

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 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	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
	精白米(委託・白)	80		米粒麦 自校	5		精白米(委託・白)	80		コッペパン(丸型)	50		精白米(自校)	68
	牛乳	206		鉄強化米	0.5		牛乳	206		牛乳	206		米粒麦 自校	6
	(冷)かたくちいわし濃粉付き	37		焼き豚(1cm角切り)	17		豚肉並(3×3cmスライス)	45		(冷)豚肉のコロッケ 60g	60		米粒麦 自校	7
	なたね油	4		玉葱	10		清酒	1		なたね油	5		鉄強化米	0.5
	細ねぎ	2		人参	5		(冷)むき枝豆 1kg	5		キャベツ	35		炊き込みわかめ 200g	1.8
	食酢	3.5		(冷)むき枝豆 1kg	5		中ねぎ	4		人参	5		牛乳	206
	しょうゆ	2.5		中ねぎ	4		ごま油	1.5		(個)濃厚ソース	10		豚肉並(2×2cmスライス)	23
	上白糖	2.5		ごま油	1.5		清酒	1		米粒麦 自校	13		清酒	1.5
	みりん	0.9		清酒	1		しょうゆ	1		(個)ベーコン(短冊)	8		高野豆腐(サイコロ)	17
	一味	0.01		しょうゆ	1		チキンコンソメ	0.4		玉葱	25		玉葱	40
	水	1.3		チキンコンソメ	0.4		食塩	0.3		(冷)さやいんげん 500g	5		人参	10
	キャベツ	25		食塩	0.3		こしょう	0.03		(袋)トマト水煮 1kg	18		(冷)さやいんげん 500g	5
	小松菜	15		こしょう	0.03		牛乳	206		キャベツ	15		干しいたけ(スライス)	0.5
	もやし	15		牛乳	206		もやし	35		人参	10		しょうゆ	2.8
	人参	5		もやし	35		きゅうり	20		(缶)ホールコーン	4		三温糖	2.5
	炒り白ごま	1		きゅうり	20		人参	8		サラダ油	0.5		食塩	0.1
	(個)和風ドレッシング	8		人参	8		きくらげ(せん切り)	0.4		(袋)がらスープ 1kg	4		削り節 だし用	2
	油揚げ	5		(個)棒々鶏ドレッシング	10		(個)棒々鶏ドレッシング	10		赤ぶどう酒	0.8		湯	50
	じゃがいも	30		鶏卵	20		鶏卵	20		チキンコンソメ	0.6		キャベツ	35
	玉葱	20		玉葱	35		玉葱	35		食塩	0.4		小松菜	20
	干しわかめ(カット)	0.5		(缶)クリームコーン	20		(缶)クリームコーン	20		こしょう	0.04		もやし	20
	中ねぎ	3		チンゲンサイ	10		チンゲンサイ	10		上白糖	0.2		塩ふき昆布	1.4
	中みそ	5.5		人参	8		人参	8		湯	120		赤じそ粉	0.3
	甘みそ	5		(袋)がらスープ 1kg	4		(袋)がらスープ 1kg	4		(個)スライスチーズ	20		(個)牛乳プリン鉄分強化	40
	煮干し だし用	4		清酒	1		清酒	1						
	水	120		しょうゆ	0.7		しょうゆ	0.7						
		チキンコンソメ	0.4	チキンコンソメ	0.4									
		食塩	0.3	食塩	0.3									
		こしょう	0.03	こしょう	0.03									
		ごま油	0.2	ごま油	0.2									
		でんぷん	0.5	でんぷん	0.5									
		湯	100	湯	100									
		(個)国産豆乳プリンタルト	25	(個)国産豆乳プリンタルト	25									

16日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
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
	精白米(委託・白)	80
	牛乳	206
	豚肉並(2×3cmスライス)	18
	玉葱	40
	じゃがいも	25
	ズッキーニ	15
	(袋)トマト水煮 1kg	15
	なす	13
	サラダ油	1.5
	人参	10
	ピーマン	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
	サラダ油	1.5
	小麦粉	5
	サラダ油	5
	カレー粉	1.1
	(袋)がらスープ 1kg	3
(袋)トマトケチャップ 1kg	2	
ウスターソース	1.7	
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	0.7	
チキンコンソメ	0.5	
こしょう	0.04	
湯	75	
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	

