

1日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
セル フ オ ム ラ イ ス (チ キ ン ラ イ ス ・ う す や き た ま ご) 牛 乳 花 野 菜 サ ラ ダ コ ン ソ メ ス ー プ	精白米(自校)	65	
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	6	
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	4	
	皮むき玉葱	20	
	人参	5	
	(冷)むき枝豆 1kg	5	
	サラダ油	0.8	
	チキンコンソメ	0.5	
	食塩	0.6	
	こしょう	0.05	
	(袋)トマトパウダー 200g	0.4	
	(冷)薄焼き卵	40	
	(袋)トマトケチャップ	8	
	牛乳	206	
	ロースハム(短冊)卵抜き	5	
	(生)ブロッコリー	25	
	(生)カリフラワー(カット)1kg	15	
	人参	5	
	(レト)ホールコーン 1kg	5	
	食酢	2.5	
	上白糖	1.2	
	サラダ油	1	
	食塩	0.3	
	こしょう	0.03	
ベーコン(短冊)	5		
じゃがいも	25		
玉葱	25		
人参	5		
セロリ	3		
サラダ油	0.5		
(袋)がらスープ 1kg	4		
チキンコンソメ	0.5		
しょうゆ	0.5		
食塩	0.3		
こしょう	0.03		
ローリエ	0.1		
湯	120		

六条町 11月

5日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
発芽玄米ごはん	精白米(自校)	63
	精白米(自校)	70
	発芽玄米	10
牛乳	牛乳	206
	牛肉(3×3cmスライス)	20
清酒	清酒	1.8
	じゃがいも	65
玉葱	玉葱	35
	つきこんにやく(ハーフ)	12
人参	人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	5
サラダ油	サラダ油	0.5
	しょうゆ	2.5
中双糖	中双糖	1.8
	食塩	0.06
湯	湯	5
	大根	30
きゅうり	きゅうり	15
	水菜	10
花かつお(砕片)500g	花かつお(砕片)500g	0.8
	しょうゆ	2
りんご酢	りんご酢	2.3
	上白糖	1
サラダ油	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
鶏肉 ひき肉	鶏肉 ひき肉	20
	水	5
ごま油	ごま油	0.5
	ドライひきわり納豆	3
にんにく	にんにく	1
	生姜	1
細ねぎ	細ねぎ	3
	しょうゆ	1.3
みりん	みりん	1
	清酒	0.8
三温糖	三温糖	0.3
	タバスコ	0.08

6日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ココアあげパン(小)	コッペパン	50
	コッペパン	60
	ピュアココア	小のみ 3
	上白糖	小のみ 6.5
なたね油 ローリー	なたね油 ローリー	小のみ 4
	紙ナフキン	小のみ 1
牛乳	牛乳	206
	(冷)肉だんご	25
白菜	白菜	35
	玉葱	20
たけのこ水煮(1/2カット)	たけのこ水煮(1/2カット)	10
	人参	10
干しいたけ(スライス)	干しいたけ(スライス)	1
	中ねぎ	3
春雨(太め5cm)	春雨(太め5cm)	3
	生姜	0.5
(袋)がらスープ 1kg	(袋)がらスープ 1kg	3
	しょうゆ	2
チキンコンソメ	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.4
こしょう	こしょう	0.03
	湯	110
ロースハム(短冊)卵抜き	ロースハム(短冊)卵抜き	7
	小松菜	20
太もやし	太もやし	25
	人参	5
しょうゆ	しょうゆ	2.5
	食酢	1.5
上白糖	上白糖	1.5
	サラダ油	1.5
アーモンド(粉)	アーモンド(粉)	1
	アーモンド(刻み)	1.5
(個)チーズ 鉄強化	(個)チーズ 鉄強化	13.5

7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	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
(冷)はまち	(冷)はまち	小 50
	(冷)はまち	中 60
清酒	清酒	2
	食塩	0.15
しょうゆ	しょうゆ	2.5
	三温糖	1.5
みりん	みりん	1
	でんぶん	0.3
湯	湯	7
	小松菜	25
キャベツ	キャベツ	20
	人参	7
しょうゆ	しょうゆ	2.3
	ゆず酢	1.7
上白糖	上白糖	1.1
	玉葱	25
高野豆腐(サイコロ・小)	高野豆腐(サイコロ・小)	7
	しめじ	5
えのきたけ	えのきたけ	5
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	4
干しわかめ(カット)	干しわかめ(カット)	0.5
	中ねぎ	5
中みそ	中みそ	5.5
	甘みそ	5
煮干し だし用	煮干し だし用	4
	水	120

8日(金)

