

| 1日(月)                                 |                |     |               | 2日(火)                                          |               |                       |              | 3日(水)                                                     |                |  |              | 4日(木)                              |              |     |              | 5日(金)                                                                  |                 |  |              |  |  |  |
|---------------------------------------|----------------|-----|---------------|------------------------------------------------|---------------|-----------------------|--------------|-----------------------------------------------------------|----------------|--|--------------|------------------------------------|--------------|-----|--------------|------------------------------------------------------------------------|-----------------|--|--------------|--|--|--|
| 献立名                                   | 食品名            |     | 一人当り<br>正味分量  | 献立名                                            | 食品名           |                       | 一人当り<br>正味分量 | 献立名                                                       | 食品名            |  | 一人当り<br>正味分量 | 献立名                                | 食品名          |     | 一人当り<br>正味分量 | 献立名                                                                    | 食品名             |  | 一人当り<br>正味分量 |  |  |  |
| わかめごはん<br>牛乳<br>じゃがいものそぼろ煮<br>アーモンドあえ | 精白米(自校)        |     | 68            | ごはん<br>牛乳<br>小さいわしの三ばい<br>キャベツのあえもの<br>とうふのみそ汁 | 精白米(委託・白)     |                       | 70           | ごはん<br>牛乳<br>ぶた肉と野菜の塩こうじいため<br>切りほし大根のごまドレッシングあえ<br>味つけ小魚 | 精白米(自校)        |  | 68           | あぶたまどんぶり<br>牛乳<br>おかかあえ<br>ミックスナッツ | 精白米(委託・白)    |     | 70           | コッペパン<br>コッペパン<br>(個)いちごジャム<br>牛乳<br>いちごジャム<br>牛乳<br>チリコンカン<br>カラフルサラダ | コッペパン           |  | 50           |  |  |  |
|                                       | 精白米(自校)        |     | 75            |                                                | 精白米(委託・白)     |                       | 80           |                                                           | 精白米(自校)        |  | 75           |                                    | 精白米(委託・白)    |     | 80           |                                                                        | コッペパン           |  | 50           |  |  |  |
|                                       | 鉄強化米           |     | 0.5           |                                                |               |                       |              |                                                           | 鉄強化米           |  | 0.5          |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       | 炊き込みわかめ 200g   |     | 2.6           |                                                | 牛乳            |                       | 206          |                                                           | 牛乳             |  | 206          |                                    | 牛乳           |     | 206          |                                                                        | (個)いちごジャム       |  | 15           |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       | 牛乳             |     | 206           |                                                | 小さいわし         |                       | 35           |                                                           |                |  |              |                                    | 油揚げ          |     | 20           |                                                                        | 牛乳              |  | 206          |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                | なたね油          |                       | 6            |                                                           | 豚肉並(3×3cmスライス) |  | 40           |                                    | 干しいたけ(スライス)  |     | 0.5          |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       | 豚肉赤身ミンチ        |     | 30            |                                                | 食酢            |                       | 3.8          |                                                           | おろし生姜          |  | 0.5          |                                    | 皮むき玉葱        |     | 40           |                                                                        | 豚肉並ミンチ          |  | 20           |  |  |  |
|                                       | 清酒             |     | 1             |                                                | しょうゆ          |                       | 2.5          |                                                           | おろしにんにく        |  | 0.5          |                                    | 人参           |     | 15           |                                                                        | 赤ぶどう酒           |  | 2            |  |  |  |
|                                       | 皮むきじゃがいも(2cm)  |     | 70            |                                                | 上白糖           |                       | 3            |                                                           | しょうゆ           |  | 1            |                                    | なると(3mm)     |     | 7            |                                                                        | (冷)金時豆 1kg      |  | 20           |  |  |  |
|                                       | 皮むき玉葱          |     | 40            |                                                | 一味            |                       | 0.01         |                                                           | 液体塩こうじ         |  | 4            |                                    | 中ねぎ          |     | 5            |                                                                        | 皮むき玉葱           |  | 55           |  |  |  |
|                                       | つきこんにやく(ハーフ)   |     | 20            |                                                | 中ねぎ           |                       | 2            |                                                           | 清酒             |  | 1            |                                    | 鶏卵           |     | 20           |                                                                        | 皮むきじゃがいも(2cm)   |  | 50           |  |  |  |
|                                       | 人参             |     | 15            |                                                | 湯             |                       | 4            |                                                           | キャベツ           |  | 40           |                                    | しょうゆ         |     | 7            |                                                                        | 人参              |  | 10           |  |  |  |
|                                       | (冷)むき枝豆 1kg    |     | 5             |                                                |               |                       |              |                                                           | 皮むき玉葱          |  | 40           |                                    | みりん          |     | 2            |                                                                        | パセリ             |  | 0.8          |  |  |  |
|                                       | サラダ油           |     | 1             |                                                | キャベツ          |                       | 20           |                                                           | ピーマン           |  | 5            |                                    | 食塩           |     | 0.2          |                                                                        | (袋)トマト水煮 3kg    |  | 10           |  |  |  |
