

8日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
他人 どんぶり (麦ごはん) 牛乳 大豆と小 にぼしの あげ煮 ブロッ コリー のおか かあえ	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
	豚肉赤身(3×3cmスライス)	20
	清酒	2
	鶏卵	30
	玉葱	50
	人参	10
	中ねぎ	4
	しょうゆ	4.5
	みりん	3
	上白糖	1.5
	食塩	0.4
	でんぷん	0.7
	削り節 だし用	2
	湯	75
	小煮干し	4
	(冷)大豆水煮	25
	でんぷん	3
	なたね油	5
	上白糖	2.5
	しょうゆ	0.7
	湯	1.5
	炒り白ごま	1
	(生)ブロッコリー	30
	しょうゆ	1.6
	ポン酢	0.8
	花かつお 1kg	0.6

9日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッ ペ パ ン 牛 乳 ウ イ ン ナ ー と 野 菜 の ス ー プ 煮 マ カ ロ ニ サ ラ ダ	コッペパン	50
	コッペパン	60
	牛乳	206
	(冷凍)ミニウインナー	20
	(冷)白いんげん豆 1kg	15
	玉葱	30
	キャベツ	25
	じゃがいも	20
	人参	15
	セロリ	2
	パセリ	0.5
	サラダ油	0.5
	(袋)がらスープ 1kg	4
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	ローリエ	0.1
	湯	80
	(レト)まぐろ油漬	10
	マカロニ(シエル)	7
	キャベツ	25
	きゅうり	15
	人参	5
	食酢	3.2
	サラダ油	1.9
	上白糖	1.4
	食塩	0.3
	こしょう	0.02

13日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
黒豆ごはん	精白米(自校)	63
	精白米(自校)	70
	もち米	9
	もち米	10
	炒り黒豆	9
牛乳	清酒	2
	食塩	0.7
さんぴらごぼう	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	9
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	6
	つきこんにやく	15
	洗いごぼう	20
冬野菜のみそ汁	人参	10
	(冷)きやいんげん 500g	8
	ごま油	2
	しょうゆ	2
	三温糖	1
ココアワッフル(小中のみ)	みりん	1
	炒り白ごま	1
	一味	0.01
	湯	5
	油揚げ	8
	大根	20
	白菜	20
	人参	7
	太ねぎ	7
	中みそ	5.5
	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
	水	120
	(個)ココアワッフル 鉄分強化	28

14日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
年明け八菜うどん	(袋)ゆでうどん さめきの夢	幼-小3 200
	(袋)ゆでうどん さめきの夢	小4-6 280
	(袋)ゆでうどん さめきの夢	中 300
	豚肉並(3×3cmスライス)	25
	生姜	0.4
牛乳	清酒	1.5
	型抜きかまぼこ(梅)	5
	白菜	25
	玉葱	25
	大根	15
さつまいものからあげ	金時人参	10
	もやし	10
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	5
	中ねぎ	5
	サラダ油	0.5
ゆでブロッコリー	しょうゆ	4
	みりん	1
	食塩	0.5
	でんぷん	2
	煮干し だし用	5
紅白いちごゼリー(中のみ)	水	110
	牛乳	206
	さつま芋1.5cm角切り	50
	なたね油	4
	食塩	0.1
	(生)ブロッコリー(カット)県産	30
	ゆで塩	0.5
	(個)紅白いちごゼリー	40

15日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん	精白米(自校)	72
	精白米(自校)	80
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20
牛乳	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	10
	清酒	1
	トッポギ	25
	さつまいも(2cm角)	25
	玉葱	25
ダッカルビ	キャベツ	30
	人参	10
	にんにく	0.8
	生姜	0.5
	ごま油	1
うずらたまごとチンゲンサイのスープ	(袋)トマトケチャップ 1kg	6
	しょうゆ	1.5
	コチジャン	1.8
	上白糖	1
	みりん	1
	赤みそ	0.5
	食塩	0.1
	一味	0.01
	水	5
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	(レト)うずら卵1kg	25
	玉葱	25
	チンゲンサイ	10
	(袋)がらスープ 1kg	4
	しょうゆ	0.5
	食塩	0.3
	チキンコンソメ	0.3
	こしょう	0.03
	清酒	1
	ごま油	0.5
	湯	120

16日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
根菜カレーライス(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
牛乳	オリーブ豚 並3×3カット スライス	20
	玉葱	45
	じゃがいも	35
	人参	15
	洗いごぼう	15
らりるれタスとちりめんのサラダ	セロリ	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.5
	サラダ油	1
	小麦粉	6
ヨーグルト(小中のみ)	カレー粉	1
	サラダ油	4
	(袋)がらスープ 1kg	4
	(袋)トマトケチャップ 1kg	2
	ウスターソース	1.3
	とんかつソース	1
	しょうゆ	1
	チャツネ 450g	1
	赤ぶどう酒	1
	食塩	0.6
	こしょう	0.04
	チキンコンソメ	0.4
	湯	80
	上乾ちりめん	2
	レタス	35
	大根	30
	人参	5
	(缶)ホールコーン	5
	しょうゆ	2.3
	食酢	1.6
	上白糖	1
	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70

