9日（火）

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　かぼちゃのフライ	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（3×3㎝スライス）		25
	おろし生姜		0.2
	しょうゆ		1.2
	清酒		1
	なると（3㎜）		15
	チンゲンサイ		20
	皮むき玉葱		20
	人参		8
	干ししいたけ（スライス）		0.5
	たけのこ水煮（短冊切り）		10
	サラダ油		1
	ごま油		0.5
	（袋）がらスープ　3kg		3
	しょうゆ		1.5
	チキンコンソメ		0.4
	食塩		0.4
	こしょう		0.06
	でんぷん		1.5
	湯		40
	牛乳		206
	（冷）かぼちゃフライ　500g		52
	なたね油　ローリー		7

10日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
わかめごはん　牛乳　じゃがいものそぼろ煮　ツナと野菜のからしごまあえ	精白米（自校）		68
	精白米（自校）		75
	鉄強化米		0.5
	炊き込みわかめ　200g		2.6
	牛乳		206
	牛赤肉ミンチ		10
	豚肉赤身ミンチ		15
	清酒		1
	皮むきじゃがいも（2㎝）		70
	皮むき玉葱		40
	つきこんにゃく（ハーフ）		20
	人参		15
	（冷）むき枝豆　1kg		5
	サラダ油		1
	しょうゆ		3.6
	中双糖		1.8
	湯		20
	人参		5
	キャベツ		25
	（レト）ホールコーン　1kg		7
	（レト）まぐろ油漬		7
	ごま油		1.5
	うすくちしょうゆ		1.4
	りんご酢		2
	からし粉		0.06
	炒り白ごま　500g		0.5
	すりごま		1.5

11日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン　牛乳　ポークビーンズ　アスパラガスのサラダ　ヨーグルト	コッペパン		50
	コッペパン		50
	牛乳		206
	豚肉並（3×3㎝スライス）		22
	赤ぶどう酒		2
	（冷）大豆水煮		30
	皮むきじゃがいも（2㎝）		40
	皮むき玉葱		40
	人参		10
	パセリ		0.8
	（袋）トマト水煮　3kg		10
	サラダ油		1
	（袋）トマトケチャップ　1kg		2
	（袋）トマトパウダー　200g		0.2
	上白糖		0.5
	ウスターソース		0.7
	チキンコンソメ		0.6
	食塩		0.5
	こしょう		0.05
	湯		40
	アスパラガス		20
	きゅうり		20
	（レト）ホールコーン　1kg		7
	サラダ油		1.5
	上白糖		1
	食酢		1.5
	食塩		0.2
	こしょう		0.02
	（個）ヨーグルト　鉄分強化		70

12日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん　牛乳　さばのみそ煮　しそ香りあえ　切ぼし大根の煮もの	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
	（冷）さばのみそ煮		小　50
	（冷）さばのみそ煮		中　70
	小松菜		17
	太もやし		28
	人参		5
	赤じそ粉		0.5
	しょうゆ		1
	てんぷら		10
	油揚げ		7
	人参		7
	切干し大根		5
	（乾）刻み昆布		0.5
	干ししいたけ（スライス）		0.5
	（冷）さやいんげん　500g		5
	サラダ油		1
	しょうゆ		3
	中双糖		1.2
	みりん		0.5
	清酒		1
	ごま油		0.2
	水		15

15日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン　牛乳　チャウダー　ひじきとツナのサラダ	コッペパン		50
	コッペパン		50
	牛乳		206
	豚肉並（2×2cmスライス）		10
	白ぶどう酒		1
	ベーコン（短冊）		15
	皮むきじゃがいも（2cm）		30
	皮むき玉葱		35
	人参		10
	しめじ		5
	（冷）むき枝豆　1kg		5
	サラダ油		0.5
	サラダ油		1
	バター		2
	小麦粉		2
	調理用牛乳		20
	ピザ用チーズ		1.5
	チキンコンソメ		0.6
	食塩		0.3
	こしょう		0.02
	ローリエ		0.1
	湯		50
	キャベツ		25
	（乾）ひじき		0.5
	（レト）まぐろ油漬		7
	（レト）ホールコーン　1kg		7
	サラダ油		4.5
	しょうゆ		2.2
	食酢		2.2
	食塩		0.08
	上白糖		0.5

16日（火）

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　牛乳　こうやどうふの煮もの　小松菜のおひたし	精白米（委託）		60
	精白米（委託）		70
	米粒麦　委託		6
	米粒麦　委託		7
	（レト）しじみ佃煮		10
	牛乳		206
	豚肉並（2×2cmスライス）		20
	清酒		1
	高野豆腐（サイコロ）		12
	皮むき玉葱		30
	人参		10
	（冷）さやいんげん　500g		7
	干ししいたけ（スライス）		1
	しょうゆ		3.3
	三温糖		1.9
	食塩		0.2
	サラダ油		1
	削り節　だし用		0.5
	出し昆布		0.5
	湯		60
	小松菜		17
	太もやし		28
	人参		5
	しょうゆ		1.2
	花かつお（砕片）500g		1

