

C 10月

1日(水)

献立名	食品名	一人当たり 正味分量
コッ ペ パ ン	コッペパン	50
	コッペパン	60
牛 乳	牛乳	206
ポ ー ク ビ ー ン ズ	豚肉並(2×3cmスライス)	25
	ベーコン(短冊)	5
	(冷)大豆水煮	30
フ レ ン チ サ ラ ダ	じゃがいも	45
	玉葱	40
	人参	10
ヨ ー グ ル ト (小 中 の み)	サラダ油	1
	(袋)トマトピューレ 1kg	6
	(袋)トマトケチャップ 1kg	3
フ レ ン チ サ ラ ダ	上白糖	1.2
	赤ぶどう酒	1
	ウスターソース	0.7
ヨ ー グ ル ト (小 中 の み)	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.3
	こしょう	0.05
ヨ ー グ ル ト (小 中 の み)	湯	40
ヨ ー グ ル ト (小 中 の み)	(冷)ブロッコリー 国産 1kg	25
	キャベツ	20
	きゅうり	15
ヨ ー グ ル ト (小 中 の み)	(缶)ホールコーン	5
	(袋)かんきつドレッシング	8
ヨ ー グ ル ト (小 中 の み)	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70
ヨ ー グ ル ト (小 中 の み)		
ヨ ー グ ル ト (小 中 の み)		
ヨ ー グ ル ト (小 中 の み)		

2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		
	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
チンゲンサイのあえもの	(個)青じそドレッシング	8
とうふとかめのすまし汁	豆腐	25
	玉葱	30
	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

3日(金)

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Fe強化(1cm)	9	
	玉葱	10	
	(缶)ホールコーン	10	
	人参	4	
	エリンギ	4	
	(冷)むき枝豆 1kg	3	
	サラダ油	1	
牛乳	食塩	0.6	
	チキンコンソメ	0.5	
ツナサラダ	こしょう	0.03	
	牛乳	206	
	(レト)まぐろ油漬	15	
	きゅうり	20	
	キャベツ	25	
	(個)焼煎ごまドレッシング	8	
ミネストローネ	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	
野菜マフィン (小中のみ)	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	

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
麦ごはん ふりかけ(小中のみ) 牛乳 さといもと野菜のそぼろ煮 だんご汁 月見ゼリー(小中のみ)	精白米(委託)		60	ばらずし(えび入り) 牛乳 さつまいものあげもん 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 かぼちゃのみそ汁 ブルーベリーゼリー(小中のみ)	精白米(委託)		60	小型コッペパン 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)	コッペパン		30	麦ごはん 牛乳 オリブ豚とじゃがいもの煮もの 香りあえ カレーじゃこ(小中のみ)	精白米(委託)		60
	精白米(委託)		70		鉄強化米		0.5		精白米(委託)		70		コッペパン		40		精白米(委託)		70
	米粒麦 委託		6		清酒		3		米粒麦 委託		6						米粒麦 委託		6
	米粒麦 委託		7		出し昆布		0.8		米粒麦 委託		7		牛乳		206		米粒麦 委託		7
					食酢		10												
	(個)野菜ふりかけ		2.5		上白糖		8		牛乳		206		スパゲティ(ハーブ)		35		牛乳		206
					食塩		0.8						ゆで塩		1.5				
	牛乳		206		(冷)むきえび		10		(冷)赤魚 3cm角切・皮付き骨なし		45		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)		12		オリブ豚 並3×3カット スライス		30
					清酒		1		清酒		2		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)		8		じゃがいも		80
	鶏肉 ひき肉		20		油揚げ		5		米粉		5		清酒		1		玉葱		50
	(冷)里いも		40		人参		10		でんぷん		4		ベーコン(短冊)		12		つきこんにやく		25
	玉葱		20		ごぼう(さがき・ごはん用小さめ)		5		なたね油		5		玉葱		40		人参		10
	板こんにやく		15		(冷)グリーンピース		3		すだち酢		3.5		人参		10		(冷)さやいんげん 500g		5
	人参		10		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
	(冷)さやいんげん 500g		7		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
	サラダ油		1		上白糖		2.5		みりん		1		しめじ		8		清酒		3
	しょうゆ		3.5		うすくちしょうゆ		2		でんぷん		0.2		ピーマン		5		中双糖		3
	中双糖		2		清酒		2		湯		4		にんにく		0.5		食塩		0.05
	清酒		1										サラダ油		2		湯		5
	でんぷん		0.5		牛乳		206		キャベツ		20		白ぶどう酒		1				
	だし汁		10						ほうれん草		15		しょうゆ		1		キャベツ		30
					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
	油揚げ		5		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
	(冷)白玉		25		さつまいも(スライス天ぷら用)		中 50		赤じそ粉		0.4		こしょう		0.04		(個)ゆずかつおドレッシング		10
月見ゼリー(小中のみ)	大根		25		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				
	人参		7		水		14						キャベツ		35		上乾ちりめん		4
	中ねぎ		5		なたね油		5		油揚げ		5		きゅうり		15		上白糖		1
	中みそ		5.5						(生)かぼちゃ(2×2cm)		25		(缶)ホールコーン		5		みりん		0.5
	甘みそ		5		型抜きかまぼこ(小菊)		7		玉葱		25		赤ピーマン		3		しょうゆ		0.4
	煮干し だし用		4		(レト)うずら卵1kg		25		中ねぎ		5		(個)イタリアンドレッシング		8		清酒		0.3
	水		115		玉葱		25		中みそ		5.5						カレー粉		0.1
					人参		6		甘みそ		5		りんご		40		炒り白ごま		0.5
	(個)月見ゼリー 食物繊維強化		50		ふしめん		5		煮干し だし用		4								
					中ねぎ		5		水		120								
					うすくちしょうゆ		0.5		(個)ブルーベリーゼリー 鉄分強化		40								
					食塩		0.3												
					削り節 だし用		4												
					出し昆布		0.5												
					水		120												
					しょうゆ豆		8												

