

六条町 1月

8日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
わかめごはん	精白米(自校)	72	
	精白米(自校)	80	
	鉄強化米	0.5	
	炊き込みわかめ	1.9	
牛乳	牛乳	206	
牛乳	冷)鯉2cm角切・皮付き骨なし	45	
	生姜	1	
	清酒	2	
さけのたつたあげ	しょうゆ	1.5	
	食塩	0.1	
	米粉	4	
	でんぷん	3	
	なたね油	5	
	野菜と油あげのあえもの	きゅうり	20
		太もやし	20
		冷)油揚げ(5mm×40mm)	5
		人参	5
		食酢	2.3
	しょうゆ	2	
	上白糖	1.2	
	ごま油	0.7	
七草汁			
	鶏卵	20	
	大根	7	
	中かぶ	7	
	白菜	7	
	金時人参	5	
	小松菜	5	
	水菜	5	
	中ねぎ	3	
	しょうゆ	0.8	
	食塩	0.5	
	でんぷん	0.5	
	削り節 だし用	3	
	出し昆布	0.5	
	湯	120	

9日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
年明け八菜うどん	(袋)ゆでうどん さめぎの夢	200	
	(袋)ゆでうどん さめぎの夢	280	
	豚肉並(3×3cmスライス)	17	
	生姜	0.4	
	清酒	1.5	
	サラダ油	0.5	
	型抜きかまぼこ(梅)	5	
	皮むき玉葱	25	
	白菜	20	
	大根	15	
	金時人参	10	
	もやし	10	
	干しいたけ(スライス)	0.8	
	中ねぎ	3	
	しょうゆ	4	
	みりん	1	
	食塩	0.3	
	でんぷん	2	
牛乳	煮干し だし用	5	
	水	110	
	牛乳	206	
	さつま芋(2cm角)	50	
	なたね油	4	
	きな粉 1kg	3	
	三温糖	2	
	食塩	0.01	
	(生)フロッコリー(カット)県産	25	
きゅうり	10		
(レト)ホールコーン 1kg	5		
(レト)さきみ油漬(フレック)	5		
花かつお(碎片)500g	0.8		
しょうゆ	2		
ポン酢	0.8		

10日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
黒豆ごはん	精白米(自校)	63	
	精白米(自校)	70	
	もち米	9	
	もち米	10	
	炒り黒豆	9	
牛乳	清酒	2	
	食塩	0.7	
とり肉の照り焼き			
	牛乳	206	
	鶏肉 胸・皮なし(3×3cm)	27	
	鶏肉 もも・皮なし(3×3cm)	18	
	清酒	1	
	しょうゆ	2	
	三温糖	1.6	
	みりん	0.8	
	でんぷん	0.25	
	湯	4	
	てんぷら	8	
	洗いれんこん	18	
ごぼう(ささがき)	8		
つきこんにやく	6		
人参	7		
れんこんのきんぴら	(冷)さやいんげん 500g	4	
	ごま油	1	
	しょうゆ	1	
	三温糖	0.5	
	みりん	0.6	
	炒り白ごま	0.8	
	だし汁	5	
	油揚げ	5	
	大根	20	
	白菜	15	
	金時人参	5	
太ねぎ	5		
中みそ	5.5		
甘みそ	4.5		
煮干し だし用	4		
水	120		

六条町 1月

14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
	(冷)焼き豆腐(カット)1kg	85
焼きどうふのみそそば煮	豚肉赤身ミンチ	20
	清酒	2.7
	玉葱	30
	人参	10
	太ねぎ	7
	干しいたけ(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	2.5
	しょうゆ	1.5
	一味	0.02
ツナと食べて菜のあえもの	でんぷん	1
	水	15
	(レト)まぐろ油漬	7
	食べて菜	25
	太もやし	15
	キャベツ	10
	(乾)刻み昆布	1
	しょうゆ	2
	食酢	2.2
	上白糖	1.1

