3日(月)

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
いわしのかば焼き風	(冷)いわし開き 澱粉付		小 40
	(冷)いわし開き 澱粉付		中 50
	なたね油		4
	生姜		1.2
	しょうゆ		2.8
	上白糖		2.8
	みりん		1.8
	清酒		1.8
	でんぷん		0.2
	湯		4
まんばのごまドレッシングあえ	ボンレスハム(短冊)卵抜き		5
	(生)まんば		30
	もやし		25
	人参		5
	しょうゆ		2
	食酢		1.5
	上白糖		1
	サラダ油		0.5
	ごま油		0.5
	炒り白ごま		1
切りぼし大根のみそ汁	油揚げ		5
	玉葱		25
	人参		7
	中ねぎ		5
	切干し大根		2.5
	中みそ		5.5
	甘みそ		5
	煮干し だし用		4
	水		130
節分豆	(個)節分豆		5

4日(火)

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
味つけのり	(個)味付けのり(無償提供)		2.5
牛乳	牛乳		206
とうふとチンゲンサイのみそいため	豚肉並(2×2cmスライス)		15
	清酒		2
	生姜		0.6
	にんにく		0.2
	焼き豆腐		55
	玉葱		40
	チンゲンサイ		20
	人参		15
	たけのこ水煮(ホール)		10
	ごま油		0.8
	赤みそ		3
	中双糖		2
	しょうゆ		2
	チキンコンソメ		0.6
	豆板醤		0.03
	でんぷん		0.7
	湯		20
ふのすまし汁	焼き麩		1
	玉葱		25
	人参		10
	中ねぎ		5
	干ししいたけ(スライス)		0.5
	しょうゆ		1
	食塩		0.5
	削り節 だし用		4
	出し昆布		1
	水		135

5日(水)

献立名	食品名		一人当り正味分量
ハヤシライス(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
	牛肉(3×3cmスライス)		20
	じゃがいも		50
	玉葱		50
	人参		10
	エリンギ(1×3×0.3cm)		6
	(冷)グリンピース		5
	にんにく		0.3
	サラダ油		1
	小麦粉		5
	サラダ油		4
	(袋)トマトピューレ 1kg		15
	(袋)トマト水煮 1kg		10
	(袋)がらスープ 1kg		3
	赤ぶどう酒		2
	ウスターソース		2
	食塩		0.7
	上白糖		0.5
	チキンコンソメ		0.5
	からし粉		0.15
	こしょう		0.07
	ローリエ		0.1
	ピザ用チーズ		1.5
	湯		80
牛乳	牛乳		206
海そうサラダ	(乾)海藻ミックス		1
	キャベツ		30
	きゅうり		10
	(缶)ホールコーン		7
	炒り白ごま		1
	食酢		2.5
	しょうゆ		2.5
	上白糖		1.2
	ごま油		0.5
	サラダ油		0.5

6日(木)

献立名	食品名		一人当り正味分量
きなこあげパン	コッペパン		50
	コッペパン		60
	食用油		6
	きな粉 1kg		4.5
	三温糖		3
	紙ナフキン		1
牛乳	牛乳		206
はくさいと肉だんごのスープ	(冷)肉だんご		30
	白菜		40
	玉葱		20
	たけのこ水煮(ホール)		10
	人参		10
	中ねぎ		5
	春雨(8～10cm)		3
	生姜		0.5
	(袋)がらスープ 1kg		4
	しょうゆ		2
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.5
	こしょう		0.03
	湯		120
ブロッコリーのサラダ	キャベツ		30
	(生)ブロッコリー(カット)県産		20
	人参		5
	(缶)ホールコーン		5
	食酢		2.5
	上白糖		1.3
	しょうゆ		1
	サラダ油		0.5
	食塩		0.3
	こしょう		0.03

7日(金)