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	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
(冷)きびなごカリカリフライ	(冷)きびなごカリカリフライ	30
	なたね油 ローリー	2.5
(レト)さきみ油漬(フレーク)	(レト)さきみ油漬(フレーク)	7
	洗いれんこん	15
きゅうり	きゅうり	10
	人参	7
(レト)ホールコーン 1kg	(レト)ホールコーン 1kg	5
	食塩	0.15
食酢	食酢	2.2
	しょうゆ	1.5
上白糖	上白糖	1
	豆腐	30
油揚げ	油揚げ	5
	洗いごぼう	10
つきこんにやく	つきこんにやく	7
	人参	7
中ねぎ	中ねぎ	5
	しょうゆ	1.5
食塩	食塩	0.7
	削り節 だし用	4
出し昆布	出し昆布	1
	水	120
(個)ヨーグルト 鉄分強化	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70



六条町 11月

18日(月)			19日(火)			20日(水)			21日(木)			22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
米粉パン	米粉パン	50	ふきよせごはん	精白米(自校)	65	ごはん	精白米(自校)	72	木の葉どんぶり	精白米(自校)	72	小型コッペパン	コッペパン	30
	米粉パン	60		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9		精白米(自校)	80		精白米(自校)	80		コッペパン	40
	牛乳	206		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6		鉄強化米	0.5		鉄強化米	0.5		牛乳	206
	牛乳			むき栗(1/4)国産	8					鶏卵	30			
	豚肉赤身(2cm角)	40		人参	7		牛肉(オリーブ牛・3×3cmスライス)	35		かまぼこスライス 冷蔵 1kg	15		スパゲティ(ハーフ)	35
	(冷)大豆水煮	20		しめじ	5		赤ぶどう酒	2		皮むき玉葱	40		ベーコン(短冊)	5
	じゃがいも	35		(冷)むき枝豆 1kg	5		玉葱	40		人参	10		(冷)あさりむき身	15
	玉葱	40		サラダ油	0.5		エリンギ	10		中ねぎ	3		皮むき玉葱	40
	(袋)トマト水煮 1kg	25		しょうゆ	3		しめじ	10		干しいたけ(スライス)	1		(袋)トマト水煮 1kg	25
	人参	15		清酒	1		パセリ	0.3		しょうゆ	3.5		人参	7
にんにく	1	上白糖	1	サラダ油	1	上白糖	3	エリンギ	7					
パセリ	0.3	食塩	0.3	(袋)トマト水煮 1kg	5	みりん	1	にんにく	0.3					
サラダ油	1	出し昆布	0.3	チキンコンソメ	0.5	食塩	0.4	パセリ	0.3					
(袋)トマケチャップ 1kg	3	牛乳	206	食塩	0.5	でんぷん	0.5	サラダ油	1					
赤ぶどう酒	1			こしょう	0.02	バター	1	(袋)トマケチャップ 1kg	5					
上白糖	0.8	(冷)紫いか(2×4cm)	40	小麦粉	3	小麦粉	3	赤ぶどう酒	2					
ウスターソース	0.7	生姜	1.3	サラダ油	1.8	サラダ油	1.8	ウスターソース	1					
チキンコンソメ	0.6	清酒	2	生クリーム	3	ヨーグルト(調理用)	7	上白糖	1					
食塩	0.3	しょうゆ	1.8	水	5	水	5	食塩	0.4					
こしょう	0.03	カレー粉	0.5	牛乳	206	牛乳	206	里いも(3mm半月切り)	35					
湯	20	でんぷん	8					なたね油	3					
		なたね油 ローリー	5					食塩	0.1					
(レト)さきみ油漬(フレーク)	10							青のり粉	0.04					
太もやし	25	てんぷら	8					食べて菜	25					
きゅうり	20	洗いごぼう	20	じゃがいも	30	じゃがいも	30	太もやし	20					
人参	5	つきこんにやく	10	きゅうり	15	きゅうり	15	人参	5					
焙煎ごまドレッシング	8	人参	7	人参	7	人参	7	(レト)ホールコーン 1kg	5					
		(冷)さやいんげん 500g	5	(レト)ホールコーン 1kg	5	食酢	2.5	(冷)油揚げ(5mm×40mm)	5					
さめきウイっこ(約30g/個)	30	ごま油	0.5	食酢	2.5	上白糖	1	食酢	2.3					
		しょうゆ	1.2	上白糖	1	サラダ油	1	しょうゆ	2					
		三温糖	0.4	サラダ油	1	食塩	0.3	上白糖	1.2					
		みりん	0.8	食塩	0.3	こしょう	0.03	ごま油	0.7					
		炒り白ごま	0.8	こしょう	0.03									
		だし汁	5											
		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											

