット)国産	2
	三温糖	1.7
	しょうゆ	3
	食酢	1.2
	ごま油	0.3
	炒り白ごま	1

8日(金)

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
	豚肉並ミンチ	15
	清酒	2
	生姜	0.6
	にんにく	0.2
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	50
	玉葱	40
	人参	10
	たけのこ水煮(ホール)	8
	干しいたけ(スライス)	0.5
	チンゲンサイのみそいため	チンゲンサイ
ごま油		0.8
中双糖		2
チキンコンソメ		0.6
しょうゆ		2.2
赤みそ		3
豆板醤		0.03
でんぷん		1
湯		20
大根		25
きゅうり		15
人参		7
(冷)まわかめ(細切り)500g袋		10
食酢		2.5
しょうゆ		2.5
上白糖	1.2	
ごま油	0.8	
上乾ちりめん	4	
食酢	1	
ボン酢	1	
三温糖	1.2	
炒り白ごま	0.7	

18日(月)			19日(火)			20日(水)			21日(木)			22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 とり肉とレバーの香りあげ ロメインレタスのサラダ ビーフンスープ	米粉パン	50	ごはん 牛乳 オリーブ豚と野菜のしょうがいため 大根のみそ汁 納豆	精白米(自校)	72	あぶたまごんぶり(まごはん) 牛乳 かたくちいわしのからあげ 食べて菜のおひたし	精白米(委託)	60	ふきよせごはん 牛乳 れんこんとツナのあえもの けんちん汁 豆乳プリン	精白米(自校)	65	小型コッペパン コッペパン 牛乳 スパゲティミートソース 海そうサラダ かき	コッペパン	30		
	米粉パン	60		精白米(自校)	80		精白米(委託)	70		鉄強化米	0.5		鉄強化米	0.5	コッペパン	40
	牛乳	206		鉄強化米	0.5		米粒麦 委託	6		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9		さつまいも(2cm角)	20	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	21		牛乳	206		米粒麦 委託	7		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6		人参	7	スパゲティ(ハーフ)	35
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	14		オリーブ豚 並3×3カット スライス	40		鶏卵	30		油揚げ	25		しめじ	5	ゆで塩	1.3
	清酒	1		生姜	1.5		油揚げ	25		玉葱	50		(冷)むき枝豆 1kg	5	牛肉ミンチ	10
	でんぷん	5		玉葱	30		人参	10		人参	10		しょうゆ	4	豚肉赤身ミンチ	20
	(冷)豚レバー でんぷんつき	20		キャベツ	30		干しいたけ(スライス)	0.5		中ねぎ	3		清酒	1	玉葱	35
	なたね油	5		サラダ油	2		中ねぎ	3		しょうゆ	4.5		上白糖	1	人参	10
	細ねぎ	1		しょうゆ	3		しょうゆ	3		みりん	3		食塩	0.3	エリンギ(1×3×0.3cm)	10
	生姜	0.8		清酒	1		清酒	1		上白糖	1.5		出し昆布	0.7	ピーマン	6
	にんにく	0.8		みりん	0.5		上白糖	1		食塩	0.4		牛乳	206	にんにく	0.3
	中双糖	3		油揚げ	5		でんぷん	0.5		でんぷん	0.5		(レト)まぐろ油漬	10	サラダ油	2
	しょうゆ	2.5		大根	30		削り節 だし用	2		削り節 だし用	2		(袋)トマトピューレ 1kg	13	(袋)トマトケチャップ 1kg	7
	清酒	1.5		人参	10		湯	75		湯	75		赤ぶどう酒	4	粉チーズ	2.5
	豆板醤	0.05		中ねぎ	5		牛乳	206		牛乳	206		ウスターソース	1.5	粉チーズ	2.5
	湯	4		干しわかめ(カット)	0.5		(冷)かたくちいわし濃粉付き	30		けんちん汁	けんちん汁		チキンコンソメ	0.3	ウスターソース	1.5
	(レト)まぐろ油漬	10		中みそ	5.5		なたね油	4		けんちん汁	けんちん汁		食塩	0.2	チキンコンソメ	0.3
	大根	25		甘みそ	5		食塩	0.1		けんちん汁	けんちん汁		しょうゆ	0.05	食塩	0.2
	ロメインレタス	20		煮干し だし用	4		もやし	35		けんちん汁	けんちん汁		豆腐	25	こしょう	0.05
	人参	10		水	120		食べて菜	20		けんちん汁	けんちん汁		油揚げ	7	(乾)海藻ミックス	1
	食酢	2		(個)納豆 チルド	30		人参	7		けんちん汁	けんちん汁		油揚げ	7	キャベツ	30
	上白糖	1					しょうゆ	2.5		けんちん汁	けんちん汁		つきこんにやく	10	きゅうり	20
	サラダ油	1					花かつお 1kg	1		けんちん汁	けんちん汁		洗いごぼう	13	(缶)ホールコーン	5
	食塩	0.2								けんちん汁	けんちん汁		人参	7	しょうゆ	2.5
	こしょう	0.02								けんちん汁	けんちん汁		中ねぎ	5	食酢	2.5
										けんちん汁	けんちん汁		しょうゆ	2	上白糖	1.2
ボンレスハム(短冊)卵抜き	7					けんちん汁	けんちん汁	食塩	0.4	ごま油	0.5					
玉葱	30					けんちん汁	けんちん汁	削り節 だし用	4	サラダ油	0.5					
人参	7					けんちん汁	けんちん汁	出し昆布	1							
中ねぎ	5					けんちん汁	けんちん汁	水	120	柿	30					
ビーフン	5					けんちん汁	けんちん汁	(個)豆乳プリン	40							
干しいたけ(スライス)	1					けんちん汁	けんちん汁									
(袋)からスープ 1kg	4					けんちん汁	けんちん汁									
しょうゆ	0.5					けんちん汁	けんちん汁									
サラダ油	0.5					けんちん汁	けんちん汁									
チキンコンソメ	0.3					けんちん汁	けんちん汁									
ごま油	0.1					けんちん汁	けんちん汁									
食塩	0.5					けんちん汁	けんちん汁									
こしょう	0.03					けんちん汁	けんちん汁									
湯	130					けんちん汁	けんちん汁									

