

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
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
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
(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

牛乳  
ウインナーと野菜のスープ煮  
ツナサラダ

10日(水)

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
ふりかけ(小中のみ)	(個)おかかふりかけ(28品目フリー)	2
牛乳		206
(冷)鮭(2cm角)骨皮なし		45
生姜		1
しょうゆ		1.8
清酒		2
米粉		4
でんぶん		3
なたね油		5
小松菜		20
もやし		25
人参		7
炒り白ごま		1
味付けもみのり(5~10mm幅)県産		1
しょうゆ		1
豚肉赤身(3×3cmスライス)		15
大根		20
洗いごぼう		10
人参		10
つきこんにやく		7
中ねぎ		5
麦みそ		9
煮干し だし用		4
水		110

牛乳  
さけのたつたあげ  
いそ香あえ  
とん汁

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
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
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		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

牛乳  
とり肉と野菜のトマト煮  
キャベツのソテー  
清見オレンジ(小中のみ)

12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
たけのこ水煮(ホール)		15
人参		10
ビーマン		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
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

ホイコーロー  
ビーフンサラダ

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
ガーリッククピラフ(麦入り)牛乳キャロットサラダマカロニスープ豆乳プリン(小中のみ)	精白米(自校)	55	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ソーンス焼きスパゲティひじきと大豆のサラダミニトマト(小中のみ)	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
	米粒麦 自校	5		精白米(委託)	70		コッペパン	30		精白米(委託)	70		精白米(自校)	55
	鉄強化米	0.5		米粒麦 委託	6		牛乳	206		米粒麦 委託	6		もち米	18
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	15		米粒麦 委託	7					米粒麦 委託	7		もち米	20
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	10		牛乳	206		スパゲティ(ハーフ)	35					(乾)小豆	7
	白ぶどう酒	1		(冷)さごし 幼-小2	35		ゆで塩	1.5		牛乳	206		食塩	0.6
	玉葱	15		(冷)さごし 小3-6	50		豚肉並(2×2cmスライス)	20		豚肉赤身ミンチ	20		炒り白ごま	0.7
	人参	5		(冷)さごし 中	70		清酒	1.5		清酒	1		牛乳	206
	エリンギ(1×2×0.3cm)	5		(冷)さごし			キャベツ	30		豆腐	80			
	(冷)むき枝豆 1kg	3		生姜	1		玉葱	20		玉葱	35		鶏肉 胸・皮なし(2×2)	30
	にんにく	1		清酒	2		人参	10		人参	10		鶏肉 もも・皮なし(2×2)	20
	サラダ油	1.2		食塩	0.2		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
	バター	0.6		米粉	7		中ねぎ	5		中ねぎ	5		清酒	0.7
	チキンコンソメ	0.6		なたね油	5		生姜	1		生姜	1		生姜	0.7
	しょうゆ	0.2		油揚げ	5		にんにく	0.1		にんにく	0.8		米粉	4
	食塩	0.5		たけのこ水煮(ホール)	20		サラダ油	2		サラダ油	1		でんぷん	2
	こしょう	0.04		(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		なたね油	5
				人参	8		ウスターソース	2.5		しょうゆ	3.5			
	牛乳	206		花かつお 1kg	0.5		食塩	0.2		(袋)がらスープ 1kg	3		キャベツ	30
				しょうゆ	1		こしょう	0.05		赤みそ	2		人参	5
	(レト)まぐろ油漬	12		中双糖	0.8		粉かつお	0.5		清酒	1		ゆで塩	0.5
	人参	30		みりん	0.7		青のり粉	0.2		三温糖	0.5			
	きゅうり	15		食塩	0.1					チキンコンソメ	0.4			
	食酢	2.2		だし汁	20		(レト)さきみ油漬(フレーク)	5		食塩	0.15		(冷)豆腐(カット)1kg	20
	上白糖	1.1		豆腐	15		(冷)大豆水煮	12		食塩	0.1		型抜きかまぼこ(桜)	6
	サラダ油	0.5		油揚げ	5		きゅうり	25		豆板醤	0.1		玉葱	25
	オリーブ油	0.5		大根	30		人参	10		でんぷん	1		たけのこ水煮(短冊切り)	10
食塩	0.3	玉葱	20	(缶)ホールコーン	7	ごま油	0.1	中ねぎ	5					
こしょう	0.04	人参	5	(乾)ひじき	1	湯	35	清酒	1					
		中ねぎ	5	焙煎ごまドレッシング	10			しょうゆ	0.5					
ベーコン(短冊)	7	中みそ	5.5	ミニトマト	30	ローズハム(短冊)卵抜き	7	食塩	0.4					
(冷)白いんげん豆 1kg	12	甘みそ	5			チンゲンサイ	20	削り節 だし用	4					
玉葱	30	煮干し だし用	4			もやし	20	出し昆布	1					
マカロニ(シエル)	5	水	100			きゅうり	15	水	115					
パセリ	0.5					しょうゆ	2							
(袋)がらスープ 1kg	4					しょうゆ	2	(個)和三盆糖	2					
しょうゆ	0.5					和三盆糖	2							
チキンコンソメ	0.4					上白糖	1.2	(個)いちごゼリー	50					
食塩	0.4					ごま油	0.5							
こしょう	0.03													
湯	125													
(個)豆乳プリン	40													

