

8日(水)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
カレーピラフ (麦入り) 牛乳 ロメインレタスのサラダ ウインナーと野菜のスープ煮	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)	8
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	7
	白ぶどう酒	1
	玉葱	10
	人参	3
	エリンギ	3
	(冷)むき枝豆 1kg	4
	サラダ油	1
	カレー粉	0.7
	ウスターソース	0.7
	チキンコンソメ	0.4
	食塩	0.65
	こしょう	0.03
	牛乳	206
	(レト)まぐろ油漬	15
	大根	25
	ロメインレタス	20
	(缶)ホールコーン	10
	食酢	2
	サラダ油	1
	上白糖	1
	食塩	0.2
	こしょう	0.02
	粗挽きウインナー(1cm)	20
(冷)白いんげん豆 1kg	15	
玉葱	40	
キャベツ	25	
人参	15	
セロリ	2	
パセリ	0.5	
ローリエ	0.1	
サラダ油	1	
(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	0.5	
こしょう	0.03	
湯	80	

9日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 ぶた肉と野菜のしょうがいため けんちん汁	精白米(自校)	62
	精白米(自校)	68
	米粒麦 自校	6
	米粒麦 自校	7
	鉄強化米	0.5
	牛乳	206
	豚肉並(3×3cmスライス)	40
	生姜	1.5
	玉葱	30
	キャベツ	30
	人参	10
	サラダ油	2
	しょうゆ	3
	清酒	1
	みりん	0.5
	上白糖	1
	豆腐	25
	油揚げ	5
	洗いごぼう	10
	つきこんにゃく	7
	人参	5
	中ねぎ	5
	しょうゆ	2
	食塩	0.5
	削り節 だし用	4
	出し昆布	1
	水	120

10日(金)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
麦ごはん 牛乳 魚のレモンソースかけ 小松菜のごまドレッシングあえ 春大根のみそ汁	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
	(冷)メルルーサ 3cm角切・皮付き骨なし	50
	清酒	2
	食塩	0.1
	でんぷん	8
	なたね油	6
	(冷)レモン果汁 県産・500g	4
	上白糖	3
	しょうゆ	2
	小松菜	25
	もやし	30
	人参	5
	炒り白ごま	1
	しょうゆ	2
	食酢	1.5
	上白糖	1
	サラダ油	0.5
	ごま油	0.5
	油揚げ	5
	玉葱	20
	大根	15
	人参	8
	中ねぎ	5
干しわかめ(カット)	0.5	
中みそ	5	
甘みそ	5	
煮干し だし用	4	
水	120	

13日(月)			14日(火)			15日(水)			16日(木)			17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
コッペパン 牛乳 とり肉と野菜のトマト煮 キャベツのソテー	コッペパン	50	麦ごはん 牛乳 ホイコーロー ビーフンサラダ かえりのごまがらめ(小中のみ)	精白米(委託)	60	麦ごはん あさりのつくただ煮(小中のみ) 牛乳 こうやどうふのうま煮 ほうれん草のあえもの	精白米(自校)	62	麦ごはん 牛乳 かたくちいわしのなんばんづけ おひたし じゃがいも	精白米(委託)	60	小型コッペパン 牛乳 ソースキスバゲティ ひじきと大豆のサラダ 清見オレンジ(小中のみ)	コッペパン	30
	コッペパン	50		精白米(自校)	68		精白米(自校)	68		精白米(委託)	70		コッペパン	30
	牛乳	206		米粒麦 委託	6		米粒麦 自校	6		米粒麦 委託	6		牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	30		米粒麦 委託	7		鉄強化米	0.5		牛乳	206		スバゲティ(ハーフ)	35
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	20		牛乳	206		(レト)あさり佃煮	10		(冷)かたくちいわし薬粉付き	37		ゆで塩	1.5
	ベーコン(短冊)	5		豚肉並(3×3cmスライス)	40		牛乳	206		なたね油	4		豚肉並(2×2cmスライス)	20
	じゃがいも	45		しょうゆ	1		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	15		細ねぎ	2		清酒	1.5
	玉葱	40		清酒	1		鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	10		食酢	3.5		キャベツ	30
	(袋)トマト水煮 1kg	25		キャベツ	40		たけのこ水煮(ホール)	1		しょうゆ	2.5		玉葱	20
	人参	20		玉葱	35		人参	15		上白糖	2.5		人参	10
	にんにく	1		生姜	1		高野豆腐(サイコロ)	15		みりん	0.9		エリンギ(1×2×0.3cm)	5
	パセリ	0.5		にんにく	0.5		玉葱	40		一味	0.01		中ねぎ	5
	サラダ油	1		サラダ油	1		人参	10		水	1.3		生姜	1
	(袋)トマケチャップ 1kg	3		赤みそ	2		(冷)きやいんげん 500g	5		小松菜	20		にんにく	0.1
	赤ぶどう酒	1		しょうゆ	1		干しいたけ(スライス)	0.8		もやし	25		サラダ油	2
	上白糖	0.8		清酒	1		しょうゆ	3		人参	10		とんかつソース	9
	ウスターソース	0.7		上白糖	0.7		三温糖	2.5		花かつお 1kg	1		ウスターソース	2.5
	チキンコンソメ	0.6		オイスターソース	0.5		食塩	0.1		しょうゆ	1.8		食塩	0.2
	食塩	0.25		豆板醤	0.05		削り節 だし用	2		油揚げ	5		こしょう	0.05
	こしょう	0.05		ごま油	0.5		水	50		じゃがいも	30		粉かつお	0.5
	湯	20		ポンス火腿(短冊)卵抜き	7		(レト)さきみ油漬(フレーク)	7		玉葱	20		青のり粉	0.2
キャベツ	35	もやし	25	キャベツ	35	干しわかめ(カット)	0.5	(レト)まぐる油漬	10					
人参	10	チンゲンサイ	10	ほうれん草	20	中ねぎ	3	(冷)大豆水煮	15					
しめじ	10	人参	10	人参	5	中みそ	5	きゅうり	25					
(缶)ホールコーン	10	ビーフン	5	上白糖	1.2	甘みそ	5	人参	10					
サラダ油	1	しょうゆ	2.5	食酢	2.5	煮干し だし用	4	(缶)ホールコーン	7					
チキンコンソメ	0.2	食酢	2.5	しょうゆ	2	水	120	(乾)ひじき	0.8					
しょうゆ	0.2	上白糖	1.3	ごま油	0.6			焙煎ごまドレッシング	8					
食塩	0.2	ごま油	1					清見オレンジ	50					
こしょう	0.03	からし粉	0.03											
		小煮干し	5											
		炒り白ごま	1											
		みりん	0.8											
		上白糖	0.6											
		しょうゆ	0.3											
		水	0.6											



27日(月)

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	

28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
	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	
でんぷん	1	
ごま油	0.1	
湯	35	
(レト)さきみ油漬(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	

30日(木)

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	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・水分強化・濃塩	幼・小 60
	(冷)ハンバーグ ポイル用・水分強化・濃塩	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	