

1日(火)			2日(水)			3日(木)			4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	大豆ごはん	精白米(自校)	65	コッペパン	コッペパン	50	麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70		鉄強化米	0.5		コッペパン	60		精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6		牛肉(2×2cmスライス)	15		牛乳	206		米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7		清酒	0.6		(冷)蒸大豆 国産	13		米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	206	牛乳	油揚げ	3	牛乳	(冷)あさりむき身	10	牛乳	牛乳	206
				人参	7		白ぶどう酒	1			
あつあげとなすのみそいため チンゲンサイともやしのあえもの	豚肉並(2×2cmスライス)	15	くわかめのきんぴら	(冷)むき枝豆 1kg	5	クラムチャウダー	ベーコン(短冊)	15	さばのみぞれ煮	(冷)さばのみぞれ煮	小 50
	清酒	2		サラダ油	1		皮むきじゃがいも(2cm)	30		(冷)さばのみぞれ煮	中 70
	おろし生姜	0.6		清酒	2		皮むき玉葱	40			
	おろしにんにく	0.2		うすくちしょうゆ	2.5		人参	10		太もやし	30
	なす	25		上白糖	1		しめじ	8		きゅうり	15
	サラダ油	1		食塩	0.8		(冷)むき枝豆 1kg	5		人参	5
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	50		出し昆布	0.5		ドライパセリ	0.03		赤じそ粉	0.5
	皮むき玉葱	30		牛乳	206		サラダ油	0.5		しょうゆ	1
	人参	10					サラダ油	2			
	たけのこ水煮(ホール)	10		野菜のみそあえ	てんぷら		15	バター		2	(冷)豆腐(カット)1kg
	ごま油	1	ごぼう(ささがき)		22	小麦粉	4	油揚げ	7		
	赤みそ	3	つきこんにやく(ハーフ)		15	調理用牛乳	20	なめこ 生	10		
	中双糖	2	(乾)まわかめ(カット)国産・200g		2	生クリーム	1	人参	7		
	しょうゆ	2	ごま油		0.7	チキンコンソメ	0.6	中ねぎ	5		
	チキンコンソメ	0.6	しょうゆ		2.5	食塩	0.3	赤みそ	5		
	でんぷん	1	中双糖		1.2	こしょう	0.02	中みそ	2		
	豆板醤	0.03	みりん		0.4	ローリエ	0.1	清酒	1		
	湯	20	清酒		1	湯	50	煮干し だし用	3		
	太もやし	28	一味		0.01	(冷)フロッコリー 国産 1kg	25	水	100		
	チンゲンサイ	17	削り節 だし用	0.5	きゅうり	20					
	人参	5	出し昆布	0.5	人参	5					
しょうゆ	2.3	水	10	サラダ油	1						
食酢	2			(冷)レモン果汁 県産・500g	1.2						
上白糖	1.2	きゅうり	17	食酢	1.5						
ごま油	0.6	太もやし	28	食塩	0.2						
		人参	5	こしょう	0.03						
		しょうゆ	1.2	上白糖	0.5						
		炒り白ごま 500g	1								
		すりごま	1	(個)ブルーベリージャム	小 15						
				(個)ブルーベリージャム	中 20						
		(個)野菜マフィン	25								

