

2日(月)				3日(火)				4日(水)				5日(木)				6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 しじみの つくだ煮 (小中のみ) 牛乳 肉じゃが 大根の あえもの	精白米(委託・白)		70	いり黒豆 のたき こみごはん 牛乳 きんぴら ごぼう 白玉汁	精白米(自校)		65	黒糖パン 牛乳 ぶた肉の 角煮 ゴーヤ チャンプルー アーサー 汁 シーク ワーサー ゼリー (中のみ)	黒糖パン		50	ごはん 牛乳 かたくち いわしの なんばん づけ ごまあえ じゃがい ものみそ 汁	精白米(委託・白)		70	五目 チャー ハン (麦入り) 牛乳 中華 サラダ たまご とコー ンのス ープ 豆乳 プリン タルト (小中の み)	精白米(自校)		60
	精白米(委託・白)		80		鉄強化米		0.5		黒糖パン		50		精白米(委託・白)		80		米粒麦 自校		5
					牛肉(2×2cmスライス)		15		粉黒糖		7.5						鉄強化米		0.5
	牛乳		206		炒り黒豆		8		粉黒糖		7.5		牛乳		206		焼き豚(1cm角切り)		17
					油揚げ		4										玉葱		10
	豚肉並(2×2cmスライス)		25		人参		7		牛乳		206		(冷)かたくちいわし薬粉付き		37		人参		5
	清酒		1		サラダ油		0.8						なたね油		4		(冷)むき枝豆 1kg		5
	じゃがいも		80		しょうゆ		3		豚肉赤身(2cm角)		50		細ねぎ		2		中ねぎ		4
	玉葱		40		清酒		2		サラダ油		1		食酢		3.5		ごま油		1.5
	つきこんにやく		15		上白糖		1.5		(乾)早煮昆布(カット)		0.7		しょうゆ		2.5		清酒		1
	人参		10		食塩		0.5		生姜		0.8		上白糖		2.5		しょうゆ		1
	(冷)さやいんげん 500g		8						にんにく		0.3		みりん		0.9		チキンコンソメ		0.4
	サラダ油		2		牛乳		206		しょうゆ		2.5		一味		0.01		食塩		0.3
	しょうゆ		3						中双糖		2		水		1.3		こしょう		0.03
	中双糖		2		てんぷら		15		清酒		2.5								
	清酒		1		洗いごぼう		25		だし汁		15		キャベツ		25		牛乳		206
	湯		5		つきこんにやく		10						小松菜		15				
					人参		7		ベーコン(短冊)		5		もやし		15		もやし		35
	大根		35		(冷)さやいんげん 500g		6		豆腐		15		人参		5		きゅうり		20
	きゅうり		15		ごま油		1		キャベツ		25		炒り白ごま		1		人参		8
	(乾)きわかめ(カット)国産・200g		0.8		しょうゆ		2		もやし		15		(個)和風ドレッシング		8		きくらげ(せん切り)		0.4
	人参		5		三温糖		1		ゴーヤ		15						(個)棒々鶏ドレッシング		10
	炒り白ごま		1		みりん		1		人参		7		油揚げ		5				
	(個)ゆずかつおドレッシング		10		炒り白ごま		1.5		サラダ油		1		じゃがいも		30		鶏卵		20
					だし汁		5		しょうゆ		0.8		玉葱		20		玉葱		35
	(レト)しじみ佃煮		10						チキンコンソメ		0.3		干しわかめ(カット)		0.5		(缶)クリームコーン		20
					(冷)白玉		30		食塩		0.1		中ねぎ		3		チンゲンサイ		10
					油揚げ		6		こしょう		0.03		中みそ		5.5		人参		8
					玉葱		20		ごま油		0.5		白みそ		5		(袋)がらスープ 1kg		4
					人参		8		花かつお 1kg		0.5		煮干し だし用		4		清酒		1
					中ねぎ		5						水		120		しょうゆ		0.7
					しょうゆ		1.8		玉葱		25						チキンコンソメ		0.4
					清酒		1		人参		10						食塩		0.3
					みりん		0.5		えのきたけ		8						こしょう		0.03
					食塩		0.2		(乾)あおさのり 100g		0.5						ごま油		0.2
					削り節 だし用		4		清酒		1						でんぷん		0.5
					出し昆布		0.8		(袋)がらスープ 1kg		2						湯		100
					水		120		しょうゆ		0.8								
									チキンコンソメ		0.3						(個)国産豆乳プリンタルト		25
									食塩		0.4								
									ごま油		0.3								
									削り節 だし用		4								
									出し昆布		0.8								
									水		140								
									(個)シークワーサーゼリー		50								

