

1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	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
牛乳	鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)	9
	鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)	6
アイントプフ	(冷)白いんげん豆 1kg	15
	キャベツ	30
	玉葱	25
	人参	15
	(冷)さやいんげん 500g	5
	セロリ	3
	サラダ油	1
	(袋)がらスープ 1kg	4
	白ぶどう酒	1
	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
	粗挽きウインナーFe強化(2cm)	30
	玉葱	10
	サラダ油	1.5
(冷)皮つきフライドポテト	25	
なたね油	3	
(袋)トマトケチャップ 1kg	3	
カレー粉	0.1	
ウスターソース	2	
みりん	1	
水	5	

2日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ばらずし	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.5
	清酒	3
	出し昆布	0.8
	食酢	10
	上白糖	8
	食塩	0.8
	油揚げ	7
	人参	10
	ごぼう(さがき・ごはん用小さめ)	8
牛乳	(冷)グリーンピース	5
	高野豆腐(すし用)	0.8
	干しいたけ(スライス)	0.8
	上白糖	2.5
	うすくちしょうゆ	2
	清酒	2
	牛乳	206
	さつまいも(スライス天ぷら用)	幼 20
	さつまいも(スライス天ぷら用)	小 40
	さつまいも(スライス天ぷら用)	中 50
さつまいものあげもん	天ぷら粉 乳・卵抜き	7
	水	14
	なたね油	5
	型抜きかまぼこ(小菊)	7
	(レト)うずら卵1kg	20
	玉葱	20
	人参	6
	ふしめん	5
	中ねぎ	5
	しょうゆ	0.8
うずらたまご入りふしめん汁	食塩	0.3
	削り節 だし用	4
	出し昆布	0.5
	水	125
	しょうゆ豆	8
	しょうゆ	
	しょうゆ	
	しょうゆ	
	しょうゆ	
	しょうゆ	
しょうゆ		

3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	206
	(冷)むきえび	30
	清酒	1.5
	豆腐	70
	玉葱	35
	たけのこ水煮(ホール)	15
えびととうふのチリソース煮	人参	10
	ピーマン	3
	太ねぎ	3
	干しいたけ(スライス)	0.7
	生姜	0.5
	にんにく	0.2
	ごま油	1
	(袋)トマトケチャップ 1kg	15
	(袋)がらスープ 1kg	3
	しょうゆ	2.5
中華サラダ	上白糖	1.5
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.1
	豆板醤	0.1
	でんぶん	1
	湯	30
	もやし	30
	きゅうり	30
	人参	5
	(個)棒々鶏ドレッシング	10
かえりアーモンド(小中のみ)	かえり	5
	アーモンド(四つ割)	4
	上白糖	1
	しょうゆ	0.3
	みりん	1
	水	1

4日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
キャロットピラフ(麦入り)	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
	白ぶどう酒	1
	ベーコン(短冊)	5
	玉葱	10
	人参	10
	(冷)むき枝豆 1kg	5
牛乳	にんにく	0.2
	サラダ油	1
	バター	0.5
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	牛乳	206
	(生)皮付きかぼちゃ(1.5cm)	40
	人参	5
	(缶)ホールコーン	5
ABCマカロニスープ	(袋)マヨネーズ	8
	粗挽きウインナーFe強化(1cm)	15
	(冷)白いんげん豆 1kg	15
	玉葱	25
	キャベツ	20
	マカロニ(英字)	5
	セロリ	2
	パセリ	0.5
	サラダ油	1
	(袋)がらスープ 1kg	4
ブルーベリーゼリー(小中のみ)	しょうゆ	0.5
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.3
	湯	110
	(個)ブルーベリーゼリー 鉄分強化	40

7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
	冷)鮭2cm角切・皮付き骨なし	47
さけのちゃんちやん焼き風 白玉だんご汁	清酒	1.5
	食塩	0.1
	でんぷん	6
	なたね油	4
	キャベツ	20
	玉葱	15
	(冷)さやいんげん 500g	5
	しめじ	5
	(缶)ホールコーン	3
	生姜	0.3
	サラダ油	0.3
	赤みそ	2.5
	甘みそ	1.5
	上白糖	1.5
	みりん	1.5
	しょうゆ	1.5
	でんぷん	0.2
	だし汁	12
	油揚げ	5
	(冷)白玉	25
大根	15	
玉葱	15	
人参	5	
中ねぎ	5	
みりん	0.5	
しょうゆ	0.5	
食塩	0.5	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	120	

8日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
食パン(袋入り)	食パン(冷凍パン)	幼・小 57
	食パン(冷凍パン)	中 85
	牛乳	206
	スパゲティ(ハーフ)	35
牛乳 きのこスパゲティ ビーンズサラダ りんご(小中のみ)	ゆで塩	1.5
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8
	清酒	1
	ベーコン(短冊)	12
	玉葱	40
	人参	10
	えのきたけ	8
	エリンギ(1×3×0.3cm)	8
	しめじ	8
	ピーマン	5
	にんにく	0.5
	サラダ油	2
	白ぶどう酒	1
	しょうゆ	1
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
	(袋)刻みのり 0.3g	0.3
	(レト)ミックスビーンズ	15
(冷)ブロックリー 国産 1kg	20	
きゅうり	20	
人参	7	
(袋)焙煎ごまドレッシング	8	
りんご	40	

