

1日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ごは ん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛 乳		
	牛乳	206
さ ば の み そ 煮	(冷)さばのみそ煮	幼・小 40
	(冷)さばのみそ煮	中 50
チ ン ゲ ン サ イ	チンゲンサイ	25
	きゅうり	25
	人参	7
	炒り白ごま	1.5
の あ え も の	(個)青じそドレッシング	8
	豆腐	25
	玉葱	30
と う ふ と わ か め の す ま し 汁	えのきたけ	7
	中ねぎ	5
	干しわかめ(カット)	0.7
	しょうゆ	1
	清酒	1
	食塩	0.3
	削り節 だし用	4
	出し昆布	1
	水	110

2日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コ ー ン ピ ラ フ (麦 入 り)	精白米(自校)	64
	米粒麦 自校	6
	鉄強化米	0.5
	粗挽きウインナーF ₆ 強化(1cm)	9
牛 乳	玉葱	10
	(缶)ホールコーン	10
	人参	4
	エリンギ	4
ツ ナ サ ラ ダ	(冷)むき枝豆 1kg	3
	サラダ油	1
	食塩	0.6
	チキンコンソメ	0.5
ミ ネ ス ト ロ ー ネ	こしょう	0.03
	牛乳	206
野 菜 マ フ ィ ン (小 中 の み)	(レト)まぐろ油漬	15
	きゅうり	20
	キャベツ	25
	(個)焙煎ごまドレッシング	8
	ベーコン(短冊)	5
	(冷)白いんげん豆 1kg	18
	玉葱	30
	人参	5
	マカロニ(フジッリ)	5
	セロリ	2
	(袋)トマト水煮 1kg	15
	サラダ油	0.5
	赤ぶどう酒	1
	(袋)がらスープ 1kg	4
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	ローリエ	0.1
	湯	110
	(個)野菜マフィン	25

3日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦 ご は ん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
ふ り か け (小 中 の み)		
	(個)野菜ふりかけ	2.5
	牛乳	206
牛 乳		
	鶏肉 ひき肉	20
	(冷)里いも	40
	玉葱	20
さ と い も と 野 菜 の そ ぼ ろ 煮	板こんにゃく	15
	人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	7
	サラダ油	1
だ ん ご 汁	しょうゆ	3.5
	中双糖	2
	清酒	1
	でんぷん	0.5
月 見 ゼ リ ー (小 中 の み)	だし汁	10
	油揚げ	5
	(冷)白玉	25
	大根	25
	人参	7
	中ねぎ	5
	中みそ	5.5
	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
	水	115
	(個)月見ゼリー 食物繊維強化	50