17日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
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(自校)	75
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	豚肉並(2×2cmスライス)	30
	清酒	1
	玉葱	40
	キャベツ	35
	白菜キムチ 1kg	15
	人参	7
	中ねぎ	5
	生姜	1
	にんにく	0.5
	ごま油	1.5
	しょうゆ	2.5
	上白糖	1
	みりん	0.5
	もやし	40
	チンゲンサイ	20
	人参	10
炒り白ごま	1.5	
(個)韓国ナムルドレッシング	10	
(個)ももゼリー 国産 カルシウム・鉄強化	40	

18日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッ ペパン 牛乳 ハンバ ーグ トマト ソース かけ ジャ ー マン ポテ ト 野菜 ス ー プ	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	50
	牛乳	206
	(冷)ハンバーグ ボイル用・鉄分強化・減塩	幼・小 60
	(冷)ハンバーグ ボイル用・鉄分強化・減塩	中 80
	(袋)トマトケチャップ 1kg	5
	とんかつソース	4
	赤ぶどう酒	1
	上白糖	0.4
	湯	3
	ベーコン(短冊)	5
	じゃがいも	55
	ゆで塩	0.5
	玉葱	25
	サラダ油	0.5
	チキンコンソメ	0.2
	食塩	0.1
	こしょう	0.02
	粗挽きウインナー(1cm)	10
	(冷)白いんげん豆 1kg	10
玉葱	30	
キャベツ	30	
人参	5	
セロリ	3	
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ 1kg	4	
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	
湯	110	

19日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 牛乳 白身 魚の 野菜 あん かけ とう ふの みそ 汁 ミッ クス ナツ ツ (中 の み)	精白米(委託・白)	70
	精白米(委託・白)	80
	牛乳	206
	(冷)赤魚 2cm角切・皮付き骨なし	50
	食塩	0.1
	こしょう	0.01
	清酒	1.5
	でんぶん	5
	なたね油	4
	玉葱	25
	チンゲンサイ	15
	人参	10
	生姜	0.6
	ごま油	0.5
	しょうゆ	2.4
	みりん	1.2
	でんぶん	0.4
	だし汁	10
	豆腐	30
	油揚げ	6
玉葱	25	
えのきたけ	7	
中ねぎ	5	
麦みそ	9	
煮干し だし用	4	
水	120	
(個)ミックスナッツ	15	

20日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
とり めし 牛乳 切り ぼし 大根 の煮 もの だご 汁 日向 夏ゼ リー (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)	12
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8
	人参	7
	ごぼう(まきがき・ごはん用小さめ)	6
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	1.5
	しょうゆ	2.5
	清酒	1.5
	上白糖	1.2
	食塩	0.5
	出し昆布	1
	牛乳	206
	てんぷら	7
	人参	10
	切干し大根	8
	(乾)刻み昆布	0.5
	ごま油	0.7
	しょうゆ	2
みりん	1	
上白糖	0.5	
だし汁	20	
(冷)すいとん	28	
油揚げ	7	
つきこんにゃく	10	
中ねぎ	5	
干しいたけ(スライス)	0.6	
しょうゆ	2	
食塩	0.4	
削り節 だし用	4	
出し昆布	0.8	
水	130	
(個)日向夏ゼリー	50	

