

六条町 10月

1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
牛乳	牛乳	206
いかのいそべあげ	(冷)紫いか(2×4cm)	45
	青のり粉	0.2
	天ぷら粉 乳・卵抜き	6
	食塩	0.2
	水	12
	なたね油 ローリー	5
	(冷)親鳥素焼きスライス	5
	ほうれん草	20
	切干し大根	4
人参	7	
おやどり入りかみかみあえ	(レト)ホールコーン 1kg	3
	上白糖	1.3
	しょうゆ	2.5
	ごま油	0.5
	鶏卵	12
	高野豆腐(サイコロ)	10
	玉葱	30
	人参	7
	(冷)さやいんげん 500g	4
こうやどうふのたまごとし	しょうゆ	2
	三温糖	1.5
	食塩	0.15
	削り節 だし用	1.5
	水	40

2日(水)

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
ぶた肉と野菜の中華いため	豚肉赤身(3×3cmスライス)	45
	清酒	1
	キャベツ	40
	玉葱	35
	人参	10
	ピーマン	10
	エリンギ(1×3×0.3cm)	8
	にんにく	0.3
	生姜	1
	サラダ油	1
はるさめサラダ	しょうゆ	4.5
	上白糖	1.5
	オイスターソース	1.5
	でんぶん	0.5
	ごま油	0.5
	ロースハム(短冊)卵抜き	5
	春雨(太め5cm)	5
	干しわかめ(カット)	0.8
	きゅうり	20
人参	7	
かえりアーモンド	炒り白ごま	1
	しょうゆ	2.5
	食酢	2
	上白糖	1.5
	ごま油	1
	からし粉	0.05
	かえり	5
	アーモンド(四つ割)	4
	上白糖	0.6
しょうゆ	0.3	
みりん	1	
水	2	

3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
魚のごまみそソースかけ	(冷)赤魚 2cm角切・皮付き骨なし	45
	生姜	0.4
	清酒	1
	でんぶん	8
	なたね油 ローリー	5
	炒り白ごま	0.7
	すりごま	0.5
	中みそ	3.5
	(袋)トマトケチャップ 1kg	2.5
	三温糖	1.2
牛肉とひじきのうま煮	清酒	1.5
	ガーリックパウダー	0.04
	湯	5.5
	牛肉(2×2cmスライス)	10
	(乾)ひじき	1.5
	つきこんにやく	7
	洗いごぼう	10
	人参	7
	(冷)さやいんげん 500g	5
白玉だんご汁	サラダ油	0.5
	しょうゆ	2.2
	三温糖	1
	みりん	0.5
	だし汁	7
	(冷)白玉	25
	油揚げ	5
	大根	20
	玉葱	20
人参	7	
中ねぎ	3	
清酒	1	
しょうゆ	0.6	
食塩	0.6	
みりん	0.5	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	110	

4日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーピラフ	精白米(自校)	65
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8
牛乳	白ぶどう酒	2
	皮むき玉葱	15
	人参	5
	エリンギ	5
	(冷)グリーンピース	5
	サラダ油	1
	カレー粉	0.8
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.6
	こしょう	0.03
ツナコーンサラダ	牛乳	206
	(レト)まぐる油漬	10
	キャベツ	30
	きゅうり	10
	(レト)ホールコーン 1kg	10
	人参	7
	食酢	2.3
	上白糖	1.2
	サラダ油	1
ヨーグルト・希少糖入りシロップ	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	ベーコン(短冊)	7
	じゃがいも	25
	玉葱	30
	人参	7
	マカロニ(英字)	5
	セロリ	2
	(袋)がらスープ 1kg	4
(小中のみ)	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.4
	しょうゆ	0.5
	湯	110
	(個)ヨーグルト(無糖)	70
	(個)希少糖入りシロップ	10

六条町 10月

7日(月)

