

六条 7月

1日(火)

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	牛乳	206
	(冷)たこ(2×1.5cm)	32
たこのいそべげ ごまあえ うどん汁	清酒	1.5
	食塩	0.1
	米粉	5
	青のり粉	0.2
	水	8.5
	なたね油	4
	キャベツ	25
	小松菜	20
	きゅうり	10
	炒り白ごま	1
	花かつお(碎片)500g	0.5
	しょうゆ	2
	油揚げ	5
	うどん冷凍	20
	玉葱	15
	人参	8
	生しいたけ(スライス)県産・1kg	3
中ねぎ	3	
中みそ	5.5	
甘みそ	4.5	
煮干し だし用	4	
水	130	

2日(水)

献立名	食品名		
ピビンパ	精白米(自校)	68	
	精白米(自校)	75	
	鉄強化米	0.5	
牛乳	牛乳	206	
	牛肉(3×2cmスライス)	35	
キムチスープ	にんにく	0.8	
	中ねぎ	2	
	しょうゆ	2.5	
	ごま油	0.5	
	三温糖	1	
	清酒	1	
	炒り白ごま	1	
	一味	0.01	
	太もやし	25	
	ほうれん草	25	
	人参	5	
	食酢	2	
	しょうゆ	2	
	上白糖	1.2	
	サラダ油	1	
	ビーフン	5	
	玉葱	20	
白菜キムチ 1kg	10		
しめじ	8		
太ねぎ	7		
人参	5		
(袋)がらスープ 1kg	4		
チキンコンソメ	0.3		
しょうゆ	2		
水	130		

3日(木)

献立名	食品名		
全粒粉パン	全粒粉パン	50	
	牛乳	206	
牛乳 サーモンの メイプル グリル チヨップド サラダ ピース スープ	冷)鮭3cm角切・皮付き骨なし	38	
	白ぶどう酒	1	
	食塩	0.1	
	マヨネーズ 1kg	5	
	メープルシロップ	1.5	
	しょうゆ	0.5	
	粒入りマスタード 1kg	3	
	(レト)ささみ油漬(フレーク)	5	
	キャベツ	15	
	紫キャベツ	10	
	きゅうり	15	
	人参	7	
	(レト)ホールコーン 1kg	5	
	食酢	1.2	
	上白糖	1.2	
	(冷)レモン果汁 県産・500g	1	
	サラダ油	1	
食塩	0.2		
こしょう	0.03		
ボンレスハム(短冊)卵抜き	7		
皮むきひよこ豆水煮	10		
玉葱	30		
人参	7		
セロリ	2		
(冷)グリーンピース	5		
サラダ油	0.5		
(袋)がらスープ 1kg	4		
白ぶどう酒	1		
食塩	0.45		
こしょう	0.05		
チキンコンソメ	0.6		
ローリエ	0.1		
湯	120		

4日(金)

献立名	食品名		
スタミナ どんぶり	精白米(自校)	68	
	精白米(自校)	75	
	鉄強化米	0.5	
牛乳	牛乳	206	
	豚肉並(2×2cmスライス)	38	
はるさめ サラダ ゴーヤ チップス	清酒	1	
	玉葱	40	
	人参	15	
	たけのこ水煮(1/2カット)	10	
	エリンギ	5	
	にら	5	
	にんにく	0.5	
	生姜	0.3	
	ごま油	0.7	
	しょうゆ	2.2	
	上白糖	1.2	
	チキンコンソメ	0.5	
	赤みそ	3	
	オイスターソース	1	
	豆板醤	0.1	
	でんぶん 湯	1	
	湯	10	
太もやし	25		
きゅうり	15		
人参	5		
春雨(太め5cm)	5		
しょうゆ	2.5		
食酢	2		
上白糖	1.5		
ごま油	1		
からし粉	0.05		
ゴーヤ(チップス用スライス)	20		
食塩	0.1		
でんぶん	3		
なたね油	3		
カレー粉	0.3		
食塩	0.1		

六条 7月

7日(月)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
とうもろこしごはん 牛乳 きびなごのカリカリフライ 短ざあえ そうめん汁 セタゼリー	精白米(自校)	60
	<small>豚肉 胸・皮なし(1×1cm)(香川県産)</small>	9
	<small>鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)(香川県産)</small>	6
	(冷)油揚げ(5mm×40mm)	3
	(レト)ホールコーン 1kg	10
	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	0.5
	しょうゆ	2.5
	清酒	1
	食塩	0.3
	出し昆布	0.1
	水	10
	牛乳	206
	(冷)きびなごカリカリフライ	30
	なたね油	2.5
	型抜きかまぼこ(星)	5
	大根	15
	きゅうり	15
	キャベツ	15
人参	5	
食酢	2.2	
しょうゆ	1.2	
上白糖	1	
花かつお(碎片)500g	1	
油揚げ	5	
玉葱	25	
人参	10	
オクラ	5	
乾)そうめん	5	
しょうゆ	0.4	
食塩	0.3	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
湯	130	
(個)セタゼリー	50	

