

1日(水)

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
と う ふ の み そ 汁	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
	中みそ	5
	甘みそ	2
	削り節 だし用	3
	出し昆布	1
	湯	100

2日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ひ じ き 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
	切りこんにゃく(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
切 り ぼ し 大 根 の ふ く め 煮	しょうゆ	0.6
	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
	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	

7日(火)

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
	中	15
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
(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

8日(水)

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
(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
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

9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
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
(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
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
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

10日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
きなこっ茶あげパン	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
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
(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 福豆入り		10
きゅうり		25
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

13日(月)		
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
	豚肉並(3×3cmスライス)	25
八宝菜	おろし生姜	0.8
	しょうゆ	1
中華サラダ	清酒	0.5
	なると(3mm)	8
	(レト)うずら卵1kg	25
	皮むき玉葱	35
	キャベツ	25
	たけのこ水煮(短冊切り)	20
	人参	15
	きくらげ(せん切り)	0.7
	サラダ油	1
	しょうゆ	0.8
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
	でんぷん	1
	湯	8
	太もやし	25
	きゅうり	20
	(レト)ホールコーン 1kg	7
	しょうゆ	2.3
	食酢	2
	上白糖	1.5
	ごま油	0.6

14日(火)		
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
牛乳	牛乳	206
	(冷)あさりむき身	10
牛乳	白ぶどう酒	1
	ベーコン(短冊)	15
クラム	皮むきじゃがいも(2cm)	30
	皮むき玉葱	40
チャウダー	人参	10
	しめじ	8
ウダー	(冷)むき枝豆 1kg	5
	セロリ	1
アスパラガス	ドライパセリ	0.03
	サラダ油	0.5
アスパラガス	サラダ油	1
	バター	2
アスパラガス	小麦粉	2
	調理用牛乳	20
アスパラガス	生クリーム	1
	チキンコンソメ	0.6
アスパラガス	食塩	0.3
	こしょう	0.02
アスパラガス	ローリエ	0.1
	湯	50
アスパラガス	アスパラガス	20
	きゅうり	25
アスパラガス	(レト)ホールコーン 1kg	8
	食酢	1.5
アスパラガス	サラダ油	1
	食塩	0.3
アスパラガス	こしょう	0.02
	上白糖	0.5

15日(水)		
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
ふりかけ	(個)野菜ふりかけ	2.5
	牛乳	206
牛乳	鶏肉 胸・皮なし(唐揚げ用)	50
	清酒	1
とり肉	食塩	0.15
	こしょう	0.06
肉のはちみつ	でんぷん	4
	セロリ	1
みつ	なたね油 ローリー	7
	(冷)レモン果汁 県産・500g	3.5
レモン風味	はちみつ	1.5
	しょうゆ	2.8
いろいろ	上白糖	1.5
	みりん	0.7
どり野菜の	でんぷん	0.2
	湯	5
	豚肉並(3×3cmスライス)	15
	(冷)豆腐(カット)1kg	25
	皮むき玉葱	20
	チンゲンサイ	20
	たけのこ水煮(短冊切り)	20
	人参	15
	おろし生姜	0.8
	サラダ油	1
	清酒	0.5
	しょうゆ	1.5
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.2
	こしょう	0.04
	でんぷん	1
	水	5

16日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
みそラーメン	(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
牛乳	豚肉並(3×3cmスライス)	20
	清酒	1
牛乳	しょうゆ	1
	サラダ油	0.5
きびなご	キャベツ	20
	太もやし	25
のかり	人参	10
	太ねぎ	2
かりあげ	(レト)ホールコーン 1kg	5
	おろしにんにく	0.7
ミニトマト	ごま油	1
	赤みそ	7
ミニトマト	(袋)がらすープ 3kg	3
	清酒	1.5
ミニトマト	上白糖	1.2
	チキンコンソメ	0.8
ミニトマト	食塩	0.4
	こしょう	0.03
ミニトマト	湯	125
	牛乳	206
おさつスティック	(冷)きびなごかりかりフライ	30
	なたね油 ローリー	6
おさつスティック	ミニトマト(35個入り)	30
	ミニトマト(43個入り)	30
おさつスティック	(個)おさつスティック	5

