

1日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
さ け 菜 め し	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	鮭菜めしの素 250g	4
	鉄強化米	0.5
牛 乳	牛乳	206
じ ゃ が い も の そ ぼ ろ 煮	豚肉並ミンチ	30
	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(ハーフ)	20
	人参	15
	(冷)むき枝豆 1kg	5
ゆ か り あ え	サラダ油	0.5
	しょうゆ	3.6
	中双糖	1.8
	湯	8
	きゅうり	20
	太もやし	25
	赤じそ粉	0.5
	しょうゆ	1

5日(火)			6日(水)			7日(木)			8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	精白米(委託)	60	コッ ペ パ ン	コッペパン	50	ひ じ ぎ ご は ん	精白米(自校)	65	き な ご あ げ パ ン	コッペパン	50		
	精白米(委託)	70		コッペパン	60		鉄強化米	0.5		コッペパン	70		
	米粒麦 委託	6		牛乳	206		牛肉(香川県産)2×2cmスライス	15		なたね油 ローリー	6		
	米粒麦 委託	7		牛乳			(冷)油揚げ(5mm×20mm)	5		きな粉 1kg	4		
				牛乳	206		(冷)肉だんご	35		切りこんにゃく(5×5×2.7cm)	5	三温糖	3
	牛乳			牛乳			(冷)むき玉葱	30		人参	5	食塩	0.01
	えびととうふのチリソース煮	(冷)むきえび		25	肉だんごとはるさめのスープ煮		たけのこ水煮(短冊切り)	15		(冷)むき枝豆 1kg	5	紙ナフキン	1
		清酒		1	人参		人参	15		(乾)ひじき	1	牛乳	206
		(冷)豆腐(カット)1kg		65	エリンギ(1×3×0.3cm)		エリンギ(1×3×0.3cm)	5		サラダ油	0.5		
		おろしにんにく		0.5	春雨(太め5cm)		春雨(太め5cm)	4		出し昆布	0.5	(冷蔵)ミニウインナー	20
		おろし生姜		0.5	おろし生姜		おろし生姜	0.5		うすくちしょうゆ	2.2	皮むきじゃがいも(2cm)	40
		サラダ油		1	サラダ油		サラダ油	1		しょうゆ	0.6	皮むき玉葱	30
		皮むき玉葱		30	(袋)がらスープ 3kg		しょうゆ	2		清酒	2.3	キャベツ	20
	たけのこ水煮(短冊切り)	15	人参	しょうゆ	0.6	上白糖	1	皮むきかぶ	20				
	人蔘	10	食塩	チキンコンソメ	0.5	食塩	0.6	サラダ油	1				
	太ねぎ	3	食塩	食塩	0.5	牛乳	206	ドライパセリ	0.03				
	干しいたけ(スライス)	0.5	こしょう	こしょう	0.03			(袋)がらスープ 3kg	3				
	上白糖	2	湯	湯	90	(冷)つくね	40	しょうゆ	1				
	しょうゆ	2.5	人参	人参	22	しめじ	7	食塩	0.4				
	(袋)がらスープ 3kg	3	きゅうり	きゅうり	25	人参	10	こしょう	0.03				
	チキンコンソメ	0.3	(レト)ホールコーン 1kg	(レト)ホールコーン 1kg	10	ごぼう(ささがき)	8	チキンコンソメ	0.6				
	食塩	0.08	食酢	食酢	1.5	中みそ	6	ローリエ	0.05				
	(袋)トマトケチャップ 1kg	5	サラダ油	サラダ油	1	甘みそ	2	湯	80				
	(袋)トマトパウダー 200g	1	食塩	食塩	0.3	おろし生姜	0.15						
	豆板醤	0.1	こしょう	こしょう	0.02	削り節 だし用	3	大根	25				
	ごま油	0.2	上白糖	上白糖	0.5	だし昆布	1	きゅうり	25				
	でんぶん	1				清酒	1	(レト)ホールコーン 1kg	7				
	湯	20	(個)ヨーグルト 鉄分強化	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	水	100	(レト)まぐろ油漬	7				
								かんきつドレッシング	4.5				
	(レト)ささみ油漬(フレーク)	7				ほうれん草	17						
	ビーフン	5				太もやし	28						
	きゅうり	15				(レト)ホールコーン 1kg	7						
	人参	5				しょうゆ	1.2						
	(レト)ホールコーン 1kg	7				花かつお(碎片)500g	1						
	しょうゆ	2.5											
	食酢	2.5				(個)小魚入りアーモンド	8						
	上白糖	1.3											
	ごま油	1											
	炒り白ごま 500g	1											

