

1日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
キムチごはん(麦入り)	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	5
	鉄強化米	0.5
	豚肉並(3×3cmスライス)	15
	生姜	0.8
	清酒	0.8
	白菜キムチ 1kg	15
	人参	7
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	炒り白ごま	2
	ごま油	2
	上白糖	1.2
	清酒	2
	しょうゆ	1.2
食塩	0.1	
チキンコンソメ	0.5	
牛乳	牛乳	206
	もやし	35
	きゅうり	10
	小松菜	10
	人参	5
	(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
	(レト)うずら卵 1kg	20
	玉葱	20
	中ねぎ	3
	干しわかめ(カット)	0.8
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ 1kg	4
	しょうゆ	0.8
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ	0.5	
ごま油	0.3	
湯	140	
(個)チーズ 鉄強化	13.5	

2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	
	さんまのかんろ煮	冷)さんまの甘露煮	幼 30
		冷)さんまの甘露煮	小 40
		冷)さんまの甘露煮	中 60
		小松菜	25
		もやし	25
		きゅうり	20
		炒り白ごま	1
		(個)ゆずかつおドレッシング	10
		油揚げ	5
じゃがいも		30	
玉葱		20	
人参		7	
ブナピー		7	
中ねぎ		5	
中みそ	5.5		
甘みそ	5		
煮干し だし用	4		
水	105		

3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	60
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)	9
	鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)	6
	(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	

4日(金)

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
	(冷)グリーンピース	5
	高野豆腐(ずし用)	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	牛乳	206
	きつまいも(スライス天ぷら用)	幼 20
	きつまいも(スライス天ぷら用)	小 40
	きつまいも(スライス天ぷら用)	中 50
	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
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	

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
えびととうふのチリソース煮	(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
	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
	上白糖	1.5
	チキンコンソメ	0.4
中華サラダ	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	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

8日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
キャラットピラフ(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
牛乳	(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
	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	
(個)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	
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 数分強化	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
さけのちゃんちゃん焼き風	(冷)鮭2cm角切・皮付き骨なし	47
	清酒	1.5
	食塩	0.1
	でんぶん	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
でんぶん	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	

10日(木)

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
	コッペパン	40
	牛乳	206
牛乳		
	スパゲティ(ハーフ)	35
	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	
(個)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	
(個)焙煎ごまドレッシング	8	
りんご	40	

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
オリブ豚とじゃがいもの煮もの	オリブ豚 並3×3カット スライス	30
	じゃがいも	80
	玉葱	50
	つきこんにゃく	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	

15日(火)

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
	清酒	1.6
	食塩	0.8
	炒り黒ごま	0.7
	出し昆布	0.3
	牛乳	206
	ぶた肉と野菜のいため物	
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	
みそけんちん汁		
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	

16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	
ヤンニョムチキン		
鶏肉 胸・皮なし(2×2)	30	
鶏肉 もも・皮なし(2×2)	20	
生姜	0.3	
清酒	1	
でんぶん	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	
はるさめスープ		
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	

17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(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	60
牛乳	206	
(冷)ハンバーグ ポイル用・鉄分強化・濃塩	幼・小	60
(冷)ハンバーグ ポイル用・鉄分強化・濃塩	中	80
玉葱	8	
エリンギ(1×3×0.3cm)	5	
しめじ	5	
生姜	0.3	
にんにく	0.1	
サラダ油	0.8	
(袋)トマトケチャップ 1kg	11	
(袋)トマトピューレ 1kg	6	
ウスターソース	1.2	
みりん	0.7	
上白糖	0.7	
しょうゆ	0.5	
水	7	
(冷)ブロッコリー 国産 1kg	25	
ゆで塩	0.5	
ベーコン(短冊)	7	
玉葱	30	
(缶)クリームコーン	20	
じゃがいも	20	
人参	10	
(缶)ホールコーン	5	
パセリ	0.5	
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ 1kg	4	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ	0.4	
コーンスターチ	1.2	
調理用牛乳	20	
水	75	

18日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ひじきごはん(麦入り)	精白米(自校)	59
	米粒麦 自校	6
	鉄強化米	0.5
	牛肉(2×2cmスライス)	13
	油揚げ	5
	人参	5
	つきこんにやく(ハーフ)	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	(乾)ひじき	1
	サラダ油	0.8
しょうゆ	3	
清酒	2	
上白糖	1	
食塩	0.3	
牛乳	206	
れんこんのきんぴら		
てんぷら	12	
洗いごぼう	25	
れんこん(いちよう5mm)	15	
(冷)さやいんげん 500g	5	
(乾)まわかめ(カット)国産・200g	1	
ごま油	2	
しょうゆ	2.5	
みりん	1	
中双糖	0.8	
だし汁	2	
炒り白ごま	1	
玉葱	30	
人参	10	
中ねぎ	5	
干しいたけ(スライス)	1	
焼き麩	1	
しょうゆ	1	
食塩	0.5	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
湯	135	
(個)いも大福	30	