22日(月)			23日(火)			24日(水)			25日(木)			26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	コッペパン	コッペパン	50	カレーライス(麦ごはん)	精白米(委託)	60	たけのこごはん	精白米(自校)	60	麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70	コッペパン	コッペパン	50	牛乳	精白米(委託)	70	牛乳	鉄強化米	0.5	牛乳	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6	牛乳	牛乳	206	(冷蔵)ミニカクテルウインナー	米粒麦 委託	6	牛乳	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9	牛乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7	牛乳	大根	25	大根	米粒麦 委託	7	牛乳	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6	牛乳	米粒麦 委託	7
	牛乳	206	玉葱	玉葱	40	牛肉(3×3cmスライス)	牛乳	206	清酒	清酒	1	牛乳	牛乳	206
	(冷)さばの生姜煮	50	キャベツ	キャベツ	25	じゃがいも	牛乳	206	油揚げ	油揚げ	5	八宝菜	豚肉赤身(3×3cmスライス)	20
	もやし	30	じゃがいも	じゃがいも	15	玉葱	海そうサラダ	50	新たけのこ水煮(ホール)県産	(冷)むぎ枝豆 1kg	5	中華サラダ	生姜	1
	小松菜	25	人参	人参	5	人参	ヨーグルト(中のみ)	40	しょうゆ	しょうゆ	2	かえり	しょうゆ	1
	人参	10	セロリ	セロリ	2	(冷)むぎ枝豆 1kg	牛乳	10	清酒	食塩	0.5	中	(冷)短冊いか(1×4cm)	15
	炒り白ごま	1	サラダ油	サラダ油	0.5	(乾)レンズ豆	牛乳	5	食塩	上白糖	0.5	華	清酒	0.5
	しょうゆ	2.5	(袋)がらスープ 1kg	(袋)がらスープ 1kg	4	セロリ	牛乳	5	出し昆布	牛乳	1	ラ	(レト)うずら卵1kg	20
	食酢	1.5	白ぶどう酒	白ぶどう酒	1	にんにく	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	ダ	玉葱	40
	上白糖	0.35	チキンコンソメ	チキンコンソメ	0.4	小麦粉	すいとん汁	10	てんぷら	白菜	30	か	白菜	30
	油揚げ	3	食塩	食塩	0.4	サラダ油	いちごマフィン(小中のみ)	25	洗いごぼう	たけのこ水煮(ホール)	15	え	清酒	0.5
	じゃがいも	30	こしょう	こしょう	0.03	カレー粉	い	25	つきこんにやく	チンゲンサイ	15	り	(レト)うずら卵1kg	20
	玉葱	25	ローリエ	ローリエ	0.1	サラダ油	い	10	人参	人参	10	の	生しいたけ(スライス)県産・1kg	5
	えのきたけ	5	湯	湯	75	(袋)がらスープ 1kg	い	10	人参	サラダ油	2	ご	サラダ油	2
	中ねぎ	5	きゅうり	きゅうり	30	赤ぶどう酒	い	6	(冷)さやいんげん 500g	しょうゆ	0.8	ま	しょうゆ	0.8
	中みそ	5.5	アスパラガス	アスパラガス	15	(袋)トマトケチャップ 1kg	い	2	ごま油	チキンコンソメ	0.5	が	チキンコンソメ	0.5
	甘みそ	5	人参	人参	10	ウスターソース	い	1.3	しょうゆ	食塩	0.3	ら	食塩	0.3
煮干し だし用	4	(缶)ホールコーン	(缶)ホールコーン	5	とんかつソース	い	1	三温糖	こしょう	0.04	め	こしょう	0.04	
水	115	食酢	食酢	2.5	しょうゆ	い	1	みりん	でんぷん	1	(小	でんぷん	1	
はっさく	50	サラダ油	サラダ油	1	チャツネ 450g	い	1	炒り白ごま	湯	8	中	湯	8	
紙ナフキン	1	上白糖	上白糖	1	チキンコンソメ	い	0.5	(冷)すいとん	もやし	35	の	もやし	35	
		食塩	食塩	0.3	食塩	い	0.5	油揚げ	きゅうり	20	み	きゅうり	20	
		こしょう	こしょう	0.03	こしょう	い	0.04	大根	人参	5	そ	人参	5	
					湯	い	90	人参	きくらげ(せん切り)	0.2	じ	きくらげ(せん切り)	0.2	
		(個)チーズ 鉄強化	(個)チーズ 鉄強化	13.5	キャベツ	い	30	中ねぎ	しょうゆ	2.5	や	しょうゆ	2.5	
					きゅうり	い	20	中みそ	食酢	2	の	食酢	2	
					(缶)ホールコーン	い	5	甘みそ	上白糖	1.5	ま	上白糖	1.5	
					(乾)海藻ミックス	い	1	煮干し だし用	ごま油	1	が	ごま油	1	
					しょうゆ	い	2.5	水			り			
					食酢	い	2.5		かえり	5	の	かえり	5	
					上白糖	い	1.2	(個)いちごマフィン	炒り白ごま	1	み	炒り白ごま	1	
					ごま油	い	0.5		みりん	0.8	そ	みりん	0.8	
					サラダ油	い	0.5		上白糖	0.6	じ	上白糖	0.6	
						い			しょうゆ	0.3	の	しょうゆ	0.3	
					(個)ヨーグルト 鉄分強化	い	70		水	0.6	み	水	0.6	

30日(火)

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)ブロッコリー 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
花野菜のサラダ	(冷)白いんげん豆ペースト	6
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ 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
コーンクリームスープ		