

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
黒豆 ピラフ (麦入り) 牛乳 ごぼう サラダ コーン クリーム スープ ココア ワッフル (中のみ)	精白米(自校)	60	中華 どんぶり 牛乳 ししや もの から あげ 中華 サラダ	精白米(委託・白)	70	ガ バ オ ラ イ ス 牛 乳 ビ ー フ ン ス ー プ	精白米(自校)	68	小 型 コ ッ ペ パ ン 牛 乳 ス パ ゲ テ イ ナ ポ リ タ ン イ タ リ ア ン サ ラ ダ	コッペパン	30	ご は ん 牛 乳 さ ば の み ぞ れ 煮 も やし の あ え も の な す 入 り そ う め ん 汁	精白米(委託・白)	70
	米粒麦 自校	5		精白米(委託・白)	80		精白米(自校)	75		コッペパン	30		精白米(委託・白)	80
	(冷)鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	9		牛乳	206		鉄強化米	0.5		牛乳	206		牛乳	206
	(冷)鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	6		豚肉並(3×3cmスライス)	18		牛乳	206		豚肉並ミンチ	35		スパゲティ(ハーブ)	35
	白ぶどう酒	1		清酒	1		豚肉 ひき肉	15		ゆで塩	1.3		(冷)さばのみぞれ煮	幼・小 50
	炒り黒豆	8		(冷)短冊いか(1×4cm)	8		鶏肉 ひき肉	15		粗挽きウインナーFe強化(1cm)	15		(冷)さばのみぞれ煮	中 70
	玉葱	10		清酒	1		玉葱	40		ベーコン(短冊)	7		もやし	30
	人参	7		(レト)うずら卵1kg	20		なす	15		玉葱	40		小松菜	20
	にんにく	0.5		玉葱	35		赤パプリカ	9		人参	10		人参	10
	サラダ油	1.2		キャベツ	30		黄パプリカ	9		エリンギ	10		炒り白ごま	1
	チキンコンソメ	0.7		たけのこ水煮(ホール)	15		ピーマン	8		ピーマン	5		(個)ゆずかつおドレッシング	10
	食塩	0.6		人参	15		にんにく	0.5		にんにく	0.3		なす	15
	こしょう	0.04		中ねぎ	5		スイートバジル 乾燥	0.04		サラダ油	2		乾)そうめん	4
	牛乳	206		生姜	2		サラダ油	1		みりん	2		玉葱	25
	洗いごぼう	25		サラダ油	1		(袋)がらスープ 1kg	3		しょうゆ	2.5		油揚げ	7
	きゅうり	20		(袋)がらスープ 1kg	3		しょうゆ	1.7		オイスターソース	1		中ねぎ	5
	人参	5		しょうゆ	1.7		チキンコンソメ	0.4		清酒	1		しょうゆ	0.7
	(個)焙煎ごまドレッシング	8		食塩	0.3		食塩	0.3		上白糖	0.9		食塩	0.3
	ベーコン(短冊)	5		こしょう	0.04		こしょう	0.4		食塩	0.2		こしょう	0.05
	(缶)クリームコーン	35		でんぶん	1		こしょう	0.02		こしょう	0.05		粉チーズ	3
	(缶)ホールコーン	5		ごま油	0.5		でんぶん	1		きゅうり	30		きゅうり	30
	玉葱	30		湯	50		ごま油	0.7		キャベツ	20		キャベツ	20
	(冷)白いんげん豆ペースト	7		(冷)ししやも	20		湯	0.7		(缶)ホールコーン	5		(缶)ホールコーン	5
	パセリ	0.5		でんぶん	4		ボンレスハム(短冊)卵抜き	7		赤パプリカ	5		赤パプリカ	5
	サラダ油	1		なたね油	4		玉葱	15		(個)イタリアンドレッシング	7		(個)イタリアンドレッシング	7
	調理用牛乳 1L	30		もやし	30		チンゲンサイ	15						
	(袋)がらスープ 1kg	4		キャベツ	20		人参	7						
	チキンコンソメ	0.3		人参	10		ピーマン	5						
食塩	0.3	(個)棒々鶏ドレッシング	10	干しいたけ(スライス)	0.5									
こしょう	0.03			(袋)がらスープ 1kg	4									
コーンスターチ	1.5			しょうゆ	0.5									
湯	70			サラダ油	0.5									
(個)ココアワッフル 鉄分強化	28			チキンコンソメ	0.3									
				ごま油	0.1									
				食塩	0.5									
				こしょう	0.03									
				湯	130									

29日(月)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
焼肉ピラフ (自校・麦入り) 牛乳 切り干し大根のサラダ(袋ドレ) トック入りわかめスープ ももゼリー(中のみ)	精白米(自校)	60
	米粒麦 自校	5
	鉄強化米	0.5
	牛肉(2×2cmスライス)	20
	にんにく	0.8
	生姜	0.6
	玉葱	10
	人参	7
	(冷)むき枝豆 1kg	5
	サラダ油	1
	しょうゆ	2
	上白糖	1.3
	清酒	1
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.4
	113 豆板醤	0.1
	206 牛乳	206
	チンゲンサイ	25
	切り干し大根	5
	赤パプリカ	5
	(缶)ホールコーン	5
	(個)棒々鶏ドレッシング	10
	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	トック 国産米使用	20
	玉葱	20
	中ねぎ	3
	干しわかめ(カット)	0.8
	炒り白ごま	0.5
	サラダ油	0.5
(袋)がらスープ 1kg	4	
しょうゆ	0.8	
食塩	0.4	
こしょう	0.03	
チキンコンソメ	0.3	
ごま油	0.2	
186 湯	130	
40 (個)ももゼリー 国産 カルシウム・鉄強化	40	

30日(火)

献立名	食品名	一人当り 正味分量	
ごはん 牛乳 かたくちいわしの香味ソースかけ しそこんぶあえ かぼちやのみそ汁	精白米(委託・白)	70	
	精白米(委託・白)	80	
	牛乳	206	
	(冷)かたくちいわし濃粉付き	40	
	なたね油	5	
	中ねぎ	4	
	生姜	0.7	
	しょうゆ	2.4	
	三温糖	2	
	ごま油	0.5	
	水	3	
	キャベツ	20	
	きゅうり	15	
	もやし	15	
	塩ふき昆布	1.2	
	赤じそ粉	0.5	
	しょうゆ	0.2	
	油揚げ	5	
	(生)かぼちや(2×2cm)	25	
	玉葱	25	
	中ねぎ	5	
	中みそ	5	
	甘みそ	5	
	煮干し だし用	4	
	水	120	