

4日(火)

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	牛乳	206
豚 肉	豚肉並(3×3cmスライス)	45
	玉葱	30
人 参	人参	10
	エリンギ	7
ピ ー マ ン	ピーマン	7
	サラダ油	1
白 ぶ ど う 酒	白ぶどう酒	1
	ウスターソース	1
上 白 糖	上白糖	0.7
	しょうゆ	0.7
み り ん	みりん	0.7
	カレー粉	0.4
チ キ ン コ ン ソ メ	チキンコンソメ	0.3
	食塩	0.2
こ し ょう	こしょう	0.03
(冷)ブロッコリー 国産 1kg	(冷)ブロッコリー 国産 1kg	15
	(冷)カリフラワー	10
ゆ で 塩	ゆで塩	0.3
ベ ー コ ン (短冊)	ベーコン(短冊)	7
	(缶)クリームコーン	35
玉 葱	玉葱	30
	(缶)ホールコーン	10
人 参	人参	5
	パセリ	0.5
サ ラ ダ 油	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ 1kg	4
食 塩	食塩	0.4
	こしょう	0.03
チ キ ン コ ン ソ メ	チキンコンソメ	0.4
	コーンスターチ	0.4
調 理 用 牛 乳 1L	調理用牛乳 1L	20
	水	75

5日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
わ か め ご は ん	精白米(自校)	66
	精白米(自校)	73
米 粒 麦 自校	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
鉄 強 化 米	鉄強化米	0.5
	炊き込みわかめ 200g	2
牛 乳	牛乳	206
鶏 肉 胸・皮なし(2×2cm)	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8
(冷)里いも	(冷)里いも	20
	洗いごぼう	20
れ ん こ ん(いちよう8mm)	れんこん(いちよう8mm)	15
	人参	15
し め じ	しめじ	10
	(冷)さやいんげん 500g	5
ご ま 油	ごま油	0.5
	しょうゆ	3.6
中 双 糖	中双糖	2.5
	みりん	1
清 酒	清酒	1
	でんぷん	0.4
だ し 汁	だし汁	20
型 抜 き か ま ぼ こ(紅葉)	型抜きかまぼこ(紅葉)	7
	豆腐	20
玉 葱	玉葱	20
	人参	7
中 ね ぎ	中ねぎ	5
	食塩	0.5
し ょう ゆ	しょうゆ	0.5
	削り節 だし用	4
出 し 昆 布	出し昆布	0.5
	湯	120
み か ん	みかん	80

6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	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
牛 乳	牛乳	206
(冷)はまち 幼	(冷)はまち 幼	40
	(冷)はまち 小	50
(冷)はまち 中	(冷)はまち 中	60
	清酒	2
食 塩	食塩	0.15
	でんぷん	7
な た ね 油	なたね油	4
	しょうゆ	2.6
三 温 糖	三温糖	1.5
	みりん	1.2
で ん ぷ ん	でんぷん	0.3
	湯	9
小 松 菜	小松菜	25
	キャベツ	25
人 参	人参	7
	しょうゆ	2.3
ゆ ず 酢	ゆず酢	1.7
	上白糖	1.1
豆 腐	豆腐	25
	油揚げ	5
し め じ	しめじ	10
	えのきたけ	10
中 ね ぎ	中ねぎ	5
	中みそ	5.5
甘 み そ	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
水	水	120

7日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
キ ム チ ご は ん	精白米(自校)	60
	発芽玄米	10
鉄 強 化 米	鉄強化米	0.5
	豚肉並(2×2cmスライス)	15
清 酒	清酒	2
	生姜	0.8
白 菜 キ ム チ(ごはん用) 1kg	白菜キムチ(ごはん用) 1kg	15
	人参	4
(冷)むき枝豆 1kg	(冷)むき枝豆 1kg	5
	ごま油	2
上 白 糖	上白糖	1.2
	しょうゆ	1.2
チ キ ン コ ン ソ メ	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.1
牛 乳	牛乳	206
も や し	もやし	30
	ほうれん草	25
人 参	人参	5
	炒り白ごま	1
味 付 け も み の り(5~10mm幅) 県産	味付けもみのみ(5~10mm幅) 県産	1
	しょうゆ	2
ご ま 油	ごま油	0.7
ポ ン レ ス ハ ム(短冊) 卵抜き	ボンレスハム(短冊) 卵抜き	5
	トック 国産米使用	20
玉 葱	玉葱	20
	中ねぎ	3
干 し わ か め(カット)	干しわかめ(カット)	0.8
	サラダ油	0.5
(袋)がらスープ 1kg	(袋)がらスープ 1kg	4
	しょうゆ	0.8
チ キ ン コ ン ソ メ	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.5
こ し ょう	こしょう	0.03
	ごま油	0.2
湯	湯	130
(個)ミックスナッツ	(個)ミックスナッツ	15