17日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型コッペパン	コッペパン	30
	コッペパン	30
小型コッペパン	牛乳	206
	スバゲティ(ハーフ)	35
牛乳	食塩	1.3
	サラダ油	1
牛乳	(レト)まぐろ油漬	15
	ベーコン(短冊)	6.5
ひじき	皮むき玉葱	30
	エリンギ(1×3×0.3cm)	8
スパゲティ	人参	5
	(乾)長ひじき	2
スパゲティ	バター	1
	しょうゆ	1.5
スパゲティ	スイートバジル 乾燥	0.01
	食塩	0.3
スパゲティ	こしょう	0.04
	サラダ油	0.2
スパゲティ	さきいか 1kg	3
	(乾)かんぴょう(2cm)	4
プリン	きゅうり	20
	(レト)ホールコーン 1kg	8
プリン	棒々鶏ドレッシング	5
	(個)プリン 鉄分強化	60

20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
牛乳	牛乳	206
あつあげとチンゲン菜のみそいため切ほし大根のごまあえ納豆(中のみ)	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	

21日(火)		
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
牛乳	食塩	1
	出し昆布	0.5
牛乳 こはやどうふと山菜の煮もの アーモンドあえ あま夏みかん	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	

22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
	牛乳	206
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	(冷)肉だんご	30
	皮むきじゃがいも(2cm)	50
	皮むき玉葱	40
	(冷)ひよこ豆水煮	20
	パセリ	0.3
	おろしにんにく	0.5
	サラダ油	0.5
	バター	0.5
	(袋)トマト水煮 3kg	25
	(袋)トマトケチャップ 1kg	3
	赤ぶどう酒	1
	上白糖	0.8
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.4
	こしょう	0.04
	湯	20
	キャベツ	20
	きゅうり	15
	スナップえんどう	10
(レト)ホールコーン 1kg	8	
(冷)レモン果汁 県産・500g	1.2	
食酢	1.2	
サラダ油	0.5	
オリーブ油	0.5	
上白糖	1.2	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
(個)みかんジュース	125	

23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
牛乳	牛乳	206
さごしのお茶あげ ゆかりあえ 新たまねぎのみそ汁	(冷)さごし 小	50
	(冷)さごし 中	70
	清酒	2
	食塩	0.2
	でんぷん	5
	米粉	2
	煎茶 食べるお茶 200g袋	1
	なたね油 ローリー	6
	きゅうり	20
	太もやし	20
	人参	5
	赤じそ粉	0.5
	しょうゆ	1
	皮むき玉葱	30
	皮むきじゃがいも(2cm)	10
	人参	10
	油揚げ	7
	干しわかめ(カット)	0.5
	中ねぎ	5
	中みそ	5
甘みそ	2	
煮干し だし用	3	
清酒	1	
湯	100	

24日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ハヤシライス(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 海そうサラダ チーズ	牛乳	206
	牛肉(3×3cmスライス)	20
	皮むき玉葱	40
	人参	10
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	皮むきじゃがいも(2cm)	30
	(袋)マッシュルーム 1kg	7
	(袋)トマト水煮 3kg	15
	おろしにんにく	0.3
	小麦粉	5
	バター	3
	サラダ油	2
	サラダ油	2
	(袋)がらスープ 3kg	3
	赤ぶどう酒	2
	ウスターソース	2
	食塩	1
	こしょう	0.07
	チキンコンソメ	0.6
上白糖	0.5	
からし粉	0.15	
ピザ用チーズ	2	
ローリエ	0.1	
湯	70	
キャベツ	20	
きゅうり	25	
(乾)海藻ミックス	0.5	
(レト)ホールコーン 1kg	8	
青じそドレッシング	4.5	
(個)チーズ 鉄強化	13.5	

