

1日(水)

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	50
	(個)チョコ大豆クリーム	小 10
	(個)チョコ大豆クリーム	中 15
チョコ大豆クリーム	牛乳	206
	豚肉並ミンチ	20
	(冷)金時豆 1kg	20
	皮むき玉葱	55
	皮むきじゃがいも(2cm)	50
	人参	10
	セロリ	1
	パセリ	0.8
	(袋)トマト水煮 3kg	10
	おろしにんにく	1
	サラダ油	1
チリコンカン	(袋)トマトケチャップ 1kg	2.5
	(袋)トマトパウダー 200g	0.25
	中双糖	1
	ウスターソース	1.2
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.3
	チリパウダー	0.1
	湯	30
	きゅうり	20
	アスパラガス	20
	(レト)ホールコーン 1kg	8
かんきつドレッシング	4.5	

2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
しじみのつくだ煮	(レト)しじみ佃煮	10
	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	30
	清酒	1
	おろし生姜	0.1
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	30
	たけのこ水煮(乱切り)	25
	ごぼう(斜め・5mm厚さ)	20
	人参	15
	しめじ	10
	(冷)むき枝豆 1kg	7
あつあげ	サラダ油	1
	しょうゆ	4.2
	中双糖	2.2
	ごま油	0.2
	出し昆布	1
	削り節 だし用	1
	水	20
	小松菜	17
	太もやし	28
	ポン酢	0.7
	しょうゆ	1.5
上白糖	0.7	
炒り白ごま 500g	1	

7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	
小 い わ し の 三 ば い	小さいわし	35	
	なたね油 ローリー	6	
	食酢	3.8	
	しょうゆ	2.5	
	上白糖	3	
	一味	0.01	
	湯	4	
	た く あ ん の ご ま あ え	キャベツ	20
		太もやし	25
人参		5	
たくあん(刻み)1kg袋		7	
しょうゆ		1	
炒り白ごま 500g		1	
(冷)豆腐(カット)1kg		25	
皮むき玉葱		20	
人参		5	
干しわかめ(カット)		0.4	
えのきたけ(1/2)1kg		8	
と う ふ の み そ 汁	中みそ	5	
	甘みそ	2	
	削り節 だし用	3	
	出し昆布	1	
	湯	100	

8日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ひ じ ぎ ご は ん	精白米(自校)	60
	鉄強化米	0.5
	牛肉(2×2cmスライス)	15
	油揚げ	5
	切りこんにやく(5×5×2.7cm)	5
	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	(乾)ひじき	1
	サラダ油	0.5
	出し昆布	0.5
	うすくちしょうゆ	2.2
	しょうゆ	0.6
切 り ぼ し 大 根 の ふ く め 煮	清酒	2.3
	上白糖	1
	食塩	0.6
	牛乳	206
	てんぷら	15
	切干し大根	5
	人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	5
ふ し め ん 汁	炒り白ごま	0.5
	ごま油	0.5
	しょうゆ	3
	みりん	1.5
	清酒	1
	上白糖	1
	削り節 だし用	2
	だし汁	15
	ふしめん	5
ミ ツ ク ス ナ ッ ツ (中のみ)	油揚げ	7
	皮むき玉葱	25
	人参	7
	中ねぎ	5
	中みそ	5
	甘みそ	2
	だし汁	105
	(個)ミックスナッツ	15

9日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
き な こ つ 茶 あ げ パ ン	コッペパン	50
	コッペパン	70
	なたね油 ローリー	7
	青大豆きな粉	3
	煎茶(粉末)50g	0.4
	上白糖	4
	食塩	0.01
	紙ナフキン	1
	牛乳	206
牛 乳		
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	15
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10
	ベーコン(短冊)	5
	大根	35
	皮むき玉葱	40
	キャベツ	25
	パセリ	0.7
	人参	7
	サラダ油	1
春 大 根 の ス ー プ 煮	(袋)がらスープ 3kg	3
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.4
	ローリエ	0.1
	湯	85
	(ドライパック)ミックスビーンズ 精量入り	10
	きゅうり	25
ビ ー ン ズ サ ラ ダ	人参	5
	(レト)ホールコーン 1kg	7
	(レト)まぐろ油漬	7
	イタリアンドレッシング	4.5

