

3日(月)			4日(火)			5日(水)			6日(木)			7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 とり肉のレモンソースかけ ごぼうサラダ 新たまねぎのみそ汁	精白米(委託)	60	黒糖パン 牛乳 ぶた肉の角煮 ゴーヤチャンプルー アーサー汁 ちんすこう(小中のみ)	黒糖パン	50	いり黒豆のこきこみごはん 牛乳 きんぴらごぼう 白玉汁	精白米(自校)	60	麦ごはん 牛乳 いわしのかんろ煮 野菜の梅肉あえ とん汁	精白米(委託)	60	ガーリックピラフ(麦入り) 牛乳 ひじきサラダ ズッキーニのスープ ココアワッフル(小中のみ)	精白米(自校)	55
	精白米(委託)	70		黒糖パン	50		鉄強化米	0.5		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	5
	米粒麦 委託	6		粉黒糖	7.5		牛肉(2×2cmスライス)	20		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5
	米粒麦 委託	7		粉黒糖	7.5		炒り黒豆	8		米粒麦 委託	7		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12
	牛乳	206		牛乳	206		油揚げ	5		牛乳	206		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8
	鶏肉 胸・皮なし(2×2)	30		豚肉赤身(2cm角)	50		しょうゆ	3		冷)いわしの甘露煮 幼・小	40		白ぶどう酒	1
	鶏肉 もも・皮なし(2×2)	20		サラダ油	1		清酒	2		冷)いわしの甘露煮 中	50		玉葱	15
	清酒	1		(乾)早煮昆布(カット)	0.8		上白糖	1.5		きゅうり	30		人参	5
	でんぷん	6		生姜	0.8		食塩	0.5		大根	20		エリンギ(1×2×0.3cm)	5
	なたね油	5		にんにく	0.3		牛乳	206		人参	5		(冷)むぎ枝豆 1kg	5
	(冷)レモン果汁 県産・500g	4		しょうゆ	2.5		てんぷら	15		(個)うめびしお	7		にんにく	1
	上白糖	3		中双糖	2		洗いごぼう	25		豚肉並(3×3cmスライス)	10		サラダ油	1.4
	しょうゆ	2.2		清酒	2.5		つきこんにやく	10		さつまいも(2cm角)	40		チキンコンソメ	0.7
	水	1.5		だし汁	15		人参	7		もやし	10		食塩	0.8
	洗いごぼう	25		ベーコン(短冊)	5		(冷)さやいんげん 500g	6		洗いごぼう	7		こしょう	0.03
	きゅうり	15		豆腐	15		ごま油	1		つきごぼう	7		牛乳	206
	人参	10		キャベツ	25		しょうゆ	2		中ねぎ	5		キャベツ	25
	(缶)ホールコーン	5		ゴーヤ	15		三温糖	1		麦みそ	9		きゅうり	20
	(個)焙煎ごまドレッシング	8		人参	7		みりん	1		ごま油	0.5		(乾)ひじき	1.5
	油揚げ	5		サラダ油	1		炒り白ごま	1.5		煮干し だし用	4		セロリ	1
玉葱	30	しょうゆ	0.8	だし汁	5	水	100	(個)香味玉ねぎドレッシング	10					
キャベツ	20	チキンコンソメ	0.3	油揚げ	5			ベーコン(短冊)	10					
えのきたけ	7	食塩	0.2	(冷)白玉	25			(冷)白いんげん豆 1kg	10					
中ねぎ	3	こしょう	0.03	玉葱	15			玉葱	25					
中みそ	5.5	ごま油	0.5	人参	7			じゃがいも	25					
甘みそ	5	花かつお 1kg	0.5	中ねぎ	5			ズッキーニ	15					
煮干し だし用	4			しょうゆ	2			人参	7					
水	110	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5	清酒	1			セロリ	1					
		玉葱	20	みりん	0.5			サラダ油	0.5					
		えのきたけ	10	削り節 だし用	4			(袋)トマト水煮 1kg	15					
		人参	7	出し昆布	1			(袋)がらスープ 1kg	4					
		(乾)あおさのり 100g	0.5	水	120			チキンコンソメ	0.3					
		清酒	1					赤ぶどう酒	1					
		(袋)がらスープ 1kg	2					食塩	0.5					
		しょうゆ	0.8					こしょう	0.03					
		チキンコンソメ	0.3					ローリエ	0.1					
		食塩	0.4					湯	100					
