





11日(月)			12日(火)			13日(水)			14日(木)			15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							
ごはん	精白米(自校)	68	みそラーメン	(袋)中華めん 幼-小3	150	えんどうごはん	精白米(自校)	68	きなこ茶あげパン(小)	コッペパン	50	ごはん	精白米(自校)	68							
	精白米(自校)	75		(袋)中華めん 小4-6	200		精白米(自校)	75		コッペパン	50		精白米(自校)	75							
	鉄強化米	0.5		(袋)中華めん 中	250		むきえんどう 冷凍	10		食用油 ローリー	4		鉄強化米	0.5							
	牛乳	牛乳		206	豚肉並(3×3cmスライス)		20	清酒		1.5	三温糖		5.5	牛乳	牛乳	206	さしものまじり	冷)さし2cm角切・皮付き骨なし	50		
		春野菜のクリームシチュー		鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12		清酒	1		食塩	0.8		青大豆きな粉		4	清酒		1	生姜	0.3	
				鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)	8		しょうゆ	0.8		出し昆布	0.3		煎茶(粉末)50g		0.4	しょうゆ		1.5	上白糖	1.2	
				白ぶどう酒	1		キャベツ	25		牛乳	牛乳		206		紙ナフキン	1		上白糖	1.5	炒り白ごま	0.5
				じゃがいも	35		太もやし	15			豚肉並(3×3cmスライス)		50		(冷)ストロベリーダイス	25		牛乳	206	すりごま	1
				玉葱	30		人参	10			生姜		2		上白糖	7		(冷)肉だんご(Fe・Ca強化)	30	でんぷん	0.3
				アスパラガス	15		たけのこ水煮(1/2カット)	8			にんにく		0.2		(冷)レモン果汁 県産・500g	0.5		玉葱	25	水	8
人参			10	にんにく	0.7	ごま油	1	牛乳	206		白菜	25	油揚げ		5						
新たけのこ水煮(ホール)県産			7	ごま油	1	(袋)がらすープ 1kg	3	キャベツ	25		人参	10	新たけのこ水煮(ホール)県産		20						
●きぬさや すじとり 生			6	赤みそ	7	人参	10	人参	206		生姜	0.5	(レト)ふき水煮ロング 国産		10						
サラダ油	1		清酒	1.5	エリンギ	7	キャベツ	25	サラダ油		0.5	人参	7								
小麦粉	5	清酒	1.5	サラダ油	1	人参	10	生しいたけ(スライス)県産・1kg	4		ごま油	1									
バター	1.5	上白糖	1.5	しょうゆ	4.5	きゅうり	18	春雨(太め5cm)	3		しょうゆ	1.8									
サラダ油	3.5	中華スープ(ねり状)	0.8	上白糖	1.2	小松菜	15	生しいたけ(スライス)県産・1kg	4	中双糖	1.1										
(袋)がらすープ 1kg	4	食塩	0.2	清酒	1	人参	7	生しいたけ(スライス)県産・1kg	4	みりん	0.5										
チキンコンソメ	0.5	こしょう	0.03	みりん	1	すだち酢	0.2	春雨(太め5cm)	3	花かつお(砕片)500g	0.5										
食塩	0.45	豆板醤	0.08	太もやし	20	上白糖	1.5	しょうゆ	2	湯	10										
こしょう	0.05	でんぷん	0.8	きゅうり	18	食酢	1	清酒	1	鶏卵	20										
調理用牛乳 1L	30	湯	125	小松菜	15	しょうゆ	0.1	チキンコンソメ	0.5	玉葱	25										
ローリエ	0.1	牛乳	206	人参	7	湯	100	ごま油	0.5	人参	7										
湯	60	さつまいも(2cm角)	45	すだち酢	0.2	(レト)ささみ油漬(フレーク)	8	食塩	0.2	えのきたけ	5										
