六条町　12月

2日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ぶたキムチどんぶり　牛乳　パリパリサラダ　ココアワッフル	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	豚肉並（3×3㎝スライス）		40
	清酒		1
	玉葱		30
	白菜		25
	白菜キムチ　1kg		15
	太もやし		15
	人参		7
	中ねぎ		3
	生姜		0.8
	にんにく		0.4
	サラダ油		1
	しょうゆ		2
	上白糖		0.5
	ごま油		0.5
	牛乳		206
	じゃがいも		15
	なたね油		3
	キャベツ		30
	水菜		5
	きゅうり		7
	人参		7
	(レト)ホールコーン　1kg		5
	しょうゆ		2.2
	食酢		1.2
	上白糖		1.5
	サラダ油		1
	(個)ココアワッフル　鉄分強化		28

3日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
深川めし　牛乳　いわしのしょうが煮　かんぴょうのあえもの　つみっこ	精白米（自校）		65
	(冷)あさりむき身		15
	(冷)油揚げ（5㎜×40㎜）		3
	ごぼう(ささがき・ごはん用小さめ)		5
	(冷)むき枝豆　1kg		4
	生姜		1.3
	サラダ油		0.5
	清酒		2
	しょうゆ		2
	上白糖		1.2
	食塩		0.6
	牛乳		206
	(冷)いわしの生姜煮		幼・小　40
	(冷)いわしの生姜煮		中　50
	(乾)かんぴょう(2㎝)		5
	食塩		0.05
	小松菜		15
	人参		5
	花かつお(砕片)500g		0.8
	しょうゆ		2.2
	食酢		2.2
	ごま油		1
	上白糖		1.2
	炒り白ごま		0.5
	油揚げ		4
	(冷)すいとん		15
	じゃがいも		20
	大根		15
	人参		7
	干ししいたけ(スライス)		0.5
	中ねぎ		3
	しょうゆ		2
	みりん		1
	食塩		0.4
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	水		105

4日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン　牛乳　とり肉とかぶのボルシチ風　ポテトサラダ　りんご	コッペパン		50
	コッペパン		60
	牛乳		206
	鶏肉　胸・皮なし(2×2㎝)		30
	大かぶ		40
	皮むき玉葱		30
	キャベツ		20
	人参		10
	パセリ		0.3
	サラダ油		2
	(袋)トマトケチャップ　1kg		4
	(袋)トマトピューレ　1kg		5
	赤ぶどう酒		2
	(袋)がらスープ　1kg		4
	食塩		0.4
	チキンコンソメ		0.4
	こしょう		0.05
	ローリエ		0.1
	湯		70
	ロースハム(短冊)卵抜き		5
	じゃがいも		35
	きゅうり		10
	人参		8
	(レト)ホールコーン　1kg		5
	食酢		2.5
	上白糖		1
	サラダ油		1
	食塩		0.3
	こしょう		3
	りんご		25

5日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　わかさぎのなんばんづけ　食べて菜のいそかあえ　とん汁	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	(冷)わかさぎ　でんぷん付き		35
	なたね油		4
	細ねぎ		2
	食酢		4
	しょうゆ		3
	上白糖		3
	みりん		1
	七味		0.02
	水		1.5
	食べて菜		25
	白菜		27
	人参		7
	味付けもみのり(5～10㎜幅)県産		1
	しょうゆ		1.2
	豚肉並(2×2㎝スライス)		10
	里いも(2㎝)		25
	洗いごぼう		7
	つきこんにゃく		5
	人参		5
	大根		15
	中ねぎ		3
	中みそ		5.5
	甘みそ		4.5
	煮干し　だし用		4
	湯		110

