

1日(月)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 | |
|------------|-----------------|--------------|--|
| 中華どんぶり | 精白米(委託・白) | 70 | |
| | 精白米(委託・白) | 80 | |
| | 牛乳 | 206 | |
| | 豚肉並(3×3cmスライス) | 25 | |
| | おろし生姜 | 0.2 | |
| | しょうゆ | 1.2 | |
| | 清酒 | 1 | |
| | なると(3mm) | 15 | |
| | きくらげ(せん切り) | 0.5 | |
| | (冷)むき枝豆 1kg | 3 | |
| 牛乳 | 皮むき玉葱 | 20 | |
| | 人参 | 8 | |
| | 干しいたけ(スライス) | 0.5 | |
| | たけのこ水煮(短冊切り) | 10 | |
| | サラダ油 | 1 | |
| | ごま油 | 0.5 | |
| | (袋)がらスープ 3kg | 3 | |
| | しょうゆ | 1.5 | |
| | チキンコンソメ | 0.4 | |
| | 食塩 | 0.4 | |
| かまあげいりニフライ | こしょう | 0.06 | |
| | でんぶん | 1.5 | |
| | 湯 | 40 | |
| | 冷)釜揚げいりニフライ香川県産 | 40 | |
| | なたね油 | 7 | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

2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 | |
| | (個)いちごジャム | 15 | |
| | 牛乳 | 206 | |
| | 豚肉並ミンチ | 20 | |
| | 赤ぶどう酒 | 2 | |
| | (冷)金時豆 1kg | 20 | |
| | 皮むき玉葱 | 55 | |
| | 皮むきじゃがいも(2cm) | 50 | |
| | 人参 | 10 | |
| | パセリ | 0.8 | |
| いちごジャム | (袋)トマト水煮 3kg | 10 | |
| | おろしにんにく | 1 | |
| | サラダ油 | 1 | |
| | (袋)トマトケチャップ 1kg | 2.5 | |
| | (袋)トマトパウダー 200g | 0.25 | |
| | 中双糖 | 1 | |
| | ウスターソース | 1.2 | |
| | チキンコンソメ | 0.5 | |
| | 食塩 | 0.3 | |
| | チリパウダー | 0.1 | |
| 牛乳 | 湯 | 30 | |
| | きゅうり | 25 | |
| | 人参 | 25 | |
| | (レト)ホールコーン 1kg | 8 | |
| | かんきつドレッシング | 4.5 | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

3日(水)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 | |
|----------|--------------|--------------|--|
| あぶたまどんぶり | 精白米(委託・白) | 70 | |
| | 精白米(委託・白) | 80 | |
| | 牛乳 | 206 | |
| | 油揚げ | 20 | |
| | 干しいたけ(スライス) | 0.5 | |
| | 皮むき玉葱 | 40 | |
| | 人参 | 15 | |
| | なると(3mm) | 7 | |
| | 中ねぎ | 5 | |
| | 鶏卵 | 20 | |
| 牛乳 | しょうゆ | 7 | |
| | みりん | 2 | |
| | 食塩 | 0.2 | |
| | でんぶん | 0.5 | |
| | 三温糖 | 1.6 | |
| | 清酒 | 1 | |
| | 削り節 だし用 | 2.5 | |
| | 湯 | 60 | |
| | キャベツ | 25 | |
| | きゅうり | 25 | |
| おかかあえ | しょうゆ | 1.2 | |
| | 花かつお(碎片)500g | 1 | |
| | (個)ミックスナッツ | 15 | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

4日(木)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 | |
|-------------------|----------------------|--------------|--|
| ごはん | 精白米(自校) | 68 | |
| | 精白米(自校) | 75 | |
| | 鉄強化米 | 0.5 | |
| | 牛乳 | 206 | |
| | 豚肉並(3×3cmスライス) | 40 | |
| | おろし生姜 | 0.5 | |
| | おろしにんにく | 0.5 | |
| | しょうゆ | 1 | |
| | 液体塩こうじ | 4 | |
| | 清酒 | 1 | |
| ぶた肉と野菜の塩こうじいため | キャベツ | 40 | |
| | 皮むき玉葱 | 40 | |
| | ピーマン | 5 | |
| | 人参 | 15 | |
| | サラダ油 | 2 | |
| | 液体塩こうじ | 1 | |
| | 食塩 | 0.01 | |
| | こしょう | 0.02 | |
| | しょうゆ | 2.5 | |
| | 上白糖 | 0.8 | |
| 切りぼし大根のごまドレッシングあえ | みりん | 0.5 | |
| | でんぶん | 0.5 | |
| | 切干し大根 | 5 | |
| | (冷)きやいんげん 3mカット 500g | 10 | |
| | (レト)ホールコーン 1kg | 8 | |
| | 食酢 | 1.7 | |
| | しょうゆ | 2 | |
| | 上白糖 | 1.2 | |
| | ごま油 | 1 | |
| | すりごま | 1 | |
| 味つけ小魚 | (個)味付小魚 | 5 | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

