

11日(金)

[illegible]

14日(月)				15日(火)				16日(水)				17日(木)				18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		50	麦ごはん	精白米(委託)		60	ガーリックピラフ(麦入り)	精白米(自校)		60	麦ごはん	精白米(委託)		60	小型コッペパン	コッペパン		30	
	コッペパン		50		精白米(委託)		70		米粒麦 自校		5		精白米(委託)		70		コッペパン		30	
					米粒麦 委託		6		鉄強化米		0.5		米粒麦 委託		6					
牛乳	牛乳		206	牛乳	米粒麦 委託		7	牛乳	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)		12	牛乳	米粒麦 委託		7	牛乳	牛乳		206	
									(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)		8									
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)		30		牛乳		206		白ぶどう酒		1		牛乳		206					
とり肉と野菜のトマト煮	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)		20	ホイコーロー				牛乳	玉葱		12	さけのなんばんづけ				牛乳				
	ベーコン(短冊)		5		豚肉並(3×3cmスライス)		40		人参		5		(冷)鮭(2cm角)骨皮なし		45		スパゲティ(ハーフ)		35	
	じゃがいも		45		しょうゆ		1		(冷)むき枝豆 1kg		3		清酒		1.8		ゆで塩		1.5	
キャベツのソテー	玉葱		40	中華サラダ	清酒		1	牛乳	にんにく		1	いそ香あえ	食塩		0.09	ひじきと大豆のサラダ	豚肉並(2×2cmスライス)		20	
	(袋)トマト水煮 1kg		25		キャベツ		40		サラダ油		1.2		なたね油		6		清酒		1.5	
	人参		20		玉葱		35		バター		0.6		でんぷん		6		キャベツ		30	
キャベツのソテー	にんにく		1	中華サラダ	たけのこ水煮(ホール)		15	牛乳	チキンコンソメ		0.6	オリブ豚のトン汁	中ねぎ		4.5	ミニトマト(小中のみ)	玉葱		20	
	サラダ油		1		人参		10		しょうゆ		0.4		中ねぎ		2		エリンギ		5	
	(袋)トマトケチャップ 1kg		3		ピーマン		8		食塩		0.5		しょうゆ		3.2		中ねぎ		5	
キャベツのソテー	赤ぶどう酒		1	中華サラダ	生姜		1	牛乳	こしょう		0.04	オリブ豚のトン汁	上白糖		2.3	ミニトマト(小中のみ)	生姜		1	
	上白糖		0.8		にんにく		0.5		牛乳				みりん		0.8		にんにく		0.1	
	ウスターソース		0.7		サラダ油		1		牛乳	牛乳			206	一味			0.01	サラダ油		2
キャベツのソテー	チキンコンソメ		0.6	中華サラダ	赤みそ		2	牛乳	(レト)まぐろ油漬		17	オリブ豚のトン汁	水		1.2	ミニトマト(小中のみ)	とんかつソース		9	
	食塩		0.25		しょうゆ		1		人参		25		小松菜		20		ウスターソース		2.5	
	こしょう		0.05		清酒		1		食酢		2.2		もやし		25		食塩		0.2	
キャベツのソテー	湯		20	中華サラダ	上白糖		0.7	牛乳	きゅうり		15	オリブ豚のトン汁	人参		7	ミニトマト(小中のみ)	こしょう		0.05	
					豆板醤		0.05		食酢		0.5		味付けもみのり(5～10mm幅)県産		1		粉かつお		0.5	
	キャベツ		35		ごま油		0.5		上白糖		1.1		しょうゆ		1		青のり粉		0.2	
キャベツのソテー	人参		10	中華サラダ				牛乳	サラダ油		0.5	オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)	(レト)まぐろ油漬		10	
	しめじ		10		(レト)ささみ油漬(フレーク)		12		オリーブ油		0.5		オリーブ豚 並(2×2cmスライス)		10		(冷)大豆水煮		12	
	(缶)ホールコーン		10		もやし		35		食塩		0.3		豚肉並(2×2cmスライス)		10		きゅうり		25	
キャベツのソテー	サラダ油		1	中華サラダ	きゅうり		20	牛乳	こしょう		0.04	オリブ豚のトン汁	人参		10	ミニトマト(小中のみ)	人参		10	
	チキンコンソメ		0.2		人参		5						大根		20		(缶)ホールコーン		7	
	しょうゆ		0.2		きくらげ(せん切り)		0.2		ベーコン(短冊)		7		洗いごぼう		10		(乾)ひじき		1	
キャベツのソテー	食塩		0.2	中華サラダ	炒り白ごま		1	牛乳	(冷)白いんげん豆 1kg		12	オリブ豚のトン汁	人参		10	ミニトマト(小中のみ)	焙煎ごまドレッシング		8	
	こしょう		0.03		しょうゆ		2.5		玉葱		30		つきこんにやく		7		食酢		0.5	
					食酢		2.5		マカロニ(シエル)		5		中ねぎ		5					
キャベツのソテー				中華サラダ	上白糖		1.3	牛乳	パセリ		0.5	オリブ豚のトン汁	麦みそ		9	ミニトマト(小中のみ)				
					ごま油		1		(袋)がらスープ 1kg		4		煮干し だし用		4					
					からし粉		0.05		しょうゆ		0.5		水		110					
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳	チキンコンソメ		0.4	オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
									食塩		0.4									
									こしょう		0.03									
キャベツのソテー				中華サラダ	湯		125	牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
									(個)豆乳プリン		40									
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
キャベツのソテー				中華サラダ				牛乳				オリブ豚のトン汁				ミニトマト(小中のみ)				
																	</			

