

10日(月)

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
	牛乳	206
	豚肉並(2×3cmスライス)	42
	しょうゆ	2
	清酒	1
	玉葱	30
	洗いごぼう	10
牛乳	人参	10
	にんにく	1
	生姜	0.5
	ごま油	1
	三温糖	1.5
	しょうゆ	1
	コチジャン	0.5
	ほうれん草	25
	きゅうり	20
	もやし	10
ロメインレタスの 韓国風スープ	たくあん(刻み)1kg袋	6
	しょうゆ	1.2
	ごま油	1
	上白糖	0.5
	炒り白ごま	1
	(個)手巻きり(4枚)	幼-小4 2.4
	(個)手巻きり(6枚)	小5-中 3.6
	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	

12日(水)

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	206
	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
ちくぜん煮	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
	でんぶん	0.7
	水	6
	上乾ちりめん	2
	白菜	30
ちりめんあえ	小松菜	25
	人参	7
	しょうゆ	2.3
	ポン酢	1
	上白糖	0.5
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70
	ヨーグルト	

13日(木)

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 幼-小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
牛乳	キャベツ	20
	たけのこ水煮(ホール)	12
	人参	7
	干しいたけ(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
中華サラダ	食塩	0.3
	でんぶん	3
	湯	120
	牛乳	206
	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	
マーラーカオ (小中のみ)	ごま油	1
	からし粉	0.05
	(個)マーラーカオ	35

14日(金)

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
	(個)いちごジャム	15
	牛乳	206
	牛肉(2cm角)	30
	サラダ油	1
	ローリエ	0.1
	玉葱	40
	大根	25
	キャベツ	20
いちごジャム (小中のみ)	人参	15
	ピーツ	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
牛乳	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	湯	80
	(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
ボルシチ	しょうゆ	2
	上白糖	0.5
	こしょう	0.02
	ひじきとチーズの サラダ	

