

献立名	食品名	一人当り 正味分量
13日(月) きなこ 茶あげパン 牛乳 肉だんごのスープ ひじきとチーズのサラダ	コッペパン	50
	コッペパン	50
	なたね油	4
	三温糖	5.5
	青大豆きな粉	4
	煎茶(粉末)50g	0.4
	食塩	0.01
	紙ナフキン	1
	牛乳	206
	(冷)肉だんご	30
	玉葱	35
	チンゲンサイ	12
	たけのこ水煮(ホール)	10
	人参	10
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	4
	春雨(太め5cm)	3
	生姜	0.5
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ 1kg	4
	しょうゆ	2
	清酒	1
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.2
	こしょう	0.03
	湯	120
(レト)まぐろ油漬	10	
ダイスチーズ(4mm角)生食用	5	
キャベツ	20	
(冷)ブロックリー 国産 1kg	15	
(乾)ひじき	1.2	
食酢	2.8	
しょうゆ	1.5	
サラダ油	1	
上白糖	0.8	
こしょう	0.02	

献立名	食品名	一人当り 正味分量
14日(火) えんどう ごはん 牛乳 ぶた肉とごぼうの煮もの ちりめんあえ	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	むきえんどう 冷凍	10
	清酒	1.5
	食塩	0.8
	出し昆布	1
	牛乳	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	30
	てんぷら	10
	板こんにやく	35
	洗いごぼう	25
	人参	15
	(冷)さやいんげん 500g	7
	サラダ油	1
	しょうゆ	4
	中双糖	1.5
	みりん	2
	清酒	1.5
	でんぷん	0.5
	湯	8
	上乾ちりめん	5
	大根	30
	きゅうり	15
	人参	5
	上白糖	2
すだち酢	1.5	
食酢	1.5	
しょうゆ	0.3	
食塩	0.1	

献立名	食品名	一人当り 正味分量
15日(水) 麦ごはん 牛乳 とうふのオイスターソース煮 中華あえ かえりアーモンド(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
	豚肉並(3×3cmスライス)	25
	清酒	1
	豆腐	85
	玉葱	30
	チンゲンサイ	10
	人参	7
	生姜	1.5
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	3
	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	しょうゆ	3
	中双糖	1.5
	オイスターソース	1
	チキンコンソメ	0.5
	でんぷん	0.7
	湯	20
	もやし	35
	きゅうり	20
	人参	5
	きくらげ(せん切り)	0.2
(個)棒々鶏ドレッシング	10	
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	

献立名	食品名	一人当り 正味分量
16日(木) 山菜ごはん 牛乳 ごまあえ とん汁 パイナップル(小中のみ)	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
	清酒	1
	油揚げ	5
	(レト)山菜ミックス	15
	人参	5
	サラダ油	1
	しょうゆ	3
	上白糖	1
	食塩	0.5
	牛乳	206
	キャベツ	30
	小松菜	25
	人参	5
	炒り白ごま	1
	(個)和風ドレッシング	8
	豚肉赤身(2×2cmスライス)	10
	清酒	1
	さつまいも(2cm角)	40
	洗いごぼう	7
	つきこんにやく	7
	人参	5
	もやし	5
中ねぎ	5	
麦みそ	9	
煮干し だし用	4	
水	110	
(個)冷凍生パイン	40	

献立名	食品名	一人当り 正味分量
17日(金) ハヤシライス(麦ごはん) 牛乳 アスパラガスのサラダ ヨーグルト(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
	牛肉(3×3cmスライス)	25
	玉葱	45
	じゃがいも	45
	人参	10
	エリンギ(1×3×0.3cm)	6
	(冷)グリーンピース	6
	にんにく	0.3
	サラダ油	1
	小麦粉	5
	バター	3
	サラダ油	2
	(袋)トマトビュール 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	0.8
	こしょう	0.07
	チキンコンソメ	0.5
	上白糖	0.5
	からし粉	0.15
ローリエ	0.1	
ピザ用チーズ	3	
湯	80	
牛乳	206	
アスパラガス	25	
きゅうり	25	
(缶)ホールコーン	5	
(個)香味玉ねぎドレッシング	10	
(個)ヨーグルト	70	