21日(月)				22日(火)				23日(水)				24日(木)				25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 マーボー豆腐 チンゲンサイのサラダ	精白米(委託)		60	赤飯 牛乳 とり肉のからあげ ゆで野菜 お祝いすまし汁 わさんぼんとう(小のみ)	精白米(自校)		50	カレーライス(麦ごはん) 牛乳 海そうサラダ	精白米(委託)		60	コッペパン 牛乳 春大根のポトフ カラフルサラダ チーズ(小中のみ)	コッペパン		50	麦ごはん 牛乳 魚のレモンソースかけ アーモンドあえ ⁶⁹ とうふのすまし汁	精白米(委託)		60
	精白米(委託)		70		精白米(自校)		55		精白米(委託)		70		コッペパン		50		精白米(委託)		70
	米粒麦 委託		6		もち米		18		米粒麦 委託		6						米粒麦 委託		6
	米粒麦 委託		7		もち米		20		米粒麦 委託		7		牛乳		206		米粒麦 委託		7
					(乾)小豆		7												
	牛乳		206		食塩		0.6		牛乳		206		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)		15		牛乳		206
					炒り白ごま		0.7						鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)		10				
	豚肉並ミンチ		20						豚肉並(3×3cmスライス)		30		大根		30		冷)太刀魚でんぶん付き		45
	清酒		1		牛乳		206		じゃがいも		50		玉葱		40		なたね油		6
	豆腐		80						玉葱		40		キャベツ		25		(冷)レモン果汁 県産・500g		4
	玉葱		35		鶏肉 胸・皮なし(2×2)		30		人参		10		じゃがいも		30		上白糖		3
	人参		10		鶏肉 もも・皮なし(2×2)		20		(冷)むき枝豆 1kg		5		セロリ		10		しょうゆ		2
	干しいたけ(スライス)		0.5		しょうゆ		2		(乾)レンズ豆		5		サラダ油		2				
	中ねぎ		5		清酒		0.7		セロリ		5		サラダ油		0.5		ほうれん草		15
	生姜		1		生姜		0.7		にんにく		0.5		(袋)がらスープ 1kg		4		キャベツ		25
	にんにく		0.8		米粉		4		小麦粉		5		白ぶどう酒		1		もやし		20
	サラダ油		1		でんぶん		2		サラダ油		5		チキンコンソメ		0.4		しょうゆ		2.2
	(袋)トマトケチャップ 1kg		7		なたねr油		5		カレー粉		1		食塩		0.4		食酢		1.8
	しょうゆ		3.5						サラダ油		2		こしょう		0.03		上白糖		1
	(袋)がらスープ 1kg		3		キャベツ		30		(袋)がらスープ 1kg		4		ローリエ		0.1		サラダ油		1
赤みそ		2	人参		5	赤ぶどう酒		2	湯		75	アーモンド(粉)		1					
清酒		1	ゆで塩		0.5	(袋)トマトケチャップ 1kg		2				アーモンド(刻み)		1.5					
三温糖		0.5				ウスターソース		1.3	きゅうり		30								
チキンコンソメ		0.4	(冷)豆腐(カット)1kg		20	とんかつソース		1	アスパラガス		10	豆腐		20					
食塩		0.15	型抜きかまぼこ(桜)		6	しょうゆ		1	人参		10	玉葱		20					
豆板醤		0.1	玉葱		30	チャツネ 450g		1	(缶)ホールコーン		5	人参		7					
でんぶん		1	中ねぎ		5	チキンコンソメ		0.5	食酢		2.5	えのきたけ		5					
ごま油		0.1	清酒		1	食塩		0.5	サラダ油		1	中ねぎ		5					
湯		35	しょうゆ		0.5	こしょう		0.04	上白糖		1	干しわかめ(カット)		0.5					
			食塩		0.4	湯		90	食塩		0.3	清酒		1					
			削り節 だし用		4				こしょう		0.03	しょうゆ		0.5					
ボンレスハム(短冊)卵抜き		7	出し昆布		1	キャベツ		30				食塩		0.4					
チンゲンサイ		20	水		115	きゅうり		20	(個)キャンディチーズ 鉄強化	小	5	削り節 だし用		4					
もやし		20				(缶)ホールコーン		5	(個)キャンディチーズ 鉄強化	中	10	出し昆布		1					
きゅうり		15	(個)和三盆糖		2	(乾)海藻ミックス		1				水		120					
しょうゆ		2				しょうゆ		2.5											
食酢		2				食酢		2.5											
上白糖		1.2				上白糖		1.2											
ごま油		0.5				ごま油		0.5											
						サラダ油		0.5											