7日(月)			8日(火)			9日(水)			10日(木)			11日(金)		
献立名	食品名	一人当たり 正味分量	献立名	食品名	一人当たり 正味分量	献立名	食品名	一人当たり 正味分量	献立名	食品名	一人当たり 正味分量	献立名	食品名	一人当たり 正味分量
ド ラ イ カ レ ー 牛 乳 海 そ う サ ラ ダ ヨ ー グ ル ト	精白米(自校)	72	麦 ご は ん	精白米(委託)	60	ば ら ず し	精白米(自校)	65	小 型 コ ッ ペ ン 牛 乳 ソ ー ス 焼 き ス バ ゲ テ ィ に ん じ ん サ ラ ダ チ ー ズ	コッペパン	30	麦 ご は ん	精白米(委託)	60
	精白米(自校)	80		精白米(委託)	70		清酒	4		コッペパン	40		精白米(委託)	70
	鉄強化米	0.5		米粒麦 委託	6		食酢	15		牛乳	206		米粒麦 委託	6
	豚肉並ミンチ	15	米粒麦 委託	7	上白糖		10.5	牛乳		206	米粒麦 委託	7		
	牛赤肉ミンチ	15	牛乳	206	食塩	1.1	牛乳	206		牛乳	206			
	赤ぶどう酒	1	ヤ ン ニ ヨ ム チ キ ン チ ョ レ ギ サ ラ ダ は る さ め ス ー プ	鶏肉 胸・皮なし(唐揚げ用)	25	さ つ ま い も の あ げ も ん	出し昆布	0.7		スパゲティ(ハーフ)	35	か ま あ げ い り こ の な ん ば ん づ け 切 ぼ し 大 根 の あ え も の つ く ね 汁	牛乳	206
	(レト)ひきわり大豆 1kg	25		鶏肉 もも・皮なし(唐揚げ用)	25		(冷)むきえび	15		食塩	1.3		冷)釜揚げいりこ米粉付香川県産	37
	皮むき玉葱	45		鶏肉 もも・皮なし(唐揚げ用)	25		油揚げ	5		サラダ油	1		なたね油 ローリー	4
	人参	20		おろし生姜	0.3		高野豆腐(ずし用)	1		清酒	1		食酢	3.8
	おろしにんにく	0.6		清酒	1	ごぼう(さがき・ごはん用小さめ)	8	キャベツ		30	しょうゆ		2.5	
おろし生姜	0.3	でんぷん		5	人参	6	皮むき玉葱	20	上白糖	3				
サラダ油	1	米粉		2.5	(冷)むき枝豆 1kg	5	人参	7	一味	0.01				
小麦粉	1	なたね油 ローリー		6	干しいたけ(スライス)	0.8	ピーマン	5	湯	4				
レーズン	1	(袋)トマトケチャップ 1kg		5	上白糖	2.5	おろし生姜	0.5	切干し大根	4				
(袋)トマトケチャップ 1kg	4	おろしにんにく		0.5	清酒	2	おろしにんにく	0.1	きゅうり	25				
(袋)トマトパウダー 200g	0.5	しょうゆ	1	しょうゆ	0.6	サラダ油	2	(レト)ホールコーン 1kg	5					
ウスターソース	3.5	三温糖	2	うすくちしょうゆ	0.9	とんかつソース	7	食酢	2					
カレー粉	1.2	みりん	0.6	水	2	ウスターソース	2	しょうゆ	2					
赤ぶどう酒	1	赤みそ	0.6	牛乳	206	食塩	0.3	しょうゆ	2					
チキンコンソメ	0.7	豆板醤	0.05	さつまいも天ぷら 冷凍	40	こしょう	0.03	上白糖	1					
食塩	0.3	炒り白ごま 500g	1	なたね油 ローリー	8	粉かつお	0.5	炒り白ごま 500g	1					
こしょう	0.03	水	3	(冷)豆腐(カット)1kg	30	青のり粉	0.2	(冷)つくね	30					
牛乳	206	太もやし	25	えのきたけ(1/2)1kg	10	人参	22	しめじ	7					
太もやし	20	キャベツ	20	中ねぎ	5	きゅうり	22	人参	7					
きゅうり	25	人参	5	干しわかめ(カット)	0.5	(レト)ホールコーン 1kg	7	太ねぎ	5					
人参	5	味付けもみのり(5~10mm幅)県産	1	食塩	0.4	りんご酢	2	おろし生姜	0.1					
(乾)海藻ミックス	0.5	韓国ナムルドレッシング	4.5	しょうゆ	2	食酢	1	中みそ	7					
食酢	2.2	(レト)うずら卵1kg	20	しょうゆ	2	上白糖	0.4	甘みそ	5					
しょうゆ	2.2	皮むき玉葱	25	削り節 だし用	3	オリーブ油	0.3	煮干し だし用	3					
上白糖	1	人参	8	出し昆布	1	サラダ油	0.3	清酒	1					
サラダ油	0.5	中ねぎ	5	清酒	1	食塩	0.2	水	105					
ごま油	0.5	春雨(太め5cm)	3.5	湯	120	こしょう	0.02							
(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	サラダ油	0.5	しょうゆ豆	10									
		(袋)がらスープ 3kg	4			(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	小 10							
		しょうゆ	0.5			(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	中 15							
		食塩	0.3											
		チキンコンソメ	0.3											
		こしょう	0.03											
		ごま油	0.07											
		湯	105											

