

3日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ばら ずし (えび 入り) 牛乳 ブ ロ ッ コ リ ー の あ え も の す ま し 汁 ひ な あ ら れ (小 中 の み)	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.5
	清酒	3
	出し昆布	0.5
	食酢	10
	上白糖	8
	食塩	0.8
	(冷)むきえび	12
	清酒	1
	油揚げ	7
	高野豆腐(すし用)	0.8
	ごぼう(さきがき・ごはん用小さめ)	8
	人参	10
	(冷)グリーンピース	5
	干しいたけ(スライス)	0.8
	上白糖	2.5
	清酒	2
	うすくちしょうゆ	2
	牛乳	206
	(レト)さきみ油漬(フレーク)	15
キャベツ	20	
(生)ブロッコリー(カット)県産	20	
(缶)ホールコーン	5	
しょうゆ	1.8	
上白糖	1	
サラダ油	0.5	
型抜きかまぼこ(梅)	8	
(冷)豆腐(カット)1kg	30	
玉葱	20	
えのきたけ	7	
中ねぎ	5	
食塩	0.5	
うすくちしょうゆ	0.5	
削り節 だし用	4	
出し昆布	0.8	
水	120	
(個)ひなあられ	8	

4日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セ ル フ カ レ ー パ ン 牛 乳 コ ー ン ス ー プ し ら ぬ い (小 中 の み)	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
	豚肉並ミンチ	20
	牛肉ミンチ	10
	(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	

5日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ご は ん 牛 乳 た い の か ら あ げ の り じ ゃ こ サ ラ ダ け ん ち ん 汁	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
	生姜	1
	清酒	2
	しょうゆ	1
	食塩	0.2
	でんぶん	7
	なたね油	7
	上乾ちりめん	2
	小松菜	25
	もやし	20
	人参	5
	味付けもみのり(5~10mm幅)県産	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	

6日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ご は ん 牛 乳 こ う や ど う ふ の う ま 煮 ア ー モ ン ド あ え 豆 乳 プ リ ン タ ル ト (小 中 の み)	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)	12
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
	清酒	1
	高野豆腐(サイコロ)	15
	玉葱	35
	人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	7
	干しいたけ(スライス)	0.8
	しょうゆ	3
	三温糖	2.5
	食塩	0.1
	削り節 だし用	2
	水	50
	ほうれん草	25
	もやし	25
	人参	5
アーモンド(刻み)	1.5	
しょうゆ	2.7	
食酢	2.2	
上白糖	1	
サラダ油	1	
アーモンド(粉)	1	
(個)国産豆乳プリンタルト	25	

7日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ビ ビ ン バ (麦 ご は ん) 牛 乳 ト ッ ク 入 り わ か め ス ー プ ぶ ど う ゼ リ ー (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
	牛肉(3×2cmスライス)	35
	しょうゆ	2.5
	三温糖	1.3
	清酒	1
	にんにく	1.5
	中ねぎ	1
	ごま油	1
	炒り白ごま	1.5
	一味	0.01
	ほうれん草	25
	しょうゆ	1.5
	ごま油	0.3
	もやし	40
	人参	10
	食酢	2.4
ごま油	1.5	
しょうゆ	1	
上白糖	1	
食塩	0.2	
ボンレスハム(短冊)卵抜き	5	
トック 国産米使用	20	
玉葱	30	
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	0.4	
チキンコンソメ	0.3	
こしょう	0.03	
ごま油	0.4	
湯	130	
(個)ぶどうゼリー 糖分・食物繊維強化	40	

17日(月)			18日(火)			19日(水)			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
麦ごはん 牛乳 あつあげのカレー いため チンゲンサイの中華あえ	精白米(自校)	66	コッペパン 牛乳 とり肉のマーマレードソースかけ 大豆サラダ 野菜スープ	コッペパン(丸型)	50	麦ごはん 牛乳 ぶた肉とごぼうの煮もの じゃがいものみそ汁 小魚のあま酢煮(小中のみ) りんご(小中のみ)	精白米(委託)	60	とりごぼうピラフ(麦入り) 牛乳 ひじきとチーズのサラダ うずらたまごとロメインレタスのスープ ヨーグルト(小中のみ)	精白米(自校)	59
	精白米(自校)	73		コッペパン(丸型)	60		精白米(委託)	70		米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	6		牛乳	206		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5
	米粒麦 自校	7					米粒麦 委託	7		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9
	鉄強化米	0.5		鶏肉 胸・皮なし(3×3cm)(香川県産)	30					(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6
				鶏肉 もも・皮なし(3×3cm)(香川県産)	20		牛乳	206		洗いごぼう	15
				清酒	1					人参	5
	豚肉赤身ミンチ	15		清酒	1		豚肉並(2×2cmスライス)	30		(冷)むき枝豆 1kg	5
	清酒	2		でんぶん	6		つきこんにやく	20		(缶)ホールコーン	5
	生姜	0.4		なたね油	5		洗いごぼう	35		干しいたけ(スライス)	0.5
	にんにく	0.2		マーマレード 調理用	9		人参	15		ごま油	1
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	50		しょうゆ	2		(冷)さやいんげん 500g	7		清酒	1
	玉葱	40		白ぶどう酒	2		サラダ油	1		しょうゆ	1.7
	人参	10		水	4		しょうゆ	4		チキンコンソメ	1.2
	たけのこ水煮(ホール)	8		(冷)大豆水煮	15		みりん	2		食塩	0.3
	ピーマン	5		(冷)むき枝豆 1kg	5		中双糖	1.5		こしょう	0.02
	エリンギ	2		きゅうり	25		清酒	1.5			
	ごま油	0.8		人参	10		でんぶん	0.5		牛乳	206
	しょうゆ	2.5		焙煎ごまドレッシング	7		だし汁	8			
	赤みそ	2.2					油揚げ	5		(レト)まぐる油漬	5
	中双糖	2		ベーコン(短冊)	7		玉葱	20		ダイスチーズ(4mm角)生食用	6
	カレー粉	0.7		玉葱	30		じゃがいも	20		キャベツ	30
	チキンコンソメ	0.6		白菜	30		人参	10		人参	10
でんぶん	1	人参	5	中ねぎ	5	(乾)ひじき	1.5				
湯	20	セロリ	5	中みそ	5.5	(冷)レモン果汁 県産・500g	2				
		パセリ	0.5	甘みそ	5	サラダ油	2				
ボンレスハム(短冊)卵抜き	5	サラダ油	0.5	煮干し だし用	4	しょうゆ	2				
もやし	30	(袋)がらスープ 1kg	4	水	110	上白糖	0.5				
チンゲンサイ	20	食塩	0.4			こしょう	0.02				
人参	5	こしょう	0.03	上乾ちりめん	4						
しょうゆ	2	チキンコンソメ	0.5	食酢	1	ベーコン(短冊)	5				
食酢	2	ローリエ	0.1	ポン酢	1	(レト)うずら卵1kg	25				
上白糖	1.2	湯	110	三温糖	1.2	玉葱	25				
ごま油	0.5			炒り白ごま	0.4	ロメインレタス	20				
						人参	5				
						春雨(太め5cm)	5				
						サラダ油	0.5				
						(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				
						ごま油	0.5				
						湯	105				
						(缶)ヨーグルト 鉄分強化	70				