28日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
たけのこごはん 牛乳 きんぴら すいとん汁 ヨーグルト(小中のみ)	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.5
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6
	清酒	1
	油揚げ	5
	新たけのこ水煮(ホール)県産	17
	(冷)むき枝豆 1kg	3
	しょうゆ	2
	清酒	2
	食塩	0.5
	上白糖	0.5
	出し昆布	1
	牛乳	206
	てんぷら	10
	洗いごぼう	25
	つきこんにやく	10
	人参	10
	(冷)さやいんげん 500g	6
	ごま油	1
	しょうゆ	2
	三温糖	1
	みりん	1
	炒り白ごま	2
	(冷)すいとん	25
	油揚げ	5
	大根	20
	人参	10
	中ねぎ	5
	中みそ	5.5
	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
	水	110
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70

30日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 あつあげとチンゲンサイのみそいため ポン酢あえ かえりのごまがらめ(小中のみ)	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	15
	清酒	2
	生姜	0.6
	にんにく	0.2
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	50
	玉葱	40
	人参	10
	たけのこ水煮(ホール)	8
	干しいたけ(スライス)	0.5
	チンゲンサイ	20
	ごま油	0.8
	中双糖	2
	チキンコンソメ	0.6
	しょうゆ	2.2
	赤みそ	3
	豆板醤	0.03
	でんぷん	1
	湯	20
	もやし	35
	きゅうり	25
	人参	5
	花かつお 1kg	1
	しょうゆ	2
	ポン酢	1
	かえり	5
	炒り白ごま	1
	みりん	0.8
	上白糖	0.6
	しょうゆ	0.3
	水	0.6