14日(火)

献立名	食品名	一人当たり 正味分量
ひじきごはん（麦入り）	精白米（自校）	64
	米粒麦 自校	6
	鉄強化米	0.5
	牛肉（2×2cmスライス）	13
	油揚げ	5
	人参	5
	つきこんにゃく（ハーフ）	5
	（冷）むき枝豆 1kg	5
	（乾）ひじき	1
	サラダ油	0.8
牛乳	しょうゆ	3
	清酒	2
きんぴら	上白糖	1
	食塩	0.3
焼きふのすまし汁		
	牛乳	206
	てんぷら	15
	洗いごぼう	25
	（乾）きわかめ（カット）国産・200g	0.5
	（冷）きやいんげん 500g	10
	ごま油	1
	清酒	1
	しょうゆ	2.2
わらびもち（小中のみ）	中双糖	0.8
	みりん	1
	だし汁	2
	炒り白ごま	1
	玉葱	30
	人参	10
	中ねぎ	5
	えのきたけ	5
	焼き麩	1
	しょうゆ	1
	食塩	0.5
	削り節 だし用	4
	出し昆布	1
	湯	135
	（個）わらびもち	30

15日(水)

献立名	食品名	一人当たり 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
	でんぷん	5
	米粉	2.5
	なたね油	5
	炒り白ごま	1
	にんにく	0.5
	(袋)トマトケチャップ 1kg	7.5
チヨレギサラダ	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
人蔘	人蔘	5
	もみのり	1
	(徳)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	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

16日(木)

献立名	食品名	一人当たり 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	牛乳	206
	(冷)ハンバーグ ポイル用・水分強化・減塩	幼・小 60
ハンバーグ	(冷)ハンバーグ ポイル用・水分強化・減塩	中 80
	玉葱	5
エリンギ	エリンギ	5
	しめじ	5
えのきたけ	えのきたけ	5
	生姜	0.3
にんにく	にんにく	0.1
	サラダ油	0.8
(袋)トマトケチャップ 1kg	(袋)トマトケチャップ 1kg	11
	(袋)トマトピューレ 1kg	6
ウスターソース	ウスターソース	1
	みりん	0.7
上白糖	上白糖	0.7
	しょうゆ	0.5
水	水	7
	(冷)ブロックリー 国産 1kg	25
ゆで塩	ゆで塩	0.5
	(冷)あさりむき身	10
白ぶどう酒	白ぶどう酒	1
	ベーコン(短冊)	5
(冷)白いんげん豆ペースト	(冷)白いんげん豆ペースト	15
	じゃがいも	25
玉葱	玉葱	30
	人参	7
パセリ	パセリ	0.5
	バター	0.5
(袋)がらすープ 1kg	(袋)がらすープ 1kg	4
	食塩	0.4
こしょう	こしょう	0.03
	チキンコンソメ	0.6
コーンスターチ	コーンスターチ	1
	調理用牛乳 1L	30
湯	湯	55

