

六条町 7月

1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
	(冷)たこ(2cm)県産	35
たこのいそべあげ	清酒	1.5
	食塩	0.1
	米粉	7
	青のり粉	0.2
	水	8.4
	なたね油 ローリー	4
	キャベツ	25
	小松菜	20
	きゅうり	10
	炒り白ごま	1
	しょうゆ	2
	花かつお(碎片)500g	0.5
	油揚げ	5
	うどん冷凍	20
	玉葱	15
人参	8	
中ねぎ	3	
生しいたけ(スライス)県産・1kg	3	
中みそ	5.5	
甘みそ	5	
煮干し だし用	4	
水	130	

2日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ビビンバ	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
牛乳	牛乳	206
	牛肉(3×2cmスライス)	43
ダイシモチ麦のサムゲタンスープ	にんにく	0.8
	中ねぎ	2
	ごま油	0.5
	しょうゆ	2.5
	三温糖	1.3
	清酒	1
	炒り白ごま	1
	一味	0.01
	太もやし	25
	ほうれん草	25
	人参	5
	食酢	2
	しょうゆ	2
	上白糖	1.2
	サラダ油	1
鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)	6	
鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)	4	
豆腐	15	
もち麦	5	
玉葱	25	
人参	7	
中ねぎ	3	
干しいたけ(スライス)	0.5	
生姜	0.5	
にんにく	0.2	
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ 1kg	4	
食塩	0.5	
しょうゆ	0.5	
チキンコンソメ	0.6	
ごま油	0.2	
湯	120	

3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
牛乳	牛乳	206
	豚肉赤身ミンチ	12
あつあげとなすのみそいため	清酒	2
	生姜	0.6
	にんにく	0.2
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	50
	玉葱	30
	なす	25
	人参	10
	チンゲンサイ	10
	たけのこ水煮(1/2カット)	8
	ごま油	0.8
	中双糖	2
	チキンコンソメ	0.6
	しょうゆ	2.2
	赤みそ	3
	豆板醤	0.03
でんぷん	1	
湯	20	
冷とうみかん	じゃがいも	12
	なたね油	3
	太もやし	25
	きゅうり	20
	人参	7
	しょうゆ	2.2
	食酢	1.2
	上白糖	1.5
	サラダ油	1
	(冷)レモン果汁 県産・500g	1
	(個)冷凍みかん	80

4日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
とうもろこしのたきこみごはん	精白米(自校)	60
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6
	(冷)油揚げ(5mm×40mm)	3
	(レト)ホールコーン 1kg	10
	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	0.5
	しょうゆ	2.5
	上白糖	1
	清酒	1
	食塩	0.3
	出し昆布	0.1
	水	10
	牛乳	牛乳
(冷)笹かまぼこ		16
型抜きかまぼこ(星)		5
大根		15
きゅうり		15
キャベツ		15
人参		5
食酢		2.2
うすくちしょうゆ		1.5
上白糖		1
花かつお(碎片)500g		1
(レト)うずら卵1kg		20
油揚げ		5
玉葱		25
人参		10
オクラ	5	
乾)そうめん	5	
食塩	0.3	
しょうゆ	0.4	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	115	
(個)七タクレープ	35	

5日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフハンバーガー	全粒粉パン 丸型	50
	牛乳	206
	(冷)ハンバーグ 焼き用 鉄分強化・減塩	幼・小 60
牛乳	(冷)ハンバーグ 焼き用 鉄分強化・減塩	中 80
	(袋)トマトケチャップ 1kg	4.5
	とんかつソース	3.5
	赤ぶどう酒	1
	上白糖	0.4
	水	3
	キャベツ	35
	人参	5
	サラダ油	0.5
	食塩	0.1
	こしょう	0.02
	ベーコン(短冊)	5
	玉葱	20
	(生)皮付きかぼちゃ(1.5cm)	15
	なす	10
ズッキーニ	10	
(冷)むき枝豆 1kg	4	
サラダ油	0.5	
(袋)トマト水煮 1kg	15	
(袋)がらスープ 1kg	4	
赤ぶどう酒	1	
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ	0.5	
ローリエ	0.1	
湯	105	
(個)スライスチーズ(鉄・Ca)	20	