6日(月)				7日(火)				8日(水)				9日(木)				10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
ばら ずし (えび入り) 牛乳 さつま まいもの あげもん うずら たまご 入りふし めん汁 しょうゆ 豆(小中のみ)	精白米(自校)		70	麦 ごはん 牛乳 魚の すだち ソース かけ しそ こんぶ あえ かぼ ちや のみ そ汁 ブルー ベリー ゼリー (小中のみ)	精白米(委託)		60	食 パン (袋入り) 牛乳 きのこ ス パゲ ティ イ タリ ア ン サ ラ ダ りん ご (小中のみ)	(個)食パン(冷凍パン)		幼・小 57	麦 ごはん 牛乳 オリ ーブ 豚と じや がい もの 煮もの 香り あえ カ レ ー じ や こ (小中のみ)	精白米(委託)		60	ひ じ き ご は ん (麦入り) 牛乳 きん び ら 焼 き ふ の す ま し 汁 わ ら び も ち (小中のみ)	精白米(自校)		64
	鉄強化米		0.5		精白米(委託)		70		(個)食パン(冷凍パン)		中 85		精白米(委託)		70		米粒麦 自校		6
	清酒		3		米粒麦 委託		6						米粒麦 委託		6		鉄強化米		0.5
	出し昆布		0.8		米粒麦 委託		7		牛乳		206		米粒麦 委託		7		牛肉(2×2cmスライス)		13
	食酢		10														油揚げ		5
	上白糖		8		牛乳		206						牛乳		206		人参		5
	食塩		0.8						スパゲティ(ハーフ)		35						つきこんにやく(ハーフ)		5
	(冷)むきえび		10		(冷)赤魚 3cm角切・皮付き骨なし		45		ゆで塩		1.5		オリーブ豚 並3×3カット スライス		30		(冷)むき枝豆 1kg		5
	清酒		1		清酒		2		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)		12		じゃがいも		80		(乾)ひじき		1
	油揚げ		5		米粉		5		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)		8		玉葱		50		サラダ油		0.8
	人参		10		でんぷん		4		清酒		1		つきこんにやく		25		しょうゆ		3
	ごぼう(さがき・ごはん用小さめ)		5		なたね油		5		ベーコン(短冊)		12		人参		10		清酒		2
	(冷)グリーンピース		3		すだち酢		3.5		玉葱		40		(冷)さやいんげん 500g		5		上白糖		1
	高野豆腐(すし用)		0.8		三温糖		2.7		えのきたけ		8		サラダ油		1		食塩		0.3
	干しいたけ(スライス)		0.5		しょうゆ		2.5		エリンギ		8		しょうゆ		4				
	上白糖		2.5		みりん		1		しめじ		8		清酒		3		牛乳		206
	うすくちしょうゆ		2		でんぷん		0.2		ピーマン		5		中双糖		3				
	清酒		2		湯		4		にんにく		0.5		食塩		0.05		てんぷら		15
									サラダ油		2		湯		5		洗いごぼう		25
	牛乳		206		キャベツ		20		白ぶどう酒		1						(乾)きわかめ(カット)国産・200g		0.5
さつま まいもの あげもん うずら たまご 入りふし めん汁 しょうゆ 豆(小中のみ)					ほうれん草		15		しょうゆ		1		キャベツ		30		(冷)さやいんげん 500g		10
	さつまいも(スライス天ぷら用)		幼 20		もやし		10		チキンコンソメ		0.6		小松菜		25		ごま油		1
	さつまいも(スライス天ぷら用)		小 40		人参		5		食塩		0.3		人参		10		清酒		1
	さつまいも(スライス天ぷら用)		中 50		赤じそ粉		0.4		ごしょう		0.04		(個)ゆずかつおドレッシング		10		しょうゆ		2.2
	天ぷら粉 乳・卵抜き		7		塩ふき昆布		1.2		(個)刻みのり 0.3g		0.3						中双糖		0.8
	水		14										上乾ちりめん		4		みりん		1
	なたね油		5		油揚げ		5		キャベツ		35		上白糖		1		だし汁		2
					(生)かぼちゃ(2×2cm)		25		きゅうり		15		みりん		0.5		炒り白ごま		1
	型抜きかまぼこ(小菊)		7		玉葱		25		(缶)ホールコーン		5		しょうゆ		0.4				
	(レト)うずら卵1kg		25		中ねぎ		5		赤ピーマン		3		清酒		0.3		玉葱		30
	玉葱		25		中みそ		5.5		(個)イタリアンドレッシング		8		カレー粉		0.1		人参		10
	人参		6		甘みそ		5						炒り白ごま		0.5		中ねぎ		5
	ふしめん		5		煮干し だし用		4		りんご		40						えのきたけ		5
	中ねぎ		5		水		120										焼き麴		1
	うすくちしょうゆ		0.5														しょうゆ		1
	食塩		0.3		(個)ブルーベリーゼリー 鉄分強化		40										食塩		0.5
	削り節 だし用		4														削り節 だし用		4
	出し昆布		0.5														出し昆布		1
	水		120														湯		135
しょうゆ 豆(小中のみ)																	(個)わらびもち		30
	しょうゆ豆		8																

14日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛乳	牛乳	206
ヤンニョムチキン	鶏肉 胸・皮なし(2×2)	30
	鶏肉 もも・皮なし(2×2)	20
	生姜	0.3
	清酒	1
チヨレギサラダ	でんぷん	5
	米粉	2.5
	なたね油	5
	炒り白ごま	1
トック入りわかめスープ	にんにく	0.5
	(袋)トマトケチャップ 1kg	7.5
	三温糖	2
	しょうゆ	1
	みりん	0.6
	赤みそ	0.6
	コチジャン	0.1
	水	2
	もやし	30
	小松菜	25
	人参	5
	もみのり	1
	(個)韓国ナムドルレッシング	10
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	トック 国産米使用	20
	玉葱	20
	中ねぎ	3
	干しわかめ(カット)	0.8
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ 1kg	4
	しょうゆ	0.8
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.3
	ごま油	0.2
	湯	135

