

- 1 -

5日(月)				6日(火)				7日(水)				8日(木)				9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
梅 ち り め ん ご は ん (麦入り) 牛乳 が ん も ど き と ひ じ き の う ま 煮 ご ま あ え チ ー ズ (小中のみ)	精白米(自校)		66	麦 ご は ん 牛乳 こ う や ど う ふ の た ま ご と じ あ え も の 小 魚 の あ ま 酢 煮	精白米(委託)		60	食 パ ン (袋 入 り) 牛乳 き の こ ス パ ゲ テ イ イ タ リ ア ン サ ラ ダ り ん ご (小中のみ)	食パン(冷凍パン)		幼・小 57	麦 ご は ん 牛乳 い わ し の 梅 煮 チ ン ゲ ン サ イ の あ え も の オ リ ー ブ 豚 の と ん 汁	精白米(委託)		60	ば ら ず し 牛乳 さ つ ま い も の あ げ も ん う ず ら た ま ご 入 り ふ し め ん 汁 し や う ゆ 豆 (小中のみ)	精白米(自校)		70
	精白米(自校)		73		精白米(委託)		70		食パン(冷凍パン)		中 85		精白米(委託)		70		鉄強化米		0.5
	米粒麦 自校		6		米粒麦 委託		6						米粒麦 委託		6		清酒		3
	米粒麦 自校		7		米粒麦 委託		7		牛乳		206				7		出し昆布		0.8
	鉄強化米		0.5														食酢		10
	梅ちりめんの素 280g		3		牛乳		206						牛乳		206		上白糖		8
																	食塩		0.8
	牛乳		206		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)		12		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)		12		冷)いわし梅煮		幼・小 40		油揚げ		5
					鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)		8		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)		8		冷)いわし梅煮		中 50		人参		10
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)		12		清酒		1		清酒		1						ごぼう(さがき・ごはん用小さめ)		5
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)		8		鶏卵		20		ベーコン(短冊)		12		キャベツ		28		(冷)むき枝豆 1kg		2
	(冷)ミニひろす 青大豆入り		20		高野豆腐(サイコロ)		17		玉葱		40		チンゲンサイ		28		高野豆腐(すし用)		0.8
	(乾)ひじき		3		玉葱		30		人参		10		人参		5		干しいたけ(スライス)		0.5
	つきこんにやく		25		人参		8		えのきたけ		8		(個)ゆずかつおドレッシング		10		上白糖		2.5
	洗いごぼう		15		(冷)さやいんげん 500g		5		エリンギ(1×2×0.3cm)		8						清酒		2
	人参		10		干しいたけ(スライス)		1		しめじ		8						うすくちしょうゆ		2
	(冷)さやいんげん 500g		8		しょうゆ		3		ピーマン		5		オリーブ豚 並3×3カット スライス		15				
	サラダ油		1		三温糖		2.5		にんにく		0.5		さつまいも(2cm角)		25		牛乳		206
	しょうゆ		4		食塩		0.1		サラダ油		2		大根		15				
	三温糖		3		削り節 だし用		2		白ぶどう酒		1		人参		7		さつまいも(スライス天ぷら用)		幼 20
	清酒		1		湯		50		しょうゆ		1		つきこんにやく		5		さつまいも(スライス天ぷら用)		小・中 40
	みりん		0.5						チキンコンソメ		0.6		洗いごぼう		5		天ぷら粉 乳・卵抜き		7
	湯		20						食塩		0.3		中ねぎ		5		水		14
					小松菜		25		こしょう		0.04		麦みそ		8		なたね油		5
	キャベツ		30		キャベツ		35						煮干し だし用		4				
	小松菜		20		(個)青じそドレッシング		8		キャベツ		35		水		110		型抜きかまぼこ(小菊)		5
	きゅうり		10						きゅうり		15						(レト)うずら卵1kg		25
	炒り白ごま		1.5						(缶)ホールコーン		5						玉葱		20
(個)ゆずかつおドレッシング		10	上乾ちりめん		3	赤ピーマン		3				人参		5					
			食酢		1	(個)イタリアンドレッシング		8				中ねぎ		5					
			ポン酢		1							ふしめん		5					
(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化		5	三温糖		1.2							うすくちしょうゆ		0.5					
(個)キャンディチーズ 5g 鉄強化		10	炒り白ごま		0.5	りんご		40				食塩		0.3					
												削り節 だし用		4					
												出し昆布		0.5					
												湯		130					
												しょうゆ豆		6					