|                                       | しょうゆ           |     | 3.6           |                                                | 太もやし          |                       | 25           |                                                           | 人参             |  | 15           |                                    | でんぷん         |     | 0.5          |                                                                        | おろしにんにく         |  | 1            |  |  |  |
|                                       | 中双糖            |     | 1.8           |                                                | 人参            |                       | 5            |                                                           | サラダ油           |  | 2            |                                    | 三温糖          |     | 1.6          |                                                                        | サラダ油            |  | 1            |  |  |  |
|                                       | 湯              |     | 20            |                                                | しょうゆ          |                       | 2.3          |                                                           | 液体塩こうじ         |  | 1            |                                    | 清酒           |     | 1            |                                                                        | (袋)トマトケチャップ 1kg |  | 2.5          |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                | 食酢            |                       | 2            |                                                           | 食塩             |  | 0.01         |                                    | 削り節 だし用      |     | 2.5          |                                                                        | (袋)トマトパウダー 200g |  | 0.25         |  |  |  |
|                                       | 人参             |     | 5             |                                                | 上白糖           |                       | 1.2          |                                                           | こしょう           |  | 0.02         |                                    | 湯            |     | 60           |                                                                        | 中双糖             |  | 1            |  |  |  |
|                                       | キャベツ           |     | 25            |                                                | ごま油           |                       | 0.6          |                                                           | しょうゆ           |  | 2.5          |                                    |              |     |              |                                                                        | ウスターソース         |  | 1.2          |  |  |  |
|                                       | きゅうり           |     | 20            |                                                |               |                       |              |                                                           | 上白糖            |  | 0.8          |                                    | キャベツ         |     | 25           |                                                                        | チキンコンソメ         |  | 0.5          |  |  |  |
|                                       | (レト)ホールコーン 1kg |     | 7             |                                                | (冷)豆腐(カット)1kg |                       | 25           |                                                           | みりん            |  | 0.5          |                                    | きゅうり         |     | 25           |                                                                        | 食塩              |  | 0.3          |  |  |  |
|                                       | しょうゆ           |     | 2.5           |                                                | 皮むき玉葱         |                       | 20           |                                                           | でんぷん           |  | 0.5          |                                    | しょうゆ         |     | 1.2          |                                                                        | チリパウダー          |  | 0.1          |  |  |  |
|                                       | 食酢             |     | 2             |                                                | 人参            |                       | 5            |                                                           |                |  |              |                                    | 花かつお(砕片)500g |     | 1            |                                                                        | 湯               |  | 30           |  |  |  |
| サラダ油                                  |                | 0.5 | 干しわかめ(カット)    |                                                | 0.4           | 切干し大根                 |              | 5                                                         |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
| 上白糖                                   |                | 1   | えのきたけ(1/2)1kg |                                                | 8             | (冷)さやいんげん 3cmカット 500g |              | 10                                                        | (個)ミックスナッツ     |  | 15           | きゅうり                               |              | 25  |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
| アーモンド(刻み)                             |                | 1.8 | 中ねぎ           |                                                | 3             | (レト)ホールコーン 1kg        |              | 8                                                         |                |  |              | 人参                                 |              | 25  |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     | 中みそ           |                                                | 6             | 食酢                    |              | 1.7                                                       |                |  |              | (レト)ホールコーン 1kg                     |              | 8   |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     | 甘みそ           |                                                | 2             | しょうゆ                  |              | 2                                                         |                |  |              | かんきつドレッシング                         |              | 4.5 |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     | 削り節 だし用       |                                                | 3             | 上白糖                   |              | 1.2                                                       |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     | 出し昆布          |                                                | 1             | ごま油                   |              | 1                                                         |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     | 清酒            |                                                | 1             | すりごま                  |              | 1                                                         |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     | 湯             |                                                | 100           |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               | (個)味付小魚               |              | 5                                                         |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                |     |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |
|                                       |                | </  |               |                                                |               |                       |              |                                                           |                |  |              |                                    |              |     |              |                                                                        |                 |  |              |  |  |  |

