

8日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
中華風 たきこみ ごはん(麦入り)	精白米(自校)	60
	米粒麦 自校	5
	鉄強化米	0.5
	焼き豚(1cm角切り)	20
	たけのこ水煮(ホール)	10
	中ねぎ	5
	(冷)むぎ枝豆 1kg	5
	ごま油	1
	清酒	4
	しょうゆ	3.5
	上白糖	0.8
	食塩	0.3
	牛乳	206
	もやし	20
	きゅうり	20
	(缶)ホールコーン	5
	人参	7
	春雨(8~10cm)	6
	しょうゆ	2.5
	食酢	2
	上白糖	1.5
	ごま油	1.5
	からし粉	0.04
	(冷)肉だんご	30
	玉葱	35
	チンゲンサイ	15
	人参	8
干しいたけ(スライス)	0.5	
生姜	0.4	
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ 1kg	4	
しょうゆ	1.8	
清酒	0.9	
チキンコンソメ	0.3	
食塩	0.2	
こしょう	0.03	
水	110	

9日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 さばのしょうゆが煮 野菜のごまあえ じゃがいものみそ汁	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	206
	(冷)さばの生姜煮 幼・小	50
	(冷)さばの生姜煮 中	70
	もやし	30
	小松菜	25
	人参	10
	炒り白ごま	1.5
	しょうゆ	2.5
	食酢	1.5
	上白糖	0.35
	油揚げ	3
	じゃがいも	30
	玉葱	25
	えのきたけ	5
	中ねぎ	5
	中みそ	5.5
	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
	水	115

10日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 牛乳 とり肉と野菜のトマト煮 キャベツのソテー	コッペパン	50
	コッペパン	50
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20
	ベーコン(短冊)	5
	じゃがいも	45
	玉葱	40
	(袋)トマト水煮 1kg	25
	人参	20
	にんにく	1
	サラダ油	1
	(袋)トマトケチャップ 1kg	3
	赤ぶどう酒	1
	上白糖	0.8
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.25
	こしょう	0.05
	湯	20
	キャベツ	35
	人参	10
	しめじ	10
	(缶)ホールコーン	10
	サラダ油	1
	チキンコンソメ	0.2
	しょうゆ	0.2
食塩	0.2	
こしょう	0.03	

11日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 ホイコーロー 中華サラダ	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	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	40
	しょうゆ	1
	清酒	1
	キャベツ	40
	玉葱	35
	たけのこ水煮(ホール)	15
	人参	10
	ピーマン	8
	生姜	1
	にんにく	0.5
	サラダ油	1
	赤みそ	2
	しょうゆ	1
	清酒	1
	上白糖	0.7
	豆板醤	0.05
	ごま油	0.5
	(レト)さきみ油漬(フレーク)	12
	もやし	35
	きゅうり	20
	人参	5
	きくらげ(せん切り)	0.2
炒り白ごま	1	
しょうゆ	2.5	
食酢	2.5	
上白糖	1.3	
ごま油	1	
からし粉	0.05	

14日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ガーリックピラフ(麦入り)	精白米(自校)	60
	米粒麦 自校	5
	鉄強化米	0.5
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8
	白ぶどう酒	1
	玉葱	12
	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	3
	にんにく	1
	サラダ油	1.2
	バター	0.6
	チキンコンソメ	0.6
	しょうゆ	0.4
食塩	0.5	
こしょう	0.04	
牛乳	206	
(レト)まぐろ油漬	17	
人参	25	
きゅうり	15	
食酢	2.2	
上白糖	1.1	
サラダ油	0.5	
オリーブ油	0.5	
食塩	0.3	
こしょう	0.04	
ベーコン(短冊)	7	
(冷)白いんげん豆 1kg	12	
玉葱	30	
マカロニ(シエル)	5	
パセリ	0.5	
(袋)がらスープ 1kg	4	
しょうゆ	0.5	
チキンコンソメ	0.4	
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
湯	125	
(個)豆乳プリン	40	

15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	206
	さけのなんばん	
	いそ香あえ	
	オリーブ豚のとん汁	
	小松菜	20
	もやし	25
	人参	7
	味付けもみのり(5~10mm幅)県産	1
	しょうゆ	1
	オリーブ豚 並(2×2cmスライス)	10
豚肉並(2×2cmスライス)	10	
大根	20	
洗いごぼう	10	
人参	10	
つきこんにやく	7	
中ねぎ	5	
麦みそ	9	
煮干し だし用	4	
水	110	

16日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型コッペパン	コッペパン	30
	コッペパン	30
	牛乳	206
	スパゲティ(ハーフ)	35
	ゆで塩	1.5
	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	清酒	1.5
	キャベツ	30
	玉葱	20
	人参	10
	エリンギ	5
	中ねぎ	5
	生姜	1
	にんにく	0.1
にんにく	0.1	
サラダ油	2	
とんかつソース	9	
ウスターソース	2.5	
食塩	0.2	
こしょう	0.05	
粉かつお	0.5	
青のり粉	0.2	
(レト)まぐろ油漬	10	
(冷)大豆水煮	12	
きゅうり	25	
人参	10	
(缶)ホールコーン	7	
(乾)ひじき	1	
焙煎ごまドレッシング	8	
食酢	0.5	
ミニトマト	30	

17日(木)

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	206
	豚肉並ミンチ	20
	清酒	1
	豆腐	80
	玉葱	35
	人参	10
	干しいたけ(スライス)	0.5
	中ねぎ	5
	生姜	1
	にんにく	0.8
にんにく	0.8	
サラダ油	1	
(袋)トマトケチャップ 1kg	7	
しょうゆ	3.5	
(袋)がらスープ 1kg	3	
赤みそ	2	
清酒	1	
三温糖	0.5	
チキンコンソメ	0.4	
食塩	0.15	
豆板醤	0.1	
でんぶん	1	
ごま油	0.1	
湯	35	
ボンレスハム(短冊)卵抜き	7	
チンゲンサイ	20	
もやし	20	
きゅうり	15	
しょうゆ	2	
食酢	2	
上白糖	1.2	
ごま油	0.5	

18日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
赤飯	精白米(自校)	50
	精白米(自校)	55
	もち米	18
	もち米	20
	(乾)小豆	7
	食塩	0.6
	炒り白ごま	0.7
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2)	30
	鶏肉 もも・皮なし(2×2)	20
	しょうゆ	2
	清酒	0.7
	生姜	0.7
	米粉	4
でんぶん	2	
なたね油	5	
キャベツ	30	
人参	5	
ゆで塩	0.5	
(冷)豆腐(カット)1kg	20	
型抜きかまぼこ(桜)	6	
玉葱	30	
中ねぎ	5	
清酒	1	
しょうゆ	0.5	
食塩	0.4	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	115	
(個)和三盆糖	2	
(個)いちごゼリー	50	