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	40
	牛乳	206
	スパゲティ(ハーフ)	35
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8
	ベーコン(短冊)	10
	皮むき玉葱	40
	人参	10
	えのきたけ	5
牛乳 きのこ スパゲティ	エリンギ	5
	しめじ	5
	まいたけ	5
	ピーマン	5
	にんにく	0.5
	サラダ油	1
	白ぶどう酒	1
	しょうゆ	1
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.4
フリレンチ サラダ	こしょう	0.04
	(個)刻みのり 0.3g	0.3
	キャベツ	30
	きゅうり	15
	赤パプリカ	5
	(レト)ホールコーン 1kg	5
	(冷)レモン果汁 県産・500g	1
	食酢	1.3
	サラダ油	1.5
	上白糖	1.1
りんご	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	りんご	25

8日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ばら ずし	精白米(自校)	65
	清酒	3
	出し昆布	0.5
	食酢	10
	牛乳	8
	食塩	0.8
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	10
	清酒	1
	(冷)油揚げ(5mm×40mm)	5
	ごぼう(きさがき・ごはん用小さめ)	5
牛乳 さつまいも のあげもん	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	3
	高野豆腐(すし用)	0.3
	干しいたけ(スライス)	0.3
	上白糖	1.9
	うすくちしょうゆ	1.9
	清酒	1.5
	牛乳	206
	さつまいも天ぷら 冷凍	40
	なたね油 ローリー	5
こんぶ あえ	キャベツ	30
	小松菜	15
	(レト)ホールコーン 1kg	5
	人参	5
	しょうゆ	1.1
	塩ふき昆布	1.1
	型抜きかまぼこ(小菊)	5
	豆腐	25
	油揚げ	7
	つきこんにやく	10
けんちん 汁	人参	7
	中ねぎ	3
	しょうゆ	2
	食塩	0.4
	削り節 だし用	4
	出し昆布	1
	水	110

9日(水)

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
	冷)鯉2cm角切・皮付き骨なし	45
	清酒	2
	食塩	0.15
	こしょう	0.02
	(冷)人参すりおろし	5
	マヨネーズ 1kg	8
牛乳 さけ のみ じ焼き	紙カップ 小判3号 300枚入	1
	太もやし	25
	ほうれん草	25
	しょうゆ	2.3
	上白糖	1
	炒り白ごま	1
	油揚げ	5
	さつまいも(2cm角)	25
	玉葱	30
	中ねぎ	3
ほう れん 草 の ご ま あ え	中みそ	5.5
	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
	水	110

10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
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	24
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	16
	生姜	0.3
	清酒	1
	でんぶん	8
	なたね油 ローリー	4
牛乳 ヤン ニョ ム チ キ ン	(袋)トマトケチャップ 1kg	8
	三温糖	2
	韓国風塩だれ	1.3
	しょうゆ	0.5
	にんにく	0.04
	豆板醤	0.04
	水	7.5
	太もやし	30
	小松菜	25
	人参	7
韓 国 風 塩 だ れ サ ラ ダ	炒り白ごま	1
	(冷)レモン果汁 県産・500g	0.6
	ごま油	1.4
	おろしにんにく	0.2
	食塩	0.4
	中華スープ(ねり状)	0.4
	ポンス火腿(短冊)卵抜き	7
	玉葱	25
	人参	8
	中ねぎ	5
は る さ め ス ー プ	春雨(8~10cm)	5
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	5
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ 1kg	4
	しょうゆ	0.5
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	ごま油	0.1
	湯	130
ブ ル ー ベ リ ー ゼ リ ー	(個)ブルーベリーゼリー 鉄分強化	40

11日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
玄 米 揚 げ パ ン	コッペパン	50
	コッペパン	60
	なたね油 ローリー	6
	焙煎玄米粉	5
	三温糖	3.6
	紙ナフキン	1
	牛乳	206
	(冷)肉だんご	30
	玉葱	40
	白菜	35
(幼 小 の み )	人参	15
	チンゲンサイ	15
	生姜	0.5
	サラダ油	1
	(袋)がらスープ 1kg	4
	清酒	1
	食塩	0.5
	チキンコンソメ	0.3
	しょうゆ	0.3
	こしょう	0.03
コ ッ ペ パ ン ・ 手 作 り り ん ご ジ ャ ム	湯	70
	れんこん(いちよう3mm)	20
	きゅうり	18
	洗いごぼう	10
	人参	7
	(レト)ホールコーン 1kg	5
	焙煎ごまドレッシング	8
	食酢	0.3
中 の み )		
牛 乳		
肉 だ ん ご と 野 菜 の ス ー プ		
根 菜 サ ラ ダ		