23日(月)			24日(火)			25日(水)			26日(木)			27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		
中華どんぶり 牛乳 大豆と小にぼしのあげ煮 ごまドレッシング あえ	精白米(委託・白)	70	ガーリックピラフ(麦入り) 牛乳 グリーンサラダ ズッキーニのトマトスープ ココアワッフル(小中のみ)	精白米(自校)	60	小型 コッペパン 牛乳 とり肉とバジルのスパゲティ アーモンド入りイタリアンサラダ ヨーグルト(小中のみ)	コッペパン	30	ごはん 牛乳 いわしのおかか煮 きゅうりのごまあえ なすとそうめんのみそ汁 チーズ(中のみ)	精白米(委託・白)	70	ごはん 牛乳 あつあげのあま酢煮 オクラのあえもの	精白米(自校)	68		
	精白米(委託・白)	80		米粒麦 自校	5		コッペパン	30		精白米(委託・白)	80		精白米(自校)	75		
	牛乳	206		鉄強化米	0.5		牛乳	206		牛乳	206		牛乳	206	鉄強化米	0.5
	豚肉並(3×3cmスライス)	18		(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9		スパゲティ(ハーフ)	35		(冷)いわしのおかか煮	幼・小 40		豚肉並(2×2cmスライス)	18	(冷)厚揚げ(カット)1kg	50
	清酒	1		(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6		ゆで塩	1.5		(冷)いわしのおかか煮	中 50		清酒	2	玉葱	40
	(冷)短冊いか(1×4cm)	8		白ぶどう酒	1		人参	4		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)(香川県産)	12		きゅうり	20	チンゲンサイ	15
	清酒	1		玉葱	13		人参	4		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)(香川県産)	8		キャベツ	20	たけのこ水煮(ホール)	12
	(レト)うずら卵1kg	20		人参	4		人参	4		ベーコン(短冊)	7		もやし	20	人参	10
	玉葱	35		エリンギ(1×2×0.3cm)	4		人参	4		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)(香川県産)	8		炒り白ごま	1	干しいたけ(スライス)	0.8
	キャベツ	30		(冷)むき枝豆 1kg	4		人参	4		ベーコン(短冊)	7		(個)和風ドレッシング	8	にんにく	0.5
	たけのこ水煮(ホール)	15		にんにく	1		人参	4		キャベツ	30		油揚げ	7	サラダ油	1
	人参	15		サラダ油	1.4		人参	4		玉葱	30		乾)そうめん	4	しょうゆ	3.3
	中ねぎ	5		チキンコンソメ	0.7		人参	4		人参	10		玉葱	25	上白糖	2.8
	生姜	2		食塩	0.8		人参	4		人参	10		なす	15	(袋)トマトケチャップ 1kg	2.5
	サラダ油	1		食塩	0.8		人参	4		人参	10		中ねぎ	5	食酢	2
	(袋)がらスープ 1kg	3		こしょう	0.03		人参	4		人参	10		中みそ	5	チキンコンソメ	0.5
	しょうゆ	1.7		牛乳	206		人参	4		人参	10		甘みそ	4.5	食塩	0.1
	チキンコンソメ	0.4		キャベツ	25		人参	4		人参	10		煮干し だし用	4	でんぶん	1
	食塩	0.4		きゅうり	20		人参	4		人参	10		水	130	水	10
	こしょう	0.04		アスパラガス	10		人参	4		人参	10		(個)チーズ 鉄強化	13.5	もやし	20
	でんぶん	1		(缶)ホールコーン	5		人参	4		人参	10				キャベツ	20
	ごま油	0.5		(個)焙煎ごまドレッシング	8		人参	4		人参	10				オクラ	12
	湯	50		ベーコン(短冊)	8		人参	4		人参	10				きゅうり	10
小煮干し	3	(冷)白いんげん豆 1kg	8	人参	4	人参	10			(個)青じそドレッシング	8					
(冷)大豆水煮	25	じゃがいも	30	人参	4	人参	10									
でんぶん	3	玉葱	25	人参	4	人参	10									
なたね油	5	ズッキーニ	20	人参	4	人参	10									
上白糖	2.5	人参	7	人参	4	人参	10									
しょうゆ	0.7	セロリ	1	人参	4	人参	10									
湯	1.5	サラダ油	0.5	人参	4	人参	10									
もやし	40	(袋)トマト水煮 1kg	15	人参	4	人参	10									
小松菜	20	(袋)がらスープ 1kg	4	人参	4	人参	10									
人参	10	チキンコンソメ	0.3	人参	4	人参	10									
炒り白ごま	1	赤ぶどう酒	1	人参	4	人参	10									
(個)棒々鶏ドレッシング	10	食塩	0.5	人参	4	人参	10									
		こしょう	0.03	人参	4	人参	10									
		ローリエ	0.1	人参	4	人参	10									
		湯	100	人参	4	人参	10									
		(個)ココアワッフル 鉄分強化	28	人参	4	人参	10									

