

9日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
セル フコ ロッケ サンド 牛乳 トマト リゾット (麦入り) チーズ (中のみ)	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	50
	牛乳	206
	(冷)豚肉のコロッケ 60g	60
	なたね油	5
	キャベツ	35
	人参	5
	(個)濃厚ソース	10
	米粒麦 自校	13
	ベーコン(短冊)	8
	玉葱	25
	(袋)トマト水煮 1kg	18
	キャベツ	15
	人参	10
	(缶)ホールコーン	4
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ 1kg	4
	赤ぶどう酒	0.8
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.4
こしょう	0.04	
上白糖	0.2	
湯	120	
(個)スライスチーズ	20	

10日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
わか め ごはん (麦入り) 牛乳 こ う や ど う ふ の う ま 煮 し そ こ ん ぶ あ え 牛 乳 プ リ ン	精白米(自校)	62
	精白米(自校)	68
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	鉄強化米	0.5
	炊き込みわかめ 200g	1.8
	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	23
	清酒	1.5
	高野豆腐(サイコロ)	17
	玉葱	40
	人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	5
	干しいたけ(スライス)	0.5
	しょうゆ	2.8
	三温糖	2.5
	食塩	0.1
	削り節 だし用	2
	湯	50
	キャベツ	35
小松菜	20	
もやし	20	
塩ふき昆布	1.4	
赤じそ粉	0.3	
(個)牛乳プリン鉄分強化	40	

11日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
野 菜 た っ ぷ り カ レ ー ラ イ ス 牛 乳 海 そ う サ ラ ダ 小 に ぼ し	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
	牛乳	206
	豚肉並(2×3cmスライス)	18
	玉葱	40
	じゃがいも	25
	ズッキーニ	15
	(袋)トマト水煮 1kg	15
	なす	13
	サラダ油	1.5
	人参	10
	ピーマン	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
	サラダ油	1.5
	小麦粉	5
	サラダ油	5
	カレー粉	1.1
	(袋)がらスープ 1kg	3
(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	0.7	
チキンコンソメ	0.5	
こしょう	0.04	
湯	75	
キャベツ	35	
きゅうり	20	
(乾)海藻ミックス	1	
(個)青じそドレッシング	8	
小煮干し	4	

12日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ご は ん 牛 乳 ぶ た キ ム チ ナ ム ル も も ゼ リ ー	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	30
	清酒	1
	玉葱	40
	キャベツ	35
	白菜キムチ 1kg	15
	人参	7
	中ねぎ	5
	生姜	1
	にんにく	0.5
	ごま油	1.5
	しょうゆ	2.5
	上白糖	1
	みりん	0.5
	もやし	40
	チンゲンサイ	20
	人参	10
炒り白ごま	1.5	
(個)韓国ナムルドレッシング	10	
(個)ももゼリー 国産 カルシウム・鉄強化	40	

13日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コ ッ ペ パ ン 牛 乳 ハ ン バ ー グ ト マ ト ソ ー ス か け ジ ャ ー マ ン ポ テ ト 野 菜 ス ー プ	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	50
	牛乳	206
	(冷)ハンバーグ ボイル用・鉄分強化・減塩	60
	(袋)トマトケチャップ 1kg	5
	とんかつソース	4
	赤ぶどう酒	1
	上白糖	0.4
	湯	3
	ベーコン(短冊)	5
	じゃがいも	55
	ゆで塩	0.5
	玉葱	25
	サラダ油	0.5
	チキンコンソメ	0.2
	食塩	0.1
	こしょう	0.02
	粗挽きウインナー(1cm)	10
	(冷)白いんげん豆 1kg	10
	玉葱	30
キャベツ	30	
人参	5	
セロリ	3	
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ 1kg	4	
しょうゆ	0.7	
チキンコンソメ	0.4	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
湯	110	