献立名	食品名		一人当り正味分量
セルフキンパ(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
	豚肉並(2×3cmスライス)		42
	しょうゆ		3
	清酒		1
	玉葱		30
	洗いごぼう		10
	人参		10
	にんにく		1
	生姜		0.5
	ごま油		1
	三温糖		1.5
	コチジャン		0.5
	ほうれん草		25
	きゅうり		20
	もやし		10
	たくあん(刻み)1kg袋		6
	しょうゆ		1.2
	ごま油		1
	炒り白ごま		1
	(個)手巻きのり(4枚)		小1-4 2.4
	(個)手巻きのり(6枚)		小5-中 3.6
牛乳	牛乳		206
ロメインレタスの韓国風スープ	ボンレスハム(短冊)卵抜き		5
	玉葱		25
	ロメインレタス		20
	えのきたけ		7
	人参		7
	中ねぎ		5
	サラダ油		0.5
	(袋)がらスープ 1kg		4
	オイスターソース		0.8
	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		120

10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
ちくぜん煮	鶏肉　胸・皮なし（2×2cm）		18
	鶏肉　もも・皮なし（2×2cm）		12
	清酒		1
	ちくわ		10
	板こんにゃく		30
	洗いごぼう		30
	人参		15
	洗いれんこん		12
	（冷）さやいんげん　500g		5
	ごま油		1.5
	しょうゆ		4
	中双糖		3
	でんぷん		0.7
	水		6
ちりめんあえ	上乾ちりめん		2
	白菜		30
	小松菜		25
	人参		7
	しょうゆ		2.3
	ポン酢		1
	上白糖		0.5
ヨーグルト	（個）ヨーグルト　鉄分強化		70

12日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
野菜たっぷりラーメン	（袋）中華めん		小1-3　150
	（袋）中華めん		小4-6　200
	（袋）中華めん		中　250
	豚肉並（2×2cmスライス）		20
	清酒		1
	生姜		0.5
	食塩		0.15
	こしょう		0.02
	なると（3mm）		5
	玉葱		30
	キャベツ		20
	たけのこ水煮（ホール）		12
	人参		7
	干ししいたけ（スライス）		1
	中ねぎ		5
	しょうゆ		5
	（袋）がらスープ　1kg		4
	チキンコンソメ		0.5
	上白糖		0.5
	ごま油		0.5
	食塩		0.3
	でんぷん		3
	湯		120
牛乳	牛乳		206
中華サラダ	ほうれん草		25
	もやし		25
	人参		5
	炒り白ごま		1
	しょうゆ		2.5
	食酢		2
	上白糖		1.5
	ごま油		1
	からし粉		0.05
マーラーカオ	（個）マーラーカオ		35

13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		60
いちごジャム	（個）いちごジャム		15
牛乳	牛乳		206
ボルシチ	牛肉（2cm角）		30
	サラダ油		1
	玉葱		40
	大根		25
	キャベツ		20
	人参		15
	ビーツ		10
	セロリ		3
	パセリ		0.3
	サラダ油		1
	（袋）がらスープ　1kg		4
	（袋）トマトケチャップ　1kg		4
	（袋）トマトピューレ　1kg		4
	赤ぶどう酒		2
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.5
	こしょう		0.03
	ローリエ		0.1
	湯		80
ひじきとチーズのサラダ	（レト）まぐろ油漬		10
	ダイスチーズ（4mm角）生食用		5
	キャベツ		30
	きゅうり		20
	（乾）ひじき		0.8
	食酢		2.2
	サラダ油		1
	しょうゆ		2
	上白糖		0.5
	こしょう		0.02

14日（金）

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
あつあげと野菜の煮もの	豚肉赤身ミンチ		12
	清酒		1
	（冷）厚揚げ（カット）1kg		50
	（レト）ひきわり大豆　1kg		10
	玉葱		35
	じゃがいも		30
	人参		10
	つきこんにゃく		10
	（冷）さやいんげん　500g		5
	生姜		1
	サラダ油		1
	しょうゆ		4
	中双糖		2.2
	でんぷん		0.5
	湯		20
すいとん汁	型抜きかまぼこ（梅）		4
	（冷）すいとん		25
	大根		25
	人参		10
	中ねぎ		5
	中みそ		5.5
	甘みそ		5
	煮干し　だし用		4
	湯		110

