

8日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
キムチごはん(麦入り)牛乳チヨレギサラダトック入りわかめスープココアワッフル	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	鉄強化米	0.5
	豚肉並(2×2cmスライス)	15
	生姜	0.8
	清酒	0.8
	白菜キムチ(ごはん用)1kg	15
	人参	7
	(冷)むぎ枝豆 1kg	5
	ごま油	2
	清酒	2
	しょうゆ	1.2
	食塩	0.1
	上白糖	0.8
	チキンコンソメ	0.5
	牛乳	206
	もやし	30
	小松菜	25
	人参	5
	食酢	1.5
	しょうゆ	1
	ごま油	0.7
	上白糖	0.5
食塩	0.15	
にんにく	0.1	
炒り白ごま	1	
味付けもみのり(5~10mm幅)県産	1	
ボンレスハム(短冊)卵抜き	5	
トック 国産米使用	20	
玉葱	20	
中ねぎ	3	
干しわかめ(カット)	0.8	
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	140	
(個)ココアワッフル 鉄分強化	28	

9日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
年明け八菜うどん牛乳さつまいものからあげゆでブロックコーリー紅白いちごゼリー	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小1-3 200
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4-6 280
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中 300
	豚肉並(3×3cmスライス)	25
	生姜	0.4
	清酒	1.5
	型抜きかまぼこ(梅)	5
	白菜	25
	玉葱	25
	大根	15
	金時人参	10
	もやし	10
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	5
	中ねぎ	5
	サラダ油	0.5
	しょうゆ	4
	みりん	1
	食塩	0.5
	でんぶん	2
	煮干し だし用	5
	水	110
	牛乳	206
	さつまいも(2cm角)	50
食用油	4	
食塩	0.1	
(生)ブロックコーリー(カット)県産	25	
ゆで塩	0.5	
(個)紅白いちごゼリー	40	

10日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん牛乳がんもどきとひじきのうま煮ほうれん草のアーモンドあえ	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)(香川県産)	12
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)(香川県産)	8
	(冷)ミニひろうす 青大豆入り	20
	つきこんにやく	25
	洗いごぼう	15
	人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	8
	(乾)ひじき	3
	サラダ油	1.5
	三温糖	3
	しょうゆ	4.5
	みりん	0.5
	ごま油	0.5
	湯	20
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	ほうれん草	20
	キャベツ	30
	もやし	20
	しょうゆ	2.7
食酢	2.2	
上白糖	1	
サラダ油	1	
アーモンド(刻み)	1	
アーモンド(粉)	1	