17日(月)			18日(火)			19日(水)			20日(木)			21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			
ごはん 牛乳 あつあげと野菜の煮もの すいとん汁	精白米(自校)	72	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	大豆ごはん(麦入り) 牛乳 こんにゃくあえ 石かり汁 ハスカップゼリー(小中のみ)	精白米(自校)	59	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	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(小中のみ)	精白米(自校)	59			
	精白米(自校)	80		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6		コッペパン	60		米粒麦 自校	6	中華風たきこみごはん(麦入り)	米粒麦 自校	6
	鉄強化米	0.5		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5		牛乳	206		牛乳	206	中華風たきこみごはん(麦入り)	鉄強化米	0.5
	牛乳	206		牛乳	206		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)(香川県産)	12		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)(香川県産)	8	中華風たきこみごはん(麦入り)	焼き豚(1cm角切り)	15
	豚肉赤身ミンチ	12		ベーコン(短冊)	8		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)(香川県産)	8		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)(香川県産)	8	中華風たきこみごはん(麦入り)	たけのこ水煮(ホール)	10
	清酒	1		鶏卵	30		(冷)大豆水煮	15		油揚げ	5		白ぶどう酒	1	中華風たきこみごはん(麦入り)	(冷)むき枝豆 1kg	5
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	50		大根	60		油揚げ	5		人参	7		じゃがいも	45	中華風たきこみごはん(麦入り)	中ねぎ	5
	(レト)ひきわり大豆 1kg	10		人参	10		人参	7		(冷)むき枝豆 1kg	5		玉葱	40	中華風たきこみごはん(麦入り)	干しいたけ(スライス)	0.5
	玉葱	35		干しいたけ(スライス)	0.8		サラダ油	1		サラダ油	1		しょうゆ	10	中華風たきこみごはん(麦入り)	ごま油	1
	じゃがいも	30		中ねぎ	5		しょうゆ	3.5		食塩	0.65		レタス	15	中華風たきこみごはん(麦入り)	清酒	4
	人参	10		サラダ油	1		みりん	2		牛乳	206		エリンギ(1×3×0.3cm)	5	中華風たきこみごはん(麦入り)	しょうゆ	4
	つきこんにやく	10		しょうゆ	0.25		三温糖	1		(レト)まぐろ油漬	10		サラダ油	2	中華風たきこみごはん(麦入り)	上白糖	0.8
	(冷)さやいんげん 500g	5		食塩	0.03		食塩	0.15		キャベツ	30		小麦粉	4	中華風たきこみごはん(麦入り)	食塩	0.3
	生姜	1		こしょう	0.03		なたね油	4		きゅうり	15		バター	2	中華風たきこみごはん(麦入り)	牛乳	206
	サラダ油	1		チキンコンソメ	0.6		食塩	0.15		しょうゆ	2.2		サラダ油	1	中華風たきこみごはん(麦入り)	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	しょうゆ	4		でんぷん	1		食塩	0.15		食酢	2		(袋)がらスープ 1kg	4	中華風たきこみごはん(麦入り)	もやし	25
	中双糖	2.2		湯	50		食酢	2		上白糖	1.2		チキンコンソメ	0.5	中華風たきこみごはん(麦入り)	きゅうり	15
	でんぷん	0.5		型抜きかまぼこ(梅)	4		上白糖	1.2		(冷)鮭(2cm角)骨皮なし	18		食塩	0.4	中華風たきこみごはん(麦入り)	人参	8
	湯	20		(冷)すいとん	25		食べて菜	25		炒り白ごま	1		こしょう	0.05	中華風たきこみごはん(麦入り)	ビーフン	5
				大根	25		白菜	25		しょうゆ	2.2		調理用牛乳 1L	30	中華風たきこみごはん(麦入り)	しょうゆ	2.5
				人参	10		人参	7		食酢	2		生クリーム	1	中華風たきこみごはん(麦入り)	食酢	2.5
				中ねぎ	5		花かつお 1kg	1		上白糖	1.2		ピザ用チーズ	3	中華風たきこみごはん(麦入り)	上白糖	1.3
				中みそ	5.5		しょうゆ	2.2		食酢	2		ローリエ	0.1	中華風たきこみごはん(麦入り)	ごま油	1
				甘みそ	5		ポン酢	1		上白糖	1.2		湯	60	中華風たきこみごはん(麦入り)	からし粉	0.06
				煮干し だし用	4					(冷)鮭(2cm角)骨皮なし	18		(レト)ささみ油漬(フレーク)	5	中華風たきこみごはん(麦入り)	(レト)うずら卵1kg	20
		湯	110			清酒	1	キャベツ	25	中華風たきこみごはん(麦入り)	玉葱	25					
						白菜	30	菜の花(高松市無償提供)	20	中華風たきこみごはん(麦入り)	人参	10					
						じゃがいも	25	(缶)ホールコーン	10	中華風たきこみごはん(麦入り)	チンゲンサイ	10					
						太ねぎ	6	食酢	2	中華風たきこみごはん(麦入り)	えのきたけ	7					
						中みそ	5.5	サラダ油	2	中華風たきこみごはん(麦入り)	生姜	0.5					
						甘みそ	5	上白糖	0.5	中華風たきこみごはん(麦入り)	サラダ油	0.5					
						出し昆布	1	食塩	0.2	中華風たきこみごはん(麦入り)	(袋)がらスープ 1kg	4					
						削り節 だし用	4	こしょう	0.02	中華風たきこみごはん(麦入り)	しょうゆ	0.5					
						水	100			中華風たきこみごはん(麦入り)	チキンコンソメ	0.3					
								(冷)大豆水煮	20	中華風たきこみごはん(麦入り)	食塩	0.35					
								でんぷん	1.5	中華風たきこみごはん(麦入り)	こしょう	0.03					
								なたね油	2	中華風たきこみごはん(麦入り)	湯	110					
								ピュアココア	1	中華風たきこみごはん(麦入り)							
								三温糖	3	中華風たきこみごはん(麦入り)	(個)野菜マフィン	25					

25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	
さばのみぞれ煮	(冷)さばのみぞれ煮 幼・小	50	
	(冷)さばのみぞれ煮 中	70	
ゆうすげ村のダイコンサラダ	型抜きかまぼこ(うさぎ)	4	
	大根	35	
	きゅうり	10	
	人参	5	
かきたま汁	りんご いちよう切り・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	

26日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
赤飯	精白米(自校)	52	
	精白米(自校)	60	
牛乳	もち米	20	
	(乾)小豆	7	
ヒレカツ	食塩	0.6	
	炒り白ごま	0.7	
ゆで野菜	牛乳	206	
赤だし	(冷)ヒレカツ 幼	30	
	(冷)ヒレカツ 小	50	
いちごクレープ(小中のみ)	(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	

27日(木)

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	
	コッペパン	60	
牛乳	牛乳	206	
コーンスープ	豚肉並ミンチ	20	
	牛肉ミンチ	10	
しらぬい(小中のみ)	(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 1L	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	

28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	
たいのからあげ	<small>真味 皮付き骨なし 2cm厚切り 香川県産 冷凍</small>	45	
	生姜	1	
のりじゃこサラダ	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	
けんちん汁	<small>味付けもみのり(5~10mm幅)県産</small>	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	
つきこんにやく	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	