

20日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カ レ ー ラ イ ス (<small>麦ごはん</small>)	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		206
牛肉(3×3cmスライス)		30
じゃがいも		50
玉葱		40
人参		10
(冷)むき枝豆 1kg		5
(乾)レンズ豆		5
セロリ		5
にんにく		0.5
小麦粉		5
サラダ油		5
カレー粉		1
サラダ油		2
(袋)がらスープ 1kg		4
赤ぶどう酒		2
(袋)トマトケチャップ 1kg		2
ウスターソース		1.3
とんかつソース		1
しょうゆ		1
チャツネ 450g		1
チキンコンソメ		0.5
食塩		0.5
こしょう		0.04
湯		90
キャベツ		30
きゅうり		20
(缶)ホールコーン		5
(乾)海藻ミックス		1
しょうゆ		2.5
食酢		2.5
上白糖		1.2
ごま油		0.5
サラダ油		0.5
小煮干し		4

21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	50
	(個)いちごジャム	小 15
	(個)いちごジャム	中 20
牛乳		206
鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)		12
鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)		8
ベーコン(厚切り・短冊)		10
玉葱		40
大根		30
じゃがいも		30
キャベツ		25
人参		10
セロリ		2
サラダ油		0.5
(袋)がらスープ 1kg		4
白ぶどう酒		1
チキンコンソメ		0.4
食塩		0.4
こしょう		0.03
ローリエ		0.1
湯		75
(レト)まぐろ油漬		17
人参		25
きゅうり		15
食酢		2.2
上白糖		1.1
オリーブ油		0.5
食塩		0.3
こしょう		0.04

22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		206
肉だんご		45
(冷)肉だんご(Fe・Ca強化)		3
なたね油		3
玉葱		40
たけのこ水煮(ホール)		12
ピーマン		10
人参		12
しめじ		10
サラダ油		1
(袋)トマトケチャップ 1kg		5
上白糖		2.5
しょうゆ		3.5
食酢		2
でんぶん		1
清酒		1
チキンコンソメ		0.2
湯		10
ベーコン(短冊)		5
玉葱		25
チンゲンサイ		15
人参		5
春雨(太め5cm)		5
サラダ油		0.5
(袋)がらスープ 1kg		4
しょうゆ		0.5
食塩		0.4
チキンコンソメ		0.3
こしょう		0.03
ごま油		0.1
湯		140
(個)チーズ 鉄強化		13.5

23日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
た け の こ ご は ん	精白米(自校)	65
	鉄強化米	0.5
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6
清酒		1
油揚げ		5
新たけのこ水煮(ホール)県産		17
(冷)むき枝豆 1kg		3
しょうゆ		2
清酒		2
食塩		0.5
上白糖		0.5
出し昆布		1
牛乳		206
てんぷら		12
洗いごぼう		25
つきこんにやく		6
人参		8
(冷)さやいんげん 500g		5
ごま油		1
しょうゆ		2
三温糖		1
みりん		1
(冷)すいとん		25
油揚げ		5
玉葱		20
人参		10
中ねぎ		5
中みそ		5
甘みそ		5
煮干し だし用		4
水		110
(個)野菜マフィン		25

24日(金)

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		206
豚肉並ミンチ		20
清酒		1
豆腐		80
玉葱		35
人参		10
干しいたけ(スライス)		0.5
中ねぎ		5
生姜		1
にんにく		0.8
サラダ油		1
(袋)トマトケチャップ 1kg		7
しょうゆ		3.5
(袋)がらスープ 1kg		3
赤みそ		2
清酒		1
三温糖		0.5
チキンコンソメ		0.4
食塩		0.15
豆板醤		0.1
でんぶん		1
ごま油		0.1
湯		35
(レト)さき油漬(フレーク)		12
もやし		40
チンゲンサイ		20
人参		5
きくらげ(せん切り)		0.2
炒り白ごま		1
しょうゆ		2.5
食酢		2.5
上白糖		1.3
ごま油		1
からし粉		0.05

27日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
セルフ 照り 焼き バーガー 牛乳 トマトの スープ	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 ポイル用・鉄分強化・減塩	幼・小 60
	(冷)ハンバーグ ポイル用・鉄分強化・減塩	中 80
	しょうゆ	2.5
	三温糖	2
	みりん	1.5
	でんぷん	0.4
	湯	10
	キャベツ	30
	人参	10
	ゆで塩	0.5
	ベーコン(短冊)	7
	(冷)ひよこ豆水煮	15
	玉葱	30
	(袋)トマト水煮 1kg	20
	キャベツ	15
	人参	10
	セロリ	1
パセリ	0.5	
サラダ油	0.5	
(袋)がらスープ 1kg	4	
チキンコンソメ	0.4	
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
ローリエ	0.1	
湯	95	

28日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
牛 どん (麦 ごはん) 牛乳 切り ぼし 大根 の あえ もの かし わも ち (小 中 のみ)	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	206
	牛肉(3×3cmスライス)	35
	玉葱	50
	糸こんにゃく	35
	人参	10
	太ねぎ	5
	干しいたけ(スライス)	1
	しょうゆ	6
	みりん	5
	三温糖	2
	清酒	0.8
	食塩	0.3
	でんぷん	0.6
	削り節 だし用	4
	水	50
	ボンレスハム(短冊) 卵抜き	7
ほうれん草	25	
切干し大根	4	
(缶)ホールコーン	5	
(乾)刻み昆布	0.7	
三温糖	1.7	
しょうゆ	3	
食酢	1.2	
ごま油	0.3	
(個)柏餅	30	

30日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
チ キン ライ ス (麦 入り) 牛乳 ア ス パ ラ ガ ス の サ ラ ダ コ ー ン ク リ ー ム ス ー プ 豆 乳 プ リ ン (小 中 のみ)	精白米(自校)	60
	米粒麦 自校	5
	鉄強化米	0.5
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	12
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8
	白ぶどう酒	1
	玉葱	10
	エリンギ(1×2×0.3cm)	5
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	1
	(袋)トマトケチャップ 1kg	13
	ウスターソース	0.6
	チキンコンソメ	0.6
	食塩	0.3
	こしょう	0.04
	牛乳	206
	アスパラガス	20
	きゅうり	20
	人参	10
	食酢	2.5
上白糖	1	
サラダ油	1	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
ベーコン(短冊)	7	
玉葱	40	
(缶)クリームコーン	35	
(缶)ホールコーン	5	
パセリ	0.5	
バター	0.5	
調理用牛乳 1L	45	
(袋)がらスープ 1kg	4	
チキンコンソメ	0.5	
食塩	0.3	
こしょう	0.03	
コーンスターチ	1.2	
湯	55	
(個)豆乳プリン(FeCa強化)	30	