14日(火)			15日(水)			16日(木)			17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		
麦ごはん 牛乳 さけのたつたあげ わかめのあえもの 八杯汁	精白米(委託)	60	黒豆ごはん 牛乳 きんぴらごぼう 冬野菜のみそ汁	精白米(自校)	63	米粉パン 米粉パン 牛乳 豚肉並ミンチ (冷)大豆水煮 じゃがいも 玉葱 (袋)トマト水煮 1kg にんにく パセリ サラダ油 (袋)トマトケチャップ 1kg 中双糖 ウスターソース 赤ぶどう酒 チキンコンソメ 食塩 チリパウダー 湯 (生)フロココリー(カット)県産 キャベツ 人参 (缶)ホールコーン 食酢 サラダ油 上白糖 食塩 こしょう りんご	米粉パン	50	根菜カレーライス(麦ごはん) 牛乳 ロメインレタスとちりめん のサラダ ヨーグルト	精白米(委託)	60		
	精白米(委託)	70		精白米(自校)	70		米粉パン	60		精白米(委託)	70		
	米粒麦 委託	6		もち米	9					米粒麦 委託	6	米粒麦 委託	7
	米粒麦 委託	7		もち米	10		牛乳	206		牛乳	206		
	牛乳	206		炒り黒豆	9		(冷)大豆水煮	35		豚肉並ミンチ	20	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
				清酒	2		(冷)大豆水煮	35		じゃがいも	45	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
				食塩	0.8		牛乳	206		玉葱	45	玉葱	45
	冷)鮭2cm角切・皮付き骨なし	50								(袋)トマト水煮 1kg	8	じゃがいも	35
	生姜	1		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	9		つきこんにやく	15		にんにく	1	人参	15
	清酒	2		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	6		洗いごぼう	20		パセリ	0.8	洗いごぼう	15
	しょうゆ	1					人参	10		サラダ油	1	セロリ	5
	食塩	0.1		(冷)さやいんげん 500g	8		洗いごぼう	20		(袋)トマトケチャップ 1kg	6	にんにく	0.5
	米粉	4		ごま油	2		人参	10		中双糖	1.5	生姜	0.5
	でんぷん	3		しょうゆ	2		ごま油	2		ウスターソース	1	サラダ油	1
	なたね油	5		三温糖	1		しょうゆ	2		赤ぶどう酒	1	小麦粉	6
				みりん	1		人参	10		チキンコンソメ	0.5	カレー粉	1
	きゅうり	20		炒り白ごま	1		三温糖	1		食塩	0.3	サラダ油	4
	もやし	15		一味	0.01		みりん	1		(袋)がらスープ 1kg	4	(袋)トマトケチャップ 1kg	2
	人参	10		湯	5		炒り白ごま	1		(袋)トマトケチャップ 1kg	2	ウスターソース	1.3
	干しわかめ(カット)	0.5		油揚げ	8		湯	5		チリパウダー	0.05	とんかつソース	1
食酢	2.5	大根	20	湯	5	湯	30	しょうゆ	1				
しょうゆ	2.5	白菜	20	油揚げ	8	(生)フロココリー(カット)県産	20	しょうゆ	1				
上白糖	1.2	人参	7	大根	20	キャベツ	20	チャツネ 450g	1				
ごま油	0.8	太ねぎ	7	白菜	20	人参	5	赤ぶどう酒	1				
		中みそ	5.5	人参	7	(缶)ホールコーン	5	食塩	0.6				
豆腐	30	甘みそ	5	太ねぎ	7	食酢	3.3	こしょう	0.04				
油揚げ	5	煮干し だし用	4	中みそ	5.5	サラダ油	1.3	チキンコンソメ	0.4				
大根	15	水	120	甘みそ	5	上白糖	1	湯	80				
人参	10			煮干し だし用	4	食塩	0.4						
干しいたけ(スライス)	0.8			水	120	こしょう	0.03	牛乳	206				
中ねぎ	5					りんご	40						
しょうゆ	1							上乾ちりめん	2				
清酒	1							ロメインレタス	35				
食塩	0.6							大根	25				
みりん	0.3							人参	5				
でんぷん	0.5							(缶)ホールコーン	5				
削り節 だし用	4							しょうゆ	2.3				
出し昆布	1							食酢	1.6				
水	120							上白糖	1				
								サラダ油	0.5				
								ごま油	0.5				
								(個)ヨーグルト	70				

20日(月)	献立名	食品名	一人当り 正味分量	
ごはん		精白米(自校)	72	
		精白米(自校)	80	
		鉄強化米	0.5	
	牛乳		牛乳	206
			チヌ団子 冷凍(無償提供)	30
			てんぷら	15
	関東風おでん		(レト)うずら卵 1kg	20
			(冷)厚揚げ(カット) 1kg	20
			大根	35
			板こんにゃく	20
			人参	10
		(乾)早煮昆布(カット)	1	
		しょうゆ	3.8	
		上白糖	2.5	
		清酒	1	
		みりん	1	
		削り節 だし用	2	
		水	50	
		白菜	30	
		もやし	25	
		小松菜	20	
		味付けもみり(5~10mm幅)県産	1	
		しょうゆ	1.5	
		ポン酢	0.5	

21日(火)	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
			(冷)はまち 香川県産	50
			清酒	2
	はまちの照り焼き風		食塩	0.15
			でんぷん	5
			食用油	4
			しょうゆ	2.5
		三温糖	1.5	
		みりん	1	
		でんぷん	0.3	
		湯	8	
		チンゲンサイ	25	
		切干し大根	4	
切り干し大根のあえもの		人参	7	
		(乾)刻み昆布	0.5	
		食酢	2	
		しょうゆ	1.6	
		上白糖	1	
		ごま油	0.5	
		油揚げ	5	
		生うどん さぬきの夢	15	
		大根	15	
うちこみ汁		金時人参	8	
		中ねぎ	5	
		干しいたけ(スライス)	0.8	
		中みそ	5.5	
		甘みそ	5	
		煮干し だし用	4	
		水	150	

