



13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	
小魚のつくだ煮	(個)小魚佃煮	6	
牛乳	牛乳	206	
あつあげのみそいため	豚肉並ミニチ	25	
	清酒	1	
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	40	
	皮むき玉葱	40	
	人参	10	
	たけのこ水煮(短冊切り)	17	
	(冷)さやいんげん 3cmカット 500g	5	
	干しいたけ(スライス)	1	
	おろし生姜	0.5	
	おろしにんにく	0.5	
	ごま油	0.8	
	中双糖	1.3	
	チキンコンソメ	0.5	
	しょうゆ	3	
	赤みそ	2.5	
	豆板醤	0.1	
	でんぶん	1	
	湯	20	
	小松菜	17	
	太もやし	28	
	人参	5	
	しょうゆ	2.5	
	食酢	2	
	オリーブ油	0.5	
	上白糖	1	
	アーモンド(粉)	1.2	
	アーモンド(刻み)	1.2	

  

14日(水)			
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	
こうやどうふの煮もの	豚肉並(2×2cmスライス)	20	
	清酒	1	
	高野豆腐(サイコロ)	17	
	皮むき玉葱	30	
	人参	15	
	(冷)さやいんげん 3cmカット 500g	7	
	干しいたけ(スライス)	1	
	サラダ油	1	
	しょうゆ	3.2	
	三温糖	1.9	
	食塩	0.3	
	削り節 だし用	1	
	湯	60	
切りばし大根のあえもの	切干し大根	4	
	きゅうり	25	
	人参	5	
	(レト)ホールコーン 1kg	7	
	食酢	2	
	しょうゆ	2	
	上白糖	1	
	ごま油	0.5	
	すりごま	1	
	(個)牛乳プリン鉄分強化	40	

  

15日(木)			
献立名	食品名	一人当り 正味分量	
カレーライス(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	
肉だんごとトマトのシチューコラフルサラダチーズ	牛肉(3×3cmスライス)	15	
	白ぶどう酒	1	
	皮むき玉葱	40	
	皮むきじゃがいも(2cm)	35	
	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	0.5	
	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	0.65	
	こしょう	0.04	
	チキンコンソメ	0.7	
	湯	90	
大根	大根	20	
	きゅうり	20	
	人参	5	
	(レト)ホールコーン 1kg	7	
	上白糖	1	
	しょうゆ	1.5	
	食酢	1.5	
	オリーブ油	0.2	
	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	

  

16日(金)			
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	
	牛乳	206	
肉だんごとトマトのシチューコラフルサラダチーズ	(冷)肉だんご(Fe・Ca強化)	30	
	皮むき玉葱	40	
	皮むきじゃがいも(2cm)	30	
	人参	15	
	(袋)トマト水煮 3kg	10	
	エリンギ(1×3×0.3cm)	5	
	ドライパセリ	0.03	
	サラダ油	2	
	小麦粉	5	
	バター	3	
	サラダ油	2	
	(袋)がらスープ 3kg	3	
	ウスターーソース	2.8	
	赤ぶどう酒	2	
	(袋)トマトパウダー 200g	1	
	上白糖	0.7	
	食塩	0.6	
	こしょう	0.06	
	チキンコンソメ	0.5	
	ローリエ	0.1	
	湯	60	
	(生)ブロッコリー(カット)県産	40	
	人参	5	
	(レト)まぐろ油漬	7	
	食酢	2	
	(冷)レモン果汁 県産・500g	0.5	
	サラダ油	0.2	
	上白糖	0.8	
	食塩	0.2	
	こしょう	0.04	
	(個)チーズ 鉄強化	13.5	



