

2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	
	豚肉並(3×3cmスライス)	20	
チヌだんご入り煮しめ	清酒	1	
	れんこん(いちよう8mm)	15	
	ごぼう(斜め・5mm厚さ)	20	
	人参	10	
	里いも(2cm)	15	
	チヌ団子 冷凍(無償提供)	20	
	(冷)さやいんげん 500g	5	
	サラダ油	1	
	しょうゆ	3.5	
	中双糖	1.2	
	みりん	0.5	
	削り節 だし用	2	
	水	20	
	ゆず香あえ	ほうれん草	17
太もやし		28	
人参		5	
ゆず酢		2	
しょうゆ		1.5	
上白糖		1.5	
炒り白ごま 500g		0.5	
すりごま		1.5	
わさんぼんとう		(個)和三盆糖	2

3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
牛乳	牛乳	206
	冷)コシシロでんぶん付き 香川県産	40
	なたね油	5
	太ねぎ	5
	おろし生姜	0.5
	おろしにんにく	0.3
	ごま油	0.6
	上白糖	2
	(袋)トマトケチャップ 1kg	3
	食塩	0.15
コンシロのチリソースかけ	しょうゆ	0.7
	豆板醤	0.02
	でんぶん	0.3
	水	10
	人参	25
	(レト)まぐろ油漬	7
	きゅうり	20
	かんきつドレッシング	4.5
	ベーコン(短冊)	5
	皮むき玉葱	20
(レト)ホールコーン 1kg	10	
にんじんサラダ	ロメインレタス	20
	チキンコンソメ	0.5
	(袋)がらスープ 3kg	3
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	清酒	1
	しょうゆ	0.5
	ごま油	0.1
	湯	105
	ロメインレタスとコーンのスープ	

4日(水)

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)	65
	鉄強化米	0.5
	牛肉(2×2cmスライス)	15
	油揚げ	5
牛乳	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
	うすくちしょうゆ	2.7
	清酒	2.3
	上白糖	1
	食塩	0.6
	出し昆布	0.5
食べて菜	牛乳	206
	太もやし	30
	しょうゆ	1.2
	花かつお(碎片)500g	1
	(冷)豆腐(カット)1kg	20
	油揚げ	7
	大根	20
	人参	10
	中ねぎ	3
	干しわかめ(カット)	0.5
だいこんのみそ汁	中みそ	6
	甘みそ	2
	煮干し だし用	3
	出し昆布	0.2
	清酒	1
	湯	100
	(個)キャンディチーズ 鉄強化	小 10
	(個)キャンディチーズ 鉄強化	中 15

5日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
冬野菜カレーライス(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	豚肉並(3×3cmスライス)	20
	皮むき玉葱	35
	皮むきかぶ	30
	れんこん(いちよう5mm)	10
	人参	10
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	(袋)トマト水煮 3kg	5
	おろしにんにく	0.5
	おろし生姜	0.3
	サラダ油	1
海そうサラダ	小麦粉	5.5
	サラダ油	6.5
	カレー粉	1
	(袋)がらスープ 3kg	3
	ウスターソース	3
	赤ぶどう酒	2
	(袋)トマトケチャップ 1kg	2
	とんかつソース	1
	しょうゆ	1
	チャツネ 450g	1
食塩	0.8	
小にぼし	こしょう	0.04
	チキンコンソメ	0.5
	湯	90
	牛乳	206
	きゅうり	7
	水菜	2
	大根	30
	(乾)海藻ミックス	0.5
	(レト)ホールコーン 1kg	7
	しょうゆ	2
上白糖	0.8	
食酢	2	
ごま油	0.3	
サラダ油	0.3	
炒り白ごま 500g	1	
小煮干し	3	

6日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
しっぽくうどん	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小1-3 200
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4-6 280
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中 300
牛乳	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10
	清酒	1
	てんぷら	10
	油揚げ	5
	大根	25
	里いも(1.5cm)	10
	人参	5
	ごぼう(ささがき)	15
	中ねぎ	5
きびなごのかりかりフライ	しめじ	5
	しょうゆ	5
	清酒	1.5
	みりん	1
	食塩	0.6
	煮干し だし用	3
	水	130
	牛乳	206
	(冷)きびなごかりかりフライ	30
	なたね油	7
小原紅早生(小のみ)		