22日(水)	献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフハンバーガー		コッペパン(丸型)	50
		コッペパン(丸型)	60
		(冷)ハンバーグ ボイル用・鉄分強化・減塩	60
		(袋)トマトケチャップ 1kg	5
		とんかつソース	4
		赤ぶどう酒	1
		上白糖	0.4
		水	3
		キャベツ	35
		人参	10
コーンチャウダー		牛乳	206
		ベーコン(短冊)	8
		じゃがいも	30
		玉葱	30
		(缶)ホールコーン	20
		(冷)白いんげん豆ペースト	15
		人参	5
		パセリ	0.3
		バター	0.5
		(袋)がらスープ 1kg	4
	スライスチーズ		チキンコンソメ
		食塩	0.4
		こしょう	0.05
		コーンスターチ	1
		調理用牛乳	30
		湯	50
		(個)スライスチーズ(鉄・Ca)	20

23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		牛乳	206
			豚肉並ミンチ	20
			清酒	1
	マーボー豆腐		豆腐	80
			玉葱	35
			人参	10
			中ねぎ	5
		干しいたけ(スライス)	0.8	
		生姜	1	
		にんにく	0.8	
		サラダ油	1	
		(袋)トマトケチャップ 1kg	7	
		しょうゆ	3.5	
はるさめ		(袋)がらスープ 1kg	3	
		赤みそ	2	
		清酒	1	
		三温糖	0.5	
		チキンコンソメ	0.4	
		食塩	0.15	
		豆板醤	0.1	
		でんぷん	1	
		ごま油	0.1	
		湯	35	
	もものあん		もやし	25
		きゅうり	15	
		人参	7	
		春雨(8~10cm)	5	
		しょうゆ	2	
		食酢	2	
		上白糖	1.6	
		ごま油	1	
		からし粉	0.05	
		食塩	0.1	
にとろ				
		(個)桃の杏仁豆腐	40	

24日(金)	献立名	食品名	一人当り 正味分量	
いりこめし		精白米(自校)	65	
		鉄強化米	0.5	
		かえり	3	
		油揚げ	5	
		つきこんにゃく	8	
	牛乳		洗いごぼう	7
			人参	7
			(冷)むき枝豆 1kg	5
	まんぱのけんちゃん		しょうゆ	4
			清酒	1.5
			みりん	0.5
		食塩	0.4	
		出し昆布	1	
		牛乳	206	
		豆腐	30	
		てんぷら	13	
金時計		(生)まんぱ	40	
		サラダ油	0.8	
		しょうゆ	2	
		みりん	0.5	
		ごま油	0.2	
		だし汁	10	
		豚肉並(3x3cmスライス)	10	
		さつまいも(2cm角)	30	
		油揚げ	5	
わさんぼんとう		金時人参	10	
		しめじ	5	
		中ねぎ	5	
		中みそ	5.5	
		甘みそ	5	
		煮干し だし用	4	
		水	120	
		(個)和三盆糖	2	

