

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
麦ごはん	精白米(委託)	60	ごはん	精白米(自校)	72	小型 コッペパン	コッペパン	30	麦ごはん	精白米(委託)	60	セル フオム ライス	精白米(自校)	65
	精白米(委託)	70		精白米(自校)	80		コッペパン	40		精白米(委託)	70		鉄強化米	0.5
牛乳	米粒麦 委託	6	ひじきのり	鉄強化米	0.5	牛乳	牛乳	206	牛乳	米粒麦 委託	6	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9
	米粒麦 委託	7		(個)ひじきのり	10		牛乳	206		米粒麦 委託	7		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6
ドライイカレ	牛乳	206	牛乳	豚肉並	25	ペン ネボ ロネー ゼ	ペンネ	35	こ うや ど う ふ の 煮 物	牛乳	206	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	白ぶどう酒	1
	豚肉並ミンチ	25		豚肉並(3×3cmスライス)	25		ゆで塩	1.3		豚肉並(2×2cmスライス)	25		人参	4
海そう	牛肉ミンチ	15	とう ふ の 中 華 煮	清酒	1	イ タ リ ア ン サ ラ ダ	牛肉ミンチ	10	こ う や ど う ふ の 煮 物	豚肉並	25	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	皮むき玉葱	15
	赤ぶどう酒	1		清酒	1		豚肉並ミンチ	8		高野豆腐(サイコロ)	17		(袋)マッシュルーム 1kg	4
サラダ	(レト)ひきわり大豆 1kg	25	か み か み あ え	(冷)豆腐(サイコロワイド)1kg	65	イ タ リ ア ン サ ラ ダ	ベーコン(短冊)	6	こ う や ど う ふ の 煮 物	皮むき玉葱	30	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	(冷)むき枝豆 1kg	4
	皮むき玉葱	45		皮むき玉葱	35		エリンギ(1×2×0.3cm)	9		皮むき玉葱	30		(袋)トマトパウダー 200g	0.4
ヨーグルト	れんこん 10mm角	5	か み か み あ え	人参	10	イ タ リ ア ン サ ラ ダ	おろしにんにく	0.6	こ う や ど う ふ の 煮 物	人参	10	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	バター	0.15
	おろしにんにく	0.6		太ねぎ	7		おろしにんにく	0.6		干しいたけ(スライス)	1		(冷)さやいんげん 500g	7
ヨーグルト	生姜	0.2	か み か み あ え	きくらげ(せん切り)	0.5	イ タ リ ア ン サ ラ ダ	オリーブ油	1.2	こ う や ど う ふ の 煮 物	オリーブ油	1.2	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	サラダ油	0.6
	サラダ油	1		生姜	1		バター	1.2		バター	1.2		しょうゆ	3.4
ヨーグルト	小麦粉	1	か み か み あ え	ごま油	0.5	イ タ リ ア ン サ ラ ダ	(袋)トマト水煮 3kg	24	こ う や ど う ふ の 煮 物	三温糖	1.9	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	食塩	0.6
	レーズン	1		サラダ油	0.5		(袋)トマトパウダー 200g	1.2		しょうゆ	1		しょうゆ	3.4
ヨーグルト	(袋)トマトケチャップ 1kg	4	か み か み あ え	しょうゆ	3	イ タ リ ア ン サ ラ ダ	ドライパセリ	0.05	こ う や ど う ふ の 煮 物	食塩	0.3	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	削り節 だし用	8
	(袋)トマトパウダー 200g	0.5		中双糖	1		赤ぶどう酒	1.2		赤ぶどう酒	1.2		湯	60
ヨーグルト	ウスターソース	3.5	か み か み あ え	チキンコンソメ	0.6	イ タ リ ア ン サ ラ ダ	三温糖	0.8	こ う や ど う ふ の 煮 物	湯	60	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	牛乳	206
	カレー粉	1.2		食塩	0.2		チキンコンソメ	0.7		食塩	0.2		小松菜	17
ヨーグルト	赤ぶどう酒	1	か み か み あ え	一味	0.01	イ タ リ ア ン サ ラ ダ	食塩	0.2	こ う や ど う ふ の 煮 物	しょうゆ	3.4	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	(生)ブロックリー(カット)県産	25