14日(金)

[illegible]

献立名	食品名	一人当たり 正味分量
チキンライス (麦入り)	精白米(自校)	64
	米粒麦 自校	6
	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	8
	人参	4
	エリンギ	4
	(冷)むき枝豆 1kg	4
牛乳	サラダ油	1
	(袋)トマトケチャップ 1kg	13
マカロニ	ウスターソース	0.6
	チキンコンソメ	0.6
サラダ	食塩	0.3
	こしょう	0.04
コンソメ		
	牛乳	206
スープ	(レト)まぐろ油漬	10
	きゅうり	25
ヨーグルト	マカロニ(シエル)	7
	(缶)ホールコーン	7
(小中のみ)	食酢	3.2
	サラダ油	1.9
	上白糖	1.4
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	ベーコン(短冊)	7
	じゃがいも	25
	玉葱	20
	(冷)白いんげん豆 1kg	15
	人参	7
	パセリ	0.5
	ローリエ	0.1
	サラダ油	1
	(袋)がらスープ 1kg	4
	チキンコンソメ	0.3
	しょうゆ	0.3
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	湯	110
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70

25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
さばのみそ煮	(冷)さばのみそ煮	幼・小	50
	(冷)さばのみそ煮	中	70
野菜とたくあんのごまあえのつぺい汁	キャベツ		30
	チンゲンサイ		25
	たくあん(刻み) 1kg袋		6
	しょうゆ		0.6
	食酢		0.3
	炒り白ごま		1
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)		9
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)		6
	油揚げ		10
のつぺい汁	里いも(1.5cm)		15
	人参		10
	洗いごぼう		6
	中ねぎ		3
	しょうゆ		1
	清酒		1
	食塩		0.4
	みりん		0.3
	でんぷん		0.5
	削り節 だし用		4
	出し昆布		1
	水		120

26日(水)

献立名	食品名		一人当り 正味分量
五目チャーハン(麦入り)	精白米(自校)		64
	米粒麦 自校		6
	鉄強化米		0.5
	焼き豚(1cm角切り)		16
牛乳	玉葱		10
	人参		5
	(冷)むき枝豆 1kg		5
	中ねぎ		4
	ごま油		1.5
	清酒		1
	しょうゆ		1
	チキンコンソメ		0.4
	食塩		0.3
	こしょう		0.03
はるさめサラダ			
	牛乳		206
	もやし		25
	きゅうり		15
	人参		7
	春雨(8~10cm)		5
	しょうゆ		2
	食酢		2
	上白糖		1.6
	ごま油		1
	食塩		0.1
	からし粉		0.04
たまごとコーンのスープ	鶏卵		20
	玉葱		35
	(缶)クリームコーン		20
	チンゲンサイ		10
	人参		8
	(袋)がらスープ 1kg		4
	清酒		1
	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
	ごま油		0.2
	でんぷん		0.5
	湯		100
チーズ(小中のみ)	(個)チーズ 鉄強化		13.5

27日(木)

献立名	食品名		一人当り 正味分量
コッペパン	コッペパン		50
	コッペパン		60
	牛乳		206
牛乳	(冷)肉だんご(Fe・Ca強化)		35
	ベーコン(短冊)		5
	(冷)白いんげん豆 1kg		15
	玉葱		40
	じゃがいも		25
	(袋)トマト水煮 1kg		25
	エリンギ		10
	人参		10
	にんにく		1
	サラダ油		1
肉だんごと野菜のトマト煮	(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		0.3
	こしょう		0.03
	湯		20
	キャベツ		35
	もやし		15
	人参		7
	しょうゆ		2.5
	食酢		2
	上白糖		1
アーモンドサラダ	サラダ油		1
	アーモンド(粉)		1
	アーモンド(刻み)		1.5
	柿		30

28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
牛乳			
	牛乳		206
すき焼き煮	牛肉(3×3cmスライス)		25
	焼き豆腐		45
	白菜		45
	玉葱		30
	大根		25
	糸こんにゃく		25
	太ねぎ		10
	人参		10
	麩		4
	サラダ油		1
	しょうゆ		8
	中双糖		5
	清酒		1
	きゅうり		25
切りぼし大根のあえもの	人参		7
	切干し大根		5
	(乾)刻み昆布		0.5
	食酢		2.5
	しょうゆ		2
	上白糖		1.2
	ごま油		0.7