19日(月)				20日(火)				21日(水)				22日(木)				23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 関東風おでん ほうれん草のアーモンドあえ みかん(小中のみ)	精白米(自校)		72	米粉パン 牛乳 クリームシチュー カラフルサラダ りんご(小中のみ)	米粉パン		50	麦ごはん 牛乳 さけのたつたあげ くきわかめのあえもの 八杯汁	精白米(委託)		60	ごはん 牛乳 タコライス じゃがだんごのスープ チーズ(小中のみ)	精白米(自校)		72	麦ごはん 牛乳 さばのみぞれ煮 いそ香あえ かきたま汁 SDGsふりかけ	精白米(委託)		60		
	精白米(自校)		80		米粉パン		60		精白米(委託)		70		精白米(自校)		80		精白米(委託)		70		
	鉄強化米		0.5							米粒麦 委託			6	鉄強化米			0.5	米粒麦 委託		6	
					牛乳		206		米粒麦 委託		7						米粒麦 委託		7		
	牛乳		206						牛乳		206						牛乳		206		
					鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)		15						豚肉赤身ミンチ		30						
	チヌ団子 冷凍(無償提供)		30		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)		10				冷)鮭2cm角切・皮付き骨なし			50	赤ぶどう酒			1	(冷)さばのみぞれ煮	幼・小	50
	牛肉(2×2cmスライス)		10		白ぶどう酒		1		生姜		1		(レト)ひきわり大豆 1kg		20		(冷)さばのみぞれ煮	中	70		
	(冷)厚揚げ(カット)1kg		30		ベーコン(短冊)		5		清酒		2		玉葱		30						
	てんぷら		10		じゃがいも		45		しょうゆ		1		人参		7		小松菜		30		
	大根		35		玉葱		40		食塩		0.1		切干し大根		5		もやし		25		
	板こんにゃく		20		人参		10		米粉		4		にんにく		0.5		味付けもみのり(5～10mm幅)県産		1		
	人参		10		しめじ		10		でんぷん		3		サラダ油		1		しょうゆ		1		
	(乾)早煮昆布(カット)		1		パセリ		0.5		なたね油		5		(袋)トマト水煮 1kg		20						
	しょうゆ		3.8		サラダ油		1						(袋)トマトケチャップ 1kg		8		鶏卵		20		
	上白糖		2.5		小麦粉		4		(乾)茎わかめ(カット)国産・200g		1		上白糖		1		玉葱		25		
	清酒		1		バター		2		キャベツ		25		ウスターソース		1		人参		7		
	みりん		1		サラダ油		1		きゅうり		10		食塩		0.3		中ねぎ		5		
	削り節 だし用		2		(袋)がらスープ 1kg		4		人参		5		チリパウダー		0.12		干しいたけ(スライス)		0.5		
	水		50		チキンコンソメ		0.5		しょうゆ		2.2		こしょう		0.02		しょうゆ		1		
					食塩		0.4		食酢		2.2		でんぷん		0.8		食塩		0.5		
	ほうれん草		30		こしょう		0.05		上白糖		1.2						でんぷん		0.5		
	キャベツ		20		調理用牛乳 1L		30		サラダ油		0.5		ボンレスハム(短冊)卵抜き		7		削り節 だし用		4		
	もやし		20		ローリエ		0.1		ごま油		0.5		(冷)いもち		25		出し昆布		1		
	アーモンド(刻み)		1.5		湯		60						玉葱		20		湯		130		
しょうゆ		2.7	(生)ブロッコリー(カット)県産		20	豆腐		30	人参		8										
食酢		2.2	キャベツ		20	油揚げ		5	セロリ		5	出し昆布(済)		1							
上白糖		1	人参		5	大根		15	パセリ		0.5	上乾ちりめん		1.5							
サラダ油		1	(缶)ホールコーン		5	人参		10	サラダ油		1	炒り白ごま		0.8							
アーモンド(粉)		1	食酢		3.3	干しいたけ(スライス)		0.8	(袋)がらスープ 1kg		4	しょうゆ		1.5							
			サラダ油		1.3	中ねぎ		5	食塩		0.4	三温糖		2							
みかん		80	上白糖		1	しょうゆ		1	しょうゆ		0.5										
			食塩		0.4	清酒		1	チキンコンソメ		0.3										
			こしょう		0.03	食塩		0.6	こしょう		0.03										
						みりん		0.3	湯		120										
			りんご		40	でんぷん		0.5													
						削り節 だし用		4	(個)ハーフスライスチーズ		小 12										
						出し昆布		1	(個)スライスチーズ		中 20										
						水		120													