10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
マ ー ボ ー ど う ふ	豚肉並ミンチ	20
	清酒	1
	(冷)豆腐(カット)1kg	65
	皮むき玉葱	40
	人参	10
	たけのこ水煮(ホール)	10
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	きくらげ(せん切り)	0.5
	おろし生姜	1
	おろしにんにく	0.8
小 松 菜 の ご ま ド レ ッ シ ン グ あ え	サラダ油	1
	(袋)トマトケチャップ 1kg	5
	(袋)トマトパウダー 200g	0.25
	しょうゆ	3.5
	(袋)がらスープ 3kg	3
	赤みそ	2.5
	三温糖	0.8
	チキンコンソメ	0.45
	食塩	0.1
	豆板醤	0.15
ヨ ー グ ル ト	ごま油	0.1
	でんぷん	1
	湯	30
	小松菜	17
	太もやし	30
	食酢	2
	しょうゆ	2
	上白糖	1
	ごま油	0.5
炒り白ごま 500g	1.2	
(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	

献立名	食品名	一人当り 正味分量
米粉パン	米粉パン	50
	牛乳	206
牛乳	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	(レト)ミックスピーンズ	15
カレースープ煮 にんじんサラダ	皮むきじゃがいも(2cm)	50
	皮むき玉葱	45
	エリンギ(1×3×0.3cm)	15
	サラダ油	0.5
	白ぶどう酒	2
	しょうゆ	1.2
	三温糖	0.5
	チキンコンソメ	0.5
	カレー粉	0.3
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	湯	30
	人参	25
	きゅうり	20
(レト)まぐろ油漬	7	
かんきつドレッシング	4.5	

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
魚の野菜あんかけ いそ香あえ じゃがいものみそ汁	(冷)赤魚 2cm角切・皮付き骨なし	40
	食塩	0.1
	清酒	1
	でんぷん	8
	米粉	3
	なたね油 ローリー	5
	皮むき玉葱	17
	ピーマン	3
	人参	3
	サラダ油	0.5
	上白糖	1.15
	しょうゆ	1.25
	清酒	0.8
	おろし生姜	0.3
	でんぷん	0.4
	湯	6
	キャベツ	17
太もやし	28	
人参	5	
味付けもみのり(5~10mm幅)県産	1.2	
しょうゆ	1.2	
皮むきじゃがいも(2cm)	20	
人参	10	
(冷)油揚げ(5mm×40mm)	10	
中ねぎ	5	
中みそ	5	
甘みそ	2	
煮干し だし用	3	
清酒	1	
湯	110	

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
牛乳	牛乳	206
肉じゃが 春大根のあえもの 日向夏ゼリー(中のみ)	牛肉(3×3cmスライス)	25
	清酒	1
	皮むきじゃがいも(2cm)	70
	皮むき玉葱	40
	つきこんにやく	20
	人参	15
	(冷)さやいんげん 500g	5
	サラダ油	1
	しょうゆ	3.5
	中双糖	2
	でんぷん	0.5
	湯	10
	大根	25
きゅうり	20	
人参	5	
和風ドレッシング	4.5	
(個)日向夏ゼリー	50	

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
牛乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
あつあげとチンゲン菜のみそいため 切りぼし大根のごまあえ 納豆(中のみ)	牛乳	206
	豚肉並ミンチ	15
	清酒	2
	(冷)厚揚げ(カット) 1kg	50
	皮むき玉葱	30
	チンゲンサイ	20
	人参	10
	たけのこ水煮(短冊切り)	8
	干しいたけ(スライス)	0.5
	おろし生姜	0.3
	おろしにんにく	0.3
	ごま油	1
	中双糖	1.5
	チキンコンソメ	0.5
	しょうゆ	3
	赤みそ	2.5
	豆板醤	0.03
	でんぷん	1
湯	20	
切干し大根	4	
きゅうり	20	
人参	5	
(レト)ホールコーン 1kg	8	
食酢	2	
しょうゆ	2	
上白糖	1	
ごま油	0.5	
炒り白ごま 500g	1	
(個)納豆	30	