9日(月)				10日(火)				11日(水)				12日(木)				13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 ぶた肉の梅みそいため こふきいも けんちん汁	精白米(委託・白)		70	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	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(小中のみ)	精白米(自校)		62	野菜たっぷりカレーライス 牛乳 海そうサラダ 小にぼし(小中のみ)	精白米(委託・白)		70	ごはん 牛乳 ぶたキムチ ナムル ももゼリー(小中のみ)	精白米(自校)		68
	精白米(委託・白)		80		コッペパン(丸型)		50		精白米(自校)		68		精白米(委託・白)		80		精白米(自校)		75
									米粒麦 自校		6						鉄強化米		0.5
	牛乳		206		牛乳		206		米粒麦 自校		7		牛乳		206		牛乳		206
									鉄強化米		0.5								
	豚肉並(3×3cmスライス)		45		(冷)豚肉のコロッケ 60g		60		炊き込みわかめ 200g		1.8		豚肉並(2×3cmスライス)		18				
	清酒		1		なたね油		5						玉葱		40		豚肉並(2×2cmスライス)		30
	玉葱		45						牛乳		206		じゃがいも		25		清酒		1
	人参		10		キャベツ		35						ズッキーニ		15		玉葱		40
	しめじ		7		人参		5		豚肉並(2×2cmスライス)		23		(袋)トマト水煮 1kg		15		キャベツ		35
	中ねぎ		5		(個)濃厚ソース		10		清酒		1.5		なす		13		白菜キムチ 1kg		15
	生姜		0.5						高野豆腐(サイコロ)		17		サラダ油		1.5		人参		7
	サラダ油		2		米粒麦 自校		13		玉葱		40		人參		10		中ねぎ		5
	ねり梅		7		ベーコン(短冊)		8		人參		10		ピーマン		5		生姜		1
	上白糖		2		玉葱		25		(冷)さやいんげん 500g		5		(冷)むき枝豆 1kg		5		にんにく		0.5
	赤みそ		1.5		(袋)トマト水煮 1kg		18		干しいたけ(スライス)		0.5		にんにく		0.5		ごま油		1.5
	しょうゆ		1		キャベツ		15		しょうゆ		2.8		生姜		0.2		しょうゆ		2.5
	炒り白ごま		1.5		人参		10		三温糖		2.5		サラダ油		1.5		上白糖		1
					(缶)ホールコーン		4		食塩		0.1		小麦粉		5		みりん		0.5
	じゃがいも		55		サラダ油		0.5		削り節 だし用		2		サラダ油		5				
	ゆで塩		1.1		(袋)がらスープ 1kg		4		湯		50		カレー粉		1.1		もやし		40
					赤ぶどう酒		0.8						(袋)がらスープ 1kg		3		チンゲンサイ		20
	豆腐		25		チキンコンソメ		0.6		キャベツ		35		(袋)トマトケチャップ 1kg		2		人参		10
	油揚げ		6		食塩		0.4		小松菜		20		ウスターソース		1.7		炒り白ごま		1.5
	洗いごぼう		13		こしょう		0.04		もやし		20		とんかつソース		1		(個)韓国ナムドルドレッシング		10
	つきこんにやく		10		上白糖		0.2		塩ふき昆布		1.4		しょうゆ		1				
	人参		7		湯		120		赤じそ粉		0.3		チャツネ 450g		1		(個)ももゼリー 国産 カルシウム・鉄強化		40
	中ねぎ		5										赤ぶどう酒		1				
	しょうゆ		2		(個)スライスチーズ		20		(個)牛乳プリン鉄分強化		40		食塩		0.7				
	食塩		0.5										チキンコンソメ		0.5				
削り節 だし用		4							こしょう		0.04								
出し昆布		0.8							湯		75								
水		120																	
									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								
											</								