| 8日(月)      |                    |  |              | 9日(火) |                  |  |              | 10日(水)         |                       |  |              | 11日(木)       |                  |  |              | 12日(金)    |                 |  |              |
|------------|--------------------|--|--------------|-------|------------------|--|--------------|----------------|-----------------------|--|--------------|--------------|------------------|--|--------------|-----------|-----------------|--|--------------|
| 献立名        | 食品名                |  | 一人当り<br>正味分量 | 献立名   | 食品名              |  | 一人当り<br>正味分量 | 献立名            | 食品名                   |  | 一人当り<br>正味分量 | 献立名          | 食品名              |  | 一人当り<br>正味分量 | 献立名       | 食品名             |  | 一人当り<br>正味分量 |
| 中華どんぶり     | 精白米(委託・白)          |  | 70           | ごはん   | 精白米(委託・白)        |  | 70           | コッペパン          | コッペパン                 |  | 50           | チキンライス       | 精白米(自校)          |  | 60           | ごはん       | 精白米(委託・白)       |  | 70           |
|            | 精白米(委託・白)          |  | 80           |       | 精白米(委託・白)        |  | 80           |                | コッペパン                 |  | 50           |              | 鉄強化米             |  | 0.5          |           | 精白米(委託・白)       |  | 80           |
| 牛乳         |                    |  |              | 牛乳    |                  |  |              | 牛乳             |                       |  |              | 牛乳           |                  |  |              | ひじきのり     |                 |  |              |
|            | 牛乳                 |  | 206          |       | 牛乳               |  | 206          |                | 牛乳                    |  | 206          |              | 鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)  |  | 9            |           | (個)ひじきのり        |  | 10           |
| 牛乳         |                    |  |              | こうやど  | 鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)  |  | 9            | あさりのチャウダー      | (冷)あさりむき身             |  | 10           | 野菜とウインナーのスープ | 白ぶどう酒            |  | 1            | 牛乳        |                 |  | 206          |
|            | 豚肉並(3×3cmスライス)     |  | 25           |       | 鶏肉 もも・皮なし(2×2cm) |  | 6            |                | 白ぶどう酒                 |  | 1            |              | 人参               |  | 4            |           | 牛乳              |  |              |
| かまあげいりこフライ | おろし生姜              |  | 0.2          | 煮もの   | 清酒               |  | 1            | さやいんげんとコーンのサラダ | ベーコン(短冊)              |  | 15           | 切りぼし大根のごまサラダ | 皮むき玉葱            |  | 15           | 焼きどうふのみそ煮 | 豚肉並ミンチ          |  | 25           |
|            | しょうゆ               |  | 1.2          |       | 高野豆腐(サイコロ)       |  | 17           |                | 皮むきじゃがいも(2cm)         |  | 30           |              | (冷)むき枝豆 1kg      |  | 4            |           | 清酒              |  | 1            |
|            | 清酒                 |  | 1            | 塩こんぶ  | 皮むき玉葱            |  | 35           | いんげんとコーンのサラダ   | 皮むき玉葱                 |  | 40           | マロンワッフル      | (袋)マッシュルーム 1kg   |  | 4            | 煮しめ       | (冷)焼き豆腐(カット)1kg |  | 65           |
|            | なると(3mm)           |  | 15           |       | 人参               |  | 10           |                | 人参                    |  | 10           |              | (袋)トマトパウダー 200g  |  | 0.4          |           | 皮むき玉葱           |  | 40           |
|            | きくらげ(せん切り)         |  | 0.5          | え     | (冷)さやいんげん 500g   |  | 7            | シャインマスカット      | しめじ                   |  | 8            |              | バター              |  | 0.15         | しょうゆ      | 人参              |  | 10           |
|            | (冷)むき枝豆 1kg        |  | 3            |       | 干しいたけ(スライス)      |  | 1            |                | (冷)むき枝豆 1kg           |  | 5            |              | サラダ油             |  | 0.5          |           | (冷)むき枝豆 1kg     |  | 7            |
|            | 皮むき玉葱              |  | 20           | 牛乳プリン | しょうゆ             |  | 3.4          |                | ドライパセリ                |  | 0.03         |              | チキンコンソメ          |  | 0.6          | 煮しめ       | 干しいたけ(スライス)     |  | 1            |
|            | 人参                 |  | 8            |       | 三温糖              |  | 1.9          |                | サラダ油                  |  | 0.5          |              | 食塩               |  | 0.6          | 煮しめ       | おろし生姜           |  | 0.3          |
|            | 干しいたけ(スライス)        |  | 0.5          |       | 食塩               |  | 0.3          |                | サラダ油                  |  | 2            |              | こしょう             |  | 0.05         | 煮しめ       | おろしにんにく         |  | 0.2          |
|            | たけのこ水煮(短冊切り)       |  | 10           |       | 削り節 だし用          |  | 2.5          |                | バター                   |  | 2            |              | 牛乳               |  | 206          | 煮しめ       | ごま油             |  | 1            |
|            | サラダ油               |  | 1            |       | サラダ油             |  | 0.5          |                | 小麦粉                   |  | 4            |              |                  |  |              | 煮しめ       | 赤みそ             |  | 5            |
|            | ごま油                |  | 0.5          |       | 湯                |  | 60           |                | 調理用牛乳 10L             |  | 20           |              |                  |  |              | 煮しめ       | 清酒              |  | 3            |