献立名	食品名	一人当り 正味分量
えんどうごはん	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	むきえんどう 冷凍	12
	清酒	2.1
	食塩	1
牛乳 こらやどろふと山菜の煮もの アーモンドあえ あま夏みかん	出し昆布	0.5
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	15
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10
	清酒	1
	高野豆腐(サイコロ)	15
	皮むき玉葱	30
	人参	10
干しいたけ(スライス)	1	
(レト)山菜ミックス	5	
(レト)ふき水煮ロング 国産	5	
サラダ油	1	
しょうゆ	3.4	
三温糖	2.2	
食塩	0.3	
だし汁	60	
キャベツ	20	
太もやし	25	
人参	5	
しょうゆ	2.5	
食酢	2	
上白糖	0.8	
アーモンド(粉)	1.2	
アーモンド(刻み)	1.2	
(個)甘夏みかん(1/6カット)	35	

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 きびなごの カリカリあげ ミニトマト おさつスティック	(袋)中華めん	小1-3 150	小型 コッペパン 牛乳 ひじき スパゲティ かみかみ サラダ プリン	コッペパン	30	麦 ごはん 牛乳 さごしのお茶 あげ ゆかり あえ 新たまねぎのみそ汁	精白米(委託)	60	コッペパン 牛乳 肉だんごの トマト煮 キャベツ とスナップ えんどう の サラダ みかん ジュース	コッペパン	50	焼き 肉 ピラフ 牛乳 ナムル サムゲタン 風 スープ クリーム 大福	精白米(自校)	60
	(袋)中華めん	小4-6 200		コッペパン	30		精白米(委託)	70		コッペパン	50		鉄強化米	0.5
	(袋)中華めん	中 250		牛乳	206		米粒麦 委託	6		牛乳	206		牛肉(2×2cmスライス)	25
	豚肉並(3×3cmスライス)	20		スパゲティ(ハーフ)	35		米粒麦 委託	7		(冷)肉だんご	30		おろし生姜	0.7
	清酒	1		食塩	1.3		牛乳	206		皮むきじゃがいも(2cm)	50		おろしにんにく	0.5
	しょうゆ	1		サラダ油	1		(冷)さごし	小 50		皮むき玉葱	40		皮むき玉葱	10
	サラダ油	0.5		(レト)まぐろ油漬	15		(冷)さごし	中 70		(冷)ひよこ豆水煮	20		人参	5
	キャベツ	20		ベーコン(短冊)	6.5		清酒	2		パセリ	0.3		サラダ油	0.25
	太もやし	25		皮むき玉葱	30		食塩	0.2		おろしにんにく	0.5		清酒	3
	人参	10		エリンギ(1×3×0.3cm)	8		でんぶん	5		サラダ油	0.5		しょうゆ	2
	太ねぎ	2		人参	5		米粉	2		バター	0.5		上白糖	1.2
	(レト)ホールコーン 1kg	5		(乾)長ひじき	2		煎茶 食べるお茶 200g袋	1		(袋)トマト水煮 3kg	25		チキンコンソメ	0.5
	おろしにんにく	0.7		バター	1		なたね油 ローリー	6		(袋)トマトケチャップ 1kg	3		食塩	0.5
	ごま油	1		しょうゆ	1.5		きゅうり	20		赤ぶどう酒	1		牛乳	206
	赤みそ	7		スイートバジル 乾燥	0.01		太もやし	20		上白糖	0.8			
	(袋)がらスープ 3kg	3		食塩	0.3		人参	5		ウスターソース	0.7		太もやし	25
	清酒	1.5		こしょう	0.04		赤じそ粉	0.5		チキンコンソメ	0.6		きゅうり	20
	上白糖	1.2		サラダ油	0.2		しょうゆ	1		食塩	0.4		人参	5
	チキンコンソメ	0.8		さきいか 1kg	3		皮むき玉葱	30		こしょう	0.04		しょうゆ	2
	食塩	0.4		(乾)かんぴょう(2cm)	4		皮むきじゃがいも(2cm)	10		湯	20		食酢	1.5
こしょう	0.03	きゅうり	20	人参	10	キャベツ	20	上白糖	1					
湯	125	(レト)ホールコーン 1kg	8	油揚げ	7	きゅうり	15	サラダ油	0.5					
牛乳	206	棒々鶏ドレッシング	5	干しわかめ(カット)	0.5	スナップえんどう	10	ごま油	0.5					
(冷)きびなごカリフライ	30	(個)プリン 鉄分強化	60	中ねぎ	5	(レト)ホールコーン 1kg	8	炒り白ごま 500g	1					
なたね油 ローリー	6			中みそ	5	(冷)レモン果汁 県産・500g	1.2							
				甘みそ	2	食酢	1.2	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12					
				煮干し だし用	3	サラダ油	0.5	皮むき玉葱	30					
				清酒	1	オリーブ油	0.5	人参	10					
				湯	100	上白糖	1.2	中ねぎ	3					
						食塩	0.3	干しいたけ(スライス)	0.5					
						こしょう	0.03	おろし生姜	0.5					
						(個)みかんジュース	125	おろしにんにく	0.2					
								サラダ油	0.5					
								(袋)がらスープ 3kg	3					
								食塩	0.6					
								しょうゆ	0.5					
								チキンコンソメ	0.6					
								ごま油	0.2					
								湯	105					
								(個)もちクリームアイス 冷凍 40g	40					