15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	60
(個)チョコ大豆クリーム		小 10
	(個)チョコ大豆クリーム	中 15
牛乳		206
(冷凍)ミニウインナー		30
皮むきじゃがいも(2cm)		40
皮むき玉葱		30
キャベツ		25
パセリ		0.8
サラダ油		1
(袋)がらスープ 3kg		3
チキンコンソメ		0.5
しょうゆ		1
食塩		0.5
こしょう		0.03
ローリエ		0.1
湯		80
(ドライパック)ミックスビーンズ 福豆入り		7
(レト)まぐろ油漬		7
きゅうり		25
人参		10
ごま油		0.3
(冷)レモン果汁 県産・500g		1
しょうゆ		1.2
上白糖		1

16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		206
オリーブ	オリーブ豚 並3×3カット スライス	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)		15
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
太もやし		27
小松菜		18
人参		5
ポン酢		0.8
しょうゆ		1.6
上白糖		0.6
花かつお(碎片)500g		1
チーズ 鉄強化(個装)		13.5

17日(木)

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
鉄強化米		0.5
牛乳		206
秋野菜の煮もの	豚肉並(2×2cmスライス)	20
清酒		1
(冷)厚揚げ(カット)1kg		10
れんこん(いちよう8mm)		15
ごぼう(斜め・3mm厚さ)		25
人参		5
(冷)むき枝豆 1kg		5
サラダ油		1
しょうゆ		3
上白糖		1.5
みりん		0.5
だし汁		15
(冷)すいとん		25
油揚げ		8
大根		15
人参		8
中ねぎ		5
しょうゆ		2
食塩		0.3
削り節 だし用		3
出し昆布		1
清酒		1
水		100
(袋)洗淨みかん(10個入り)		80

18日(金)

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	60
牛乳		206
(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
人参		5
(乾)ひじき		0.6
ダイスチーズ(4mm角)生食用		5
和風ドレッシング		5
(個)牛乳プリン鉄分強化		40

21日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 小魚のつくだけ煮 牛乳 こうやどうふのたまごとし こんぶあえ	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	鉄強化米	0.5
	(袋)小魚佃煮	6
	牛乳	206
	豚肉赤身(2×2cmスライス)	20
	清酒	1
	鶏卵	20
	高野豆腐(サイコロ)	17
	皮むき玉葱	30
	人参	10
	干しいたけ(スライス)	1
	(冷)きやいんげん 500g	10
	サラダ油	1
	しょうゆ	3.4
	三温糖	1.9
	食塩	0.2
	削り節 だし用	0.5
	湯	65
	小松菜	17
	太もやし	28
	人参	5
	塩ふき昆布	1
しょうゆ	1.2	
すりごま	1.2	

22日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ハヤシライス(麦ごはん) 牛乳 りつちゃんサラダ ミニトマト 小煮干し	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	牛赤肉(2×2cmスライス)	30
	皮むき玉葱	40
	人参	10
	(冷)むき枝豆 1kg	3
	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	
牛乳	206	
ロースハム(短冊)卵抜き	3	
キャベツ	20	
きゅうり	15	
人参	5	
(レト)ホールコーン 1kg	7	
(乾)刻み昆布	0.2	
花かつお(碎片)500g	0.8	
和風ドレッシング	4	
ミニトマト(35個入り)	30	
ミニトマト(43個入り)	30	
小煮干し	4	

23日(水)		
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 アーモンドサラダ ヨーグルト 希少糖入りシロップ	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	赤ぶどう酒	2
	(レト)蒸大豆 国産	15
	(冷)白いんげん豆 1kg	15
	皮むきじゃがいも(2cm)	40
	皮むき玉葱	40
	人参	15
	パセリ	0.8
	(袋)トマト水煮 3kg	12
	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	0.1
	上白糖	0.5
	ウスターソース	0.5
	食塩	0.5
	こしょう	0.05
	チキンコンソメ	0.3
	湯	20
	キャベツ	20
	きゅうり	25
人参	5	
しょうゆ	2.5	
食酢	2	
上白糖	1	
サラダ油	1	
アーモンド(刻み)	1.2	
アーモンド(粉)	1.2	
(個)ヨーグルト(無糖)	70	
(個)希少糖入りシロップ	10	