|            | (袋)がらスープ 3kg       |  | 3            |       |                  |  |              |                | 生クリーム                 |  | 1            |              | 皮なしポークウインナー(6mm) |  | 20           | 煮しめ       | しょうゆ            |  | 1.8          |
|            | しょうゆ               |  | 1.5          |       | キャベツ             |  | 35           |                | チキンコンソメ               |  | 0.6          |              | 皮むきじゃがいも(2cm)    |  | 25           | 煮しめ       | 三温糖             |  | 2            |
|            | チキンコンソメ            |  | 0.4          |       | 人参               |  | 10           |                | 白ぶどう酒                 |  | 1            |              | 皮むき玉葱            |  | 25           | 煮しめ       | 一味              |  | 0.01         |
|            | 食塩                 |  | 0.4          |       | (レト)ホールコーン 1kg   |  | 7            |                | 食塩                    |  | 0.3          |              | 人参               |  | 10           | 煮しめ       | でんぷん            |  | 0.5          |
|            | こしょう               |  | 0.06         |       | 塩ふき昆布            |  | 1            |                | こしょう                  |  | 0.02         |              | (冷)白いんげん豆 1kg    |  | 10           | 煮しめ       | 湯               |  | 30           |
|            | でんぷん               |  | 1.5          |       | しょうゆ             |  | 1            |                | ローリエ                  |  | 0.1          |              | おろしにんにく          |  | 0.1          | 煮しめ       | きゅうり            |  | 20           |
|            | 湯                  |  | 40           |       | すりごま             |  | 1            |                | 湯                     |  | 50           |              | 白ぶどう酒            |  | 1            | 煮しめ       | キャベツ            |  | 30           |
|            | (冷)釜揚げいりこフライ(香川県産) |  | 40           |       |                  |  |              |                | きゅうり                  |  | 25           |              | サラダ油             |  | 1            | 煮しめ       | (レト)ホールコーン 1kg  |  | 7            |
|            | なたね油               |  | 7            |       | (個)牛乳プリン鉄分強化     |  | 40           |                | (冷)さやいんげん 3cmカット 500g |  | 25           |              | しょうゆ             |  | 1.2          | 煮しめ       | 赤じそ粉            |  | 0.5          |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                | (レト)ホールコーン 1kg        |  | 7            |              | (袋)がらスープ 3kg     |  | 3            | 煮しめ       | しょうゆ            |  | 1            |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                | 食酢                    |  | 2            |              | チキンコンソメ          |  | 0.5          | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                | ごま油                   |  | 0.6          |              | 食塩               |  | 0.3          | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                | しょうゆ                  |  | 2.3          |              | こしょう             |  | 0.04         | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                | 上白糖                   |  | 1.5          |              | 湯                |  | 75           | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                | 炒り白ごま 500g            |  | 1            |              |                  |  |              | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                |                       |  |              |              | 切干し大根            |  | 4            | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                |                       |  |              |              | きゅうり             |  | 25           | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                | 紙ナフキン                 |  | 1            |              | 人参               |  | 5            | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                |                       |  |              |              | (レト)ホールコーン 1kg   |  | 7            | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                |                       |  |              |              | しょうゆ             |  | 2.2          | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                |                       |  |              |              | 食酢               |  | 1.9          | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                |                       |  |              |              | 上白糖              |  | 1            | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                |                       |  |              |              | ごま油              |  | 0.6          | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                |                       |  |              |              | すりごま             |  | 1            | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                |                       |  |              |              |                  |  |              | 煮しめ       |                 |  |              |
|            |                    |  |              |       |                  |  |              |                |                       |  |              |              | (個)マロンワッフル       |  | 40           |           |                 |  |              |

