

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	