11日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん しじみの つくだ煮 牛乳 根菜とあつ あげの煮もの ごまあえ	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	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)	30
	清酒	1
	おろし生姜	0.1
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	35
	たけのこ水煮(乱切り)	20
	ごぼう(斜め・5mm厚さ)	25
	人参	15
	(冷)さやいんげん 3cmカット 500g	7
	つきこんにやく(ハーフ)	15
	(乾)早煮昆布(カット)	1
	サラダ油	1
	しょうゆ	3.2
	みりん	1
	中双糖	1.2
	ごま油	0.1
でんぷん	0.5	
湯	13	
小松菜	17	
太もやし	28	
人参	5	
食酢	1.7	
しょうゆ	2	
上白糖	1.2	
ごま油	0.8	
炒り白ごま 500g	1	

12日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッ ペパン 牛乳 さつまいも のシチュー ビー ンズ サラ ダ チー ズ	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	30
	白ぶどう酒	1
	皮むき玉葱	40
	さつまいも(2cm角)	45
	人参	12
	しめじ	10
	小麦粉	5
	バター	3
	サラダ油	2
	サラダ油	1
	(袋)がらスープ 3kg	3
	食塩	0.3
	こしょう	0.08
	チキンコンソメ	0.5
	調理用牛乳	20
	生クリーム	3
	ピザ用チーズ	2
ローリエ	0.05	
湯	68	
きゅうり	20	
人参	5	
(ドライパック)ミックスビーンズ 福豆入り	15	
かんきつドレッシング	4.5	
(個)チーズ 鉄強化	13.5	

13日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ご はん 牛乳 は ま ち の ゆ う あ ん 焼 き 食 べ て 菜 の い そ 香 あ え 干 し い た け の み そ 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
	(冷)はまち	小 50
	(冷)はまち	中 70
	清酒	0.9
	しょうゆ	1.5
	みりん	2.2
	ゆず酢	2.1
	上白糖	0.2
	清酒	2
	水	2
	太もやし	28
	食べて菜	17
	人参	5
	味付けもみのり(5~10mm幅)県産	1.2
	しょうゆ	1.2
	(冷)厚揚げ(2g/個)1kg	25
小松菜	7	
皮むき玉葱	15	
干しいたけ(スライス)	0.4	
人参	7	
中ねぎ	3	
中みそ	6	
甘みそ	2	
削り節 だし用	3	
出し昆布	1	
清酒	1	
湯	100	

14日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッ ペパン 牛乳 金 時 豆 と 野 菜 の カ レ ー 煮 に ん じ ん サ ラ ダ 野 菜 マ フ ィ ン	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
	豚肉並ミンチ	20
	(冷)金時豆 1kg	25
	(乾)赤レンズ豆	4
	皮むきじゃがいも(2cm)	55
	皮むき玉葱	50
	人参	15
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	0.5
	白ぶどう酒	2
	しょうゆ	1
	三温糖	0.6
	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	12
	人参	24
(レト)まぐろ油漬	7	
(冷)さやいんげん 3cmカット 500g	18	
りんご酢	2	
食酢	1	
上白糖	0.4	
オリーブ油	0.2	
サラダ油	0.3	
食塩	0.2	
こしょう	0.02	
(個)野菜マフィン	25	

15日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ご は ん 牛 乳 ひ ら の 野 菜 あ ん か け 秋 野 菜 の み そ 汁 り ん ご	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	(冷)ヒラでんぷん付き 香川県産	40
	なたね油 ローリー	7
	皮むき玉葱	17
	中ねぎ	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
	さつまいも(2cm角)	20
	油揚げ	5
	人参	5
	しめじ	5
中ねぎ	3	
中みそ	6	
甘みそ	2	
煮干し だし用	3	
清酒	1	
水	100	
(個)りんご(1/4カット)	50	