6日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
冬野菜カレーライス　牛乳　切りぼし大根のサラダ　チーズ（小中のみ）	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	豚肉並(2×3㎝スライス)		20
	皮むき玉葱		40
	じゃがいも		25
	大かぶ		20
	れんこん(いちょう5㎜)		15
	金時人参		7
	セロリ		3
	にんにく		0.5
	生姜		0.5
	サラダ油		1
	小麦粉		5
	カレー粉		1.1
	サラダ油		5
	(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		1.3
	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		60
	牛乳		206
	きゅうり		10
	切干し大根		5
	人参		5
	(レト)ホールコーン　1kg		5
	(乾)刻み昆布		0.5
	食酢		2.2
	しょうゆ		2
	上白糖		1
	サラダ油		0.5
	ごま油		0.5
	(個)チーズ　鉄強化		13.5

9日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　煮こみおでん　チンゲンサイのあえもの	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	牛肉（3×3㎝スライス）		20
	（レト）うずら卵1kg		20
	（冷）厚揚げ（カット）1kg		25
	チヌ団子　冷凍（無償提供）		15
	大根		30
	里いも（2㎝）セレベス		20
	波型こんにゃく（2×2×1㎝）		12
	人参		8
	（乾）早煮昆布（カット）		1
	甘みそ		5
	赤みそ		3
	中双糖		2
	清酒		1
	しょうゆ		0.8
	水		50
	ロースハム（短冊）卵抜き		5
	太もやし		25
	チンゲンサイ		20
	人参		7
	しょうゆ		2
	食酢		2
	上白糖		1.2
	ごま油		0.5

10日（火）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ガーリックライス　牛乳　サイコロステーキ　チョップドサラダ　ピースープ	精白米（自校）		65
	ベーコン（短冊）		7
	皮むき玉葱		20
	人参		5
	（冷）むき枝豆　1kg		5
	にんにく		0.7
	白ぶどう酒		1
	サラダ油		0.5
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.55
	こしょう		0.05
	牛乳		206
	牛肉（2㎝角）		45
	食塩		0.2
	こしょう		0.01
	赤ぶどう酒		2
	（冷）オニオンソテー　ダイス70		10
	（レト）おろしりんご		15
	にんにく		0.1
	生姜		0.3
	しょうゆ		3
	上白糖		1.5
	（冷）レモン果汁　県産・500g		2
	（レト）まぐろ油漬		5
	キャベツ		25
	きゅうり		15
	人参		7
	（レト）ホールコーン　1kg		5
	食酢		2.2
	上白糖		1.2
	サラダ油		1
	食塩		0.2
	こしょう		0.03
	ボンレスハム（短冊）卵抜き		7
	皮むきひよこ豆水煮		10
	玉葱		30
	人参		7
	セロリ		2
	（冷）グリンピース		5
	サラダ油		0.58
	（袋）がらスープ　1kg		4
	白ぶどう酒		1
	食塩		0.45
	こしょう		0.05
	チキンコンソメ		0.6
	ローリエ		0.1
	湯		110

11日（水）

献立名	食品名		一人当り正味分量
しっぽくうどん　牛乳　かたくちいわしのからあげ　まんばのごまドレッシングあえ	（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
	鶏肉　胸・皮なし（2×1㎝）		8
	鶏肉　もも・皮なし（2×1㎝）		5
	てんぷら		10
	油揚げ		5
	大根		30
	里いも（1．5㎝）		20
	人参		10
	中ねぎ		3
	しょうゆ		4
	みりん		1
	清酒		2
	食塩		0.4
	煮干し　だし用		5
	水		150
	牛乳		206
	（冷）かたくちいわし澱粉付き		25
	なたね油		4
	食塩		0.05
	（生）まんば		25
	太もやし		25
	人参		5
	しょうゆ		2
	食酢		1.5
	上白糖		1
	サラダ油		0.5
	ごま油		0.5
	炒り白ごま		1