13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	60
手 作 り ブ ル ー ベ リ ー ジ ャ ム (小 中 の み)	(冷)ブルーベリー	18
	上白糖	8.5
	(冷)レモン果汁 県産・500g	0.5
	赤ぶどう酒	0.5
	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
	じゃがいも	45
	玉葱	40
	キャベツ	30
	人参	10
	しめじ	8
	セロリ	2
牛 乳	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
	人参	25
ポ ト フ	きゅうり	20
	玉葱	10
	(個)焙煎ごまドレッシング	8
キ ャ ロ ッ ト サ ラ ダ		

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
あ さ り の つ く だ 煮 (小 中 の み)	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	(レト)あさり佃煮	10
	牛乳	206
	(冷)さごし2cm角切・皮付き骨なし	45
	清酒	2
	米粉	5
	でんぷん	4
	なたね油	5
	すだち酢	3.5
	三温糖	2.7
	しょうゆ	2.5
	みりん	1
牛 乳	でんぷん	0.2
	湯	4
	キャベツ	20
	小松菜	15
	もやし	10
	人参	5
	赤じそ粉	0.4
	塩ふき昆布	1.2
魚 の す だ ち ソ ー ス か け	油揚げ	5
	(生)かぼちゃ(2×2cm)	18
	玉葱	23
	人参	5
	中ねぎ	5
	中みそ	5
	甘みそ	5
	煮干し だし用	4
	水	120
し そ こ ん ぶ あ え		
か ぼ ち ゃ の み そ 汁		

15日(木)

献立名	食品名	一人当り 正味分量
コ ー ン ピ ラ フ (麦 入 り)	精白米(自校)	64
	米粒麦 自校	6
牛 乳	鉄強化米	0.5
	粗挽きウインナーFe強化(1cm)	10
	玉葱	10
	(缶)ホールコーン	10
	人参	4
	エリンギ	3
	(冷)むき枝豆 1kg	3
	サラダ油	1
	食塩	0.6
	チキンコンソメ	0.5
	こしょう	0.03
	牛乳	206
	キャベツ	25
	きゅうり	20
グ リ ー ン サ ラ ダ	(冷)ブロックリー 国産 1kg	15
	(個)イタリアンドレッシング	8
	ベーコン(短冊)	5
	(冷)ひよこ豆水煮	12
	マカロニ(シエル)	5
	玉葱	20
	人参	7
	しめじ	7
ミ ネ ス ト ロ ー ネ	セロリ	2
	オリーブ油	0.5
	(袋)トマト水煮 1kg	15
	赤ぶどう酒	1
	(袋)がらスープ 1kg	4
	チキンコンソメ	0.5
	食塩	0.5
	こしょう	0.03
	ローリエ	0.1
	湯	120
ヨ ー グ ル ト (中 の み)		
	(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
麦 ご は ん	精白米(委託)	60
	精白米(委託)	70
牛 乳	米粒麦 委託	6
	米粒麦 委託	7
	牛乳	206
	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	27
	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	18
	生姜	0.3
	清酒	1
	でんぷん	5
	米粉	2.5
	なたね油	4
	炒り白ごま	1
	にんにく	0.5
	(袋)トマトケチャップ 1kg	7.5
ヤ ン ニ ヨ ム チ キ ン	三温糖	2
	しょうゆ	1
	みりん	0.6
	赤みそ	0.6
	コチジャン	0.1
	水	2
チ ョ レ ギ サ ラ ダ	もやし	30
	小松菜	25
	人参	5
	もみのり	1
	(個)韓国ナムドルレッシング	10
ト ッ ク 入 り わ か め ス ー プ	ボンレスハム(短冊)卵抜き	5
	トック 国産米使用	15
	玉葱	20
	中ねぎ	3
	干しわかめ(カット)	0.7
	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
タ ラ ダ	チキンコンソメ	0.25
	ごま油	0.2
	湯	135