六条町 7月

8日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
スタミナ どんぶり 牛乳 ピーファン サラダ ゴーヤ チップス	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	豚肉赤身(2×2cmスライス)	40
	清酒	1
	皮むき玉葱	40
	人参	15
	たけのこ水煮(1/2カット)	10
	チンゲンサイ	10
	エリンギ	5
	にら	4
	にんにく	0.5
	生姜	0.3
	ごま油	0.7
	しょうゆ	2.2
	上白糖	1.2
	チキンコンソメ	0.5
	赤みそ	3
	オイスターソース	1
豆板醤	0.1	
でんぶん	1	
湯	10	
太もやし	25	
きゅうり	15	
人参	5	
ピーファン	5	
しょうゆ	2.5	
食酢	2	
上白糖	1.5	
ごま油	1	
からし粉	0.05	
ゴーヤ(チップス用スライス)	20	
食塩	0.5	
でんぶん	3	
なたね油 ローリー	3	
カレー粉	0.3	
食塩	0.2	

9日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 牛乳 さばの 七味 焼き 大豆の 五目煮 切り ぼし 大根の あえもの	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	(冷)さば	幼・小 50
	(冷)さば	中 70
	生姜	1
	清酒	1.5
	しょうゆ	2
	七味	0.05
	牛肉(2×2cmスライス)	5
	(冷)大豆水煮	20
	油揚げ	5
	(乾)ひじき	1.5
	洗いごぼう	10
	人参	5
	つきこんにゃく	5
	(冷)さやいんげん 500g	5
	サラダ油	0.5
	しょうゆ	2
上白糖	1.2	
みりん	0.8	
湯	10	
(レト)さきみ油漬(フレーク)	5	
きゅうり	15	
切干し大根	5	
人参	5	
(レト)ホールコーン 1kg	5	
ごま油	1	
しょうゆ	2.2	
上白糖	1	
食酢	2.2	

10日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 牛乳 ぶた肉の しょう が焼き こんぶ あえ とう がん 入り かき たま 汁	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	豚肉赤身(3×3×0.5cm)	45
	生姜	2
	皮むき玉葱	40
	人参	7
	エリンギ	5
	しょうゆ	3.5
	清酒	1
	みりん	0.5
	上白糖	1
	サラダ油	1
	太もやし	25
	チンゲンサイ	20
	人参	5
	しょうゆ	1
	塩ふき昆布	1.3
	炒り白ごま	1
鶏卵	20	
玉葱	20	
人参	7	
皮むきミニ冬瓜	12	
中ねぎ	3	
しょうゆ	1	
食塩	0.6	
でんぶん	0.5	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
湯	115	

11日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッ ペ パン 手 作 り も も ジ ャ ム 牛 乳 ガ ン ボ ス ー プ チ ー ズ 入 り カ ル ち ゃ ん サ ラ ダ	コッペパン	50
	(レト)黄桃 1kg	10
	(冷)桃ピューレ	10
	上白糖	4
	(冷)レモン果汁 県産・500g	0.5
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	9
	粗挽きウインナー(2cm)	7
	赤ぶどう酒	2
	玉葱	30
	じゃがいも	25
	オクラ(高松市無償提供)	8
	人参	7
	黄パプリカ	5
	にんにく	0.3
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ 1kg	4
	チキンコンソメ	0.5
	(袋)トマト水煮 1kg	12
(袋)トマトケチャップ 1kg	4	
小麦粉	4	
サラダ油	4	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
チリパウダー	0.06	
パプリカ粉	0.04	
湯	110	
上乾ちりめん	2	
小松菜	20	
キャベツ	15	
人参	5	
ダイスチーズ(4mm角)生食用	8	
(乾)ひじき	1.2	
食酢	2	
しょうゆ	2	
上白糖	1.2	
こしょう	0.02	
サラダ油	0.5	
ごま油	0.5	

12日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
夏 野 菜 カ レ ー ラ イ ス 牛 乳 ビ ー ン ズ サ ラ ダ ミ ニ ト マ ト (小 中 の み)	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	豚肉並(2×3cmスライス)	20
	皮むき玉葱	35
	じゃがいも	25
	(生)かぼちゃ(2×2cm)	20
	なす	12
	皮むきミニ冬瓜	12
	ズッキーニ	10
	人参	10
	ピーマン	6
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
	サラダ油	2
	小麦粉	5
	サラダ油	5
	カレー粉	1.1
	(袋)がらスープ 1kg	4
(袋)トマトケチャップ 1kg	2	
ウスターソース	1.7	
とんかつソース	1	
しょうゆ	1	
チャツネ 450g	1	
赤ぶどう酒	1	
食塩	0.5	
こしょう	0.04	
チキンコンソメ	0.5	
湯	75	
(レト)まぐろ油漬	5	
(冷)むき枝豆 1kg	5	
(冷)大豆水煮	5	
キャベツ	25	
きゅうり	10	
(レト)ホールコーン 1kg	5	
(冷)レモン果汁 県産・500g	1.5	
しょうゆ	1.8	
上白糖	1	
サラダ油	0.5	
ミニトマト	30	