17日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
大根のたまごとじどんぶり（麦ごはん） 牛乳 れんこんチップ 食べて菜のおかかあえ	精白米（委託）		60
	精白米（委託）		70
	米粒麦 委託		6
	米粒麦 委託		7
	ベーコン（短冊）		8
	鶏卵		30
	大根		60
	人参		10
	干ししいたけ（スライス）		0.8
	中ねぎ		5
	サラダ油		1
	しょうゆ		3.5
	みりん		2
	三温糖		1
	食塩		0.25
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.6
	でんぷん		1
	湯		50
	牛乳		206
	れんこん（チップス用・2mm厚さスライス）		35
	なたね油		4
	食塩		0.15
	食べて菜		25
	白菜		25
	人参		7
	花かつお 1kg		1
	しょうゆ		2.5
	ポン酢		0.8

18日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
大豆ごはん（麦入り） 牛乳 こんぶあえ 石かり汁 ハスカップゼリー	精白米（自校）		59
	米粒麦 自校		6
	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
	（冷）大豆水煮		15
	油揚げ		5
	人参		7
	（冷）むき枝豆 1kg		5
	サラダ油		1
	清酒		1.6
	しょうゆ		1.6
	上白糖		0.8
	食塩		0.65
	牛乳		206
	（レト）まぐろ油漬		10
	キャベツ		30
	きゅうり		15
	（缶）ホールコーン		8
	人参		5
	（乾）刻み昆布		0.5
	炒り白ごま		1
	しょうゆ		2.2
	食酢		2
	上白糖		1.2
	（冷）鮭（2cm角）骨皮なし		18
	清酒		1
	白菜		30
	じゃがいも		25
	太ねぎ		6
	中みそ		5.5
	甘みそ		5
	出し昆布		1
	削り節 だし用		4
	水		100
	（個）ハスカップゼリー		40

19日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン 牛乳 レタスのクリームシチュー 菜の花サラダ ココアビーンズ	コッペパン		50
	コッペパン		60
	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
	白ぶどう酒		1
	ベーコン（短冊）		5
	じゃがいも		45
	玉葱		40
	人参		10
	レタス		15
	エリンギ（1×3×0．3cm）		5
	サラダ油		2
	小麦粉		4
	バター		2
	サラダ油		1
	（袋）がらスープ 1kg		4
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.4
	こしょう		0.05
	調理用牛乳		30
	生クリーム		1
	ピザ用チーズ		3
	ローリエ		0.1
	湯		60
	（レト）ささみ油漬（フレーク）		5
	キャベツ		25
	菜の花（高松市無償提供）		20
	（缶）ホールコーン		10
	食酢		2
	サラダ油		2
	上白糖		0.5
	食塩		0.2
	こしょう		0.02
	（冷）大豆水煮		20
	でんぷん		1.5
	なたね油		2
	ピュアココア		1
	三温糖		3

20日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
中華風たきこみごはん（麦入り） 牛乳 ビーフンサラダ うずらたまご入り中華スープ 野菜マフィン	精白米（自校）		59
	米粒麦 自校		6
	鉄強化米		0.5
	焼き豚（1cm角切り）		15
	たけのこ水煮（ホール）		10
	（冷）むき枝豆 1kg		5
	中ねぎ		5
	干ししいたけ（スライス）		0.5
	ごま油		1
	清酒		4
	しょうゆ		4
	上白糖		0.8
	食塩		0.3
	牛乳		206
	ボンレスハム（短冊）卵抜き		5
	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		0.06
	（レト）うずら卵1kg		20
	玉葱		25
	人参		10
	チンゲンサイ		10
	えのきたけ		7
	生姜		0.5
	サラダ油		0.5
	（袋）がらスープ 1kg		4
	しょうゆ		0.5
	チキンコンソメ		0.3
	食塩		0.35
	こしょう		0.03
	湯		110
	（個）野菜マフィン		25