19日(月)				20日(火)				21日(水)				22日(木)				23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
菜 め し (麦 入 り) 牛 乳 さ と い も と ぶ た 肉 の そ ぼ ろ 煮 す い と ん 汁	精白米(自校)		66	き つ ね う ど ん 牛 乳 か た く ち い わ し の か ら あ げ ご ま 酢 あ え	(袋)ゆでうどん さぬきの夢	幼-小3	200	ハ ヤ シ ラ イ ス (麦 こ は ん) 牛 乳 り つ ち ゃ ん サ ラ ダ ミ ニ ト マ ト (小 中 の み)	精白米(委託)		60	さ つ ま い も ご は ん 牛 乳 ぶ た 肉 と 野 菜 の い た め の 物 み そ け ん ち ん 汁 味 つ き 小 魚 (中 の み)	精白米(自校)		60	コ ッ ペ パ ン い ち ご ジ ャ ム (中 の み) 牛 乳 カ レ ー ビ ー ン ズ 海 そ う サ ラ ダ さ と い も チ ツ プ	コッペパン		50
	精白米(自校)		73		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	小4-6	280		精白米(委託)		70		精白米(自校)		70		コッペパン		60
	米粒麦 自校		6		(袋)ゆでうどん さぬきの夢	中	300		米粒麦 委託		6		さつまいも(2cm角)県産		33		(個)いちごジャム		20
	米粒麦 自校		7		油揚げ		30		米粒麦 委託		7		清酒		1.6				
	鉄強化米		0.5		中双糖		3						食塩		0.8		牛乳		206
	菜めしの素 250g		1.6		しょうゆ		2.5		牛乳		206		炒り黒ごま		0.7				
					みりん		0.8						出し昆布		0.3				
	牛乳		206		水		10		牛肉(3×3cmスライス)		15						鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)		15
					豚肉並(2×3cmスライス)		5		豚肉並(3×3cmスライス)		10		牛乳		206		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)		10
	豚肉赤身ミンチ		20		玉葱		30		じゃがいも		50						粗挽きウインナーFe強化(1cm)		5
	(冷)里いも		30		人参		10		玉葱		45		豚肉並(3×3×0.5cm)		30		(冷)大豆水煮		15
	玉葱		20		干しいたけ(スライス)		0.8		人参		10		生姜		1.3		玉葱		50
	つきこんにやく		15		中ねぎ		5		エリンギ		6		キャベツ		35		じゃがいも		30
	人参		10		しょうゆ		3		(冷)グリーンピース		5		玉葱		30		人参		15
	(冷)さやいんげん 500g		7		清酒		2		にんにく		0.3		人参		10		にんにく		0.4
	サラダ油		1.5		食塩		0.5		サラダ油		1		チンゲンサイ		10		パセリ		0.5
	しょうゆ		3.5		煮干し だし用		4		小麦粉		5		サラダ油		1		サラダ油		0.5
	中双糖		2		水		150		サラダ油		4		しょうゆ		1		(袋)トマトビュール 1kg		3
	清酒		1						(袋)トマトビュール 1kg		15		清酒		2		ウスターソース		3.5
	でんぷん		0.5		牛乳		206		(袋)トマト水煮 1kg		10		上白糖		2.5		上白糖		2
	だし汁		12						(袋)がらスープ 1kg		3		みりん		0.5		チキンコンソメ		0.5
					(冷)かたくちいわし蔵粉付き		25		赤ぶどう酒		2						カレー粉		0.35
	(冷)すいとん		25		なたね油		3		ウスターソース		2		豆腐		30		食塩		0.2
	油揚げ		5						食塩		0.7		油揚げ		6		こしょう		0.05
	大根		25		もやし		35		上白糖		0.5		つきこんにやく		10		湯		30
	人参		7		チンゲンサイ		20		チキンコンソメ		0.5		洗いごぼう		10				
	中ねぎ		5		人参		5		からし粉		0.15		人参		7		(乾)海藻ミックス		1
	中みそ		5		しょうゆ		1.8		こしょう		0.07		干しいたけ(スライス)		0.5		キャベツ		30
	甘みそ		4		食酢		1.5		ローリエ		0.1		中ねぎ		5		きゅうり		10
	煮干し だし用		4		ごま油		1		ピザ用チーズ		2		中みそ		5		人参		5
	湯		115		上白糖		1		湯		80		甘みそ		5		食酢		2.5
					炒り白ごま		1						ごま油		0.1		しょうゆ		2.5
									ボンレスハム(短冊)卵抜き		5		煮干し だし用		4		上白糖		1.2
									キャベツ		30		水		110		ごま油		0.5
									きゅうり		9						サラダ油		0.5
									人参		7		(個)味付小魚		5				
									(缶)ホールコーン		5						里いも(3～4mmスライス)		35
									(乾)刻み昆布		0.5						なたね油		3
									食酢		3						食塩		0.1
									サラダ油		2								
									しょうゆ		2								
									上白糖		0.8								
									こしょう		0.02								
									花かつお 1kg		0.8								
									ミニトマト		30								