六条町 10月

15日(火)			16日(水)			17日(木)			18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	
ごはん 牛乳	精白米(自校)	72	肉うどん	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小1-3 200	わかめごはん	精白米(自校)	72	全粒粉パン	全粒粉パン 丸型	50	
	精白米(自校)	80		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4-6 280		精白米(自校)	80		全粒粉パン 丸型	60	
	鉄強化米	0.5		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中 300		鉄強化米	0.5				
	牛乳	206		牛肉(3×2cmスライス)	25		炊き込みわかめ	1.9		牛乳	206	
				千切りかまぼこ(白)	10		牛乳	206				
				玉葱	30							
				人参	10							
				中ねぎ	5							
				しょうゆ	4.5							
				みりん	3							
				上白糖	2							
オリーブ豚チャーubb	オリーブ豚 並3×3カット スライス	45	かまあげ	冷)釜揚げいりこ米粉付香川県産	28	秋野菜の煮もの	牛肉(2×2cmスライス)	20	牛乳	玉葱	5	
	食塩	0.1		なたね油 ローリー	4		(冷)里いも	20			幼・小 60	
	こしょう	0.02		食塩	0.05		洗いごぼう	20			中 80	
	赤ぶどう酒	1		きゅうり	30		れんこん(いちょう8mm)	15				
	皮むき玉葱	25		チンゲンサイ	20		人参	15				
	エリンギ	7		人参	7		しめじ	10				
	サラダ油	1		しょうゆ	2		(冷)さやいんげん 500g	5				
	(袋)トマトケチャubb 1kg	8		食酢	2.2		ごま油	0.5				
	ウスターソース	3		上白糖	1.2		しょうゆ	3.6				
	上白糖	0.7		サラダ油	0.5		中双糖	2.5				
	でんぷん	0.2		ごま油	0.5		みりん	1				
こふきいも			ごま酢あえ	炒り白ごま	1	とうふのみそ汁	清酒	1	ハンバーグ	えのきたけ	5	
				(個)げんこつ餡(2個)	7		でんぷん	0.4				
							だし汁	20				
							豆腐	20				
							油揚げ	5				
							玉葱	25				
							中ねぎ	3				
							中みそ	5.5				
							甘みそ	5				
							煮干し だし用	4				
							湯	120				
うずらたまご			げんこつあめ(中のみ)			いも大福	(個)いも大福	30	ベジタブルサラダ	キャベツ	30	
	コンソメスープ				のむヨーグルト(中のみ)							
のむヨーグルト(中のみ)										人参	8	
											人參	7
											セロリ	3
											サラダ油	0.5
											ローリエ	0.1
											(袋)がらスープ 1kg	3
											チキンコンソメ	0.4
											食塩	0.4
											こしょう	0.03
											しょうゆ	0.3
											湯	110