15日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
キムチごはん	精白米(自校)	65
	豚肉並(2×2cmスライス)	15
	白菜キムチ(ごはん用)1kg	15
牛乳	人参	7
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	生姜	0.8
	ごま油	1.5
	清酒	2
	しょうゆ	1.5
	上白糖	0.8
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.3
	牛乳	206
ささみチーズフライ	(冷)ささみフライチーズ入り 50g	小 50
	(冷)ささみフライチーズ入り 60g	中 60
	なたね油	5
チョレギサラダ	太もやし	25
	小松菜	25
	人参	5
	炒り白ごま	1
	味付けもみのり(5~10mm幅)県産	1
	しょうゆ	1
	食塩	0.15
	ごま油	0.7
	トック 国産米使用	20
	鶏卵	20
玉葱	25	
人参	5	
中ねぎ	3	
干しわかめ(カット)	0.8	
(袋)がらスープ 1kg	4	
チキンコンソメ	0.5	
しょうゆ	0.8	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
湯	110	

16日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
米粉パン	米粉パン	50
	米粉パン	60
牛乳	牛乳	206
	(冷)ずき 産付き産なし 2cm角切り 香川県産	45
	清酒	2
	香草ミックス	1.4
	キャベツ	30
	人参	7
	ニンニク(高松産ごじまん品等利用拡大事業)	30
	ベーコン(厚切り・短冊)	12
	じゃがいも	30
	皮むき玉葱	40
むし野菜	ロメインレタス	20
	人参	10
	サラダ油	1
	小麦粉	4.5
	サラダ油	4
	(袋)がらスープ 1kg	4
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.5
	こしょう	0.04
	調理用牛乳	30
ローリエ	0.1	
湯	60	

17日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
根菜カレーライス	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	鉄強化米	0.5
牛乳	牛乳	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	25
	玉葱	40
	じゃがいも	30
	人参	15
	洗いれんこん	15
	洗いごぼう	10
	セロリ	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.5
レタスとちりめん	サラダ油	1
	小麦粉	6
	カレー粉	1
	サラダ油	4
	(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	0.6	
こしょう	0.04	
チキンコンソメ	0.4	
湯	80	
ヨーグルト	上乾ちりめん	2
	レタス	25
	大根	20
	人参	7
	しょうゆ	2.3
	食酢	2
	上白糖	1.2
	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	ヨーグルト	小 70
ファイバーヨーグルト 鉄分強化	中 80	