9日(月)

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	牛乳	206
	(冷)水餃子(Fe・Ca強化)	35
	(セ)白菜	25
	皮むき玉葱	25
	たけのこ水煮(ホール)	10
	人参	15
	春雨(太め5cm)	3.5
	おろし生姜	0.5
	サラダ油	1
	(袋)がらスープ 3kg	3
	しょうゆ	1.8
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	湯	100
	さきいか 1kg	3
	れんこん(いちよう3mm)	15
きゅうり	15	
(レト)ホールコーン 1kg	7	
上白糖	0.5	
しょうゆ	1.5	
食酢	2	
ごま油	0.5	
炒り白ごま 500g	1	

水ぎょうざのスープ煮
かみかみサラダ

10日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
深川めし	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.5
	(冷)あさりむき身	7
	清酒	2
	おろし生姜	0.5
	牛乳	206
	人参	7
	油揚げ	10
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	1
まんばの煮びたし	清酒	0.5
	しょうゆ	3
	上白糖	1.2
	食塩	0.6
	出し昆布	0.5
	牛乳	206
	てんぷら	15
	(生)まんば	25
	しめじ	15
	油揚げ	7
サラダ油	0.5	
体があたたまるみそ汁	ごま油	0.2
	しょうゆ	1.5
	みりん	0.3
	煮干し だし用	5
	出し昆布	0.5
	水	10
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	15
	清酒	1
	大根	20
	人参	7
ミックスナッツ	皮むき玉葱	15
	おろし生姜	0.1
	おろしにんにく	0.2
	ごま油	0.5
	中みそ	6
	甘みそ	2
	出し昆布	0.5
	煮干し だし用	3
	湯	100
	(個)ミックスナッツ	10

63

11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(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	60
牛乳	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(3×3cm)(香川県産)	25
	鶏肉 胸・皮なし(3×3cm)(香川県産)	25
	清酒	1.5
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	おろしにんにく	0.3
	おろし生姜	0.3
	ナツメグパウダー 100g	0.05
	オレガノ	0.05
	でんぷん	8
	米粉	3
	なたね油	5
	大根	30
	きゅうり	15
	星形チーズ	7
	イタリアンドレッシング	4.5
チーズサラダ	ベーコン(短冊)	7
	皮むき玉葱	20
	キャベツ	20
	(冷)白いんげん豆 1kg	10
	パセリ	0.5
	(袋)トマト水煮 3kg	20
	サラダ油	0.5
	おろしにんにく	0.3
	(袋)がらスープ 3kg	3
	赤ぶどう酒	1
(袋)トマトパウダー 200g	0.8	
ミネストローネ	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.5
	上白糖	0.1
	ローリエ	0.1
	湯	90

12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
牛乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	牛乳	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	30
	清酒	1
	(生)かぼちゃ(2×2cm)	60
	皮むき玉葱	45
	つきこんにやく(ハーフ)	20
	人参	15
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	1
	米粉	3.7
	中双糖	1.7
	清酒	1
	食塩	0.1
	湯	5
	アーモンドあえ	キャベツ
きゅうり		22
(レト)ホールコーン 1kg		8
しょうゆ		2
上白糖		1
食酢		1.5
サラダ油		0.5
アーモンド(刻み)		1.2
アーモンド(粉)		1.2

13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
牛乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	牛乳	206
	(冷)さばのみそ煮	小 50
	(冷)さばのみそ煮	中 70
	キャベツ	25
	太もやし	20
	人参	5
	華やかごはんの素 350g	2
	しょうゆ	0.1
	豚肉赤身(2×2cmスライス)	8
	清酒	1
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	15
	(乾)ひじき	2
	洗いごぼう	20
	人参	5
	つきこんにやく(ハーフ)	10
(冷)むき枝豆 1kg	5	
サラダ油	1	
しょうゆ	2.8	
三温糖	1	
みりん	0.5	
削り節 だし用	0.5	
湯	10	
小原紅早生(中のみ)	80	