		ごま油	0.3											
		削り節 だし用	4					(個)ココアワッフル 鉄分強化	28					
		出し昆布	1											
		湯	140											
		(個)ちんすこう	9											

10日(月)			11日(火)			12日(水)			13日(木)			14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
小型 コッペパン	コッペパン	30	麦 ごはん	精白米(委託)	60	とり めし	精白米(自校)	60	麦 ごはん	精白米(委託)	60	コッ ペパン	コッペパン	50
	コッペパン	30		精白米(委託)	70		鉄強化米	0.5		精白米(委託)	70		コッペパン	50
牛乳	牛乳	206		牛乳	米粒麦 委託	6	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	15	牛乳	米粒麦 委託	6	牛乳	牛乳	206
	牛乳	206			米粒麦 委託	7	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	10		米粒麦 委託	7		牛乳	206
スパゲティ(ハーフ)	スパゲティ(ハーフ)	35	白身魚の ねぎ	牛乳	206	切り ぼし	牛乳	7	か たくち	牛乳	206	ポ ー	豚肉並(3×3cmスライス)	25
	ゆで塩	1.5		(冷)赤魚 3cm角切・皮付き骨なし	50		人参	7		(冷)むき枝豆 1kg	5		く わし	人参
鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9	ソー ス	清酒	2	大根の 煮もの	サラダ油	1.5	の なん	(冷)かたくちいわし薬粉付き	35	ズ	(冷)大豆水煮	35
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6		清酒	2		しょうゆ	2.5		なたね油	4		い わし	なたね油
ベーコン(短冊)	ベーコン(短冊)	10	ス か け	食塩	0.1	だ ご 汁	清酒	1.5	の ば ん	細ねぎ	2	菜	玉葱	40
	キャベツ	30		でんぷん	7		上白糖	1.2		食酢	3.5		ピー ン	食酢
玉葱	玉葱	30	野 菜	なたね油	4	日 向 夏 ゼ リー	上白糖	0.5	小 松 菜	しょうゆ	2.5	の ソ テ	パセリ	0.5
	人参	10		中ねぎ	4		だし昆布	1		しょうゆ	2.5		の ド レ ッ シ ン グ	上白糖
エリンギ	エリンギ	5	ゆ で 野 菜	生姜	0.5	日 向 夏 ゼ リー	牛乳	206	の ド レ ッ シ ン グ	みりん	0.9	冷 と う み か ん	サラダ油	1
	にんにく	0.3		しょうゆ	3		人参	7		一味	0.01		水	1.3
オリーブ油	オリーブ油	1	たま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ	食酢	2.2	日 向 夏 ゼ リー	てんぷら	7	小 松 菜	上白糖	0.9	の ソ テ	(袋)トマトケチャップ 1kg	3
	バター	1		上白糖	1.8		人参	10		人参	10		の ド レ ッ シ ン グ	水
白ぶどう酒	白ぶどう酒	1	た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ	ごま油	0.5	日 向 夏 ゼ リー	人参	10	の ド レ ッ シ ン グ	小松菜	20	の ソ テ	赤ぶどう酒	1
	スイートバジル 乾燥	0.05		水	4		切干し大根	8		切干し大根	8		あ え	キャベツ
しょうゆ	しょうゆ	2	た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ	キャベツ	40	日 向 夏 ゼ リー	(乾)刻み昆布	0.5	の ド レ ッ シ ン グ	きゅうり	12	の ソ テ	食塩	0.5
	チキンコンソメ	0.5		人参	10		ごま油	0.5		人参	8		あ え	人参
食塩	食塩	0.2	た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ	ゆで塩	0.5	日 向 夏 ゼ リー	人参	2	の ド レ ッ シ ン グ	油揚げ	5	の ソ テ	湯	40
	こしょう	0.01		鶏卵	20		しょうゆ	1		だし汁	20		あ え	油揚げ
きゅうり	きゅうり	30	た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ	鶏卵	20	日 向 夏 ゼ リー	人参	0.5	の ド レ ッ シ ン グ	じゃがいも	30	の ソ テ	白ぶどう酒	1