9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
牛乳	牛乳	206
	オリブ豚 並3×3カット スライス	30
オリブ豚 じゃがいも 玉葱 つきこんにやく 人参 (冷)さやいんげん 500g サラダ油 しょうゆ 清酒 中双糖 食塩 湯 キャベツ 小松菜 人参 (個)ゆずかつおドレッシング 上乾ちりめん 食酢 ポン酢 三温糖 炒り白ごま	じゃがいも	80
	玉葱	50
	つきこんにやく	25
	人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	5
	サラダ油	1
	しょうゆ	4
	清酒	3
	中双糖	3
	食塩	0.1
	湯	5
	キャベツ	30
	小松菜	25
	人参	10
	(個)ゆずかつおドレッシング	10
	上乾ちりめん	4
	食酢	1
	ポン酢	1
	三温糖	1.2
	炒り白ごま	0.4

10日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
さつまいもごはん	精白米(自校)	60
	精白米(自校)	70
	鉄強化米	0.5
	さつまいも(2cm角)県産	33
牛乳 ぶた肉と野菜のいため物 みそけんちん汁	清酒	1.6
	食塩	0.8
	炒り黒ごま	0.7
	出し昆布	0.3
	牛乳	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	35
	生姜	1.5
	キャベツ	35
	玉葱	30
	人参	10
	チンゲンサイ	10
	サラダ油	1
	しょうゆ	3
	清酒	1
	上白糖	1
	みりん	0.5
	豆腐	30
	油揚げ	5
	洗いごぼう	10
	つきこんにやく	10
人参	7	
生しいたけ(スライス)県産・1kg	5	
中ねぎ	5	
甘みそ	5.5	
中みそ	5	
ごま油	0.1	
煮干し だし用	4	
水	110	

11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
	鶏肉 胸・皮なし(2×2)	30
ヤンニョムチキン チョコレギサラダ はるさめスープ	鶏肉 もも・皮なし(2×2)	20
	生姜	0.3
	清酒	1
	でんぷん	5
	米粉	2.5
	なたね油	5
	炒り白ごま	1
	にんにく	0.5
	(袋)トマトケチャップ 1kg	7.5
	三温糖	2
	しょうゆ	1
	みりん	0.6
	赤みそ	0.6
	コチジャン	0.1
	水	2
	もやし	30
	小松菜	25
	人参	5
	もみのり	1
	(個)韓国ナムルドレッシング	10
ボンレスハム(短冊)卵抜き	5	
玉葱	25	
人参	8	
春雨(8~10cm)	5	
中ねぎ	5	
サラダ油	0.3	
(袋)がらスープ 1kg	4	
しょうゆ	0.5	
食塩	0.4	
チキンコンソメ	0.3	
こしょう	0.03	
ごま油	0.07	
湯	135	

28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)	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(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
牛乳	玉葱	35
	白菜	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
大学いも 切りぼし大根の サラダ	こしょう	0.04
	でんぷん	1
	ごま油	0.5
	湯	50
	牛乳	206
	さつまいも(2cm角)	50
	なたね油	4
	三温糖	4
	サラダ油	1
	食酢	0.8
水	1.2	
炒り白ごま	1.2	
きゅうり	15	
切干し大根	5	
人参	5	
(乾)刻み昆布	0.5	
食酢	2.2	
しょうゆ	2	
上白糖	1	
サラダ油	0.5	
ごま油	0.5	

29日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	鉄強化米	0.5
	(レト)しじみ佃煮	10
	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	15
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	45
	白菜	25
しじみの つくだ煮 (小中のみ)	玉葱	20
	たけのこ水煮(ホール)	15
	人参	10
	ピーマン	7
	生いたけ(スライス)県産・1kg	5
	にんにく	0.5
	サラダ油	1
	しょうゆ	3.5
	上白糖	3
	(袋)トマトケチャップ 1kg	2.5
牛乳	食酢	2
	清酒	1
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.1
	でんぷん	1
	水	10
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	10
	もやし	30
	きゅうり	20
	(缶)ホールコーン	5
春雨(太め5cm)	4	
しょうゆ	2.5	
食酢	2	
上白糖	1.5	
ごま油	1	
からし粉	0.04	

30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
	牛乳	206
	(冷)さばの生姜煮	幼・小 50
	(冷)さばの生姜煮	中 70
	大根	40
	きゅうり	15
	水菜	10
さばの しょうが煮	(缶)ホールコーン	5
	花かつお 1kg	0.5
	食酢	2.5
	しょうゆ	2
	上白糖	1.2
	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	油揚げ	5
	生うどん さめきの夢	15
	大根	15
大根と 水菜の あえもの うちこみ汁	人参	8
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	5
	中ねぎ	5
	中みそ	5.5
	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
	水	150

31日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフチ キンドッグ	コッペパン	50
	コッペパン	60
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20
	清酒	2
	食塩	0.15
	でんぷん	7
	なたね油	4
	しょうゆ	2.5
	三温糖	1.5
牛乳	みりん	1
	でんぷん	0.3
	湯	8
	キャベツ	30
	人参	10
	ゆで塩	0.5
	牛乳	206
	(冷)あさりむき身	10
	白ぶどう酒	1
	ベーコン(短冊)	5
クラム チャウダー	白いんげん豆ペースト(レトルト)	10
	じゃがいも	30
	玉葱	30
	白菜	15
	人参	7
	しめじ	5
	バター	0.5
	(袋)がらスープ 1kg	4
	コーンスターチ	1.2
	チキンコンソメ	0.6
食塩	0.55	
こしょう	0.05	
調理用牛乳	30	
湯	45	