5日(金)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 | |
|-----------|---------------|--------------|--|
| ごはん | 精白米(委託・白) | 70 | |
| | 精白米(委託・白) | 80 | |
| | 牛乳 | 206 | |
| | 小さいわし | 35 | |
| | なたね油 | 6 | |
| | 食酢 | 3.8 | |
| | しょうゆ | 2.5 | |
| | 上白糖 | 3 | |
| | 一味 | 0.01 | |
| | 中ねぎ | 2 | |
| 小さいわしの三ばい | 湯 | 4 | |
| | キャベツ | 20 | |
| | 太もやし | 25 | |
| | 人参 | 5 | |
| | しょうゆ | 2.3 | |
| | 食酢 | 2 | |
| | 上白糖 | 1.2 | |
| | ごま油 | 0.6 | |
| | (冷)豆腐(カット)1kg | 25 | |
| | 皮むき玉葱 | 20 | |
| キャベツのあえもの | 人参 | 5 | |
| | 干しわかめ(カット) | 0.4 | |
| | えのきたけ(1/2)1kg | 8 | |
| | 中ねぎ | 3 | |
| | 中みそ | 6 | |
| | 甘みそ | 2 | |
| | 削り節 だし用 | 3 | |
| | 出し昆布 | 1 | |
| | 清酒 | 1 | |
| | 湯 | 100 | |
| とうふのみそ汁 | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