27日(月)			28日(火)			29日(水)			30日(木)			31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
コッペパン	コッペパン	50	ハヤシライス (麦ごはん)	精白米(委託)	60	ごはん	精白米(自校)	68	ごはん	精白米(自校)	68	ごはん	精白米(自校)	68
	コッペパン	50		精白米(委託)	70		精白米(自校)	75		精白米(自校)	75		精白米(自校)	75
牛乳	牛乳	206		米粒麦 委託	6	ふりかけ	鉄強化米	0.5		牛乳	鉄強化米		0.5	牛乳
	(冷)あさりむき身	10		米粒麦 委託	7		(個)野菜ふりかけ	2.5	牛乳		206	牛乳	206	
白ぶどう酒	白ぶどう酒	1		牛肉(3×3cmスライス)	20	牛乳	牛乳	206	じゃがいものそぼろ煮	牛肉ミンチ	10	八宝菜	豚肉並(3×3cmスライス)	25
	ベーコン(短冊)	15	皮むき玉葱	40	鶏肉 胸・皮なし(唐揚げ用)		50	豚肉並ミンチ		15	中華サラダ		おろし生姜	0.8
皮むきじゃがいも(2cm)	皮むきじゃがいも(2cm)	30	人参	10	とり肉のはちみつレモン風味	清酒	1	おかかあえ	清酒	1	黒ごまプリン	しょうゆ	1	
	皮むき玉葱	40	(冷)むき枝豆 1kg	5		清酒	1		皮むきじゃがいも(2cm)	70		皮むきじゃがいも(2cm)	70	しょうゆ
人參	人參	10	(袋)マッシュルーム 1kg	7	いろいろ野菜のいためもの	食塩	0.15	おなかあえ	皮むき玉葱	40	中華サラダ	なると(3mm)	8	
	しめじ	8	(袋)トマト水煮 3kg	15		しょうゆ	2.8		つきこんにやく(ハーフ)	20		つきこんにやく(ハーフ)	20	(レト)うずら卵1kg
(冷)むき枝豆 1kg	(冷)むき枝豆 1kg	5	おろしにんにく	0.3	いろいろ野菜のいためもの	でんぶん	4	おなかあえ	人参	15	中華サラダ	皮むき玉葱	35	
	セロリ	1	小麦粉	5		米粉	1		人参	15		人参	15	キャベツ
ドライパセリ	ドライパセリ	0.03	バター	3	いろいろ野菜のいためもの	なたね油 ローリー	7	おなかあえ	(冷)さやいんげん 3cmカット 500g	7	中華サラダ	たけのこ水煮(短冊切り)	20	
	サラダ油	0.5	サラダ油	2		(冷)レモン果汁 県産・500g	3.5		サラダ油	3.6		サラダ油	1	たけのこ水煮(短冊切り)
サラダ油	サラダ油	1	サラダ油	2	いろいろ野菜のいためもの	はちみつ	1.5	おなかあえ	しょうゆ	1.8	中華サラダ	人参	15	
	バター	2	(袋)がらスープ 3kg	3		しょうゆ	2.8		中双糖	1.8		しょうゆ	1.8	人参