16日(月)			17日(火)			18日(水)			19日(木)			20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	麦ごはん	精白米(委託)	60	麦ごはん	精白米(委託)	60	麦ごはん	精白米(委託)	60	ごはん	精白米(自枝)	72
	コッペパン	60		精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		精白米(委託)	70		精白米(自枝)	80
	(個)いちごジャム	小 15		米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		米粒麦 委託	6		鉄強化米	0.5
	(個)いちごジャム	中 20		米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7		米粒麦 委託	7			
													牛乳	206
	牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206			
	豚肉並(2×2cmスライス)	20		豚肉並ミンチ	10		(冷)肉だんご	30		(冷)キャベツ入り平つくね 50g	小 50		豚肉並(2×2cmスライス)	30
	白ぶどう酒	1		牛肉ミンチ	10		皮むき玉葱	50		(冷)キャベツ入り平つくね 60g	中 60		清酒	1
	皮むき玉葱	40		(冷)厚揚げ(カット)1kg	30		たけのこ水煮(ホール)	30		しょうゆ	2.6		キャベツ	20
	皮むきじゃがいも(2cm)	45		大根	40		人参	15		三温糖	2.2		皮むき玉葱	30
	人参	12		里いも(2cm)	20		エリンギ(1×2×0.3cm)	10		みりん	2		人参	10
	エリンギ(1×2×0.3cm)	8		人参	12		(冷)さやいんげん 3cmカット 500g	5		でんぶん	0.3		たけのこ水煮(ホール)	15
	おろしにんにく	0.5		干しいたけ(スライス)	0.5		おろしにんにく	0.5		湯	8		エリンギ(1×2×0.3cm)	10
サラダ油	0.5	(冷)さやいんげん 500g	7	サラダ油	1	小松菜	17	おろし生姜	0.5					
バター	0.5	サラダ油	1	食酢	2.5	太もやし	28	サラダ油	1					
(袋)トマト水煮 3kg	25	しょうゆ	3.5	上白糖	3.3	人参	5	オイスターソース	0.7					
(袋)トマトケチャップ 1kg	3	三温糖	1.5	しょうゆ	4	味付けもみのり(5~10mm幅)県産	1.2	でんぶん	0.5					
赤ぶどう酒	1	みりん	0.5	(袋)トマトケチャップ 1kg	1.7	しょうゆ	1.2	ごま油	0.5					
上白糖	0.8	清酒	1	(袋)トマトパウダー 200g	0.1									
ウスターソース	0.7	でんぶん	0.5	清酒	1	(冷)厚揚げ(カット)1kg	20	春雨(8~10cm)	5					
チキンコンソメ	0.6	湯	15	チキンコンソメ	0.6	つきこんにゃく(ハーフ)	10	きゅうり	20					
食塩	0.4			食塩	0.1	てんぶら	15	人参	5					
こしょう	0.04	食べて菜	17	でんぶん	1	ごぼう(ささがき)	20	(レト)ホールコーン 1kg	5					
湯	30	太もやし	28	水	10	人参	5	しょうゆ	3					
		人参	5			(冷)むき枝豆 1kg	5	食酢	2.5					
		塩ふき昆布	1	野菜マフィン		(乾)早煮昆布(カット)	1	上白糖	2					
		しょうゆ	1.2			サラダ油	1	ごま油	1					
		炒り白ごま 500g	1			しょうゆ	2.6							
		(個)紫いもチップス	6			三温糖	1.5							
						みりん	0.5							
						水	9							
						(個)チーズ 鉄強化	13.5							

23日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
ごはん 牛乳	精白米(自校)	72	
	精白米(自校)	80	
	鉄強化米	0.5	
	牛乳	206	
	煮こみ おでん	牛肉(3×3cmスライス)	15
		てんぷら	15
		(レト)うずら卵1kg	25
		(冷)厚揚げ(カット)1kg	25
		大根	25
		板こんにやく	20
		人参	10
		(乾)早煮昆布(カット)	1
		甘みそ	6
		赤みそ	4
中双糖	2		
清酒	1		
しょうゆ	0.8		
湯	60		
香り あえ	きゅうり	15	
	太もやし	30	
	人参	5	
	しょうゆ	2	
	ゆず酢	1.5	
	上白糖	1	

24日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
麦 ごはん 牛乳	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	
	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
		太ねぎ	3
		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		
でんぷん	1		
湯	30		
ほう れん 草	ほうれん草	17	
	太もやし	30	
	人参	2	
	しょうゆ	1	
	赤じそ粉	0.7	