六条町 1月

20日(月)			21日(火)			22日(水)			23日(木)			24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 牛乳 肉じゃが 切りほし大根のあえもの	精白米(自校)	72	あぶたまどんぶり 牛乳 ほうれん草とたくあんのごまあえ のむヨーグルト(中のみ)	精白米(自校)	72	コッペパン 牛乳 フィッシュアンドチップス カラフルサラダ マリガトリーニースープ	コッペパン	50	いりこめし 牛乳 あげだしどうふ 食べて菜のゆず香あえ 金時計	精白米(自校)	65	ルーローハン 牛乳 大根スー パイナップル(小中のみ)	精白米(自校)	72		
	精白米(自校)	80		精白米(自校)	80		コッペパン	60		かえり	3		精白米(自校)	80		
	鉄強化米	0.5		鉄強化米	0.5					(冷)油揚げ(5mm×40mm)	5		鉄強化米	0.5		
	牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206		つきこんにやく(ハーフ)	8	牛乳	206
	牛肉(香川県産)2×2cmスライス	20		油揚げ	25		(冷)メルルーサ 2cm角切・皮付き骨なし	30		人参	7		人参	7	豚肉赤身(2cm角)	35
	じゃがいも	70		鶏卵	30		清酒	1		(冷)むき枝豆 1kg	5		(冷)むき枝豆 1kg	5	清酒	1
	玉葱	45		皮むき玉葱	50		チキンコンソメ	0.3		しょうゆ	2.7		しょうゆ	2.7	サラダ油	1
	つきこんにやく(ハーフ)	15		人参	10		食塩	0.1		みりん	0.5		みりん	0.5	(レト)うずら卵1kg	20
	人参	20		干しいたけ(スライス)	0.5		こしょう	0.03		食塩	0.3		食塩	0.3	玉葱	20
	(冷)さやいんげん 500g	5		中ねぎ	3		でんぷん	5		牛乳	206		牛乳	206	たけのこ水煮(1/2カット)	10
	サラダ油	0.7		しょうゆ	5		なたね油	3		(冷)揚げ出し用豆腐 25g	25		(冷)揚げ出し用豆腐 40g	40	人参	5
	しょうゆ	3.3		みりん	3		(冷)皮つきフライドポテト	25		なたね油	1.5		なたね油	1.5	中ねぎ	3
	中双糖	2.3		上白糖	1.5		食塩	0.1		(生)ブロッコリー	20		しょうゆ	1.2	干しいたけ(スライス)	0.8
	清酒	2.6		清酒	1		(生)ブロッコリー	20		きゅうり	20		みりん	1	生姜	0.5
	食塩	0.1		食塩	0.4		きゅうり	20		人参	5		しょうゆ	1	にんにく	0.5
	湯	10		でんぷん	0.7		人参	5		(レト)ホールコーン 1kg	5		しょうゆ	1	サラダ油	0.3
	(レト)まぐろ油漬	5		削り節 だし用	2		(レト)ホールコーン 1kg	5		食酢	2.3		みりん	1	しょうゆ	2.7
	きゅうり	10		湯	75		食酢	2.3		サラダ油	1		清酒	0.5	オイスターソース	2
	切干し大根	4		ほうれん草	25		サラダ油	1		上白糖	1.2		でんぷん	0.1	三温糖	1.5
	人参	7		キャベツ	20		上白糖	1.2		食塩	0.3		だし汁	5	食酢	0.5
	(レト)ホールコーン 1kg	5		たくあん(刻み)1kg袋	6		食塩	0.3		こしょう	0.03		食べて菜	25	ごま油	0.5
	(乾)刻み昆布	0.5		しょうゆ	1		こしょう	0.03		粗挽きウインナー(1cm)	10		太もやし	25	でんぷん	0.2
	食酢	2.2		炒り白ごま	1		カレー粉	0.5		玉葱	25		人参	7	水	5
しょうゆ	2.2	(個)のむヨーグルト	80	しょうゆ	0.3	キャベツ	15	しょうゆ	2.2	ベーコン(短冊)	5					
上白糖	1.1			皮むきひよこ豆水煮	10	人参	7	ゆず酢	1.8	大根	25					
ごま油	0.5			パセリ	0.3	人参	7	上白糖	1.2	玉葱	15					
				サラダ油	0.5	パセリ	0.3			人参	7					
				(袋)がらスープ 1kg	3	サラダ油	0.5			中ねぎ	3					
				食塩	0.3	食塩	0.3			生姜	0.3					
				こしょう	0.03	こしょう	0.03			(袋)がらスープ 1kg	4					
				カレー粉	0.5	カレー粉	0.5			しょうゆ	0.7					
				しょうゆ	0.3	しょうゆ	0.3			サラダ油	0.5					
				チキンコンソメ	0.6	チキンコンソメ	0.6			チキンコンソメ	0.5					
				湯	110	湯	110			ごま油	0.3					
										食塩	0.4					
										こしょう	0.03					
										湯	120					
										(個)生パン	40					