17日(金)

[illegible]

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
肉 う ど ん 牛 乳 か ま あ げ い り こ の か ら あ げ ご ま 酢 あ え	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	幼・小3 200	ハ ヤ シ ラ イ ス (麦 こ は ん) 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 と 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 こ 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
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4-6 280		精白米(委託)	70		全粒粉パン	60		精白米(自校)	73		精白米(委託)	70
	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中 300		米粒麦 委託	6		なたね油	6		米粒麦 自校	6		米粒麦 委託	6
	牛肉(3×2cmスライス)	25		米粒麦 委託	7		きな粉 1kg	4.5		米粒麦 自校	7		米粒麦 委託	7
	清酒	1					三温糖	3		鉄強化米	0.5			
	玉葱	30		牛乳	206		紙ナフキン	1		菜めしの素 250g	2		牛乳	206
	人参	10												
	中ねぎ	5		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
	生姜	0.3		じゃがいも	50		(冷)肉だんご(Fe・Ca強化)	30					(冷)さばの生姜煮	中 70
	しょうゆ	4.5		玉葱	45		玉葱	40		鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)	12			
	みりん	3		人参	10		白菜	35		鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)	8		大根	40
	上白糖	2		エリンギ	6		人参	15		鶏卵	20		きゅうり	15
	清酒	1		(冷)グリーンピース	5		チンゲンサイ	15		高野豆腐(サイコロ)	17		水菜	10
	食塩	0.4		にんにく	0.3		春雨(太め5cm)	4		玉葱	30		(缶)ホールコーン	5
	煮干し だし用	5		サラダ油	1		生姜	0.5		人参	10		花かつお 1kg	0.5
	水	150		小麦粉	5		サラダ油	1		(冷)さやいんげん 500g	7		食酢	2.5
	牛乳	206		サラダ油	4		(袋)がらスープ 1kg	4		干しいたけ(スライス)	1		しょうゆ	2
				(袋)トマトピューレ 1kg	15		清酒	1		しょうゆ	3		上白糖	1.2
				(袋)トマト水煮 1kg	10		食塩	0.35		三温糖	2.5		サラダ油	0.5
	(冷)釜揚げいりこ米粉付香川県産	30		(袋)がらスープ 1kg	3		チキンコンソメ	0.4		食塩	0.1		ごま油	0.5
	なたね油	4		赤ぶどう酒	2		しょうゆ	0.3		清酒	0.5			
	食塩	0.05		ウスターソース	2		こしょう	0.03		削り節 だし用	2		油揚げ	5
				食塩	0.7		ごま油	0.2		湯	50		生うどん さぬきの夢	15
	もやし	35		上白糖	0.5		湯	80					大根	15
	チンゲンサイ	20		チキンコンソメ	0.5		(レト)まぐろ油漬	10		もやし	30		人参	8
	人参	10		からし粉	0.15		ダイスチーズ(4mm角)生食用	5		きゅうり	20		生しいたけ(スライス)県産・1kg	5
	しょうゆ	1.2		こしょう	0.07		キャベツ	30		人参	10		中ねぎ	5
	食酢	1		ローリエ	0.1		きゅうり	10		しょうゆ	2.5		中みそ	5.5
	上白糖	1		ピザ用チーズ	2		人参	5		食酢	1.5		甘みそ	5
	ポン酢	0.5		湯	80		(乾)ひじき	1.2		上白糖	1.5		煮干し だし用	4
	炒り白ごま	1					食酢	2.5		ごま油	0.3		水	150
				ボンレスハム(短冊)卵抜き	5		しょうゆ	1.5						
				キャベツ	30		サラダ油	1		(個)ヨーグルト	70			
				きゅうり	10		上白糖	1						
				人参	7		こしょう	0.03						
				(缶)ホールコーン	5									
				(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