六条町 10月

21日(月)			22日(火)			23日(水)			24日(木)			25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
ごはん	精白米(自校)	72	ごはん	精白米(自校)	72	さつまいも	精白米(自校)	65	コッペパン	コッペパン(丸型)	50	ごはん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80		精白米(自校)	80		さつまいも(2cm角)県産	30		コッペパン(丸型)	60		精白米(自校)	80
牛乳	鉄強化米	0.5	牛乳	鉄強化米	0.5	ごはん	清酒	1.6	牛乳	牛乳	206	牛乳	鉄強化米	0.5
	牛乳	206		牛乳	206		食塩	0.8		鶏肉	鶏肉 胸・皮なし(唐揚げ用)		30	牛赤肉(3×3cmスライス)
マーボー豆腐	豚肉赤身ミンチ	25	とり肉のじゅんじゅん	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	21	牛乳	出し昆布	0.3	牛乳	鶏肉 もも・皮なし(唐揚げ用)	20	ハヤシライス	赤ぶどう酒	2
	清酒	1		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	14		水	10		おろしにんにく	0.2		じゃがいも	50
	(冷)豆腐(カット)1kg	80		清酒	1		牛乳	206		白ぶどう酒	2		皮むき玉葱	45
	玉葱	35		(冷)焼き豆腐(カット)1kg	30		冷)太刀魚でんぶん付き	40		しょうゆ	0.8		人参	10
	たけのこ水煮(1/2カット)	15		白菜	35		なたね油 ローリー	4		チキンコンソメ	0.4		エリンギ(1×3×0.7cm)	6
	人参	10		玉葱	25		三温糖	4		食塩	0.2		(冷)グリーンピース	5
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	3		大根	20		ゆず酢	3.5		ブラックベッター100g袋	0.05		にんにく	0.3
	きくらげ(せん切り)	0.5		糸こんにやく	15		しょうゆ	2.5					サラダ油	1
	中ねぎ	3		太ねぎ	10		みりん	0.8		型抜きまぼこ(ハロウィン)	7		ピザ用チーズ	3.5
	生姜	1		人参	10		水	7		キャベツ	20		小麦粉	5
にんにく	0.8	焼き麩	3	てんぷら	7	きゅうり	20	バター	3					
サラダ油	1	サラダ油	1	れんこん(いちよう5mm)	15	紫キャベツ	7	サラダ油	2					
(袋)トマトケチャップ 1kg	5	しょうゆ	7	洗いごぼう	10	人参	7	(袋)トマトビューレ 1kg	15					
しょうゆ	3.5	中双糖	4	人参	5	食酢	1	(袋)トマト水煮 1kg	10					
(袋)がらスープ 1kg	3	上乾ちりめん	2	(冷)さやいんげん 500g	5	(冷)レモン果汁 県産・500g	1	(袋)がらスープ 1kg	3					
赤みそ	3.5	きゅうり	20	(冷)まわかめ(細切り)500g袋	5	サラダ油	1	ウスターソース	2					
三温糖	0.6	太もやし	20	ごま油	1	上白糖	1.2	食塩	0.5					
チキンコンソメ	0.6	水菜	15	しょうゆ	2.2	食塩	0.3	チキンコンソメ	0.6					
食塩	0.1	人参	7	三温糖	1.5	こしょう	0.03	上白糖	0.5					
ごま油	0.5	豆板醤	2	みりん	0.5	ベーコン(短冊)	5	からし粉	0.15					
でんぶん	1	食酢	2	炒り白ごま	1	(生)皮付きかぼちゃ(1.5cm)	30	こしょう	0.07					
湯	15	上白糖	1	湯	5	(冷)かぼちゃペースト	20	ローリエ	0.01					
ローズハム(短冊)卵抜き	5	サラダ油	0.5	鶏卵	20	玉葱	20	湯	78					
ビーフン	5	ごま油	0.5	玉葱	20	パセリ	0.5	牛乳	206					
太もやし	25	みかん	80	人参	5	サラダ油	1	ローズハム(短冊)卵抜き	5					
きゅうり	15			中ねぎ	3	(袋)がらスープ 1kg	4	キャベツ	30					
人参	7			干しいたけ(スライス)	0.5	チキンコンソメ	0.6	きゅうり	10					
炒り白ごま	1			しょうゆ	1	食塩	0.4	トマト	10					
しょうゆ	2.5			食塩	0.6	こしょう	0.03	人参	7					
食酢	2.2			でんぶん	0.5	調理用牛乳	30	(レト)ホールコーン 1kg	5					
上白糖	1.5			削り節 だし用	4	生クリーム	2	(乾)刻み昆布	0.5					
ごま油	1			出し昆布	1	湯	70	花かつお(砕片)500g	0.8					
からし粉	0.05			湯	115			食酢	2.2					
(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	小 10							しょうゆ	2					
(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	中 15							サラダ油	1					
								上白糖	1					
								こしょう	0.02					
								(個)ぶどうゼリー 鉄分・食物繊維強化	40					