8日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
ごはん 牛乳 ぶた肉のしょうが焼き しそこんぶあえ けんちん汁	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
	玉葱	40
	人参	7
	エリンギ(1×3×0.3cm)	5
	生姜	2
	しょうゆ	3.5
	清酒	1
	みりん	0.5
	上白糖	0.8
	サラダ油	1
	きゅうり	20
	太もやし	20
	キャベツ	15
	炒り白ごま	1
	塩ふき昆布	1.3
	赤じそ粉	0.5
豆腐	25	
油揚げ	7	
洗いごぼう	13	
つきこんにやく	10	
人参	7	
中ねぎ	3	
しょうゆ	2	
食塩	0.4	
削り節 だし用	4	
出し昆布	1	
水	120	

9日(水)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
コッペパン 手作りももジャム 牛乳 白身魚のレモンソース アーモンド入りかぼちゃサラダ ガンボスープ	コッペパン	50
	コッペパン	50
	牛乳	206
	<small>(冷)赤魚 3cm角切・皮付き骨なし</small>	40
	清酒	1.5
	食塩	0.2
	<small>(冷)レモン果汁 県産・500g</small>	4
	上白糖	4
	しょうゆ	1.5
	でんぷん	0.3
	水	3
	アーモンド(刻み)	1.5
	<small>(生)皮付きかぼちゃ(1.5cm)</small>	35
	人参	5
	(レト)ホールコーン 1kg	5
	食酢	2.2
	サラダ油	1
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	ベーコン(短冊)	5
玉葱	30	
じゃがいも	25	
オクラ	8	
人参	7	
にんにく	0.3	
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ 1kg	4	
チキンコンソメ	0.5	
(袋)トマト水煮 1kg	12	
(袋)トマトケチャップ 1kg	4	
小麦粉	4	
サラダ油	4	
食塩	0.5	
こしょう	0.03	
チリパウダー	0.06	
パプリカ粉	0.04	
湯	110	
(レト)黄桃 1kg	10	
冷)桃ピューレ	10	
上白糖	4	
<small>(冷)レモン果汁 県産・500g</small>	0.5	

10日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
キムチごはん 牛乳 はものからあげ 韓国風いそ香あえ とうふとコーンのスープ	精白米(自校)	60
	豚肉並(2×2cmスライス)	15
	生姜	0.8
	白菜キムチ(ごはん用)1kg	15
	人参	7
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	ごま油	1.5
	清酒	2
	上白糖	0.8
	しょうゆ	1.5
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.4
	牛乳	206
	冷)はも澱粉付き	35
	なたね油	3
	食塩	0.1
	太もやし	25
	小松菜	25
	人参	5
	炒り白ごま	1
<small>味付けもみのり(5~10mm幅)県産</small>	1	
しょうゆ	1	
食塩	0.1	
ごま油	0.7	
ボンレスハム(短冊)卵抜き	5	
豆腐	20	
玉葱	20	
(レト)クリームコーン 1kg	15	
(レト)ホールコーン 1kg	7	
チンゲンサイ	7	
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ 1kg	3.5	
オイスターソース	0.6	
チキンコンソメ	0.5	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
湯	110	

11日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
夏野菜カレーライス 牛乳 海そうサラダ ミニトマト 小中のみ アーモンド入りチーズ(中のみ)	精白米(自校)	68
	精白米(自校)	75
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	豚肉並(2×3cmスライス)	20
	玉葱	35
	じゃがいも	20
	(生)かぼちゃ(2×2cm)	20
	皮むきミニ冬瓜	15
	(袋)トマト水煮 1kg	10
	人参	8
	(冷)むき枝豆 1kg	7
	ピーマン	7
	(レト)ホールコーン 1kg	5
	にんにく	0.5
	生姜	0.2
	サラダ油	2
	小麦粉	5
	サラダ油	5
	カレー粉	1.1
(袋)がらスープ 1kg	4	
(袋)トマトケチャップ 1kg	2	
ウスターソース	1.7	
とんかつソース	1	
しょうゆ	1	
チャツネ 450g	1	
赤ぶどう酒	1	
チキンコンソメ	0.5	
食塩	0.5	
こしょう	0.04	
湯	75	
(乾)海藻ミックス	1	
キャベツ	30	
きゅうり	15	
人参	5	
炒り白ごま	1	
食酢	2.5	
しょうゆ	2	
上白糖	1.3	
ごま油	0.5	
サラダ油	0.5	
ミニトマト	30	
(個)アーモンド入りチーズ	13.5	