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
コッペパン	コッペパン(丸型)		50	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
	コッペパン(丸型)		50		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
牛乳				牛乳				牛乳	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)		12	牛乳				牛乳	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)		9
	牛乳		206		牛乳		206		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)		8		牛乳		206		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)		6
ハンバーグ	(冷)ハンバーグ ポイル用・鉄分強化・減塩		幼・小 60	白身魚の野菜あんかけ	(冷)赤魚 2cm角切・皮付き骨なし		50	切りほし大根の煮もの	人参		7	大豆と小にぼしのあげ煮	豚肉並(3×3cmスライス)		18	グリーンサラダ	白ぶどう酒		1
	(冷)ハンバーグ ポイル用・鉄分強化・減塩		中 80		食塩		0.1		ごぼう(さがき・ごはん用小さめ)		6		清酒		1		清酒		1
トマトソースかけ	(袋)トマトケチャップ 1kg		5	とうふのみそ汁	こしょう		0.01	だご汁	(冷)むき枝豆 1kg		5	ごまドレッシングあえ	(冷)短冊いか(1×4cm)		8	ズッキーニのトマトスープ	人参		4
	とんかつソース		4		清酒		1.5		サラダ油		1.5		清酒		1		(レト)うずら卵1kg		20
ジャーマンポテト	赤ぶどう酒		1	ミックスナッツ(中のみ)	でんぷん		5	日向夏ゼリー(小中のみ)	しょうゆ		2.5		玉葱		35		(冷)むき枝豆 1kg		4
	上白糖		0.4		なたね油		4		しょうゆ		1.5		上白糖		1.2		キャベツ		30
野菜スープ	湯		3		玉葱		25		食塩		0.5		たけのこ水煮(ホール)		15		サラダ油		1.4
	ベーコン(短冊)		5		チンゲンサイ		15		出し昆布		1		人参		15		人参		4
	じゃがいも		55		人参		10		牛乳		206		中ねぎ		5		食塩		0.8
	ゆで塩		0.5		生姜		0.6		てんぷら		7		生姜		2		生薑		2
	玉葱		25		ごま油		0.5		しょうゆ		2.4		サラダ油		1		牛乳		206
	サラダ油		0.5		みりん		1.2		人参		10		(袋)がらスープ 1kg		3		キャベツ		25
	チキンコンソメ		0.2		でんぷん		0.4		切干し大根		8		しょうゆ		1.7		きゅうり		20
	食塩		0.1		だし汁		10		(乾)刻み昆布		0.5		チキンコンソメ		0.4		チキンコンソメ		0.4
	こしょう		0.02						ごま油		0.7		食塩		0.4		(缶)ホールコーン		5
					豆腐		30		しょうゆ		2		こしょう		0.04		でんぷん		1
	粗挽きウインナー(1cm)		10		油揚げ		6		みりん		1		でんぷん		1		ベーコン(短冊)		8
	(冷)白いんげん豆 1kg		10		玉葱		25		上白糖		0.5		ごま油		0.5		ごま油		0.5
	玉葱		30		えのきたけ		7		だし汁		20		湯		50		じゃがいも		30
	キャベツ		30		中ねぎ		5		(冷)すいとん		28		小煮干し		3		(冷)大豆水煮		25
	人参		5		麦みそ		9		油揚げ		7		食用油		5		ズッキーニ		20
	セロリ		3		煮干し だし用		4		つきこんにやく		10		でんぷん		3		食用油		5
	サラダ油		0.5		水		120		上白糖		0.5		上白糖		2.5		セロリ		1
	(袋)がらスープ 1kg		4						だし汁		20		しょうゆ		0.7		しょうゆ		0.7
	しょうゆ		0.7		(個)ミックスナッツ		15		食塩		0.4		湯		1.5		(袋)トマト水煮 1kg		15
	チキンコンソメ		0.4						削り節 だし用		4		湯		1.5		(袋)がらスープ 1kg		4
	食塩		0.3						出し昆布		0.8		もやし		40		赤ぶどう酒		1
	こしょう		0.03						水		130		炒り白ごま		1		食塩		0.5
	湯		110						(個)日向夏ゼリー		50		(個)棒々鶏ドレッシング		10		ローリエ		0.1
																			湯
																	(個)ココアワッフル 鉄分強化		28
	</																		

[illegible]

30日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
牛乳		
	牛乳	206
豆腐		
	豆腐	70
豚肉並ミンチ		
	豚肉並ミンチ	18
清酒		
	清酒	2
玉葱		
	玉葱	35
なす		
	なす	18
サラダ油		
	サラダ油	1.5
人参		
	人参	10
たけのこ水煮(ホール)		
	たけのこ水煮(ホール)	10
中ねぎ		
	中ねぎ	5
生姜		
	生姜	1
にんにく		
	にんにく	0.8
干しいたけ(スライス)		
	干しいたけ(スライス)	0.8
ごま油		
	ごま油	1
(袋)トマトケチャップ 1kg		
	(袋)トマトケチャップ 1kg	7
しょうゆ		
	しょうゆ	3.2
赤みそ		
	赤みそ	2
チキンコンソメ		
	チキンコンソメ	0.5
三温糖		
	三温糖	0.5
食塩		
	食塩	0.15
豆板醤		
	豆板醤	0.03
でんぷん		
	でんぷん	1
湯		
	湯	20
もやし		
	もやし	40
小松菜		
	小松菜	20
人参		
	人参	10
(個)棒々鶏ドレッシング		
	(個)棒々鶏ドレッシング	10
(個)小魚入りアーモンド		
	(個)小魚入りアーモンド	8
(小中のみ)		