六条町 10月

28日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
手作り かきあげ どんぶり ・ 天つゆ	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	かえり	1.8
	(冷)大豆水煮	6.5
	人参	5.4
	ごぼう(ささがき)	7
	(乾)ひじき	0.45
	(冷)むき枝豆 1kg	2.7
	天ぷら粉 乳・卵抜き	8
	水	9.5
	なたね油 ローリー	5
	(袋)天つゆ	15
	牛乳 おかか あえ	ほうれん草
キャベツ		30
人参		7
花かつお(碎片)500g		0.7
しょうゆ		2.2
ポン酢		1
(冷)油揚げ(5mm×40mm)		5
さつまいも(2cm角)		20
大根		15
人参		5
しめじ		5
中ねぎ		3
中みそ		5.5
甘みそ		5
煮干し だし用		4
水	120	

29日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大山 おこわ	精白米(自校)	53
	もち米	12
	牛肉(2×2cmスライス)	10
	むき栗(1/4)国産	10
	(レト)山菜ミックス	12
	人参	5
	サラダ油	0.5
	しょうゆ	1.5
	清酒	1
	上白糖	1
	食塩	0.5
	出し昆布	0.3
	牛乳	206
	チヌ団子 冷凍(無償提供)	40
	玉葱	15
ちぬ の つみ れ 和風 あん かけ き ゆう りの 土佐 づけ いも たき	人参	5
	えのきたけ	5
	(冷)むき枝豆 1kg	3
	生姜	0.5
	しょうゆ	1.9
	みりん	0.9
	でんぷん	0.4
	水	8
	きゅうり	25
	キャベツ	25
	人参	7
	花かつお(碎片)500g	1
	しょうゆ	2.3
	ポン酢	1.5
	生姜	0.2
鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12	
鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8	
里いも(2cm)	30	
つきこんにやく	10	
人参	10	
洗いごぼう	10	
太ねぎ	10	
しょうゆ	3.5	
中双糖	2	
清酒	1.5	
食塩	0.3	
削り節 だし用	2	
水	15	

30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	60
	冷)りんご 紅玉・ビュレ・国産	10
	(レト)りんご 国産・1kg	10
	上白糖	3
	(冷)レモン果汁 県産・500g	0.5
	牛乳	206
	(冷)あさりむき身	15
	ベーコン(短冊)	5
	(冷)白いんげん豆ペースト	15
	じゃがいも	35
	玉葱	30
	人参	7
	パセリ	0.3
	手作り りんご ジャム (小の み)玄 米粉 揚げ パン (中の み)牛 乳 クラ ム チャ ウダ ー チヨ ッ ブド サラ ダ	サラダ油
(袋)がらスープ 1kg		4
白ぶどう酒		1
食塩		0.5
こしょう		0.05
チキンコンソメ		0.6
コーンスターチ		1
調理用牛乳		30
湯		50
(レト)まぐろ油漬		7
キャベツ		20
きゅうり		15
人参		7
セロリ		2
食酢		1.5
上白糖	1.2	
(冷)レモン果汁 県産・500g	1	
サラダ油	1	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	

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	206
	(冷)さんまゆずみそ煮	小 30
	(冷)さんまゆずみそ煮	中 40
	太もやし	30
	ほうれん草	20
	人参	8
	しょうゆ	2.5
	上白糖	1.5
	炒り白ごま	1
	練りごま(白)	0.5
	(レト)うずら卵1kg	20
	牛 まの ゆ ず み そ 煮 ご ま あ え う ず ら た ま ご 入 り す ま し 汁	玉葱
人参		7
えのきたけ		7
中ねぎ		3
清酒		1
しょうゆ		0.6
食塩		0.5
みりん		0.5
削り節 だし用		4
出し昆布		1
水		120