12日（木）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ごはん　牛乳　平つくねのカラフルソース　ビーフンサラダ　うずらたまごとチンゲンサイのスープ	精白米（自校）		72
	精白米（自校）		80
	鉄強化米		0.5
	牛乳		206
	（冷）キャベツ入り平つくね　50g		50
	玉葱		8
	人参		3
	黄パプリカ		3
	サラダ油		0.5
	とんかつソース		1.8
	しょうゆ		0.5
	上白糖		1
	（袋）トマトケチャップ　1kg		0.9
	でんぷん		0.2
	水		6
	ビーフン		5
	太もやし		25
	きゅうり		15
	人参		7
	しょうゆ		2.5
	食酢		2.5
	上白糖		1.3
	ごま油		1
	からし粉		0.06
	ボンレスハム（短冊）卵抜き		7
	（レト）うずら卵1kg		25
	玉葱		15
	チンゲンサイ		10
	人参		5
	干ししいたけ（スライス）		0.5
	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		0.3
	食塩		0.3
	こしょう		0.03
	ごま油		0.1
	湯		120

13日（金）

献立名	食品名		一人当り正味分量
コッペパン　牛乳　はくさいのクリーム煮　ひじき入り根菜サラダ　小原紅早生（小中のみ）	コッペパン		50
	コッペパン		60
	牛乳		206
	鶏肉　胸・皮なし（2×2㎝）（香川県産）		20
	白ぶどう酒		1
	ベーコン（短冊）		5
	白菜		40
	玉葱		40
	じゃがいも		30
	人参		10
	しめじ		10
	（冷）白いんげん豆ペースト		8
	パセリ		0.5
	サラダ油		0.5
	小麦粉		3.5
	サラダ油		3
	（袋）がらスープ　1kg		3
	チキンコンソメ		0.5
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	調理用牛乳		25
	ピザ用チーズ		1.5
	湯		45
	（レト）ささみ油漬（フレーク）		8
	（乾）ひじき		0.5
	洗いごぼう		15
	れんこん（いちょう3㎜）		12
	きゅうり		7
	人参		5
	焙煎ごまドレッシング		7
	小原紅早生みかん（高松産ごまん品等利用拡大事業）		80

16日（月）

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
煮しめ	鶏肉　胸・皮なし（2×2㎝）		20
	鶏肉　もも・皮なし（2×2㎝）		15
	清酒		1
	板こんにゃく		25
	洗いごぼう		25
	大根		20
	れんこん（いちょう5㎜）		20
	金時人参		10
	（冷）さやいんげん　500g		8
	干ししいたけ（スライス）		0.8
	ごま油		1.5
	しょうゆ		3.5
	中双糖		2.5
	でんぷん		0.7
	水		6
食べて菜のおかかあえ	食べて菜		25
	太もやし		25
	人参		7
	しょうゆ		2.5
	ポン酢		1
	花かつお（砕片）500g		0.7
	かえり		5
	炒り白ごま		1
	みりん		1.8
	上白糖		1.3
	しょうゆ		0.5
	水		2.7
クリーム大福	（個）大福アイス　30g		30

17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
ひらのレモンソース	冷）ヒラでんぷん付き　香川県産		38
	なたね油		5
	（冷）レモン果汁　県産・500g		4
	上白糖		4
	しょうゆ		1.5
	でんぷん		0.3
	水		3
まんばのアーモンドあえ	ロースハム（短冊）卵抜き		7
	（生）まんば		30
	太もやし		25
	アーモンド（刻み）		1.5
	しょうゆ		2.5
	食酢		1.8
	上白糖		1
	サラダ油		1
	アーモンド（粉）		1
かきたま汁	鶏卵		20
	玉葱		20
	人参		5
	中ねぎ		3
	えのきたけ		8
	しょうゆ		1
	食塩		0.6
	でんぷん		0.5
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	湯		115

18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
焼きどうふのみそそぼろ煮	（冷）焼き豆腐（カット）1kg		85
	豚肉赤身ミンチ		20
	玉葱		30
	人参		10
	チンゲンサイ		10
	中ねぎ		3
	干ししいたけ（スライス）		1
	生姜		0.5
	にんにく		0.1
	ごま油		1
	赤みそ		6.3
	三温糖		3
	清酒		2
	しょうゆ		1.5
	一味		0.01
	でんぷん		1
	水		20
ちりめんあえ	上乾ちりめん		1.2
	キャベツ		30
	水菜		20
	人参		5
	食酢		2.3
	しょうゆ		2.2
	上白糖		1.2
みかん	みかん		80