| 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 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 |
| わかめごはん 牛乳 じゃがいものそぼろ煮 アーモンドあえ | 精白米(自校) | 68 | コッペパン 牛乳 あさりのチャウダー さやいんげんとコーンのサラダ シャインマスカット | コッペパン | 50 | ごはん 牛乳 こうやどろふの煮もの 塩こんぶあえ 牛乳プリン | 精白米(委託・白) | 70 | ごはん ひじきのり 牛乳 焼きどろふのみそそぼろ煮 しそ香りあえ | 精白米(委託・白) | 70 | チキンライス 牛乳 野菜とウインナーのスープ 切りほし大根のごまサラダ マロンワッフル | 精白米(自校) | 60 |
| | 精白米(自校) | 75 | | コッペパン | 50 | | 精白米(委託・白) | 80 | | 精白米(委託・白) | 80 | | 鉄強化米 | 0.5 |
| | 鉄強化米 | 0.5 | | 牛乳 | 206 | | 牛乳 | 206 | | (個)ひじきのり | 10 | | 鶏肉 胸・皮なし(1×1cm) | 9 |
| | 炊き込みわかめ 200g | 2.6 | | (冷)あさりむき身 | 10 | | 鶏肉 胸・皮なし(2×2cm) | 9 | | 牛乳 | 206 | | 鶏肉 もも・皮なし(1×1cm) | 6 |
| | 牛乳 | 206 | | 白ぶどう酒 | 1 | | 鶏肉 もも・皮なし(2×2cm) | 6 | | 豚肉並ミンチ | 25 | | 白ぶどう酒 | 1 |
| | 豚肉赤身ミンチ | 30 | | ベーコン(短冊) | 15 | | 清酒 | 1 | | 清酒 | 1 | | 人参 | 4 |
| | 清酒 | 1 | | 皮むきじゃがいも(2cm) | 30 | | 高野豆腐(サイコロ) | 17 | | (冷)焼き豆腐(カット)1kg | 65 | | 皮むき玉葱 | 15 |
| | 皮むきじゃがいも(2cm) | 70 | | 皮むき玉葱 | 40 | | 皮むき玉葱 | 35 | | 皮むき玉葱 | 40 | | (袋)マッシュルーム 1kg | 4 |
| | 皮むき玉葱 | 40 | | 人参 | 10 | | 人参 | 10 | | (冷)むき枝豆 1kg | 10 | | (冷)むき枝豆 1kg | 4 |
| | つきこんにやく(ハーフ) | 20 | | しめじ | 8 | | (冷)きやいんげん 500g | 7 | | 人参 | 10 | | (袋)トマトパウダー 200g | 0.4 |
| | 人参 | 15 | | (冷)むき枝豆 1kg | 5 | | 干しいたけ(スライス) | 1 | | (冷)むき枝豆 1kg | 7 | | バター | 0.15 |
| | (冷)むき枝豆 1kg | 5 | | ドライパセリ | 0.03 | | しょうゆ | 3.4 | | 干しいたけ(スライス) | 1 | | サラダ油 | 0.5 |
| | サラダ油 | 1 | | サラダ油 | 0.5 | | 三温糖 | 1.9 | | おろし生姜 | 0.3 | | (袋)トマケチャップ 1kg | 7 |
| | しょうゆ | 3.6 | | サラダ油 | 2 | | 食塩 | 0.3 | | おろしにんにく | 0.2 | | チキンコンソメ | 0.6 |
| | 中双糖 | 1.8 | | バター | 2 | | 削り節 だし用 | 2.5 | | ごま油 | 1 | | 食塩 | 0.6 |
| | 湯 | 20 | | 小麦粉 | 4 | | サラダ油 | 0.5 | | 赤みそ | 5 | | こしょう | 0.05 |
| | 人参 | 5 | | 調理用牛乳 10L | 20 | | 湯 | 60 | | 清酒 | 3 | | 牛乳 | 206 |
| | キャベツ | 25 | | 生クリーム | 1 | | キャベツ | 35 | | しょうゆ | 1.8 | | 皮なしポークウインナー(6mm) | 20 |
| | きゅうり | 20 | | チキンコンソメ | 0.6 | | 人参 | 10 | | 三温糖 | 2 | | 皮むきじゃがいも(2cm) | 25 |
| | (レト)ホールコーン 1kg | 7 | | 白ぶどう酒 | 1 | | (レト)ホールコーン 1kg | 7 | | 一味 | 0.01 | | 皮むき玉葱 | 25 |
| | しょうゆ | 2.5 | | 食塩 | 0.3 | | 塩ふき昆布 | 1 | | でんぷん | 0.5 | | 人参 | 10 |
| | 食酢 | 2 | | こしょう | 0.02 | | しょうゆ | 1 | | 湯 | 30 | | (冷)白いんげん豆 1kg | 10 |
| | サラダ油 | 0.5 | | ローリエ | 0.1 | | すりごま | 1 | | きゅうり | 20 | | おろしにんにく | 0.1 |
| 上白糖 | 1 | 湯 | 50 | (個)牛乳プリン鉄分強化 | 40 | キャベツ | 30 | 白ぶどう酒 | 1 | | | | | |
| アーモンド(刻み) | 1.8 | きゅうり | 25 | | | (レト)ホールコーン 1kg | 7 | サラダ油 | 1 | | | | | |
| | | (冷)きやいんげん 3cmカット 500g | 25 | | | 赤じそ粉 | 0.5 | しょうゆ | 1.2 | | | | | |
| | | (レト)ホールコーン 1kg | 7 | | | しょうゆ | 1 | (袋)がらスープ 3kg | 3 | | | | | |
| | | 食酢 | 2 | | | | | チキンコンソメ | 0.5 | | | | | |
| | | ごま油 | 0.6 | | | | | 食塩 | 0.3 | | | | | |
| | | しょうゆ | 2.3 | | | | | こしょう | 0.04 | | | | | |
| | | 上白糖 | 1.5 | | | | | 湯 | 75 | | | | | |
| | | 炒り白ごま 500g | 1 | | | | | 切干し大根 | 4 | | | | | |
| | | | | | | | | きゅうり | 25 | | | | | |
| | | | | | | | | 人参 | 5 | | | | | |
| | | | | | | | | (レト)ホールコーン 1kg | 7 | | | | | |
| | | | | | | | | しょうゆ | 2.2 | | | | | |
| | | | | | | | | 食酢 | 1.9 | | | | | |
| | | | | | | | | 上白糖 | 1 | | | | | |
| | | | | | | | | ごま油 | 0.6 | | | | | |
| | | | | | | | | すりごま | 1 | | | | | |
| | | | | | | | | (個)マロンワッフル | 40 | | | | | |

22日(月)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|--|-----------------|--------------|
| ぶた にら スタ ミナ どん ぶり 牛乳 ごま ドレ ッシ ング あえ ク リ ー ム 大 福 | 精白米(自校) | 68 |
| | 精白米(自校) | 75 |
| | 鉄強化米 | 0.5 |
| | 牛乳 | 206 |
| | 豚肉並ミンチ | 45 |
| | 清酒 | 1 |
| | 皮むき玉葱 | 40 |
| | にら | 5 |
| | たけのこ水煮(短冊切り) | 10 |
| | エリンギ(1×3×0.3cm) | 5 |
| | おろしにんにく | 0.5 |
| | おろし生姜 | 0.3 |
| | ごま油 | 0.7 |
| | しょうゆ | 2.1 |
| | オイスターソース | 1.4 |
| | 三温糖 | 1 |
| | チキンコンソメ | 0.5 |
| | 豆板醤 | 0.1 |
| | 炒り白ごま | 1 |
| | でんぷん | 0.1 |
| | 湯 | 7 |
| | 小松菜 | 12 |
| 太もやし | 30 | |
| 人参 | 5 | |
| (レト)ホールコーン 1kg | 8 | |
| 食酢 | 1.5 | |
| ごま油 | 0.5 | |
| しょうゆ | 2 | |
| 上白糖 | 1 | |
| 食塩 | 0.2 | |
| 炒り白ごま 500g | 1 | |
| (個)もちクリームアイス 冷凍 40g | 40 | |