小麦粉	小麦粉	2	赤ぶどう酒	2	いろいろ野菜のいためもの	上白糖	1.5	おなかあえ	でんぶん	0.5	中華サラダ	きくらげ(せん切り)	0.7	
	調理用牛乳	20	ウスターソース	2		みりん	0.7		湯	8		でんぶん	0.5	サラダ油
生クリーム	生クリーム	1	食塩	1	いろいろ野菜のいためもの	でんぶん	0.2	おなかあえ	小松菜	17	中華サラダ	しょうゆ	0.8	
	チキンコンソメ	0.6	こしょう	0.07		湯	5		湯	8		小松菜	17	チキンコンソメ
食塩	食塩	0.3	チキンコンソメ	0.6	いろいろ野菜のいためもの	豚肉並(3×3cmスライス)	15	おなかあえ	太もやし	30	中華サラダ	食塩	0.3	
	こしょう	0.02	上白糖	0.5		(冷)豆腐(カット)1kg	25		太もやし	30		食塩	0.3	こしょう
ローリエ	ローリエ	0.1	からし粉	0.15	いろいろ野菜のいためもの	皮むき玉葱	20	おなかあえ	しょうゆ	1.2	中華サラダ	でんぶん	1	
	湯	50	ピザ用チーズ	2		チンゲンサイ	20		しょうゆ	1.2		湯	8	でんぶん
アスパラガス	アスパラガス	20	ローリエ	0.1	いろいろ野菜のいためもの	たけのこ水煮(短冊切り)	20	おなかあえ	花かつお(碎片)500g	1	中華サラダ	湯	8	
	きゅうり	25	湯	70		人参	15		黒ごまプリン	40		湯	8	湯
(レト)ホールコーン 1kg	(レト)ホールコーン 1kg	8	牛乳	206	いろいろ野菜のいためもの	人参	15	おなかあえ	(個)黒ごまプリン	40	中華サラダ	太もやし	25	
	食酢	1.5	キャベツ	20		おろし生姜	0.8		おろし生姜	0.8		太もやし	25	きゅうり
サラダ油	サラダ油	1	きゅうり	25	いろいろ野菜のいためもの	サラダ油	1	おなかあえ	湯	8	中華サラダ	(レト)ホールコーン 1kg	7	
	食塩	0.3	(乾)海藻ミックス	0.5		清酒	0.5		湯	8		きゅうり	20	しょうゆ
こしょう	こしょう	0.02	(レト)ホールコーン 1kg	8	いろいろ野菜のいためもの	しょうゆ	1.5	おなかあえ	チキンコンソメ	0.5	中華サラダ	しょうゆ	2.3	
	上白糖	0.5	青じそドレッシング	4.5		チキンコンソメ	0.5		チキンコンソメ	0.5		食酢	2	食酢
			(個)チーズ 鉄強化	13.5	いろいろ野菜のいためもの	食塩	0.2	おなかあえ	食塩	0.2	中華サラダ	上白糖	1.5	
						こしょう	0.04		食塩	0.2		こしょう	0.04	ごま油
					いろいろ野菜のいためもの	でんぶん	1	おなかあえ	水	5	中華サラダ			
						水	5		水	5				