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	コッペパン 牛乳 かぼちやのシチュー カラフルサラダ ぶどうゼリー(小中のみ)	コッペパン		50	麦ごはん 牛乳 さけのちゃんちゃん焼き風 いもち汁 チーズ(中のみ)	精白米(委託)		60	麦ごはん しじみのつくだ煮(小中のみ) 牛乳 あつあげのあま酢煮 バンサンスー	精白米(自校)		66	あぶたまどんぶり(麦ごはん) 牛乳 さつまいもといりこのかんろ煮 切りほし大根のあえもの	精白米(委託)		60
	精白米(自校)		80		コッペパン		60		精白米(委託)		70		精白米(自校)		73		精白米(委託)		70
	鉄強化米		0.3						米粒麦 委託		6		米粒麦 自校		6		米粒麦 委託		6
					牛乳		206		米粒麦 委託		7		米粒麦 自校		7		米粒麦 委託		7
	(個)おかかふりかけ(28品目フリー)		2										鉄強化米		0.5				
					鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)		12		牛乳		206						牛乳		206
	牛乳		206		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)		8						(レト)しじみ佃煮		10				
					白ぶどう酒		1		(冷)鮭2cm角切・皮付き骨なし		47						鶏卵		30
	牛肉(2×2cmスライス)		15		(冷)白いんげん豆ペースト		10		清酒		1.5		牛乳		206		油揚げ		20
	(冷)ミニひょうす 青大豆入り		20		玉葱		35		食塩		0.1						玉葱		50
	つきこんにやく		25		(生)かぼちや(2×2cm)		25		でんぷん		6		豚肉並(2×2cmスライス)		15		人参		10
	洗いごぼう		15		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
	人参		10		人参		10		キャベツ		20		白菜		25		中ねぎ		3
	(冷)さやいんげん 500g		8		エリンギ		10		玉葱		15		玉葱		20		しょうゆ		4.5
	(乾)ひじき		3		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
	サラダ油		1		サラダ油		1		しめじ		5		人参		10		上白糖		1.5
	しょうゆ		4		小麦粉		3.5		(缶)ホールコーン		3		ピーマン		7		清酒		1
	三温糖		3		サラダ油		2		生姜		0.3		干しいたけ(スライス)		0.7		食塩		0.4
	みりん		0.5		バター		1		サラダ油		0.3		にんにく		0.5		でんぷん		0.5
	削り節 だし用		1		(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
	湯		20		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				
	小松菜		20		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
	キャベツ		20		ローリエ		0.1		しょうゆ		1.5		食酢		2		なたね油		3
	もやし		15		調理用牛乳 1L		30		でんぷん		0.2		清酒		1		三温糖		4
	人参		5		湯		65		だし汁		8		チキンコンソメ		0.5		サラダ油		1
	たくあん(刻み)1kg袋		6										食塩		0.1		食酢		0.8
	しょうゆ		1		ボンレスハム(短冊)卵抜き		5		油揚げ		5		でんぷん		1		湯		1.2
	炒り白ごま		1		キャベツ		25		(冷)いもち		20		水		10		小煮干し		3
					きゅうり		20		大根		20								
					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
					紫キャベツ		5		人参		5		もやし		30		きゅうり		15
					食酢		1.8		中ねぎ		5		きゅうり		20		切干し大根		5
					上白糖		1.4		食塩		0.5		春雨(太め5cm)		4		人参		5
					(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
					オリーブ油		1		清酒		1		食酢		2		食酢		2.2
					食塩		0.36		みりん		0.5		上白糖		1.5		しょうゆ		2
					こしょう		0.03		削り節 だし用		4		ごま油		1		上白糖		1
									出し昆布		1		からし粉		0.04		ごま油		0.7
					(個)ぶどうゼリー 鉄分・食物繊維強化		40		水		115								
									(個)プロセスチーズ		15								