15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(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	60
	牛乳	206
牛乳		幼・小 60
	(冷)ハンバーグ ボイル用・水分強化・減塩	中 80
	(冷)ハンバーグ ボイル用・水分強化・減塩	
ハンバーグ	玉葱	5
	エリンギ	5
	しめじ	5
	えのきたけ	5
きのこソース	生姜	0.3
	にんにく	0.1
	サラダ油	0.8
	(袋)トマトケチャップ 1kg	11
かけ	(袋)トマトピューレ 1kg	6
	ウスターソース	1
	みりん	0.7
	上白糖	0.7
ゆでブロッコリー	しょうゆ	0.5
	水	7
	(冷)ブロッコリー 国産 1kg	25
	ゆで塩	0.5
あさりのチャウダー	(冷)あさりむき身	10
	白ぶどう酒	1
	ベーコン(短冊)	5
	(冷)白いんげん豆ペースト	15
	じゃがいも	25
	玉葱	30
	人参	7
	パセリ	0.5
	バター	0.5
	(袋)がらスープ 1kg	4
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.6
	コーンスターチ	1
	調理用牛乳 1L	30
	湯	55

16日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
さつまいもごはん	精白米(自校)	60
	精白米(自校)	70
	鉄強化米	0.5
	さつまいも(2cm角)県産	33
牛乳	清酒	1.6
	食塩	0.8
	炒り黒ごま	0.7
	出し昆布	0.3
ぶた肉と野菜のいためもの	牛乳	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	35
	生姜	1.5
みそけんちん汁	キャベツ	35
	玉葱	30
	人参	10
	チンゲンサイ	10
	サラダ油	1
	しょうゆ	3
	清酒	1
	上白糖	1
	みりん	0.5
	豆腐	30
	油揚げ	5
	洗いごぼう	10
	つきこんにゃく	10
	人参	7
	干しいたけ(スライス)	0.5
	中ねぎ	5
	甘みそ	5.5
	中みそ	5
	ごま油	0.1
	煮干し だし用	4
	水	110

17日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
肉うどん	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	幼・小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
	牛肉(3×2cmスライス)	25
牛乳	清酒	1
	玉葱	30
	人参	10
	中ねぎ	5
かまあげいりこのからあげ	生姜	0.3
	しょうゆ	4.5
	みりん	3
	上白糖	2
ごま酢あえ	清酒	1
	食塩	0.4
	煮干し だし用	5
	水	150
	牛乳	206
	(冷)釜揚げいりこ米粉付香川県産	30
	なたね油	4
	食塩	0.05
	もやし	35
	チンゲンサイ	20
	人参	10
	しょうゆ	1.2
	食酢	1
	上白糖	1
	ボン酢	0.5
	炒り白ごま	1