21日(月)			22日(火)			23日(水)			24日(木)			25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
肉 うどん 牛乳 かまあげ いりこ のからあげ ごま酢 あえ	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	幼-小3 200	ハヤシライス(麦ごはん) 牛乳 りっちゃん サラダ ミニトマト (小中のみ)	精白米(委託)	60	玄米粉 あげパン 牛乳 肉だんご と野菜のスープ ひじきとチーズのサラダ	全粒粉パン	50	ごはん 牛乳 こらや どうふのたまごとじ あえもの 野菜マフィン (小中のみ)	精白米(自校)	72	麦ごはん 牛乳 さんまのゆずみそ煮 キャベツ 小松菜 人参 炒り白ごま しょうゆ ポン酢 (冷)根菜入りつくね 玉葱 白菜 人参 中ねぎ うすくちしょうゆ しょうゆ 清酒 みりん 削り節 だし用 出し昆布 水	精白米(委託)	60
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4-6 280		精白米(委託)	70		全粒粉パン	60		精白米(自校)	80		精白米(委託)	70
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中 300		米粒麦 委託	6		なたね油	4		鉄強化米	0.5		米粒麦 委託	6
	牛肉(3×2cmスライス)	25		米粒麦 委託	7		焙煎玄米粉	4.5					米粒麦 委託	7
	清酒	1					三温糖	3						
	玉葱	30		牛肉(3×3cmスライス)	25		紙ナフキン	1		牛乳	206		牛乳	206
	人参	10		じゃがいも	50									
	中ねぎ	5		玉葱	45		牛乳	206						
	生姜	0.3		人参	10		(冷)肉だんご	30						
	しょうゆ	4.5		エリンギ(1×3×0.3cm)	6		玉葱	40						
	みりん	3		(冷)グリーンピース	5		白菜	35						
	上白糖	2		にんにく	0.3		人参	15						
	清酒	1		サラダ油	1		チンゲンサイ	15						
	食塩	0.4		小麦粉	5		春雨(太め5cm)	4						
	煮干し だし用	5		サラダ油	4		生姜	0.5						
	水	150		(袋)トマトピューレ 1kg	15		サラダ油	1						
				(袋)トマト水煮 1kg	10		(袋)からスープ 1kg	4						
	牛乳	206		(袋)からスープ 1kg	3		清酒	1						
				赤ぶどう酒	2		食塩	0.35						
	冷)釜揚げいりこ米粉付香川県産	30		ウスターソース	2		チキンコンソメ	0.4						
	なたね油	4		食塩	0.9		しょうゆ	0.3						
	食塩	0.1		上白糖	0.5		こしょう	0.03						
				チキンコンソメ	0.5		ごま油	0.2						
	もやし	35		からし粉	0.15		湯	80						
	チンゲンサイ	20		こしょう	0.07									
	人参	10		ローリエ	0.1		(レト)まぐろ油漬	10						
	しょうゆ	1.2		ピザ用チーズ	3		ダイスチーズ(4mm角)生食用	5						
食酢	1	湯	80	キャベツ	30									
上白糖	1			きゅうり	10									
ポン酢	0.5	牛乳	206	人参	5									
炒り白ごま	1	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5	(乾)ひじき	1.2									
		キャベツ	30	食酢	3									
		きゅうり	10	しょうゆ	1.5									
		人参	7	サラダ油	1									
		(缶)ホールコーン	5	上白糖	0.6									
		(乾)刻み昆布	0.5	こしょう	0.02									
		食酢	3											
		サラダ油	2											
		しょうゆ	2											
		上白糖	0.5											
		こしょう	0.02											
		花かつお 1kg	0.8											
		ミニトマト	30											

28日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレー ピラフ (麦入り) 牛乳 マカロニ サラダ レタスの スープ ヨーグルト・ 希少糖入り シロップ (小中のみ)	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	15
	エリンギ(1×2×0.3cm)	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	0.8
	ウスターソース	1
	カレー粉	0.8
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.55
	こしょう	0.03
	牛乳	206
	(レト)まぐろ油漬	10
	キャベツ	25
	きゅうり	15
	人参	5
	マカロニ(シエル)	5
	食酢	3
	上白糖	1.5
	サラダ油	1.2
	食塩	0.35
	こしょう	0.03
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	(冷)白いんげん豆 1kg	10
	レタス	20
	玉葱	20
	人参	10
	セロリ	2
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ 1kg	4	
白ぶどう酒	1	
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	120	
(個)ヨーグルト(無糖)	70	
(個)希少糖入りシロップ	10	

29日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッ ペパン 牛乳 かぼち ゃのシ チユー カラ フルサ ラダ ぶど うゼ リー (小中 のみ)	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
	白ぶどう酒	1
	(冷)白いんげん豆ペースト	10
	玉葱	35
	(生)かぼち(2×2cm)	25
	じゃがいも	20
	人参	10
	エリンギ	10
	パセリ	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉	3.5
	サラダ油	2
	バター	1
	(袋)がらスープ 1kg	4
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.4
	こしょう	0.04
	ローリエ	0.1
	調理用牛乳	30
	湯	65
	型抜きかまぼこ(ハロウィン)	5
	キャベツ	25
	きゅうり	20
	人参	7
	紫キャベツ	5
	食酢	1.8
	上白糖	1.4
	(冷)レモン果汁 県産・500g	1.2
	オリーブ油	1
食塩	0.36	
こしょう	0.03	
(個)ぶどうゼリー 鉄分・食物繊維強化	40	

30日(水)

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 大 学 い も 切 り ば し 大 根 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
	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
	白菜	30
	たけのこ水煮(ホール)	15
	パセリ	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
	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	

31日(木)

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 (小 中 の み) 牛 乳 あ つ あ げ の あ ま 酢 煮 バ ン サ ン ス ー	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
	玉葱	20
	たけのこ水煮(ホール)	15
	人参	10
	ピーマン	7
	生しいたけ(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
	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	