	キャベツ	20		玉葱	20		(冷)すいとん	25		人参	20		あ え	じゃがいも
(缶)ホールコーン	(缶)ホールコーン	5	た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ	(缶)クリームコーン	20	日 向 夏 ゼ リー	油揚げ	7	の ド レ ッ シ ン グ	玉葱	20	の ソ テ	小松菜	20
	赤パブリカ	5		チンゲンサイ	10		干しわかめ(カット)	0.8		干しわかめ(カット)	0.8		あ え	干しわかめ(カット)
(個)イタリアンドレッシング	(個)イタリアンドレッシング	8	た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ	人参	5	日 向 夏 ゼ リー	つきこんにやく	10	の ド レ ッ シ ン グ	中ねぎ	5	の ソ テ	エリンギ(1×3×0.3cm)	10
	(個)牛乳プリン鉄分強化	40		(袋)がらスープ 1kg	4		中ねぎ	5		人参	5.5		あ え	中みそ
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ	清酒	1	日 向 夏 ゼ リー	干しいたけ(スライス)	0.8	の ド レ ッ シ ン グ	甘みそ	5	の ソ テ	(缶)ホールコーン	8
				清酒	1		しょうゆ	2		干しいたけ(スライス)	0.8		あ え	煮干し だし用
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ	でんぷん	0.5	日 向 夏 ゼ リー	しょうゆ	2	の ド レ ッ シ ン グ	水	120	の ソ テ	チキンコンソメ	0.2
				食塩	0.5		しょうゆ	2		しょうゆ	2		あ え	水
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ	しょうゆ	0.4	日 向 夏 ゼ リー	食塩	0.4	の ド レ ッ シ ン グ	削り節 だし用	4	の ソ テ	食塩	0.2
				チキンコンソメ	0.3		だし昆布	1		削り節 だし用	4		あ え	だし昆布
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ	こしょう	0.03	日 向 夏 ゼ リー	水	130	の ド レ ッ シ ン グ	出し昆布	1	の ソ テ	こしょう	0.03
				水	110		水	130		出し昆布	1		あ え	出し昆布
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ			日 向 夏 ゼ リー			の ド レ ッ シ ン グ			の ソ テ		
													水	130
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ			日 向 夏 ゼ リー			の ド レ ッ シ ン グ			の ソ テ		
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ			日 向 夏 ゼ リー			の ド レ ッ シ ン グ			の ソ テ		
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ			日 向 夏 ゼ リー			の ド レ ッ シ ン グ			の ソ テ		
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ			日 向 夏 ゼ リー			の ド レ ッ シ ン グ			の ソ テ		
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ			日 向 夏 ゼ リー			の ド レ ッ シ ン グ			の ソ テ		
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ			日 向 夏 ゼ リー			の ド レ ッ シ ン グ			の ソ テ		
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ			日 向 夏 ゼ リー			の ド レ ッ シ ン グ			の ソ テ		
			た ま ご と コ ー ン の 中 華 ス ー プ			日 向 夏 ゼ リー			の ド レ ッ シ ン グ			の ソ テ		

17日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
中華どんぶり(麦ごはん) 牛乳 ししやものからあげ もやし のサラダ	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(3×3cmスライス)	20
	生姜	2
	清酒	1