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
ハヤシ ライス (麦ごはん) 牛乳 りっちゃん サラダ ミニトマト (小中のみ)	精白米(委託)		60	きな こあげ パン 牛乳 肉だんご 野菜のス ープ煮 ひじきとチ ーズのサラ ダ	全粒粉パン		50	菜めし (麦入り) 牛乳 こうやど うふのたま ごとじ あえもの ヨーグル ト(小中の み)	精白米(自校)		66	麦ごはん 牛乳 さばのし ょうが煮 大根と水 菜のあえ ものうち こみ汁	精白米(委託)		60	ごはん ふりかけ (小中のみ) 牛乳 がんもど きとひじ きのうま 煮 野菜とた くあんのご まあえ	精白米(自校)		72
	精白米(委託)		70		全粒粉パン		60		精白米(自校)		73		精白米(委託)		70		精白米(自校)		80
	米粒麦 委託		6		なたね油		6		米粒麦 自校		6		米粒麦 委託		6		鉄強化米		0.3
	米粒麦 委託		7		きな粉 1kg		4.5		米粒麦 自校		7		米粒麦 委託		7		(個)おかふりかけ(28品目フリー)		2
	牛乳		206		三温糖		3		鉄強化米		0.5		牛乳		206		牛乳		206
					紙ナフキン		1		菜めしの素 250g		2								
	牛肉(3×3cmスライス)		25		牛乳		206		牛乳		206		(冷)さばの生姜煮	幼・小	50		牛肉(2×2cmスライス)		15
	じゃがいも		50		(冷)肉だんご(Fe・Ca強化)		30		鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)		12		(冷)さばの生姜煮	中	70		(冷)ミニひろうす 青大豆入り		20
	玉葱		45		玉葱		40		鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)		8		大根		40		つきこんにやく		25
	人参		10		白菜		35		鶏卵		20		きゅうり		15		洗いごぼう		15
	エリンギ		6		人参		15		高野豆腐(サイコロ)		17		水菜		10		人参		10
	(冷)グリーンピース		5		チンゲンサイ		15		玉葱		30		(缶)ホールコーン		5		(冷)さやいんげん 500g		8
	にんにく		0.3		春雨(太め5cm)		4		人参		10		花かつお 1kg		0.5		(乾)ひじき		3
	サラダ油		1		生姜		0.5		(冷)さやいんげん 500g		7		食酢		2.5		サラダ油		1
	小麦粉		5		サラダ油		1		干しいたけ(スライス)		1		しょうゆ		2		しょうゆ		4
	サラダ油		4		(袋)がらスープ 1kg		4		しょうゆ		3		上白糖		1.2		三温糖		3
	(袋)トマトピューレ 1kg		15		清酒		1		三温糖		2.5		サラダ油		0.5		みりん		0.5
	(袋)トマト水煮 1kg		10		食塩		0.35		食塩		0.1		ごま油		0.5		削り節 だし用		1
	(袋)がらスープ 1kg		3		チキンコンソメ		0.4		清酒		0.5						湯		20
	赤ぶどう酒		2		しょうゆ		0.3		削り節 だし用		2		油揚げ		5				
	ウスターソース		2		こしょう		0.03		湯		50		生うどん さぬきの夢		15		小松菜		20
	食塩		0.7		ごま油		0.2		もやし		30		大根		15		キャベツ		20
	上白糖		0.5		湯		80		きゅうり		20		人参		8		もやし		15
	チキンコンソメ		0.5		(レト)まぐろ油漬		10		人参		10		生しいたけ(スライス)県産・1kg		5		人参		5
	からし粉		0.15		ダイスチーズ(4mm角)生食用		5		しょうゆ		2.5		中ねぎ		5		たくあん(刻み)1kg袋		6
	こしょう		0.07		キャベツ		30		食酢		1.5		中みそ		5.5		しょうゆ		1
	ローリエ		0.1		きゅうり		10		上白糖		1.5		甘みそ		5		炒り白ごま		1
	ピザ用チーズ		2		人参		5		ごま油		0.3		煮干し だし用		4				
	湯		80		(乾)ひじき		1.2		(個)ヨーグルト		70		水		150				
	ボンレスハム(短冊)卵抜き		5		食酢		2.5												
	キャベツ		30		しょうゆ		1.5												
	きゅうり		10		サラダ油		1												
	人参		7		上白糖		1												
	(缶)ホールコーン		5		こしょう		0.03												
	(乾)刻み昆布		0.5																
	食酢		3																
	サラダ油		2																
	しょうゆ		2																
	上白糖		0.5																
	こしょう		0.02																
	花かつお 1kg		0.8																
	ミニトマト		30																