	チキンコンソメ	0.7		でんぷん	1		こしょう	0.03		こしょう	0.03		太もやし	28
ヨーグルト	食塩	0.3	か み か み あ え	湯	20	イ タ リ ア ン サ ラ ダ	こしょう	0.03	こ う や ど う ふ の 煮 物	三温糖	1.9	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	人参	5
	こしょう	0.03		湯	20		湯	35		湯	35		しょうゆ	2.3
ヨーグルト	キャベツ	20	か み か み あ え	小松菜	25	イ タ リ ア ン サ ラ ダ	人参	30	こ う や ど う ふ の 煮 物	食酢	2	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	棒々鶏ドレッシング	4.5
	きゅうり	25		(乾)刻み昆布	0.5		きゅうり	15		上白糖	0.5		しょうゆ	2
ヨーグルト	(乾)海藻ミックス	0.5	か み か み あ え	きゅうり	20	イ タ リ ア ン サ ラ ダ	きゅうり	15	こ う や ど う ふ の 煮 物	上白糖	1	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	ベーコン(短冊)	5
	(レト)ホールコーン 1kg	7		(レト)ホールコーン 1kg	7		ダイスチーズ(4mm角)生食用	5		炒り白ごま 500g	1		食塩	0.2
ヨーグルト	青じそドレッシング	4.5	か み か み あ え	人参	5	イ タ リ ア ン サ ラ ダ	サラダ油	1.2	こ う や ど う ふ の 煮 物	すりごま	1	ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	皮むき玉葱	25
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70		ゆずかつおドレッシング	4.5		オリーブ油	0.8		(個)さつまいもチップ	5		湯	100
ヨーグルト			か み か み あ え			イ タ リ ア ン サ ラ ダ	(冷)レモン果汁 県産・500g	1.2	こ う や ど う ふ の 煮 物	コソメスープ		ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	セロリ	3
							ワインビネガー	0.8					コソメスープ	
ヨーグルト			か み か み あ え			イ タ リ ア ン サ ラ ダ	上白糖	0.5	こ う や ど う ふ の 煮 物	コンソメスープ		ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	サラダ油	0.5
							食塩	0.2					コンソメスープ	
ヨーグルト			か み か み あ え			イ タ リ ア ン サ ラ ダ	食塩	0.2	こ う や ど う ふ の 煮 物	コンソメスープ		ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	(袋)がらスープ 3kg	4
							こしょう	0.02					コンソメスープ	
ヨーグルト			か み か み あ え			イ タ リ ア ン サ ラ ダ			こ う や ど う ふ の 煮 物	コンソメスープ		ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	しょうゆ	0.4
													コンソメスープ	
ヨーグルト			か み か み あ え			イ タ リ ア ン サ ラ ダ			こ う や ど う ふ の 煮 物	コンソメスープ		ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	食塩	0.3
													コンソメスープ	
ヨーグルト			か み か み あ え			イ タ リ ア ン サ ラ ダ			こ う や ど う ふ の 煮 物	コンソメスープ		ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	こしょう	0.03
													コンソメスープ	
ヨーグルト			か み か み あ え			イ タ リ ア ン サ ラ ダ			こ う や ど う ふ の 煮 物	コンソメスープ		ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	ローリエ	0.1
													コンソメスープ	
ヨーグルト			か み か み あ え			イ タ リ ア ン サ ラ ダ			こ う や ど う ふ の 煮 物	コンソメスープ		ライス (チキン ライス・ うすや きたまご)	湯	100
													コンソメスープ	