17日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
たけのこごはん　牛乳　くきわかめのふくめ煮　キャベツのみそ汁　野菜マフィン（中のみ）	精白米（自校）		60
	鉄強化米		0.5
	鶏肉　胸・皮なし（1×1cm）		9
	鶏肉　もも・皮なし（1×1cm）		6
	清酒		0.2
	油揚げ		3
	たけのこ水煮（カット）ごはん用		20
	人参		3
	（冷）むき枝豆　1kg		3
	うすくちしょうゆ		2.5
	みりん		1
	食塩		0.7
	出し昆布		0.5
	サラダ油		0.35
	牛乳		206
	てんぷら		6
	れんこん（いちょう5mm）		15
	ごぼう（ささがき）		20
	（乾）茎わかめ（カット）国産・200g		1.3
	炒り白ごま		1
	ごま油		0.7
	しょうゆ		2.5
	中双糖		1.2
	みりん		0.4
	だし汁		10
	（冷）豆腐（カット）1kg		20
	油揚げ		8
	キャベツ		15
	中ねぎ		3
	中みそ		5
	甘みそ		2
	削り節　だし用		3
	出し昆布		1
	湯		100
	（個）野菜マフィン		25

18日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
赤飯　牛乳　いわしのねぎソースかけ　ミニトマト　すまし汁	精白米（自校）		60
	もち米		12
	炊き込み赤飯の素		25
	炒り白ごま　500g		0.7
	サラダ油		0.1
	牛乳		206
	冷）いわし　一口カット澱粉付き		35
	なたね油　ローリー		7
	細ねぎ		3
	食酢		3.8
	しょうゆ		2.5
	上白糖		3
	一味		0.01
	湯		4
	ミニトマト（35個入り）		30
	ミニトマト（43個入り）		30
	型抜きかまぼこ（桜）		12
	新たけのこ水煮（カット）県産		15
	えのきたけ（1／2）1kg		7
	干しわかめ（カット）		0.5
	中ねぎ		3
	清酒		1
	しょうゆ		0.7
	食塩		0.4
	削り節　だし用		3
	出し昆布		1
	水		110

19日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん　牛乳　牛肉とセロリのオイスターソースいため　野菜のごまあえ　カステラ（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
	牛赤肉（2×2cmスライス）		30
	清酒		1
	セロリ		10
	たけのこ水煮（短冊切り）		12
	人参		13
	皮むき玉葱		20
	エリンギ（1×2×0．3cm）		10
	おろし生姜		0.5
	サラダ油		1
	しょうゆ		4
	上白糖		1.5
	オイスターソース		0.7
	でんぷん		0.5
	ごま油		0.5
	キャベツ		20
	太もやし		25
	人参		5
	しょうゆ		1.2
	炒り白ごま　500g		0.5
	すりごま		1.5
	（個）カステラ		50

22日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
カレーライス（麦ごはん）　牛乳　にんじんサラダ　清見オレンジ	精白米（委託）		60
	精白米（委託）		70
	米粒麦　委託		6
	米粒麦　委託		7
	牛赤肉（3×3㎝スライス）		20
	（乾）レンズ豆		5
	皮むきじゃがいも（2㎝）		40
	皮むき玉葱		40
	人参		10
	（冷）むき枝豆　1kg		5
	（袋）トマト水煮　3kg		5
	おろしにんにく		0.5
	サラダ油		1
	小麦粉		5.5
	サラダ油		4.5
	カレー粉		1
	（袋）がらスープ　3kg		3
	ウスターソース		3
	赤ぶどう酒		2
	（袋）トマトケチャップ　1kg		2
	とんかつソース		1
	しょうゆ		1
	チャツネ　450g		1
	食塩		0.8
	こしょう		0.04
	チキンコンソメ		0.5
	ローリエ		0.1
	湯		90
	牛乳		206
	人参		20
	きゅうり		20
	（レト）まぐろ油漬		7
	（レト）ホールコーン　1kg		7
	青じそドレッシング		4.5
	（個）清見オレンジ（1／4）		50

23日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
キムチごはん　牛乳　ナムル　とうふのスープ　ミックスナッツ	精白米（自校）		60
	鉄強化米		0.5
	豚肉並（2×2㎝スライス）		15
	おろし生姜		0.8
	うすくちしょうゆ		1.2
	上白糖		0.8
	白菜キムチ（ごはん用）1kg		20
	人参		5
	（冷）むき枝豆　1kg		3
	ごま油		0.1
	清酒		1.6
	うすくちしょうゆ		2.7
	チキンコンソメ		0.3
	牛乳		206
	太もやし		25
	きゅうり		20
	（レト）ホールコーン　1kg		7
	食酢		2
	しょうゆ		2
	上白糖		1
	ごま油		0.5
	炒り白ごま　500g		1
	（冷）豆腐（カット）1kg		30
	ベーコン（短冊）		5
	皮むき玉葱		20
	人参		10
	中ねぎ		5
	（袋）がらスープ　3kg		3
	チキンコンソメ		0.4
	しょうゆ		2
	食塩		0.3
	こしょう		0.03
	でんぷん		0.1
	ごま油		0.1
	湯		100
	（個）ミックスナッツ		小　15
	（個）ミックスナッツ		中　20