19日（木）

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
とり肉のマーマレード焼き	鶏肉　もも・皮なし（2×2）		30
	鶏肉　胸・皮なし（2×2）		20
	食塩		0.2
	こしょう		0.07
	マーマレード　調理用		5
	清酒		1.3
	うすくちしょうゆ		1.3
	みりん		1
	でんぷん		0.4
	湯		5
むしブロッコリー	（生）ブロッコリー		30
マカロニスープ	ベーコン（短冊）		5
	（冷）白いんげん豆　1kg		10
	玉葱		20
	白菜		20
	人参		7
	セロリ		2
	マカロニ（シエル）		5
	（袋）がらスープ　1kg		4
	しょうゆ		0.5
	食塩		0.4
	チキンコンソメ		0.4
	こしょう		0.03
	湯		115

20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		0.5
牛乳	牛乳		206
さばのごまだれかけ	（チルド）さば		幼・小　50
	（チルド）さば		中　60
	清酒		0.9
	生姜		0.3
	しょうゆ		2
	上白糖		1.2
	炒り白ごま		0.5
	すりごま		1
	でんぷん		0.3
	水		8
大根のゆず香あえ	大根		35
	きゅうり		15
	人参		5
	ゆず酢		1.7
	上白糖		1.1
	しょうゆ		2.3
かぼちゃのみそ汁	油揚げ		5
	（生）かぼちゃ（2×2㎝）		25
	玉葱		20
	中ねぎ		3
	中みそ		6
	甘みそ		5
	煮干し　だし用		4
	水		120

23日（月）

献立名	食品名		一人当り正味分量
ピラフ	精白米（自校）		65
	ベーコン（短冊）		5
	皮むき玉葱		15
	人参		8
牛乳	（冷）むき枝豆　1kg		5
	サラダ油		1
	チキンコンソメ		0.4
	食塩		0.6
	こしょう		0.03
ミートローフ	牛乳		206
	牛肉ミンチ		20
	豚肉並ミンチ		25
	赤ぶどう酒		1
	（冷）オニオンソテー　スライス		8
	白いんげん豆ペーストレトルト		11
	人参		3
	パン粉（米粉使用）		6
	米粉		0.5
	食塩		0.2
	こしょう		0.03
	（袋）トマトケチャップ　1kg		3
	とんかつソース		2
	赤ぶどう酒		0.5
	上白糖		0.15
	水		0.8
ツリーチーズサラダ	星形チーズ		5
	（生）ブロッコリー		20
	きゅうり		20
	人参		7
	食酢		2.5
	サラダ油		1
	上白糖		1
	食塩		0.15
	こしょう		0.03
コーンスープ	ボンレスハム（短冊）卵抜き		7
	（レト）クリームコーン　1kg		40
	玉葱		30
	パセリ		0.5
	サラダ油		0.5
	（袋）がらスープ　1kg		4
	コーンスターチ		1.5
	食塩		0.4
	こしょう		0.03
	チキンコンソメ		0.3
	湯		100

24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
ロメインレタスのさつまあげ	（冷）白身魚すり身		45
	玉葱		10
	ロメインレタス		5
	（レト）ホールコーン　1kg		3
	でんぷん		2
	食塩		0.15
	なたね油		4
野菜とたくあんのごまあえ	小松菜		25
	キャベツ		15
	人参		7
	たくあん（刻み）1kg袋		6
	しょうゆ		1
	炒り白ごま		1
けんちん汁	鶏肉　胸・皮なし（1×1㎝）		6
	鶏肉　もも・皮なし（1×1㎝）		4
	豆腐		20
	つきこんにゃく		7
	油揚げ		5
	洗いごぼう		10
	人参		7
	中ねぎ		3
	しょうゆ		2
	食塩		0.5
	削り節　だし用		4
	出し昆布		1
	水		120