六条町 11月

25日(月)			26日(火)			27日(水)			28日(木)			29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	ごはん	精白米(自校)	72	コッペパン	コッペパン(丸型)	50	中華あんかけラーメン	(袋)中華めん	幼-小3 150
	精白米(自校)	80		精白米(自校)	80		精白米(自校)	80		コッペパン(丸型)	60		(袋)中華めん	小4-6 200
	鉄強化米	0.5		鉄強化米	0.5		鉄強化米	0.5					(袋)中華めん	中 250
牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	牛乳	206	牛乳	豚肉並(2×2cmスライス)	25
さばのみそ煮	(冷)さばのみそ煮	小 50	ルーローハン	豚肉赤身(2cm角)	35	とうふのクリームシチュー	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	9	牛乳	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	10	牛乳	生姜	0.5
	(冷)さばのみそ煮	中 70		清酒	1		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	6		白ぶどう酒	0.4		白ぶどう酒	0.4
野菜とたくあんのごまあえ	ほうれん草	20	ビーフンスープ	サラダ油	1	かき	白ぶどう酒	1	食べて	(冷)里いも乱切り	20	食べて	(冷)短冊いか(1×4cm)	10
	キャベツ	25		サラダ油	1		(冷)豆腐(カット)1kg	30		人參	4		人參	4
ふしめん	人参	5	みかん(小中のみ)	玉葱	20	かき	玉葱	35	食べて	人參	0.08	食べて	たけのこ水煮(1/2カット)	10
	たくあん(刻み)1kg袋	6		人参	5		人参	10		パセリ	0.3		こしょう	0.02
しょうゆ	しょうゆ	1	みかん(小中のみ)	チンゲンサイ	7	かき	パセリ	0.3	食べて	ホワイトルウ(米粉使用)	8	食べて	中華スープ(ねり状)	4
	炒り白ごま	1		干しいたけ(スライス)	0.5		サラダ油	0.8		小麦粉	4		ピザ用チーズ	8
ふしめん	ふしめん	5	みかん(小中のみ)	にんにく	0.5	かき	サラダ油	1.5	食べて	ドライパセリ	0.04	食べて	食塩	0.25
	玉葱	30		生姜	0.5		(袋)がらスープ 1kg	3.5		チキンコンソメ	0.5		紙カップ 小判3号 300枚入	1
しょうゆ	人参	7	みかん(小中のみ)	サラダ油	0.3	かき	食塩	0.35	食べて	上乾ちりめん	2	食べて	しょうゆ	5.5
	えのきたけ	5		三温糖	1.2		こしょう	0.05		食塩	0.35		食べて菜	25
しょうゆ	型抜きかまぼこ(紅葉)	3	みかん(小中のみ)	オイスターソース	1.5	かき	こしょう	0.05	食べて	食べて菜	25	食べて	ごま油	0.1
	型抜きかまぼこ(銀杏)	3		食酢	0.5		調理用牛乳	25		太もやし	20		人參	5
しょうゆ	中ねぎ	3	みかん(小中のみ)	ごま油	0.5	かき	ローリエ	0.1	食べて	人參	5	食べて	水	120
	しょうゆ	0.5		でんぷん	0.2		湯	45		湯	45		(レト)ホールコーン 1kg	5
食塩	食塩	0.5	みかん(小中のみ)	水	5	かき	(乾)海藻ミックス	1	食べて	しょうゆ	2.2	食べて	しょうゆ	2.2
	削り節 だし用	4		ボンレスハム(短冊)卵抜き	5		キャベツ	25		食酢	2.2		サラダ油	1
だし昆布	だし昆布	1	みかん(小中のみ)	ビーフン	5	かき	きゅうり	10	食べて	上白糖	1	食べて	(生)ブロッコリー	15
	湯	120		玉葱	25		(レト)ホールコーン 1kg	5		上白糖	1		キヤベツ	25
湯			みかん(小中のみ)	人参	5	かき	炒り白ごま	1	食べて	(レト)うずら卵1kg	20	食べて	食酢	2.2
				中ねぎ	3		食酢	2.5		ベーコン(短冊)	5		食べて	玉葱
湯			みかん(小中のみ)	きくらげ(せん切り)	0.3	かき	上白糖	1.2	食べて	ロメインレタス	15	食べて	しょうゆ	2
				サラダ油	0.5		ごま油	0.5		ごま油	0.5		人參	5
湯			みかん(小中のみ)	(袋)がらスープ 1kg	4	かき	サラダ油	0.5	食べて	サラダ油	0.5	食べて	なたね油 ローリー	3
				しょうゆ	0.5		柿	30		(袋)がらスープ 1kg	4		食べて	しょうゆ
湯			みかん(小中のみ)	チキンコンソメ	0.5	かき			食べて	しょうゆ	1	食べて	サラダ油	1
				食塩	0.4					チキンコンソメ	0.5		こしょう	0.04
湯			みかん(小中のみ)	こしょう	0.03	かき			食べて	湯	110	食べて		
				ごま油	0.1									
湯			みかん(小中のみ)	湯	130	かき			食べて			食べて		
				みかん	80									