21日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん 牛乳 さばのみぞれ煮 ゆうすげ村のダイコンサラダ かきたま汁	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
	（冷）さばのみぞれ煮		小 50
	（冷）さばのみぞれ煮		中 70
	型抜きかまぼこ（うさぎ）		4
	大根		35
	きゅうり		10
	人参		5
	りんご いちょう切り・皮付き（生・国産）		5
	サラダ油		1
	りんご酢		2.3
	しょうゆ		0.8
	上白糖		1
	食塩		0.2
	こしょう		0.03
	鶏卵		20
	玉葱		25
	人参		7
	中ねぎ		5
	干ししいたけ（スライス）		0.5
	しょうゆ		1
	食塩		0.5
	でんぷん		0.5
	削り節 だし用		4
	出し昆布		1
	湯		130

25日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
赤飯	精白米（自校）		52
牛乳	精白米（自校）		60
ヒレカツ	もち米		20
ゆで野菜	（乾）小豆		7
赤だし	食塩		0.6
いちごクレープ	炒り白ごま		0.7
	牛乳		206
	（冷）ヒレカツ		小 50
	（冷）ヒレカツ		中 60
	なたね油		5
	キャベツ		35
	人参		10
	（袋）中濃ソース		8
	（冷）豆腐（カット）1kg		20
	玉葱		25
	えのきたけ		7
	中ねぎ		5
	赤みそ		6
	中みそ		3
	出し昆布		1
	削り節　だし用		4
	水		120
	（個）いちごクレープ		40

26日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
セルフカレーパン	コッペパン		50
牛乳	コッペパン		60
コーンスープ			
しらぬい	牛乳		206
	豚肉並ミンチ		20
	牛肉ミンチ		10
	（レト）ひきわり大豆　1kg		15
	玉葱		30
	人参		10
	ピーマン		4
	レーズン		1
	にんにく		0.3
	生姜		0.2
	サラダ油		0.5
	小麦粉		1
	（袋）トマトケチャップ　1kg		8
	ウスターソース		2
	カレー粉		0.8
	赤ぶどう酒		1
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.2
	こしょう		0.02
	ベーコン（短冊）		5
	（缶）クリームコーン		35
	玉葱		30
	（缶）ホールコーン		7
	パセリ		0.5
	バター		1
	調理用牛乳		30
	（袋）がらスープ　1kg		4
	チキンコンソメ		0.3
	食塩		0.3
	こしょう		0.03
	コーンスターチ		1
	湯		70
	しらぬい（高松市無償提供）		50

27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
牛乳	精白米（委託）		70
たいのからあげ	米粒麦　委託		6
のりじゃこサラダ	米粒麦　委託		7
けんちん汁			
	牛乳		206
	真鯛　皮付き骨なし　2cm角切り　香川県産　冷凍		45
	生姜		1
	清酒		2
	しょうゆ		1
	食塩		0.2
	でんぷん		7
	なたね油		7
	上乾ちりめん		2
	小松菜		25
	もやし		20
	人参		5
	味付けもみのり（5～10mm幅）県産		1
	しょうゆ		1.5
	食酢		2.2
	上白糖		1
	サラダ油		0.5
	ごま油		0.5
	豆腐		25
	油揚げ		7
	洗いごぼう		15
	つきこんにゃく		7
	人参		5
	中ねぎ		5
	しょうゆ		2
	食塩		0.5
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	水		120

28日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん	精白米（自校）		72
牛乳	精白米（自校）		80
こうやどうふのうま煮	鉄強化米		0.5
アーモンドあえ			
豆乳プリンタルト	牛乳		206
	鶏肉　胸・皮なし（2×2cm）		12
	鶏肉　もも・皮なし（2×2cm）		8
	清酒		1
	高野豆腐（サイコロ）		15
	玉葱		35
	人参		10
	（冷）さやいんげん　500g		7
	干ししいたけ（スライス）		0.8
	しょうゆ		3
	三温糖		2.5
	食塩		0.1
	削り節　だし用		2
	水		50
	ほうれん草		25
	もやし		25
	人参		5
	アーモンド（刻み）		1.5
	しょうゆ		2.7
	食酢		2.2
	上白糖		1
	サラダ油		1
	アーモンド（粉）		1
	（個）国産豆乳プリンタルト		25