19日(金)

[illegible]

22日(月)

[illegible]

24日(水)

[illegible]

25日(木)

| 献立名                                                                                                                     | 食品名              | 一人当たり<br>正味分量 |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------|-----|
| おなか<br>いっぱい<br>栄養<br>いっぱい<br>乾<br>べき<br>ごはん                                                                             | 精白米(自校)          | 60            |     |
|                                                                                                                         | 鉄強化米             | 0.9           |     |
|                                                                                                                         | 鶏肉 もも・皮なし(1×1cm) | 6             |     |
|                                                                                                                         | 鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)  | 9             |     |
|                                                                                                                         | 切干し大根            | 0.9           |     |
|                                                                                                                         | 干しいたけ(スライス)      | 0.9           |     |
|                                                                                                                         | 人参               | 3             |     |
|                                                                                                                         | (乾)ひじき           | 0.9           |     |
|                                                                                                                         | (冷)むき枝豆 1kg      | 3             |     |
|                                                                                                                         | ごま油              | 0.9           |     |
|                                                                                                                         | だし汁              | 10            |     |
|                                                                                                                         | うすくちしょうゆ         | 2.2           |     |
|                                                                                                                         | しょうゆ             | 0.6           |     |
|                                                                                                                         | 清酒               | 2.3           |     |
|                                                                                                                         | 上白糖              | 1             |     |
|                                                                                                                         | 食塩               | 0.6           |     |
|                                                                                                                         |                  |               |     |
|                                                                                                                         | 牛乳               |               | 200 |
|                                                                                                                         |                  |               |     |
| だ<br>ご<br>汁<br><br>小<br>松<br>菜<br>の<br>あ<br>え<br>も<br>の<br><br>さ<br>つ<br>ま<br>い<br>も<br>と<br>く<br>り<br>の<br>タ<br>ル<br>ト | (冷)すいとん          | 29            |     |
|                                                                                                                         | 油揚げ              | 7             |     |
|                                                                                                                         | つきこんにやく          | 10            |     |
|                                                                                                                         | 干しいたけ(スライス)      | 0.9           |     |
|                                                                                                                         | 中ねぎ              | 5             |     |
|                                                                                                                         | 中みそ              | 6             |     |
|                                                                                                                         | 甘みそ              | 2             |     |
|                                                                                                                         | 清酒               | 1             |     |
|                                                                                                                         | 削り節 だし用          | 3             |     |
|                                                                                                                         | 出し昆布             | 1             |     |
|                                                                                                                         | 湯                | 110           |     |
|                                                                                                                         |                  |               |     |
|                                                                                                                         | 小松菜              | 18            |     |
|                                                                                                                         | 太もやし             | 30            |     |
|                                                                                                                         | しょうゆ             | 2.3           |     |
|                                                                                                                         | 食酢               | 2             |     |
|                                                                                                                         | 上白糖              | 1.2           |     |
|                                                                                                                         | ごま油              | 0.6           |     |
|                                                                                                                         | 花かつお(碎片)500g     | 1             |     |
|                                                                                                                         |                  |               |     |
| (個)お米のさつまいもと栗のタルト                                                                                                       |                  | 30            |     |
|                                                                                                                         |                  |               |     |
|                                                                                                                         |                  |               |     |
|                                                                                                                         |                  |               |     |
|                                                                                                                         |                  |               |     |
|                                                                                                                         |                  |               |     |

26日(金)

[illegible]