20日(月)			21日(火)			22日(水)			23日(木)			24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		
みそラーメン 牛乳 さつまいもの はちみつ あえ ミニトマト (小中のみ) チーズ (中のみ)	(袋)中華めん	幼-小3 150	米粉パン 牛乳 金時豆の カレー煮 野菜とまぐろの ソテー	米粉パン	50	麦ごはん 牛乳 魚の ごまみそ ソース かけ 切り ぼし 大根の あえもの わか たけ汁	精白米(委託)	60	中華風 たきこ みごはん 牛乳 スナッ プえん どうの サラダ うず らたま ご入 り中 華ス ープ	精白米(自校)	50	小型 コッ ペパン 牛乳 スパ ゲテ イナ ポリ タン イタ リア ンサ ラダ	コッペパン	30		
	(袋)中華めん	小4-6 200		米粉パン	50		精白米(委託)	70		もち米	10		コッペパン	30		
	(袋)中華めん	中 250		牛乳	206		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5		牛乳	206		
	豚肉並(3×3cmスライス)	25		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	6		米粒麦 委託	7		焼き豚(1cm角切り)	20		たけのこ水煮(ホール)	10	スパゲティ(ハーフ)	35
	清酒	1		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	4		牛乳	206		人参	5		(冷)むき枝豆 1kg	5	ゆで塩	1.3
	しょうゆ	0.8		粗挽きウインナーFe強化(2cm)	20		(冷)赤魚 3cm角切・皮付き骨なし	50		中ねぎ	5		サラダ油	1	粗挽きウインナーFe強化(1cm)	15
	キャベツ	30		(冷)金時豆 1kg	30		生姜	0.4		ごま油	1		ごま油	1	ベーコン(短冊)	7
	もやし	15		じゃがいも	50		清酒	1		しょうゆ	3		清酒	4	玉葱	40
	人参	10		玉葱	45		でんぶん	8		上白糖	0.8		しょうゆ	3	人参	10
	たけのこ水煮(ホール)	10		人参	15		なたね油	5		食塩	0.3		スナッ プえん どう	15	エリンギ(1×3×0.3cm)	10
	中ねぎ	5		パセリ	0.5		炒り白ごま	1		中みそ	4		食塩	0.3	ピーマン	5
	にんにく	0.7		サラダ油	1		(袋)トマトケチャップ 1kg	3		三温糖	1.5		牛乳	206	にんにく	0.3
	ごま油	1		白ぶどう酒	2		清酒	1		三温糖	1.5		牛乳	206	サラダ油	2
	(袋)がらスープ 1kg	4		しょうゆ	1.2		清酒	1		ガーリックパウダー	0.04		牛乳	206	(袋)トマトビュール 1kg	13
	赤みそ	6.5		三温糖	0.8		湯	8		湯	8		牛乳	206	(袋)トマトケチャップ 1kg	7
	清酒	1.5		チキンコンソメ	0.5		切干し大根	4		きゅうり	15		牛乳	206	赤ぶどう酒	4
	上白糖	1.5		カレー粉	0.3		きゅうり	15		人参	5		牛乳	206	ウスターソース	1.5
	チキンコンソメ	0.5		食塩	0.3		人参	5		(缶)ホールコーン	5		牛乳	206	チキンコンソメ	0.3
	食塩	0.3		こしょう	0.03		(缶)ゆずかつおドレッシング	10		(缶)焙煎ごまドレッシング	8		牛乳	206	食塩	0.2
	こしょう	0.03		湯	25		玉葱	20		ボンレスハム(短冊)卵抜き	7		牛乳	206	こしょう	0.05
豆板醤	0.1	(レト)まぐろ油漬	15	たけのこ水煮(短冊切り)	15	(レト)うずら卵1kg	25	牛乳	206	粉チーズ	3					
でんぶん	0.8	小松菜	20	えのきたけ	5	玉葱	30	牛乳	206	きゅうり	30					
湯	125	もやし	20	中ねぎ	5	チンゲンサイ	7	牛乳	206	(冷)プロックリー 国産 1kg	15					
牛乳	206	人参	10	干しわかめ(カット)	0.5	きくらげ(せん切り)	0.5	牛乳	206	赤パプリカ	5					
さつまいも(2cm角)	50	エリンギ(1×2×0.3cm)	10	しょうゆ	1	サラダ油	0.5	牛乳	206	(缶)ホールコーン	5					
なたね油	4	サラダ油	1	清酒	1	(袋)がらスープ 1kg	4	牛乳	206	(缶)イタリアンドレッシング	8					
はちみつ	3	清酒	0.5	食塩	0.6	しょうゆ	0.5	牛乳	206							
三温糖	1	しょうゆ	0.2	削り節 だし用	4	チキンコンソメ	0.3	牛乳	206							
食酢	0.6	食塩	0.1	出し昆布	1	食塩	0.4	牛乳	206							
しょうゆ	0.5	こしょう	0.03	水	135	こしょう	0.03	牛乳	206							
水	1					ごま油	0.1	牛乳	206							
ミニトマト	30					湯	110	牛乳	206							
チーズ 鉄強化(個装)	13.5							牛乳	206							