27日(月)			28日(火)			29日(水)			30日(木)			31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 かたくちいわしのからあげ 食べて菜のゆず香あえ あんもちぞう煮	精白米(委託)	60	金時人参のピラフ(麦入り) 牛乳 ひじき入り根菜サラダ 肉だんごと野菜のスープ チーズ(中のみ)	精白米(自校)	59	コッペパン コッペパン 牛乳 鶏肉 胸・皮なし(2×2cm) 鶏肉 もも・皮なし(2×2cm) 粗挽きウインナー(2cm) 玉葱 人参 じゃがいも (冷)白いんげん豆 1kg セロリ にんにく サラダ油 (冷)トマト水煮 1kg (袋)トマトケチャップ 1kg 白ぶどう酒 ウスターソース チキンコンソメ 食塩 こしょう 湯 きゅうり 大根 人参 (缶)ホールコーン ダイスチーズ(4mm角)生食用 食酢 サラダ油 上白糖 食塩 こしょう (個)りんごのタルト	コッペパン	50	ル ロー ハン(麦ごはん) 牛乳 ミニトマト ビーフンスープ	精白米(委託)	60	わかめごはん(麦入り) 牛乳 大根とあつあげのそぼろ煮 ささみと冬野菜の香りあえ	精白米(自校)	66
	精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		コッペパン	60		精白米(委託)	70		精白米(自校)	73
	米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5		牛乳	206		米粒麦 委託	6		米粒麦 自校	6
	米粒麦 委託	7		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12		米粒麦 委託	7		米粒麦 自校	7
				(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8		牛乳	206		炊き込みわかめ	1.9
	牛乳	206		白ぶどう酒	1		粗挽きウインナー(2cm)	20		豚肉赤身(2cm角)	45		鉄強化米	0.5
				ベーコン(短冊)	5		玉葱	30		清酒	1		牛乳	206
	(冷)かたくちいわし鰯粉付き	35		金時人参	10		人参	10		サラダ油	1		豚肉並ミンチ	25
	なたね油	4		(冷)むき枝豆 1kg	5		じゃがいも	20		(レト)うずら卵1kg	20		(冷)厚揚げ(カット)1kg	30
	食塩	0.1		にんにく	0.2		(冷)白いんげん豆 1kg	20		玉葱	30		大根	70
				サラダ油	2		セロリ	3		たけのこ水煮(ホール)	10		人参	5
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5		チキンコンソメ	0.5		にんにく	1		人参	7		(冷)さやいんげん 500g	5
	食べて菜	25		食塩	0.5		サラダ油	0.5		干しいたけ(スライス)	0.8		生姜	0.3
	キャベツ	15		こしょう	0.03		(袋)トマト水煮 1kg	20		中ねぎ	3		サラダ油	1
	もやし	15		牛乳	206		(袋)トマトケチャップ 1kg	3		生姜	0.5		しょうゆ	5
	(乾)刻み昆布	0.5					白ぶどう酒	1		にんにく	0.5		三温糖	3
	しょうゆ	2.3		(レト)まぐろ油漬	8		ウスターソース	0.7		サラダ油	0.3		みりん	1
	ゆず酢	1.7		(乾)ひじき	0.8		チキンコンソメ	0.6		しょうゆ	3		清酒	1
	上白糖	1.1		洗いごぼう	20		食塩	0.5		オイスターソース	2		でんぷん	0.9
				れんこん(いちょう3mm)	10		こしょう	0.05		三温糖	1.5		湯	20
	(冷)あん入り白玉	30		人参	10		湯	40		食酢	0.5			
	大根	25		焙煎ごまドレッシング	9		きゅうり	20		ごま油	0.5		(レト)ささみ油漬(フレーク)	7
金時人参	7	(冷)肉だんご	30	大根	15	でんぷん	0.1	白菜	40					
中ねぎ	5	玉葱	40	人参	10	水	7	小松菜	20					
甘みそ	5.5	チンゲンサイ	10	(缶)ホールコーン	5		30	人参	5					
中みそ	5	人参	15	ダイスチーズ(4mm角)生食用	5			上白糖	1.3					
煮干し だし用	4	セロリ	2	食酢	2			食酢	1.2					
水	120	サラダ油	0.5	サラダ油	1	ボンレスハム(短冊)卵抜き	7	すだち酢	1.2					
		ローリエ	0.1	上白糖	1	玉葱	30	しょうゆ	0.4					
		(袋)がらスープ 1kg	4	食塩	0.2	人参	7	食塩	0.2					
		しょうゆ	2	こしょう	0.02	中ねぎ	5							
		チキンコンソメ	0.5			ビーフン	5							
		食塩	0.2			サラダ油	0.5							
		こしょう	0.03			(袋)がらスープ 1kg	4							
		湯	120			しょうゆ	0.5							
		(個)チーズ 鉄強化	13.5			チキンコンソメ	0.3							
						食塩	0.5							
						こしょう	0.03							
						ごま油	0.1							
						湯	130							