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				
麦 ごはん 牛乳 魚の野菜あんかけ いそ香あえ じゃがいものみそ汁	精白米(委託)	60	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	ご はん 牛乳 肉じゃが 春大根のあえもの 日向夏ゼリー(中のみ)	精白米(自校)	68	麦 ごはん 牛乳 ぶた肉のしょうが焼き けんちん汁	精白米(委託)	60	米粉パン 牛乳 豚肉並(2×2cmスライス) (レト)ミックスビーンズ 皮むきじゃがいも(2cm) 皮むき玉葱 エリンギ(1×3×0.3cm) サラダ油 白ぶどう酒 しょうゆ 三温糖 チキンコンソメ カレー粉 食塩 こしょう 湯 人参 きゅうり (レト)まぐる油漬 かんきつドレッシング	米粉パン	50				
	精白米(委託)	70		鉄強化米	0.5		精白米(自校)	75		精白米(委託)	70		牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206
	米粒麦 委託	6		牛肉(2×2cmスライス)	25		鉄強化米	0.5		牛乳	206		米粒麦 委託	6	豚肉並(2×2cmスライス)	20	(レト)ミックスビーンズ	15
	米粒麦 委託	7		おろし生姜	0.7		牛乳	206		清酒	1		米粒麦 委託	7	(レト)皮むきじゃがいも(2cm)	50	皮むき玉葱	45
	牛乳	206		おろしにんにく	0.5		牛肉(3×3cmスライス)	25		皮むきじゃがいも(2cm)	70		牛乳	206	エリンギ(1×3×0.3cm)	15	サラダ油	0.5
	(冷)赤魚 2cm角切・皮付き骨なし	40		皮むき玉葱	10		清酒	3		皮むき玉葱	40		ぶた肉のしょうが焼き	45	白ぶどう酒	2	しょうゆ	1.2
	食塩	0.1		人参	5		しょうゆ	2		つきこんにやく	20		けんちん汁	45	しょうゆ	1.2	三温糖	0.5
	清酒	1		サラダ油	0.25		上白糖	1.2		人参	15		けんちん汁	1.6	しょうゆ	1.2	チキンコンソメ	0.5
	でんぷん	8		清酒	3		チキンコンソメ	0.5		(冷)さやいんげん 500g	5		けんちん汁	0.2	上白糖	1.1	カレー粉	0.3
	米粉	3		しょうゆ	2		食塩	0.5		サラダ油	1		けんちん汁	4.5	みりん	0.6	食塩	0.3
	なたね油 ローリー	5		鶏肉	12		湯	10		しょうゆ	3.5		けんちん汁	1.1	サラダ油	1.2	こしょう	0.03
	皮むき玉葱	17		皮むき玉葱	30		大根	25		中双糖	2		けんちん汁	40	皮むき玉葱	40	湯	30
	ピーマン	3		人参	10		きゅうり	20		でんぷん	0.5		けんちん汁	8	人参	8	人参	25
	人参	3		中ねぎ	3		湯	10		湯	10		けんちん汁	5	エリンギ(1×3×0.3cm)	8	きゅうり	20
	サラダ油	0.5		干しいたけ(スライス)	0.5		日向夏ゼリー	50		大根	25		けんちん汁	5	ピーマン	5	(レト)まぐる油漬	7
	上白糖	1.15		おろし生姜	0.5		(個)日向夏ゼリー	50		きゅうり	20		けんちん汁	30	油揚げ	7	かんきつドレッシング	4.5
	しょうゆ	1.25		おろしにんにく	0.2					人参	5		けんちん汁	7	ごぼう(ささがき)	15		
	清酒	0.8		サラダ油	0.5					和風ドレッシング	4.5		けんちん汁	15	人参	5		
	おろし生姜	0.3		ごま油	0.5					(個)日向夏ゼリー	50		けんちん汁	5	中ねぎ	3		
	でんぷん	0.4		炒り白ごま 500g	1								けんちん汁	3	しょうゆ	2		
湯	6	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12					けんちん汁	2	食塩	0.5							
キャベツ	17	皮むき玉葱	30					けんちん汁	1	清酒	1							
太もやし	28	人参	10					けんちん汁	1	みりん	1							
人参	5	中ねぎ	3					けんちん汁	3	削り節 だし用	3							
味付けもみのり(5~10mm幅)県産	1.2	干しいたけ(スライス)	0.5					けんちん汁	1	出し昆布	1							
しょうゆ	1.2	おろし生姜	0.5					けんちん汁	100	湯	100							
皮むきじゃがいも(2cm)	20	おろしにんにく	0.2															
人参	10	サラダ油	0.5															
(冷)油揚げ(5mm×40mm)	10	(袋)がらスープ 3kg	3															
中ねぎ	5	食塩	0.6															
中みそ	5	しょうゆ	0.5															
甘みそ	2	チキンコンソメ	0.6															
煮干し だし用	3	ごま油	0.2															
清酒	1	湯	105															
湯	110	(個)もちクリームアイス 冷凍 40g	40															