

D 1月

8日(水)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|-----------------|------------------------------------|--------------|
| カレーピラフ (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 |
| | 玉葱 | 12 |
| | 人参 | 8 |
| | エリンギ | 5 |
| | (冷)グリーンピース | 5 |
| | サラダ油 | 1.5 |
| | 食塩 | 0.7 |
| | こしょう | 0.03 |
| | カレー粉 | 0.7 |
| | チキンコンソメ | 0.5 |
| | ウスターソース | 0.7 |
| | 牛乳 大根と水菜の サラダ コンソメ スープ | 牛乳 |
| (レト)まぐろ油漬 | | 7 |
| 大根 | | 25 |
| きゅうり | | 15 |
| 水菜 | | 10 |
| 干しわかめ(カット) | | 0.5 |
| 食酢 | | 2 |
| しょうゆ | | 2 |
| 上白糖 | | 1 |
| サラダ油 | | 0.5 |
| ごま油 | | 0.5 |
| ベーコン(短冊) | | 7 |
| じゃがいも | | 30 |
| 玉葱 | | 25 |
| 人参 | | 10 |
| 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 | |
| チキンコンソメ | 0.3 | |
| こしょう | 0.03 | |
| 湯 | 110 | |

9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 あつあげと小 松菜のみそ そぼろ煮 かんぴょう のあえ物 | 牛乳 | 206 |
| | | 豚肉並ミンチ | 20 |
| | | (冷)厚揚げ(カット)1kg | 75 |
| | | 玉葱 | 30 |
| | | 人参 | 10 |
| | | 小松菜 | 15 |
| | | 干しいたけ(スライス) | 1 |
| | | 生姜 | 0.5 |
| | | にんにく | 0.1 |
| | | ごま油 | 1 |
| | | 赤みそ | 5.5 |
| | | 三温糖 | 2 |
| | | 清酒 | 2 |
| しょうゆ | | 1.5 | |
| 一味 | | 0.01 | |
| でんぷん | | 1 | |
| 水 | | 20 | |
| (乾)かんぴょう(2cm) | 5 | | |
| 食塩 | 0.05 | | |
| キャベツ | 20 | | |
| きゅうり | 15 | | |
| 人参 | 5 | | |
| (乾)刻み昆布 | 0.5 | | |
| しょうゆ | 2.7 | | |
| 食酢 | 2.2 | | |
| ごま油 | 1 | | |
| 上白糖 | 1.2 | | |
| 炒り白ごま | 0.5 | | |

10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(丸型) | 50 | |
| | コッペパン(丸型) | 60 | |
| | 牛乳 | 206 | |
| | 牛乳 ポーケ チャップ こふき いも はくさい のス ープ | 豚肉並(3×3cmスライス) | 40 |
| | | 赤ぶどう酒 | 1.5 |
| | | 玉葱 | 40 |
| | | サラダ油 | 2 |
| | | (袋)トマトケチャップ 1kg | 12 |
| | | (袋)トマトビュール 1kg | 7 |
| | | ウスターソース | 1.3 |
| | | みりん | 0.8 |
| | | 上白糖 | 0.75 |
| | | しょうゆ | 0.5 |
| | | じゃがいも | 55 |
| | | ゆで塩 | 1.2 |
| | | ベーコン(短冊) | 6 |
| | | 白菜 | 25 |
| 玉葱 | | 25 | |
| 人参 | | 10 | |
| セロリ | | 2 | |
| 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 | 0.05 | | |
| しょうゆ | 0.4 | | |
| チキンコンソメ | 0.3 | | |
| ローリエ | 0.1 | | |
| 湯 | 120 | | |