24日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーピラフ 牛乳 野菜と肉だんごのスープ 大根サラダ 豆乳プリンタルト	精白米(自校)	65
	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
	皮むき玉葱	10
	人参	10
	エリンギ(1×2×0.3cm)	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	おろしにんにく	0.2
	バター	0.26
	サラダ油	0.5
	食塩	0.9
	こしょう	0.03
	カレー粉	0.6
	チキンコンソメ	0.6
	白ぶどう酒	2.2
	ウスターソース	1
	牛乳	206
	(冷)肉だんご	30
	皮むき玉葱	25
	人参	10
	マカロニ(シエル)	3.5
	サラダ油	1
(袋)がらスープ 3kg	3	
チキンコンソメ	0.6	
しょうゆ	0.8	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
ローリエ	0.1	
湯	110	
大根	25	
きゅうり	20	
(レト)まぐろ油漬	8	
かんきつドレッシング	4.5	
(個)国産豆乳プリンタルト	25	

25日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
親子どんぶり(麦ごはん) 牛乳 たくあんあえ いも大福	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	18
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	12
	鶏卵	25
	皮むき玉葱	50
	人参	10
	干しいたけ(スライス)	1
	中ねぎ	5
	しょうゆ	4.5
	みりん	3
	上白糖	1.5
	清酒	1
	食塩	0.5
	でんぷん	0.8
	削り節 だし用	1.5
	出し昆布	0.5
	湯	50
	牛乳	206
	小松菜	17
	太もやし	30
たくあん(刻み)1kg袋	5	
しょうゆ	1.2	
炒り白ごま 500g	1	
(個)いも大福	30	

28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	
	(冷)はもとコーンのしんじょうフライ	小 50	
	(冷)はもとコーンのしんじょうフライ	中 60	
はもとコーンのしんじょうフライ	なたね油 ローリー	6	
	きゅうり	15	
	太もやし	30	
	人参	5	
	しょうゆ	1.8	
	すだち酢	1.5	
	上白糖	1.2	
	さつまいも(2cm角)県産	30	
	油揚げ	7	
	しめじ	7	
	人参	10	
	中ねぎ	5	
	(樽)麦みそ 8kg	7	
	清酒	1	
	煮干し だし用	3	
	水	100	

29日(火)

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
	鉄強化米	0.5
	(レト)しじみ佃煮	8
しじみのつくだ煮	牛乳	206
	てんぷら	15
牛乳	油揚げ	7
	人参	7
	切干し大根	5
	(冷)さやいんげん 500g	5
	ごま油	0.5
	しょうゆ	3
	みりん	1.5
	清酒	1
	上白糖	1
	だし汁	15
	豚肉並(2×2cmスライス)	20
清酒	1	
油揚げ	5	
ごぼう(ささがき)	15	
さつまいも(2cm角)	15	
人参	5	
中ねぎ	3	
(樽)麦みそ 8kg	7	
清酒	1	
煮干し だし用	3	
水	97	
(個)安納芋ムース	30	

30日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
全粒粉パン	全粒粉パン	50
	全粒粉パン	60
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	18
牛乳	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	12
	白ぶどう酒	1
パン	(生)かぼちゃ(2×2cm)	30
	皮むき玉葱	40
	人参	10
	しめじ	15
	ドライパセリ	0.03
	サラダ油	1
	サラダ油	2
	バター	3
	小麦粉	5
	調理用牛乳	20
	生クリーム	3
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.3
	こしょう	0.02
	ローリエ	0.1
	湯	50
	キャベツ	20
	きゅうり	25
	人参	5
	(レト)ホールコーン 1kg	7
イタリアンドレッシング	4.5	

31日(木)

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
	鉄強化米	0.5
牛乳	牛乳	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	25
とうふの中煮	清酒	1
	(冷)豆腐(カット)1kg	65
	皮むき玉葱	35
	人参	10
	太ねぎ	7
	きくらげ(せん切り)	0.5
	おろし生姜	1.5
	ごま油	0.5
	サラダ油	0.5
	しょうゆ	3
	中双糖	1
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.2
	一味	0.01
	でんぷん	1
	湯	20
	太もやし	30
	ほうれん草	15
	人参	5
	すりごま	1
	棒々鶏ドレッシング	4.5
(個)ミックスマッツ	15	