27日(月)			28日(火)			29日(水)			30日(木)			31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 牛乳 かたくちいわしのからあげ まんぼのけんちゃん あんもちぞう煮 わさんぼんとう	精白米(自校)	72	ごはん 牛乳 とり肉のフリカッセ パプリカソテー ガルビュールスープ	精白米(自校)	72	セルフハンバーガー 牛乳 トマトスープ	コッペパン(丸型)	50	ごはん 牛乳 ユーリンチー はるさめサラダ ワンタンスープ	精白米(自校)	72	金時にんじんのピラフ 牛乳 焼きウインナー ひじきとチーズのサラダ らりるれレタスのコーンスープ	精白米(自校)	65
	精白米(自校)	80		精白米(自校)	80		コッペパン(丸型)	60		精白米(自校)	80		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	10
	鉄強化米	0.5		鉄強化米	0.5		(冷)ハンバーグ 焼き用 鉄分強化・減塩	小 60		鉄強化米	0.5		白ぶどう酒	1
	牛乳	206		牛乳	206		(冷)ハンバーグ 焼き用 鉄分強化・減塩	中 80		牛乳	206		皮むき玉葱	10
	(冷)かたくちいわし薬粉付き	25		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30		キャベツ	30		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	25		金時人参	10
	なたね油	4		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20		玉葱	10		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20		(冷)むき枝豆 1kg	5
	食塩	0.04		玉葱	15		人参	5		清酒	1		サラダ油	1
	てんぷら	7		しめじ	10		サラダ油	0.5		食塩	0.15		チキンコンソメ	0.5
	豆腐	20		パセリ	0.3		カレー粉	0.5		食塩	0.15		食塩	0.5
	(生)まんぼ	30		にんにく	0.1		食塩	0.3		でんぷん	7		こしょう	0.03
	白菜	30		サラダ油	1		ベーコン(短冊)	5		なたね油	4		牛乳	206
	サラダ油	0.5		バター	2		じゃがいも	30		太ねぎ	4		皮つき粗挽ウインナー	幼・小 30
	しょうゆ	1.8		小麦粉	2.5		玉葱	30		生姜	0.5		皮つき粗挽ウインナー	中 40
	みりん	0.7		白ぶどう酒	4		(袋)トマト水煮 1kg	10		しょうゆ	3		キャベツ	20
ごま油	0.3	チキンコンソメ	0.3	人参	7	食酢	2.5	きゅうり	15					
だし汁	5	食塩	0.3	セロリ	2	上白糖	1.8	人参	5					
(冷)あん入り白玉	30	こしょう	0.03	サラダ油	0.5	ごま油	0.5	ダイスチーズ(4mm角)生食用	6					
大根	25	調理用牛乳	15	(袋)がらスープ 1kg	4	水	3	(乾)ひじき	1					
金時人参	7	赤パプリカ	10	赤ぶどう酒	1	太もやし	20	(冷)レモン果汁 県産・500g	1.8					
白みそ	5.5	黄パプリカ	10	チキンコンソメ	0.5	きゅうり	15	サラダ油	1					
中みそ	5	人参	7	食塩	0.4	人参	7	しょうゆ	1.8					
煮干し だし用	4	サラダ油	1	こしょう	0.03	春雨(8~10cm)	5	上白糖	0.7					
水	120	食塩	0.2	ローリエ	0.1	しょうゆ	2.5	こしょう	0.02					
(個)和三盆糖	2	こしょう	0.03	湯	100	食酢	2	ベーコン(短冊)	7					
		粗挽きウインナー(2cm)	15	牛乳	206	上白糖	1.5	玉葱	20					
		玉葱	25			ごま油	1	からし粉	15					
		中かぶ	20			からし粉	0.05	(冷)白いんげん豆ペースト	10					
		キャベツ	15			ボンレスハム(短冊)卵抜き	20	(レト)ホールコーン 1kg	15					
		人参	10			(乾)たんめん	7	(レト)クリームコーン 1kg	30					
		(冷)白いんげん豆 1kg	10			玉葱	20	サラダ油	0.5					
		セロリ	2			チンゲンサイ	7	(袋)がらスープ 1kg	3					
		(袋)がらスープ 1kg	4			えのきたけ	5	チキンコンソメ	0.5					
		白ぶどう酒	1			(袋)がらスープ 1kg	4	清酒	1					
		食塩	0.4			しょうゆ	0.5	食塩	0.4					
		こしょう	0.03			食塩	0.3	こしょう	0.03					
		チキンコンソメ	0.3			こしょう	0.03	湯	90					
		ローリエ	0.1			チキンコンソメ	0.3							
		湯	90			ごま油	0.1							
						湯	120							