

1日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
大豆ごはん	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.5
	牛肉(2×2cmスライス)	15
	清酒	0.6
牛乳	(レト)蒸大豆 国産	13
	油揚げ	3
	人参	7
	(冷)むき枝豆 1kg	5
野菜のごまあえ	サラダ油	1
	清酒	2
	うすくちしょうゆ	2.5
	上白糖	1
さつまいものみそ汁	食塩	0.8
	煮干し だし用	1
	出し昆布	0.5
豆乳プリンタルト	牛乳	206
	チンゲンサイ	17
	太もやし	28
	人参	5
	しょうゆ	1.2
	炒り白ごま 500g	1
	すりごま	1
	さつまいも(2cm角)県産	30
	油揚げ	7
	人参	10
	中ねぎ	5
	中みそ	6
	甘みそ	3
	清酒	1
	煮干し だし用	3
	だし汁	0.1
	水	105
	(個)国産豆乳プリンタルト	25

2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)あさりむき身	10
	白ぶどう酒	1
	ベーコン(短冊)	15
あさりのチャウダー	皮むきじゃがいも(2cm)	30
	皮むき玉葱	40
	人参	10
	しめじ	8
野菜サラダ	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	0.5
	サラダ油	2
	バター	2
月見ゼリー	小麦粉	4
	調理用牛乳 10L	20
	生クリーム	1
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.3
	こしょう	0.02
	白ぶどう酒	1
	ローリエ	0.1
	湯	50
	きゅうり	25
	人参	25
	(レト)ホールコーン 1kg	8
	サラダ油	1
	(冷)レモン果汁 県産・500g	1.2
	食酢	1.5
	食塩	0.2
	こしょう	0.03
	上白糖	0.5
	(個)月見ゼリー	50

3日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
小型コッペパン	コッペパン	30
	コッペパン	40
	牛乳	206
牛乳		
	スパゲティ(ハーフ)	35
	食塩	1.3
	サラダ油	1
ソース焼きスパゲティ	豚肉並(2×2cmスライス)	20
	清酒	1
	キャベツ	30
	皮むき玉葱	20
チーズサラダ	人参	7
	ピーマン	5
	おろし生姜	0.5
	おろしにんにく	0.1
ミックスナッツ	サラダ油	2
	とんかつソース	7
	ウスターソース	2
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	粉かつお	0.5
	青のり粉	0.2
	人参	25
	きゅうり	25
	ダイスチーズ(4mm角)生食用	7
	りんご酢	2
	上白糖	0.4
	オリーブ油	0.3
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	(個)ミックスナッツ	15