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
コッ ペ バ ン	コッペパン	50	麦 ご は ん	精白米(委託)	60	麦 ご は ん	精白米(自校)	66	あ ぶ た ま ど ん ぶ り (麦ごはん)	精白米(委託)	60	コッ ペ バ ン	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン	60		精白米(委託)	70		精白米(自校)	73		精白米(委託)	70		コッペパン(丸型)	60
牛 乳	牛乳	206	牛 乳	米粒麦 委託	6	し じ み の つ く だ 煮 (小中のみ)	米粒麦 自校	6	牛 乳	米粒麦 委託	6	牛 乳		
				米粒麦 委託	7		米粒麦 自校	7		米粒麦 委託	7		牛乳	206
か ぼ ち ゃ の シ チ ュ ー	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12	さ け の ち ゃ ん ち ゃ ん 焼 き 風	牛乳	206	牛 乳	鉄強化米	0.5	さ つ ま い も と い り こ の か ん ろ 煮	牛乳	206	ぶ た 肉 の カ レ ー ソ ー テ ー	豚肉並(3×3cmスライス)	45
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8					(レト)しじみ佃煮	10					玉葱	30
カ ラ フ ル サ ラ ダ	白ぶどう酒	1	い も も ち 汁	冷)鮭2cm角切・皮付き骨なし	47	あ つ あ げ の あ ま 酢 煮			切 り ぼ し 大 根 の あ え も の	鶏卵	30	コ ー ン ク リ ー ム ス ー プ	人参	10
	(冷)白いんげん豆ペースト	10		清酒	1.5		牛乳	206		油揚げ	20		エリンギ	7
ぶ ど う ゼ リ ー (小中のみ)	玉葱	35	チ ー ズ (中のみ)	食塩	0.1	バ ン サ ン ス ー				玉葱	50		ピーマン	7
	(生)かぼちゃ(2×2cm)	25		でんぶん	6		豚肉並(2×2cmスライス)	15		人参	10		サラダ油	1
	じゃがいも	20		なたね油	4		(冷)厚揚げ(カット)1kg	45		干しいたけ(スライス)	0.5		白ぶどう酒	1
	人参	10		キャベツ	20		白菜	25		中ねぎ	3		上白糖	0.7
	エリンギ	10		玉葱	15		玉葱	20		しょうゆ	4.5		ウスターソース	1
	パセリ	0.5		(冷)さやいんげん 500g	5		たけのこ水煮(ホール)	15		みりん	3		しょうゆ	0.7
	サラダ油	1		しめじ	5		人参	10		上白糖	1.5		みりん	0.7
	小麦粉	3.5		(缶)ホールコーン	3		ピーマン	7		清酒	1		カレー粉	0.4
	サラダ油	2		生姜	0.3		干しいたけ(スライス)	0.7		食塩	0.4		チキンコンソメ	0.3
	バター	1		サラダ油	0.3		にんにく	0.5		でんぶん	0.5		食塩	0.2
	(袋)がらスープ 1kg	4		中みそ	2.5		サラダ油	1		削り節 だし用	2		こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.5		甘みそ	1.5		しょうゆ	3.5		湯	75			
	食塩	0.4		上白糖	1.2		上白糖	3					(冷)ブロックリー 国産 1kg	15
	こしょう	0.04		みりん	1.5		(袋)トマトケチャップ 1kg	2.5		さつまいも(2cm角)	50		(冷)カリフラワー	10
	ローリエ	0.1		しょうゆ	1.5		食酢	2		なたね油	3		ゆで塩	0.3
	調理用牛乳 1L	30		でんぶん	0.2		清酒	1		三温糖	4			
	湯	65		だし汁	8		チキンコンソメ	0.5		サラダ油	1		ベーコン(短冊)	7
							食塩	0.1		食酢	0.8		(缶)クリームコーン	35
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5		油揚げ	5		でんぶん	1		湯	1.2		玉葱	30
	キャベツ	25		(冷)いももち	20		水	10		小煮干し	3		(缶)ホールコーン	10
	きゅうり	20		大根	20								人参	5
	人参	7		玉葱	15		ボンレスハム(短冊)卵抜き	10		(レト)まぐろ油漬	5		パセリ	0.5
	紫キャベツ	5		人参	5		もやし	30		きゅうり	15		サラダ油	0.5
	食酢	1.8		中ねぎ	5		きゅうり	20		切干し大根	5		(袋)がらスープ 1kg	4
	上白糖	1.4		食塩	0.5		春雨(太め5cm)	4		人参	5		食塩	0.4
	(冷)レモン果汁 県産・500g	1.2		しょうゆ	0.6		しょうゆ	2.5		(乾)刻み昆布	0.5		こしょう	0.03
	オリーブ油	1		清酒	1		食酢	2		食酢	2.2		チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.36		みりん	0.5		上白糖	1.5		しょうゆ	2		コーンスターチ	0.4
	こしょう	0.03		削り節 だし用	4		ごま油	1		上白糖	1		調理用牛乳 1L	20
				出し昆布	1		からし粉	0.04		ごま油	0.7		水	75
				水	115									
	(個)ぶどうゼリー 鉄分・食物繊維強化	40												
				(個)プロセスチーズ	15									