26日(月)				27日(火)				28日(水)				29日(木)				30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 牛乳 マーボー あつあげ はるさめ サラダ	精白米(自校)		66	コッペパン 牛乳 白身魚の トマト ソース かけ マセド アン サラダ コン ソメ スー プ りんご タルト (小中のみ)	コッペパン(丸型)		50	麦ごはん 牛乳 ルー ロー ハン ビー フン スー プ ミニ マト (小中のみ)	精白米(委託)		60	いりこめし 牛乳 まんば のけん ちゃん うちこ み汁 わさん ぼんとう (小中のみ)	精白米(自校)		70	麦ごはん 牛乳 かたくち いわしの からあげ 食べて 菜のゆ ず香あ え あんもち ぞう煮	精白米(委託)		60
	精白米(自校)		73		コッペパン(丸型)		60		精白米(委託)		70		鉄強化米		0.5		精白米(委託)		70
	米粒麦 自校		6						米粒麦 委託		6		小煮干し		3		米粒麦 委託		6
	米粒麦 自校		7		牛乳		206		米粒麦 委託		7		油揚げ		5		米粒麦 委託		7
	鉄強化米		0.5										つきこんにやく		8				
					(冷)赤魚 3cm角切・皮付き骨なし		50		牛乳		206		洗いごぼう		7		牛乳		206
	牛乳		206		清酒		2						人参		7				
					食塩		0.15		豚肉赤身(2cm角)		45		(冷)むき枝豆 1kg		5		(冷)かたくちいわし・歳粉付き		35
	豚肉並ミンチ		20		でんぷん		6		清酒		1		しょうゆ		4		なたね油		4
	清酒		1		なたね油		6		サラダ油		1		清酒		1.5		食塩		0.1
	(冷)厚揚げ(カット)1kg		50		(袋)トマト水煮 1kg		25		(レト)うずら卵1kg		20		みりん		0.5				
	玉葱		35		玉葱		7		玉葱		30		食塩		0.4		ボンレスハム(短冊)卵抜き		5
	人参		10		上白糖		1		たけのこ水煮(ホール)		10		出し昆布		1		食べて菜		25
	中ねぎ		5		にんにく		0.15		人参		7						キャベツ		15
	干しいたけ(スライス)		0.8		赤ぶどう酒		0.3		干しいたけ(スライス)		0.8		牛乳		206		もやし		15
	生姜		1		チキンコンソメ		0.2		中ねぎ		3						(乾)刻み昆布		0.5
	にんにく		0.8		食塩		0.1		生姜		0.5		豆腐		30		しょうゆ		2.3
	サラダ油		1		こしょう		0.02		にんにく		0.5		てんぷら		13		ゆず酢		1.7
	(袋)トマトケチャップ 1kg		5						サラダ油		0.3		(生)まんば		40		上白糖		1.1
	しょうゆ		2		きゅうり		20		しょうゆ		3		サラダ油		0.8				
	(袋)がらスープ 1kg		2		大根		15		オイスターソース		2		しょうゆ		2		大根		25
	赤みそ		1.5		人参		10		三温糖		1.5		みりん		0.5		金時人参		7
	清酒		1		(缶)ホールコーン		5		食酢		0.5		ごま油		0.2		中ねぎ		5
	三温糖		0.3		ダイスチーズ(4mm角)生食用		5		ごま油		0.5		だし汁		10		甘みそ		5.5
	チキンコンソメ		0.25		食酢		2		でんぷん		0.1						中みそ		5
	食塩		0.1		サラダ油		1		水		7		油揚げ		5		煮干し だし用		4
	豆板醤		0.06		上白糖		1						うどん冷凍		30		水		120
	でんぷん		1		食塩		0.2		ボンレスハム(短冊)卵抜き		7		大根		15		(個)あん入り団子(2個入・個装)		20
	ごま油		0.1		こしょう		0.02		玉葱		30		金時人参		8				
	湯		25						人参		7		中ねぎ		5				
					ベーコン(短冊)		5		中ねぎ		5		干しいたけ(スライス)		0.8				
	ボンレスハム(短冊)卵抜き		5		じゃがいも		40		ビーフン		5		中みそ		5.5				
	もやし		25		玉葱		25		サラダ油		0.5		甘みそ		5				
	チンゲンサイ		20		人参		5		(袋)がらスープ 1kg		4		煮干し だし用		4				
	人参		7		セロリ		5		しょうゆ		0.5		水		130				
	春雨(8～10cm)		5		パセリ		0.5		チキンコンソメ		0.3								
しょうゆ		2	(袋)がらスープ 1kg		4	食塩		0.5	(個)和三盆糖		小 2								
食酢		2	チキンコンソメ		0.3	こしょう		0.03	(個)和三盆糖		中 4								
上白糖		1.6	しょうゆ		0.5	ごま油		0.1											
ごま油		1	食塩		0.3	湯		130											
からし粉		0.03	こしょう		0.03														
食塩		0.1	湯		100														
						ミニトマト(高松産・ごじまん品等利用拡大事業)		30											