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
コッ ペ パ ン 牛 乳 ポ ー ク ビ ー ン ズ ア ー モ ン ド サ ラ ダ ヨ ー グ ル ト	コッペパン		50	ご は ん ひ じ き の り 牛 乳 ぶ た 肉 の し よ う が 焼 き 切 り ぼ し 大 根 の サ ラ ダ	精白米(自校)		72	ご は ん 牛 乳 と う ふ の 中 華 煮 野 菜 の ド レ ッ シ ン グ あ え チ ー ズ	精白米(自校)		72	麦 ご は ん 味 つ け の り 牛 乳 さ ん ま の か ん ろ 煮 し そ 香 り あ え な め こ 汁	精白米(委託)		60	麦 ご は ん 牛 乳 ド ラ イ カ レ ー 海 そ う サ ラ ダ	精白米(委託)		60
	コッペパン		60		精白米(自校)		80		精白米(自校)		80		精白米(委託)		70		精白米(委託)		70
					鉄強化米		0.5		鉄強化米		0.5		米粒麦 委託		6		米粒麦 委託		6
	牛乳		206										米粒麦 委託		7		米粒麦 委託		7
					(個)ひじきのり		10		牛乳		206								
	豚肉並(2×2cmスライス)		20										(個)味付けのり(5枚)		2.5		牛乳		206
	赤ぶどう酒		2		牛乳		206		豚肉並(3×3cmスライス)		25						豚肉並ミンチ		25
	(レト)蒸大豆 国産		15						清酒		1		牛乳		206		牛肉ミンチ		15
	(冷)白いんげん豆 1kg		15		豚肉並(2×2cmスライス)		35		(冷)豆腐(サイコロワイド)1kg		65						赤ぶどう酒		1
	皮むきじゃがいも(2cm)		40		おろし生姜		1		皮むき玉葱		35		冷)さんまの甘露煮	小	40		(レト)ひきわり大豆 1kg		25
	皮むき玉葱		40		おろしにんにく		0.5		人参		10		冷)さんまの甘露煮	中	50		皮むき玉葱		45
	人参		15		しょうゆ		1		太ねぎ		7						人参		20
	(冷)さやいんげん 500g		5		清酒		1		きくらげ(せん切り)		0.5		太もやし		30		れんこん 10mm角		5
	(袋)トマト水煮 3kg		12		サラダ油		2		おろし生姜		1.5		きゅうり		15		おろしにんにく		0.6
	サラダ油		1		キャベツ		35		ごま油		0.5		人参		5		おろし生姜		0.3
	(袋)トマトケチャップ 1kg		3		皮むき玉葱		35		サラダ油		0.5		赤じそ粉		0.5		サラダ油		1
	(袋)トマトパウダー 200g		0.1		エリンギ(1×3×0.3cm)		10		しょうゆ		3		しょうゆ		1		小麦粉		1
	上白糖		0.5		人参		10		中双糖		1						レーズン		1
	ウスターソース		0.5		食塩		0.2		チキンコンソメ		0.6		(冷)豆腐(カット)1kg		30		(袋)トマトケチャップ 1kg		4
	食塩		0.5		こしょう		0.02		食塩		0.2		油揚げ		7		(袋)トマトパウダー 200g		0.5
	こしょう		0.05		しょうゆ		2.5		一味		0.01		なめこ 生		10		ウスターソース		3.5
	チキンコンソメ		0.3		上白糖		0.8		でんぷん		1		人参		7		カレー粉		1.2
	湯		20		みりん		0.5		湯		20		中ねぎ		5		赤ぶどう酒		1
					でんぷん		0.5						干しわかめ(カット)		0.5		チキンコンソメ		0.7
	キャベツ		20		水		3		太もやし		30		赤みそ		5		食塩		0.3
	きゅうり		25						小松菜		15		中みそ		2		こしょう		0.03
	人参		5		きゅうり		25		人参		5		清酒		1				
	しょうゆ		2.5		切干し大根		4		すりごま		1		煮干し だし用		3		太もやし		20
	食酢		2		人参		5		棒々鶏ドレッシング		4.5		水		100		きゅうり		20
	上白糖		1		(レト)ホールコーン 1kg		7										人参		5
	サラダ油		1		しょうゆ		2.2		(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化		10						(乾)海藻ミックス		0.5
	アーモンド(刻み)		1.2		食酢		1.9										食酢		2.2
	アーモンド(粉)		1.2		上白糖		1										しょうゆ		2.2
					ごま油		0.6										上白糖		1
	(個)ヨーグルト 鉄分強化		70														サラダ油		0.5
																	ごま油		0.5

14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
かまあげいりこのなんばんづけ	冷)釜揚げいりこ 蔵粉付 香川県産	32
	なたね油	4
	食酢	3.8
	しょうゆ	2.5
	上白糖	3
	一味	0.01
	湯	4
	切干し大根	4
	きゅうり	25
	(レト)ホールコーン 1kg	7
	食酢	2
	しょうゆ	2
	上白糖	1
	炒り白ごま 500g	0.3
切りぼし大根のあえもの	鶏卵	25
	人参	7
	小松菜	7
	油揚げ	5
	中みそ	6
	甘みそ	3
	煮干し だし用	3
	清酒	1
	でんぷん	0.3
	水	110
カラフル栄養たまごみそ汁		