24日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
小型コッペパン　牛乳　スパゲティミートソース　グリーンサラダ　チーズ	コッペパン		30
	コッペパン		30
	牛乳		206
	スパゲティ（ハーフ）		35
	ゆで塩		1.3
	サラダ油		1
	牛肉ミンチ		15
	豚肉並ミンチ		15
	皮むき玉葱		35
	人参		10
	エリンギ（1×2×0．3㎝）		10
	パセリ		0.5
	おろしにんにく		0.3
	サラダ油		1
	（袋）トマトピューレ　3kg		13
	（袋）トマトケチャップ　1kg		4
	（袋）トマトパウダー　200g		0.2
	赤ぶどう酒		4
	ウスターソース		1.5
	チキンコンソメ		0.3
	食塩		0.2
	こしょう		0.05
	キャベツ		18
	きゅうり		20
	アスパラガス		5
	（レト）ホールコーン　1kg		7
	サラダ油		1
	上白糖		1
	食酢		0.7
	食塩		0.3
	こしょう		0.02
	チーズ　鉄強化（個装）		13.5

25日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
麦ごはん　ひじきのり　牛乳　あつあげの中華煮　切ぼし大根のごまドレッシングあえ	精白米（委託）		60
	精白米（委託）		70
	米粒麦　委託		6
	米粒麦　委託		7
	（個）ひじきのり		10
	牛乳		206
	豚肉並ミンチ		20
	清酒		1
	（冷）厚揚げ（カット）1kg		40
	皮むき玉葱		40
	チンゲンサイ		20
	たけのこ水煮（ホール）		15
	おろし生姜		0.5
	おろしにんにく		0.8
	サラダ油		1
	（袋）トマトケチャップ　1kg		4
	しょうゆ		3
	（袋）がらスープ　3kg		3
	赤みそ		2.5
	三温糖		0.5
	食塩		0.15
	豆板醤		0.15
	ごま油		0.3
	でんぷん		1.5
	湯		30
	きゅうり		25
	切干し大根		4
	人参		5
	（レト）ホールコーン　1kg		7
	しょうゆ		2.2
	食酢		1.9
	上白糖		1
	ごま油		0.6
	炒り白ごま　500g		0.5
	すりごま		1.5

26日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
チキンライス　牛乳　野菜いため　フルーツポンチ	精白米（自校）		60
	鉄強化米		0.5
	鶏肉　胸・皮なし（1×1㎝）		9
	鶏肉　もも・皮なし（1×1㎝）		6
	白ぶどう酒		1
	人参		4
	玉葱		15
	（袋）マッシュルーム　1kg		4
	（冷）むき枝豆　1kg		4
	バター		0.15
	サラダ油		0.5
	（袋）トマトケチャップ　1kg		7
	（袋）トマトパウダー　200g		0.4
	チキンコンソメ		0.6
	食塩		0.6
	こしょう		0.05
	牛乳		206
	ベーコン（短冊）		20
	おろし生姜		0.2
	おろしにんにく		0.5
	サラダ油		2
	キャベツ		25
	太もやし		20
	皮むき玉葱		20
	エリンギ（1×3×0．3㎝）		5
	食塩		0.2
	こしょう		0.02
	上白糖		0.8
	チキンコンソメ		0.05
	みりん		0.5
	しょうゆ		2.5
	（レト）みかん　国産・1kg		20
	（レト）パインアップル　1kg		20
	（レト）黄桃　1kg		20
	（冷）カクテルゼリー		20
	白ぶどう酒		3
	上白糖		4
	水		20

30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
さごしのレモンソースかけ	（冷）さごし		小　50
	（冷）さごし		中　60
	でんぷん		4
	米粉		1
	なたね油　ローリー		7
	（冷）レモン果汁　県産・500g		3.5
	はちみつ		1.5
	しょうゆ		2.8
	上白糖		1.2
	みりん		0.7
	でんぷん		0.2
	湯		5
きゅうりのたくあんあえ	きゅうり		20
	太もやし		25
	人参		5
	たくあん（刻み）1kg袋		5
	しょうゆ		1.2
	炒り白ごま　500g		1
わかめ汁	（冷）豆腐（カット）1kg		20
	皮むき玉葱		15
	えのきたけ（1／2）1kg		7
	干しわかめ（カット）		0.5
	中ねぎ		5
	清酒		1
	しょうゆ		1
	食塩		0.3
	削り節　だし用		3
	出し昆布		1
	水		100