16日(月)			17日(火)			18日(水)			19日(木)			20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(委託・白)	70	とりめし	精白米(自校)	65	中華どんぶり	精白米(委託・白)	70	ガーリックピラフ(麦入り)	精白米(自校)	60	小型コッペパン	コッペパン	30	
	精白米(委託・白)	80		鉄強化米	0.5		精白米(委託・白)	80		米粒麦 自校	5		コッペパン	30	
牛乳	牛乳	206	牛乳	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12	牛乳	牛乳	206	ピラフ	鉄強化米	0.5	牛乳	牛乳	206	
	(冷)赤魚 2cm角切・皮付き骨なし	50		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8		豚肉並(3×3cmスライス)	18		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9		白ぶどう酒	1	スパゲティ(ハーフ)
白身魚の野菜あんかけ	食塩	0.1	切りぼし大根の煮もの	人参	7	大豆と小にぼしのあげ煮	清酒	1	グリーンサラダ	玉葱	13	牛乳	ゆで塩	1.5	
	こしょう	0.01		ごぼう(さがき・ごはん用小さめ)	6		清酒	8		人参	4		人参	4	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)(香川県産)
とうふのみそ汁	清酒	1.5	だご汁	(冷)むき枝豆 1kg	5	ごまドレッシングあえ	清酒	1	ズッキーニ	エリンギ(1×2×0.3cm)	4	アーモンド入りイタリアンサラダ	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)(香川県産)	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)(香川県産)	8
	でんぶん	5		サラダ油	1.5		(レト)うずら卵1kg	20		清酒	1		人参	4	人参
ミックスナッツ(中のみ)	なたね油	4	日向夏ゼリー(小中のみ)	上白糖	1.2	ごまドレッシングあえ	玉葱	35	ココアワッフル	(冷)むき枝豆 1kg	4	ヨーグルト	ベーコン(短冊)	ベーコン(短冊)	7
	玉葱	25		食塩	0.5		キャベツ	30		人参	30		にんにく	1	人参
	チンゲンサイ	15		出し昆布	1		キャベツ	30		サラダ油	1.4		玉葱	30	
	人参	10		牛乳	206		たけのこ水煮(ホール)	15		チキンコンソメ	0.7		人参	10	
	生姜	0.6		てんぷら	7		人参	15		食塩	0.8		エリンギ	5	
	ごま油	0.5		人参	10		中ねぎ	5		こしょう	0.03		にんにく	0.3	
	しょうゆ	2.4		切干し大根	8		生姜	2		牛乳	206		サラダ油	1.3	
	みりん	1.2		(乾)刻み昆布	0.5		サラダ油	1		キャベツ	25		白ぶどう酒	1	
	でんぶん	0.4		ごま油	0.7		(袋)がらスープ 1kg	3		きゅうり	20		スイートバジル 乾燥	0.05	
	だし汁	10		しょうゆ	2		しょうゆ	1.7		アスパラガス	10		しょうゆ	2	
	豆腐	30		みりん	1		チキンコンソメ	0.4		(缶)ホールコーン	5		チキンコンソメ	0.5	
	油揚げ	6		上白糖	0.5		食塩	0.4		(缶)棒状ごまドレッシング	8		食塩	0.2	
	玉葱	25		だし汁	20		こしょう	0.04		ベーコン(短冊)	8		こしょう	0.01	
	えのきたけ	7		(冷)すいとん	28		でんぶん	1		(個)焙煎ごまドレッシング	8		きゅうり	30	
	中ねぎ	5		油揚げ	7		ごま油	0.5		ベーコン(短冊)	8		キャベツ	25	
	麦みそ	9		つきこんにゃく	10		湯	50		(冷)白いんげん豆 1kg	8		赤パプリカ	5	
	煮干し だし用	4		中ねぎ	5		小煮干し	3		じゃがいも	30		アーモンド(刻み)	1.5	
	水	120		干しいたけ(スライス)	0.6		(冷)大豆水煮	25		玉葱	25		(個)イタリアンドレッシング	8	
	(個)ミックスナッツ	15		しょうゆ	2		でんぶん	3		ズッキーニ	20		(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	
				食塩	0.4		なたね油	5		人参	7				
				削り節 だし用	4		上白糖	2.5		セロリ	1				
				出し昆布	0.8		しょうゆ	0.7		サラダ油	0.5				
				水	130		湯	1.5		(袋)トマト水煮 1kg	15				
				(個)日向夏ゼリー	50		もやし	40		(袋)がらスープ 1kg	4				
							小松菜	20		チキンコンソメ	0.3				
							人参	10		赤ぶどう酒	1				
							炒り白ごま	1		食塩	0.5				
							(個)棒々鶏ドレッシング	10		こしょう	0.03				
										ローリエ	0.1				
										湯	100				
										(個)ココアワッフル 鉄分強化	28				

30日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
焼き肉ピラフ(麦入り)牛乳切りぼし大根のサラダうずらたまご入りはるさめスープ冷とうみかんチーズ(中のみ)	精白米(自校)	60	
	米粒麦 自校	5	
	鉄強化米	0.5	
	牛肉(2×2cmスライス)	18	
	清酒	1	
	玉葱	10	
	人参	5	
	(冷)むき枝豆 1kg	5	
	にんにく	0.7	
	生姜	0.5	
	ごま油	1	
	しょうゆ	2	
	上白糖	1.3	
	食塩	0.4	
	豆板醤	0.1	
	牛乳	206	
	きゅうり	10	
	切干し大根	5	
	人参	5	
	(缶)ホールコーン	5	
	(乾)刻み昆布	0.5	
	(個)棒々鶏ドレッシング	10	
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	7	
	(レト)うずら卵1kg	22	
玉葱	30		
人参	7		
中ねぎ	5		
春雨(8~10cm)	5		
干しいたけ(スライス)	0.5		
(袋)からスープ 1kg	4		
しょうゆ	0.5		
サラダ油	0.5		
チキンコンソメ	0.3		
食塩	0.4		
こしょう	0.03		
ごま油	0.1		
湯	115		
(個)冷凍みかん	80		
(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	10		