18日(月)			19日(火)			20日(水)			21日(木)			22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				
麦ごはん 牛乳 ぶた肉と野菜のうま煮 切りほし大根のあえもの納豆	精白米(委託)	60	きのこカレーライス(麦ごはん) 牛乳 海そうサラダ 小にぼし	精白米(委託)	60	ごはん 牛乳 焼きどうふのみそそぼろ煮 中華サラダ ミックスナッツ	精白米(自校)	72	ふきよせごはん 牛乳 塩こんぶあえ いものこ汁 みかん	精白米(自校)	65	コッペパン 牛乳 チリコンカールン ひじきとチーズの鉄骨サラダ	コッペパン	50				
	精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		精白米(自校)	80		鉄強化米	0.5		鉄強化米	0.5	コッペパン	60		
	米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	6	牛乳	206	豚肉並ミンチ	20
	米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7		牛乳	206		清酒	1		清酒	1	豚肉並ミンチ	20	(冷)金時豆 1kg	20
	牛乳	206		豚肉並(2×3cmスライス)	20		焼きどうふのみそそぼろ煮	25		油揚げ	3		油揚げ	3	牛乳	206	皮むき玉葱	55
	豚肉並(2×2cmスライス)	30		皮むきじゃがいも(2cm)	50		中華サラダ	1		むき栗(1/4)国産	10		むき栗(1/4)国産	10	皮むき玉葱	55	皮むきじゃがいも(2cm)	50
	清酒	1		皮むき玉葱	40		中	1		しめじ	5		しめじ	5	人参	10	人参	10
	皮むきじゃがいも(2cm)	70		人参	10		中	3		人参	10		人参	5	パセリ	0.8	パセリ	0.8
	皮むき玉葱	40		エリンギ(1×3×0.3cm)	12		中	3		(冷)むき枝豆 1kg	5		(冷)むき枝豆 1kg	5	(袋)トマト水煮 3kg	10	(袋)トマト水煮 3kg	10
	つきこんにやく(ハーフ)	20		しめじ	5		中	1.8		うすくちしょうゆ	4		うすくちしょうゆ	4	おろしにんにく	1	おろしにんにく	1
	人参	15		(袋)トマト水煮 3kg	5		中	2		清酒	1		清酒	1	サラダ油	1	サラダ油	1
	(冷)さやいんげん 500g	7		おろしにんにく	0.5		中	0.5		上白糖	1		上白糖	1	(袋)トマケチャップ 1kg	2.5	(袋)トマケチャップ 1kg	2.5
	サラダ油	1		サラダ油	1		中	0.3		食塩	0.8		食塩	0.8	(袋)トマケパウダー 200g	0.25	(袋)トマケパウダー 200g	0.25
	しょうゆ	3.2		小麦粉	5.5		中	0.2		出し昆布	0.5		出し昆布	0.5	中双糖	1	中双糖	1
	中双糖	2.3		サラダ油	4.5		中	1		牛乳	206		牛乳	206	ウスターソース	1.2	ウスターソース	1.2
	湯	10		カレー粉	1		中	5		きゅうり	17		きゅうり	17	チキンコンソメ	0.5	チキンコンソメ	0.5
	切干し大根	4.5		(袋)がらスープ 3kg	3		中	3		太もやし	28		太もやし	28	食塩	0.3	食塩	0.3
	きゅうり	20		ウスターソース	3		中	1.8		塩ふき昆布	1		塩ふき昆布	1	チリパウダー	0.1	チリパウダー	0.1
	人参	5		赤ぶどう酒	2		中	2		しょうゆ	1.2		しょうゆ	1.2	湯	30	湯	30
	(乾)刻み昆布	0.3		(袋)トマケチャップ 1kg	2		中	0.5		炒り白ごま 500g	1		炒り白ごま 500g	1	キャベツ	20	キャベツ	20
(レト)ホールコーン 1kg	7	とんかつソース	1	中	0.01	里いも(2cm)	25	里いも(2cm)	25	(乾)ひじき	0.6	(乾)ひじき	0.6					
食酢	2	しょうゆ	1	中	30	人参	7	人参	7	(レト)まぐろ油漬	7	(レト)まぐろ油漬	7					
しょうゆ	2	チャツネ 450g	1	中	25	油揚げ	7	油揚げ	7	ダイスターズ(4mm角)生食用	5	ダイスターズ(4mm角)生食用	5					
上白糖	1	食塩	0.7	中	20	ごぼう(ささがき)	15	ごぼう(ささがき)	15	(レト)ホールコーン 1kg	7	(レト)ホールコーン 1kg	7					
ごま油	0.5	こしょう	0.04	中	2	中ねぎ	5	中ねぎ	5	サラダ油	4.5	サラダ油	4.5					
炒り白ごま 500g	1	チキンコンソメ	0.5	中	2	中みそ	5	中みそ	5	しょうゆ	2.2	しょうゆ	2.2					
(個)納豆 チルド	小 30	湯	80	中	30	甘みそ	2	甘みそ	2	食酢	2.2	食酢	2.2					
(個)納豆 チルド	中 40	牛乳	206	中	1	煮干し だし用	3	煮干し だし用	3	食塩	0.08	食塩	0.08					
		キャベツ	15	中	0.6	出し昆布	0.01	出し昆布	0.01	上白糖	0.5	上白糖	0.5					
		きゅうり	25	中	15	清酒	100	清酒	100									
		(乾)海藻ミックス	0.5	中		湯		湯										
		(レト)ホールコーン 1kg	7	中		(袋)洗浄みかん(10個入り)	80	(袋)洗浄みかん(10個入り)	80									
		青じそドレッシング	4.5	中														
		小煮干し	4	中														