15日(水)

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	豚肉並(2×2cmスライス)	30
	白ぶどう酒	1
パンブキンシチュー	(生)かぼちゃ(2×2cm)	30
	皮むき玉葱	40
	人参	10
	しめじ	15
	ドライパセリ	0.03
	サラダ油	1
	サラダ油	2
	バター	3
	小麦粉	5
	調理用牛乳 10L	20
	生クリーム	3
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.3
	こしょう	0.02
	ローリエ	0.1
	湯	50
イタリアンサラダ		
	キャベツ	20
	きゅうり	25
	人参	5
	(レト)ホールコーン 1kg	7
	イタリアンドレッシング	4.5

16日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
ハヤシライス(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	牛乳	206
りっちゃんサラダミニトマト	牛肉(2×2cmスライス)	30
	皮むき玉葱	40
	人参	10
	(冷)むき枝豆 1kg	3
	皮むきじゃがいも(2cm)	30
	(袋)マッシュルーム 1kg	7
	(袋)トマト水煮 3kg	15
	おろしにんにく	0.3
	小麦粉	5
	バター	3
	サラダ油	2
	サラダ油	2
	(袋)がらスープ 3kg	3
	赤ぶどう酒	2
	ウスターソース	2
	食塩	0.8
ミニトマト	こしょう	0.07
	チキンコンソメ	0.6
	上白糖	0.5
	からし粉	0.15
	ピザ用チーズ	2
	ローリエ	0.1
	湯	70
	ロースハム(短冊)卵抜き	3
	キャベツ	20
	きゅうり	15
	人参	5
	(レト)ホールコーン 1kg	7
	(乾)刻み昆布	0.2
	花かつお(碎片)500g	0.8
	和風ドレッシング	4.5
ミニトマト		
	ミニトマト(35個入り)	30
	ミニトマト(43個入り)	30

17日(金)

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	牛乳	206
秋野菜の煮もの	豚肉並(3×3cmスライス)	20
	清酒	1
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	10
	れんこん(いちよう8mm)	15
	ごぼう(斜め・3mm厚さ)	25
	人参	5
	(冷)さやいんげん 3cmカット 500g	5
	サラダ油	1
	しょうゆ	3
	上白糖	1.5
	みりん	0.5
	だし汁	15
	チヌ団子 冷凍(無償提供)	25
	油揚げ	8
	大根	15
ちぬだんご汁りんご	人参	8
	太ねぎ	5
	しょうゆ	2
	おろし生姜	0.3
	食塩	0.3
	削り節 だし用	3
	出し昆布	1
	清酒	1
	水	100
	(個)りんご(1/4)	50