	(冷)短冊いか(1×4cm)	10
	清酒	1
	(レト)うずら卵1kg	25
	玉葱	35
	キャベツ	30
	たけのこ水煮(ホール)	15
	人参	15
	中ねぎ	5
	サラダ油	1
	(袋)がらスープ 1kg	3
	しょうゆ	1.7
	チキンコンソメ	0.4
食塩	0.4	
こしょう	0.04	
でんぷん	1	
ごま油	0.5	
湯	50	
(冷)ししやも	20	
でんぷん	4	
なたね油	4	
もやし	30	
チンゲンサイ	15	
きゅうり	10	
人参	5	
(個)棒々鶏ドレッシング	10	

18日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 牛乳 焼き豆腐 焼き豆腐 みそ 煮 野菜のゆず 香あえ チーズ (中のみ)	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	焼き豆腐	80
	豚肉赤身ミンチ	25
	玉葱	30
	人参	10
	チンゲンサイ	10
	中ねぎ	3
	干しいたけ(スライス)	1
	生姜	0.5
	キャベツ	0.1
	ごま油	1
	赤みそ	6.5
	三温糖	3
	清酒	2
	しょうゆ	2
	でんぷん	1
	一味	0.02
水	20	
キャベツ	25	
もやし	15	
きゅうり	10	
人参	7	
(個)ゆずかつおドレッシング	10	
(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	15	

19日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
野菜たっぷり カレーライス (麦ごはん) 牛乳 海そう サラダ いりごと アーモンド のオリ ブオイル がら め (小中のみ) ヨーグル ト (小中のみ)	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
	牛肉(3×3cmスライス)	25
	じゃがいも	35
	玉葱	35
	(袋)トマト水煮 1kg	15
	なす	15
	なたね油	2
	人参	10
	(冷)むき枝豆 1kg	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	3
(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	0.7	
チキンコンソメ	0.5	
こしょう	0.04	
湯	85	
(乾)海藻ミックス	1	
キャベツ	35	
きゅうり	20	
(個)青じそドレッシング	8	
小煮干し	4	
アーモンド(四つ割)	6	
オリーブ油	0.8	
(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	

20日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
わかめ ごはん 牛乳 こ う や ど う ふ の た ま ご と じ ご ま あ え み か ん ジ ュ ー ス (小中のみ)	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
	炊き込みわかめ 200g	1.9
	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
	鶏卵	20
	高野豆腐(サイコロ)	10
	玉葱	30
	人参	8
	(冷)さやいんげん 500g	7
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	4
	しょうゆ	3.5
	三温糖	3
	食塩	0.2
	削り節 だし用	2
	湯	50
	もやし	30
小松菜	20	
きゅうり	10	
人参	5	
炒り白ごま	1	
(個)和風ドレッシング	8	
(個)みかんジュース	125	

21日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ごはん し じ み の つ く だ 煮 (中 の み) 牛 乳 ぶ た 肉 の 梅 み そ い た め こ ふ き い も け ん ち ん 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
	豚肉並(3×3cmスライス)	45
	生姜	0.5
	玉葱	45
	人参	10
	しめじ	7
	中ねぎ	5
	サラダ油	2
	ねり梅	7
	上白糖	2
	赤みそ	1.5
	しょうゆ	1
	清酒	1
	炒り白ごま	1.5
	じゃがいも	55
	ゆで塩	1.1
豆腐	25	
油揚げ	7	
洗いごぼう	13	
つきこんにやく	10	
人参	7	
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	
しじみのつくだ煮	12.5	