24日(水)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|---|------------------|--------------|
| コ ッ ペ バ ン 牛 乳 は も の エ ス カ ベ ッ シ ュ 野 菜 の コ ン ソ メ 煮 ぶ ど う ゼ リ ー | コッペパン | 50 |
| | コッペパン | 50 |
| | 牛乳 | 206 |
| | 冷)はも澱粉付き | 40 |
| | なたね油 | 7 |
| | 皮むき玉葱 | 10 |
| | 人参 | 5 |
| | 黄パプリカ | 4 |
| | サラダ油 | 0.5 |
| | 食酢 | 3 |
| | 上白糖 | 3 |
| | (冷)レモン果汁 県産・500g | 1.5 |
| | しょうゆ | 0.7 |
| | 食塩 | 0.3 |
| | こしょう | 0.02 |
| | 湯 | 10 |
| | (冷)肉だんご(Fe・Ca強化) | 25 |
| | 皮むきじゃがいも(2cm) | 40 |
| | 皮むき玉葱 | 35 |
| | 人参 | 15 |
| | (冷)白いんげん豆 1kg | 7 |
| | しめじ | 5 |
| サラダ油 | 0.6 | |
| 白ぶどう酒 | 1 | |
| (袋)がらスープ 3kg | 3 | |
| 食塩 | 0.5 | |
| こしょう | 0.03 | |
| しょうゆ | 0.3 | |
| チキンコンソメ | 0.4 | |
| ローリエ | 0.1 | |
| 湯 | 90 | |
| (個)ぶどうゼリー 鉄分・食物繊維強化 | 40 | |

25日(木)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|---|-----------------|--------------|
| カ レ ー ラ イ ス 牛 乳 に ん じ ん サ ラ ダ | 精白米(委託・白) | 70 |
| | 精白米(委託・白) | 80 |
| | 牛乳 | 206 |
| | 豚肉並(2×2cmスライス) | 30 |
| | 皮むきじゃがいも(2cm) | 50 |
| | 皮むき玉葱 | 40 |
| | 人参 | 10 |
| | (冷)むき枝豆 1kg | 5 |
| | (袋)トマト水煮 3kg | 5 |
| | おろしにんにく | 0.5 |
| | サラダ油 | 1 |
| | 小麦粉 | 5.5 |
| | サラダ油 | 6.5 |
| | カレー粉 | 1 |
| | (袋)がらスープ 3kg | 3 |
| | ウスターソース | 3 |
| | 赤ぶどう酒 | 2 |
| | (袋)トマトケチャップ 1kg | 2 |
| | とんかつソース | 1 |
| | しょうゆ | 1 |
| | チャツネ 450g | 1 |
| | 食塩 | 0.8 |
| こしょう | 0.04 | |
| チキンコンソメ | 0.7 | |
| 湯 | 90 | |
| 人参 | 25 | |
| きゅうり | 25 | |
| (レト)ホールコーン 1kg | 7 | |
| かんきつドレッシング | 4.5 | |

26日(金)

| 献立名 | 食品名 | 一人当り 正味分量 |
|--|------------------|--------------|
| お な か い つ ぱ い 栄 養 い つ ぱ い 乾 ペ キ ご は ん 牛 乳 だ ご 汁 小 松 菜 の あ え も の さ つ ま い も と く り の タ ル ト | 精白米(自校) | 60 |
| | 鉄強化米 | 0.5 |
| | 鶏肉 もも・皮なし(1×1cm) | 6 |
| | 鶏肉 胸・皮なし(1×1cm) | 9 |
| | 切干し大根 | 0.5 |
| | 干しいたけ(スライス) | 0.5 |
| | 人参 | 5 |
| | (乾)ひじき | 0.5 |
| | (冷)むき枝豆 1kg | 3 |
| | ごま油 | 0.5 |
| | 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 | 206 |
| | (冷)すいとん | 25 |
| | 油揚げ | 7 |
| | つきこんにやく | 10 |
| | 干しいたけ(スライス) | 0.5 |
| | 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(砕片)500g | 1 | |
| (個)お米のさつまいもと栗のタルト | 30 | |