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				
コッペパン	コッペパン		50	麦ごはん	精白米(委託)		60	ばらずし	精白米(自校)		65	麦ごはん	精白米(委託)		60	麦ごはん	精白米(委託)		60				
	コッペパン		60		精白米(委託)		70		清酒		4		精白米(委託)		70		精白米(委託)		70				
					米粒麦 委託		6		食酢		15		米粒麦 委託		6		米粒麦 委託		6				
	(袋)チョコ大豆クリーム	小	10		米粒麦 委託		7		上白糖		10.5		米粒麦 委託		7		米粒麦 委託		7				
	(袋)チョコ大豆クリーム	中	15						食塩		1.1												
チョコ大豆クリーム				牛乳	牛乳		206	牛乳	出し昆布		0.7	牛乳	牛乳		206	牛乳	牛乳		206				
	牛乳		206						油揚げ		5												
					豚肉並(3×3cmスライス)		30		高野豆腐(すし用)		1		豚肉並(2×2cmスライス)		15		きびなごのかりかりフライ		30				
	(冷凍)ミニウインナー		30		清酒		1		ごぼう(さがき・ごはん用小さめ)		8		清酒		2		なたね油		6				
	皮むきじゃがいも(2cm)		40		皮むきじゃがいも(2cm)		70		人参		6		おろし生姜		0.6								
	皮むき玉葱		30		皮むき玉葱		40		(冷)むき枝豆 1kg		5		おろしにんにく		0.2		(冷)肉だんご(Fe・Ca強化)		30				
	キャベツ		25		糸こんにゃく		15		干しいたけ(スライス)		0.8		なす		25		皮むき玉葱		25				
	人参		10		人参		15		上白糖		2.5		サラダ油		1		人参		10				
	サラダ油		1		(冷)さやいんげん 500g		5		清酒		2		(冷)厚揚げ(カット)1kg		50		太ねぎ		3				
	(袋)がらスープ 3kg		3		サラダ油		1		しょうゆ		0.6		皮むき玉葱		30		春雨(太め5cm)		3.5				
牛乳	チキンコンソメ		0.5	ポン酢	しょうゆ		3.5	とうふのすまし汁	うすくちしょうゆ		0.9	もやし	人参		10	中華スープ	おろしにんにく		0.5				
	しょうゆ		1		中双糖		2		水		2		たけのこ水煮(短冊切り)		10		おろし生姜		1				
	食塩		0.5		でんぷん		0.5						ごま油		1		ごま油		0.6				
	こしょう		0.03		湯		10		牛乳		206		赤みそ		3		サラダ油		1				
	ローリエ		0.1										中双糖		2		(袋)がらスープ 3kg		3				
	湯		80		太もやし		27						しょうゆ		2		チキンコンソメ		0.6				
					小松菜		18		さつまいも天ぷら 冷凍		40		チキンコンソメ		0.6		でんぷん		1	しょうゆ		0.8	
					人参		5		なたね油		8		しょうゆ		2		豆板醤		0.03	食塩		0.5	
	(ドライ/パック)ミックスビーンズ 福豆入り		7		ボン酢		0.8		(冷)豆腐(カット)1kg		32		湯		20		湯		110	こしょう		0.03	
	(レト)まぐろ油漬		7		きゅうり		1.6		えのきたけ(1/2)1kg		10		干しわかめ(カット)		0.6					湯			
ピーンズ	人参		10	納豆	上白糖		0.6	しょうゆ豆	食塩		0.4	もやし	人参		5	バンバンジー	大根		25				
	ごま油		0.3		花かつお(碎片)500g		1		しょうゆ		2		太もやし		30		きゅうり		25	サラダ	きゅうり		25
	(冷)レモン果汁 県産・500g		1						削り節 だし用		3		きゅうり		15		人參		5		(レト)さきみ油漬(フレーク)		7
	しょうゆ		1.2		(個)納豆	小	30		出し昆布		1		しょうゆ		2.3		しょうゆ		2		棒々鶏ドレッシング		4.5
	上白糖		1		(個)納豆	中	40		清酒		1		食酢		2								
									湯		120		上白糖		1.2								
													ごま油		0.6								
															</								