26日(月)				27日(火)				28日(水)				29日(木)				30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
麦ごはん 牛乳 さばのみそ煮 大根のあえもの うどん汁	精白米(委託)		60	タコライス 牛乳 コンソメスープ チーズ(中のみ)	精白米(自校)		72	麦ごはん 牛乳 肉じゃが 香りあえ スタミナ納豆	精白米(委託)		60	コッペパン 牛乳 かぼちやのシチュー カラフルサラダ 豆乳プリンタルト(小中のみ)	コッペパン		50	麦ごはん 牛乳 あつあけのあま酢煮 バンサンスー	精白米(自校)		66
	精白米(委託)		70		精白米(自校)		80		精白米(委託)		70		コッペパン		60		精白米(自校)		73
	米粒麦 委託		6		鉄強化米		0.5		米粒麦 委託		6						米粒麦 自校		6
	米粒麦 委託		7						米粒麦 委託		7		牛乳		206		米粒麦 自校		7
					牛乳		206										鉄強化米		0.5
	牛乳		206						牛乳		206		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)		12		牛乳		206
					豚肉並ミンチ		20						鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)		8				
	(冷)さばのみそ煮	幼	40		赤ぶどう酒		1		豚肉並(3×3cmスライス)		25		白ぶどう酒		1		豚肉並(2×2cmスライス)		15
	(冷)さばのみそ煮	小	50		(レト)ひきわり大豆 1kg		25		じゃがいも		70		白いんげん豆ペーストレトルト		8		(冷)厚揚げ(カット)1kg		45
	(冷)さばのみそ煮	中	60		玉葱		30		玉葱		45		玉葱		35		白菜		25
					人参		7		糸こんにゃく		25		(生)かぼちや(2×2cm)		25		玉葱		20
	大根		45		切干し大根		5		人参		10		じゃがいも		20		たけのこ水煮(ホール)		15
	きゅうり		20		にんにく		0.5		(冷)さやいんげん 500g		5		人参		10		人参		10
	(缶)ホールコーン		5		サラダ油		1		サラダ油		1		エリンギ		10		ピーマン		7
	花かつお 1kg		0.5		(袋)トマト水煮 1kg		20		しょうゆ		3.8		パセリ		0.5		干しいたけ(スライス)		0.5
	食酢		2.5		(袋)トマトケチャップ 1kg		7		中双糖		2.8		サラダ油		1		にんにく		0.5
	しょうゆ		2		上白糖		0.9		清酒		2.5		小麦粉		3.5		サラダ油		1
	上白糖		1.2		ウスターソース		0.9		食塩		0.04		サラダ油		2		しょうゆ		3.5
	ごま油		0.5		食塩		0.25		湯		4.5		バター		1		上白糖		3
	サラダ油		0.5		チリパウダー		0.12						(袋)がらスープ 1kg		4		(袋)トマトケチャップ 1kg		2.5
					こしょう		0.02		小松菜		30		チキンコンソメ		0.5		食酢		2
	うどん冷凍		30		でんぷん		0.8		もやし		30		食塩		0.4		清酒		1
	油揚げ		5						人参		5		こしょう		0.04		チキンコンソメ		0.5
	玉葱		15		ボンレスハム(短冊)卵抜き		5		炒り白ごま		1		ローリエ		0.1		食塩		0.1
	人参		8		じゃがいも		20		上白糖		1.3		調理用牛乳 1L		30		でんぷん		1
	中ねぎ		5		玉葱		20		食酢		1.3		湯		65		水		10
干しいたけ(スライス)		0.5	人参		8	すだち酢		1.1											
清酒		1	セロリ		5	しょうゆ		0.5	ボンレスハム(短冊)卵抜き		5	ボンレスハム(短冊)卵抜き		10					
食塩		0.5	パセリ		0.5	食塩		0.2	キャベツ		25	もやし		30					
しょうゆ		0.5	サラダ油		1				きゅうり		20	きゅうり		20					
削り節 だし用		4	(袋)がらスープ 1kg		4	鶏肉 ひき肉		17	人参		7	春雨(太め5cm)		4					
出し昆布		1	しょうゆ		0.5	水		4	紫キャベツ		5	しょうゆ		2.5					
水		120	食塩		0.4	ごま油		0.4	食酢		1.8	食酢		2					
			チキンコンソメ		0.3	ドライひきわり納豆		2.5	上白糖		1.4	上白糖		1.5					
			こしょう		0.03	細ねぎ		2.5	(冷)レモン果汁 県産・500g		1.2	ごま油		1					
			湯		120	にんにく		0.9	オリーブ油		1	からし粉		0.04					
						生姜		0.9	食塩		0.36								
			(個)スライスチーズ(鉄・Ca)		20	しょうゆ		1	こしょう		0.03								
						みりん		0.8											
						清酒		0.7	(個)国産豆乳プリンタルト		22								
						三温糖		0.25											
</																			