25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
味つけのり	(個)味付けのり(5枚)	2.5
	牛乳	206
牛乳 こうやどうふの煮もの たくあんあえ	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	清酒	1
	高野豆腐(サイコロ)	17
	皮むき玉葱	30
	人参	8
	(冷)さやいんげん 500g	8
	干しいたけ(スライス)	1
	しょうゆ	3.2
	三温糖	2.1
	食塩	0.3
	削り節 だし用	1.5
	出し昆布	0.3
	湯	60
	太もやし	28
	きゅうり	17
	人参	5
たくあん(刻み)1kg袋	7	
しょうゆ	1.2	
炒り白ごま 500g	1	

26日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ちゃんぽんめん	(袋)中華めん	小1-3 150
	(袋)中華めん	小4-6 200
	(袋)中華めん	中 250
	豚肉並(3×3cmスライス)	30
	しょうゆ	1
	清酒	0.5
	なると(3mm)	4
	キャベツ	25
	太もやし	15
	人参	10
牛乳 かたくちいわしのねぎソース かけ ミニトマト	たけのこ水煮(短冊切り)	7
	きくらげ(せん切り)	0.5
	太ねぎ	3
	おろし生姜	1
	サラダ油	1
	(袋)がらスープ 3kg	4
	しょうゆ	3.5
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.5
	ごしょう	0.03
	ごま油	0.3
	豆板醤	0.1
でんぶん	1	
湯	120	
牛乳	206	
小いわし	35	
なたね油	7	
中ねぎ	3	
食酢	3.8	
しょうゆ	2.5	
上白糖	3	
でんぶん	0.1	
湯	4	
ミニトマト(35個入り)	30	
ミニトマト(43個入り)	30	

27日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
牛乳 マーボーどうふ おひたし	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	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
	きくらげ(せん切り)	0.5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
おひたし	おろし生姜	1
	おろしにんにく	0.8
	サラダ油	1
	(袋)トマトケチャップ 1kg	3
	(袋)トマトパウダー 200g	0.2
	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
ごま油	0.1	
でんぶん	1	
湯	30	
ほうれん草	17	
太もやし	28	
人参	5	
しょうゆ	1.2	
花かつお(碎片)500g	1	

28日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
米粉パン	米粉パン	50
	米粉パン	60
牛乳 肉だんごのトマト煮 ツナサラダ	牛乳	206
	(冷)肉だんご	30
	皮むきじゃがいも(2cm)	40
	皮むき玉葱	45
	(冷)ひよこ豆水煮	20
	エリンギ(1×2×0.3cm)	10
	人参	15
	パセリ	0.5
	おろしにんにく	0.5
	サラダ油	1
ツナサラダ	バター	0.5
	(袋)トマト水煮 3kg	25
	(袋)トマトピューレ 3kg	3
	赤ぶどう酒	1
	上白糖	1
	ウスターソース	0.8
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.3
	ごしょう	0.03
	湯	20
	きゅうり	25
	大根	20
(レト)まぐろ油漬	5	
りんご酢	2	
食酢	1	
上白糖	0.4	
オリーブ油	0.4	
サラダ油	0.4	
食塩	0.2	
ごしょう	0.02	

29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 がんもどきとひじきのうま煮	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	(レト)蒸大豆 国産	18
	(冷)ミニひょうすず 青大豆入り	25
	ごぼう(斜め・3mm厚さ)	15
	人参	10
	(乾)早煮昆布(カット)	1
	(乾)ひじき	2.8
	(冷)さやいんげん 500g	10
	サラダ油	1
アーモンドあえ	しょうゆ	4.5
	三温糖	2.2
	みりん	0.5
	湯	20
	太もやし	30
	小松菜	15
	人参	5
	しょうゆ	2.5
	食酢	2
	上白糖	1
	アーモンド(粉)	0.6
	アーモンド(刻み)	1.8