16日(月)

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	
	(冷)かたくちいわし 濃粉付き	40	
小さいわしの ななばんづけ	なたね油	7	
	食酢	4	
	しょうゆ	3	
	上白糖	3	
	みりん	1	
	一味	0.01	
	中ねぎ	3	
	湯	1.5	
	たくあんあえ	小松菜	17
		太もやし	28
		人参	5
		たくあん(刻み) 1kg袋	7
うちこみ汁	しょうゆ	1.2	
	すりごま	1	
	油揚げ	5	
	うどん冷凍	20	
	大根	15	
	人参	5	
	干しいたけ(スライス)	0.5	
	太ねぎ	3	
	中みそ	6	
	甘みそ	3	
	清酒	1	
煮干し だし用	3		
水	105		

17日(火)

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
	鶏肉 胸・皮なし(2×3cm)	45
牛乳	香草ミックス	0.25
	粒入りマスタード 1kg	8
グリル マス スタード チキン ヴィネグ レット ソース の サラダ ウイン ナー と 野菜 のスー プ	はちみつ	2
	(冷)さやいんげん 500g	7
	(レト)ホールコーン 1kg	5
	フルミックス 片断 200×200 2000粒入	1
	ロメインレタス	30
	きゅうり	10
	赤パプリカ	5
	(レト)ホールコーン 1kg	10
	サラダ油	0.7
	オリーブ油	0.5
	食酢	1.9
	(冷)レモン果汁 県産・500g	0.8
上白糖	0.7	
食塩	0.3	
こしょう	0.02	
皮なしポークウィンナー(6mm)	20	
皮むきじゃがいも(2cm)	30	
皮むき玉葱	25	
人参	10	
おろしにんにく	0.1	
白ぶどう酒	1	
サラダ油	1	
しょうゆ	1.2	
(袋)がらスープ 3kg	3	
チキンコンソメ	0.5	
食塩	0.3	
こしょう	0.04	
湯	75	

18日(水)

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
	冷)鮭2cm角切・皮付き骨なし	20
オリー ブ サー モン の カラ フル ソー ス か け わ か め と ふ し め ん の み そ 汁	冷)オリーブサーモン 2cm角切・皮付き骨なし	20
	食塩	0.1
	清酒	1
	でんぷん	8
	米粉	8
	なたね油	7
	赤パプリカ	5
	皮むき玉葱	3
	ピーマン	1.5
	食酢	3
	食塩	0.1
	上白糖	2
こしょう	0.01	
白ぶどう酒	2	
しょうゆ	0.7	
オリーブ油	0.1	
でんぷん	0.15	
湯	3	
(冷)豆腐(カット) 1kg	25	
皮むき玉葱	15	
人参	5	
油揚げ	5	
ふしめん	4	
干しわかめ(カット)	0.3	
太ねぎ	3	
中みそ	6	
甘みそ	3	
清酒	1	
煮干し だし用	3	
湯	100	

19日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
キムチ ごはん	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.5
	豚肉並(2×2cmスライス)	15
	生姜	0.5
牛乳	うすくちしょうゆ	1.2
	上白糖	0.8
ナムル とう ふと コー ンの スー プ	白菜キムチ(ごはん用) 1kg	20
	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	3
	ごま油	0.1
	清酒	1.6
	うすくちしょうゆ	2.7
	チキンコンソメ	0.3
	牛乳	206
	太もやし	25
	きゅうり	20
	人参	5
	しょうゆ	2
食酢	1.5	
上白糖	1	
サラダ油	0.5	
ごま油	0.5	
炒り白ごま 500g	1	
(冷)豆腐(カット) 1kg	20	
ベーコン(短冊)	5	
(レト)ホールコーン 1kg	5	
(レト)クリームコーン 1kg	15	
皮むき玉葱	15	
中ねぎ	3	
(袋)がらスープ 3kg	3	
チキンコンソメ	0.4	
しょうゆ	2	
清酒	1	
食塩	0.2	
こしょう	0.03	
でんぷん	0.5	
ごま油	0.3	
湯	97	