24日(月)			25日(火)			26日(水)			27日(木)			28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		
コッペパン 牛乳 たちゅうおのからあげ きゅうりのサラダ コンソメスープ	コッペパン	50	ガバオライス(麦ごはん) 牛乳 ゆでとうもろこし(小中のみ) うずらたまごとフォオのスープ	精白米(委託)	60	ごはん 牛乳 ぶたキムチ ナムル ももゼリー(小中のみ)	精白米(自校)	68	麦ごはん 牛乳 肉じゃが 野菜のドレッシングあえ ちりめんのおま酢煮	精白米(委託)	60	五目チャーハン(麦入り) 牛乳 切ほし大根のサラダ ワントンスープ 豆乳プリンタルト(小中のみ)	精白米(自校)	55		
	コッペパン	50		精白米(委託)	70		精白米(自校)	75		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	5		
	牛乳	206		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5		
	冷)太刀魚でんぶん付き	45		米粒麦 委託	7		牛乳	206		牛乳	206		米粒麦 委託	7	焼き豚(1cm角切り)	20
	なたね油	5		牛乳	206		豚肉並(3×3×0.5cm)	30		牛乳	206		牛乳	206	玉葱	10
	食塩	0.1		豚肉赤身ミンチ	35		生姜	1		豚肉並(3×3cmスライス)	25		肉じゃが	25	人参	5
	きゅうり(高松市無償提供)	35		鶏肉 ひき肉	15		しょうゆ	0.4		じゃがいも	80		野	80	(冷)むき枝豆 1kg	5
	キャベツ	20		玉葱	40		清酒	1		玉葱	50		菜	50	中ねぎ	5
	(缶)ホールコーン	5		なす	15		玉葱	30		つきこんにやく	25		の	25	ごま油	1.5
	(袋)棒々鶏ドレッシング	10		赤パプリカ	9		キャベツ	30		人参	10		あ	10	清酒	1
	ベーコン(短冊)	5		黄パプリカ	9		白菜キムチ 1kg	20		(冷)さやいんげん 500g	5		え	5	しょうゆ	1
	じゃがいも	25		ピーマン	8		人参	5		サラダ油	1		牛	1	チキンコンソメ	0.4
	玉葱	30		にんにく	0.5		中ねぎ	7		しょうゆ	4		乳	4	食塩	0.3
	キャベツ	20		スイートバジル 乾燥	0.04		にんにく	0.5		上白糖	0.8		切	4	こしょう	0.03
	人参	10		サラダ油	1		ごま油	1		もやし	40		ほ	3	牛乳	206
	セロリ	5		みりん	2		しょうゆ	2.4		きゅうり	15		し	3	きゅうり	10
	パセリ	0.5		しょうゆ	2.5		上白糖	0.8		小松菜	10		大	0.1	切干し大根	5
	(袋)がらスープ 1kg	4		オイスターソース	1		食塩	0.4		人参	5		根	5	(缶)ホールコーン	5
	ローリエ	0.1		清酒	1		こしょう	0.02		もやし	30		の	4	人参	4
	サラダ油	0.5		上白糖	0.9		でんぷん	1		(個)香味玉ねぎドレッシング	10		サ	5	(乾)刻み昆布	0.5
	チキンコンソメ	0.6		食塩	0.4		ごま油	0.7		(個)韓国ナムルドレッシング	10		ラ	10	(個)棒々鶏ドレッシング	10
	食塩	0.3		こしょう	0.02		カットとうもろこし(高松市無償提供)	40		(個)ももゼリー 国産	40		ダ	10	豚肉赤身(2×3cmスライス)	10
	こしょう	0.03		湯	100		ゆで塩	0.5					の	10	清酒	1
	湯	100		紙ナフキン	1		紙ナフキン	1					ス	30	玉葱	25
		ボンレスハム(短冊)卵抜き	7					プ	1	(乾)たんめん	7					
		(レト)うずら卵 1kg	25					豆	1	チンゲンサイ	10					
		玉葱	15					乳	1.2	人参	7					
		チンゲンサイ	10					プ	0.4	サラダ油	0.5					
		人参	7					リ		(袋)がらスープ 1kg	4					
		フォオ	5					ン		しょうゆ	0.8					
		(袋)がらスープ 1kg	4					タ		ごま油	0.5					
		しょうゆ	0.5					ル		食塩	0.4					
		サラダ油	0.5					ト		チキンコンソメ	0.3					
		チキンコンソメ	0.3					(こしょう	0.03					
		ごま油	0.1					小		湯	120					
		食塩	0.5					中								
		こしょう	0.03					の								
		湯	120					み								