六条 7月

14日(月)			
献立名	食品名	一人当り 正味分量	
わかめごはん	精白米(自校)	68	
	精白米(自校)	75	
	炊き込みわかめ	1.9	
牛乳	牛乳	206	
	(冷)あじ開きフライ	小 40	
あじフライ	(冷)あじ開きフライ	中 50	
	なたね油	4	
香りあえ	キャベツ	25	
	きゅうり	20	
	人参	5	
	食酢	1	
	すだち酢	1.5	
	上白糖	1.3	
	しょうゆ	0.3	
	食塩	0.2	
	とうがん入りかきたま汁	鶏卵	20
		玉葱	20
ミニ冬瓜		12	
人参		7	
中ねぎ		3	
しょうゆ		1	
食塩		0.5	
でんぶん		0.5	
削り節 だし用		4	
出し昆布		1	
水	120		

15日(火)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフハンバーガー	コッペパン(丸型)	50
	コッペパン(丸型)	50
	牛乳	206
	(冷)ハンバーグ 焼き用 鉄分強化・調整	60
	(袋)トマトケチャップ 1kg	4.5
	とんかつソース	3.5
	赤ぶどう酒	1
	上白糖	0.4
	でんぶん	0.3
	水	3
夏野菜のミネストローネ	キャベツ	25
	人参	5
	ベーコン(短冊)	5
	マカロニ(英字)	6
	玉葱	25
	(袋)トマト水煮 1kg	15
	ズッキーニ	15
	人参	5
	(冷)むき枝豆 1kg	4
	セロリ	1
スライスチーズ(中のみ)	サラダ油	0.5
	(袋)がらすープ 1kg	4
	赤ぶどう酒	1
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	ローリエ	0.1
	湯	105
	(個)スライスチーズ(鉄・Ca)	20
	(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	10

16日(水)		
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	牛乳	206
	豚肉並ミンチ	12
あつあげとなすのみそいため	清酒	2
	生姜	0.6
	にんにく	0.2
	(冷)厚揚げ(カット)1kg	50
	玉葱	30
	なす(高松産ごじまん品等利用拡大事業)	25
	人参	10
	チンゲンサイ	10
	たけのこ水煮(1/2カット)	8
	ごま油	0.8
パリパリサラダ	しょうゆ	2
	中双糖	1.7
	赤みそ	3
	チキンコンソメ	0.6
	豆板醤	0.03
	でんぶん	1
	湯	20
	じゃがいも	15
	なたね油	3
	きゅうり	25
チーズ	キャベツ	20
	人参	7
	しょうゆ	2.2
	食酢	1.2
	上白糖	1.5
	サラダ油	1
	湯	120
	(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化	10

17日(木)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
食パン(袋入り)	(個)食パン(冷凍パン)	57
	牛乳	206
牛乳	豚肉並ミンチ	18
	にんにく	0.5
	生姜	0.3
	赤ぶどう酒	20
	なす	20
	皮むき玉葱	20
	ズッキーニ	10
	サラダ油	1
	(袋)トマトケチャップ 1kg	6
	(袋)トマトピューレ 1kg	4
夏野菜のミートソース焼き	ウスターソース	0.5
	食塩	0.2
	ピザ用チーズ	10
	パン粉(米粉使用)	1.5
	ドライパセリ	0.05
	紙カップ 小判3号 300枚入	1
	キャベツ	15
	きゅうり	20
	人参	5
	アスパラガス(高松産ごじまん品等利用拡大事業)	10
フレンチサラダ	(レト)ホールコーン 1kg	5
	食酢	2.2
	上白糖	1.2
	サラダ油	1
	食塩	0.3
	こしょう	0.03
	ベーコン(6mm角)	5
	玉葱	30
	(生)皮付きかぼちゃ(1.5cm)	20
	人参	7
セロリ	2	
コンソメスープ	(袋)がらすープ 1kg	4
	チキンコンソメ	0.5
	しょうゆ	0.4
	食塩	0.4
	こしょう	0.03
	湯	120
	(個)プリン 鉄分強化	60

18日(金)		
献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーピラフ	精白米(自校)	60
	鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12
	鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8
牛乳	白ぶどう酒	2
	皮むき玉葱	15
	エリンギ(1×3×0.3cm)	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	1
	カレー粉	0.8
	食塩	0.7
	チキンコンソメ	0.5
	こしょう	0.03
	牛乳	206
スパニッシュオムレット	鶏卵	40
	ベーコン(短冊)	5
	(冷)ダイスポテト	12
	(冷)オニオンソーサー ダイス70	5
	人参	5
	ドライパセリ	0.03
	食塩	0.1
	こしょう	0.03
	生クリーム	2
	バター	1
フルーツポンチ	(袋)トマトケチャップ	8
	(レト)まぐろ油漬	5
	人参	30
	きゅうり	15
	玉葱	5
	りんご酢	2.5
	サラダ油	1
	上白糖	0.6
	食塩	0.3
	こしょう	0.02
	(レト)黄桃 1kg	20
	(レト)パイナップル 1kg	20
	(冷)ミックスベリーダイス	15
	(冷)カクテルゼリー	25