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	精白米(自校)		72	麦ごはん	精白米(委託)		60	親子どんぶり(麦ごはん)	精白米(委託)		60	コッペパン	コッペパン		50	セルフキンパ(麦ごはん)	精白米(委託)		60
	精白米(自校)		80		精白米(委託)		70		精白米(委託)		70		コッペパン		60		精白米(委託)		70
	鉄強化米		0.5		米粒麦 委託		6		米粒麦 委託		6						米粒麦 委託		6
小魚のつくだ煮				牛乳	米粒麦 委託		7	牛乳	米粒麦 委託		7	牛乳	牛乳		206	牛乳	米粒麦 委託		7
	(個)小魚佃煮		6																
					牛乳		206		牛乳		206		(冷)肉だんご(Fe・Ca強化)		30		牛乳		206
牛乳	牛乳		206	ヤンニョムチキン				牛乳				肉だんごのトマト煮こみ	皮むきじゃがいも(2cm)		50	牛乳			
					鶏肉 胸・皮なし(唐揚げ用)		25		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)(香川県産)		18		皮むき玉葱		40		豚肉並(2×3cmスライス)		30
	豚肉赤身(2×2cmスライス)		20		鶏肉 もも・皮なし(唐揚げ用)		25		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)(香川県産)		12		(冷)ひよこ豆水煮		20		皮むき玉葱		30
こうやどうふの煮もの	清酒		1	チョレギサラダ	おろし生姜		0.3	たくあんあえ	鶏卵		25	ひじきとチーズのサラダ	おろしにんにく		0.5	スープ	おろしにんにく		0.5
	高野豆腐(サイコロ)		17		清酒		1		皮むき玉葱		50		サラダ油		0.5		おろし生姜		0.3
	皮むき玉葱		30	はるさめスープ	でんぷん		5	わらびもち	人参		10		バター		0.5		しょうゆ		3
こんぶあえ	人参		10		米粉		2.5		干しいたけ(スライス)		1	さつまいもチップス	(袋)トマト水煮 3kg		25		清酒		1
	干しいたけ(スライス)		1		なたね油		6		中ねぎ		5		(袋)トマトケチャップ 1kg		3		ごま油		1
	(冷)さやいんげん 500g		7		(袋)トマトケチャップ 1kg		4		しょうゆ		4.5		赤ぶどう酒		1		三温糖		1.5
	サラダ油		0.5		おろしにんにく		0.5		みりん		3		上白糖		0.8		コチジャン		0.5
	しょうゆ		3.4		中ねぎ		1		上白糖		1.5		ウスターソース		0.7		ほうれん草		15
	三温糖		1.9		しょうゆ		1		清酒		1		チキンコンソメ		0.6		人参		5
	食塩		0.2		三温糖		2		食塩		0.5		食塩		0.4		太もやし		30
	削り節 だし用		1		みりん		0.6		でんぷん		0.8		こしょう		0.04		しょうゆ		1.2
	湯		65		赤みそ		0.6		削り節 だし用		1.5		湯		20		ごま油		1
					豆板醤		0.05		出し昆布		0.5						炒り白ごま 500g		0.5
					炒り白ごま 500g		0.7		湯		50		キャベツ		20				
					水		3						きゅうり		15		トック 国産米使用		20
	小松菜		17						小松菜		17		人参		5		皮むき玉葱		20
	太もやし		28		太もやし		25		太もやし		30		(乾)ひじき		0.6		中ねぎ		3
	人参		5		キャベツ		20		たくあん(刻み) 1kg袋		5		ダイスチーズ(4mm角)生食用		5		干しわかめ(カット)		0.8
	塩ふき昆布		1		人参		5		しょうゆ		1.2		サラダ油		4.5		炒り白ごま		0.5
	しょうゆ		1.2		味付けもみのり(6~10mm幅)県産		1		炒り白ごま 500g		1		しょうゆ		2		チキンコンソメ		0.5
	すりごま		1.2		韓国ナムルドレッシング		4.5						食酢		2.2		(袋)がらスープ 3kg		3
									(個)わらびもち		30		食塩		0.08		しょうゆ		0.8
													上白糖		0.5		食塩		0.7
					ベーコン(短冊)		8										こしょう		0.03
					皮むき玉葱		25										ごま油		0.2
					人参		8										湯		120
					中ねぎ		5												
					春雨(太め5cm)		3.5										(個)手巻きのり(4枚)	小	2.4
					サラダ油		0.5										(個)手巻きのり(6枚)	中	3.6
					(袋)がらスープ 3kg		4												
					しょうゆ		0.5										(個)さつまいもチップ		5
					食塩		0.3												
					チキンコンソメ		0.3												
					こしょう		0.03												
					ごま油		0.07												
					湯		105												