小魚とアーモンドのオリブオイルがらめ	(レト)まぐろ油漬	7	なたね油	4	上白糖	1.5	ダイスターズ(4mm角)生食用	5	こしょう	0.03	中ねぎ	3									
	キャベツ	20	はちみつ	2.7	食酢	1	キャベツ	20	湯	100	しょうゆ	1									
	きゅうり	15	三温糖	0.9	しょうゆ	1	きゅうり	10	食塩	0.5	食塩	0.5									
	人参	7	食酢	0.55	食塩	0.1	人参	5	でんぷん	0.5	削り節 だし用	4									
	セロリ	2	水	0.9	(個)のむヨーグルト	80	(乾)ひじき	1	だし昆布	1	湯	120									
	食酢	1.2	(冷)親鳥素焼きスライス	5			しょうゆ	1.5													
	上白糖	1.2	洗いれんこん	13			(冷)レモン果汁 県産・500g	1.5													
	(冷)レモン果汁 県産・500g	1	きゅうり	15			サラダ油	1													
	サラダ油	1	キャベツ	10			上白糖	0.8													
	食塩	0.3	人参	7			こしょう	0.02													
こしょう	0.03	上白糖	1.5																		
かえり	4	食酢	1																		
アーモンド(四つ割)	5	(冷)レモン果汁 県産・500g	1.2																		
オリブ油	0.7	しょうゆ	2.3																		
		サラダ油	0.5																		
		(個)チーズ 鉄強化	13.5																		

18日(月)			19日(火)			20日(水)			21日(木)			22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				
ごはん	精白米(自校)	68	食パン(袋入り)	食パン(冷凍パン)	幼・小 57	中華風たきこみごはん	精白米(自校)	50	ごはん	精白米(自校)	68	ハヤシライス	精白米(自校)	68				
	精白米(自校)	75		食パン(冷凍パン)	中 85		もち米	10		精白米(自校)	75		精白米(自校)	75	精白米(自校)	75		
	鉄強化米	0.5					焼き豚(1cm角切り)	15		鉄強化米	0.5		鉄強化米	0.5	鉄強化米	0.5		
	牛乳	牛乳		206	牛乳		206	たけのこ水煮(カット)ごはん用		10	牛乳		206	牛乳	206	牛乳	206	
					ペンネ		30	人参		5								
	平つくね	(冷)キャベツ入り平つくね 50g		50			粗挽きウインナーFe強化(1cm)	13		中ねぎ	3		こうやど	鶏肉 胸・皮なし(2×2cm)	12	牛乳	牛肉(3×3cmスライス)	28
		玉葱		8	ベーコン(短冊)		5	サラダ油		1	鶏肉 もも・皮なし(2×2cm)			8	赤ぶどう酒		2	
		人参		3	玉葱		30	ごま油		1	清酒			1	じゃがいも		50	
		黄パプリカ		3	人参		10	しょうゆ		3	高野豆腐(サイコロ)			15	玉葱		45	
		サラダ油		0.5	エリンギ		6	清酒		4	玉葱			35	人参		10	
とんかつソース		1.8	ピーマン	3	上白糖	0.8	(冷)さやいんげん 500g	7	エリンギ	5								
しょうゆ		0.5	にんにく	0.3	食塩	0.3	人参	5	(冷)むき枝豆 1kg	5								
三温糖		1	サラダ油	1			しょうゆ	2.5	にんにく	0.3								
(袋)トマトチャップ 1kg		0.9	(袋)トマトビュール 1kg	13	牛乳	206	三温糖	2.2	サラダ油	1								
でんぷん		0.2	(袋)トマトケチャップ 1kg	7			食塩	0.25	小麦粉	5								
のカラフルソース	水	6	赤ぶどう酒	4	(冷)かたくちいわし濃粉付き	25	削り節 だし用	1	サラダ油	5	アスパラガスのサラダ	(袋)トマトビュール 1kg	15					
			ウスターソース	1.5	なたね油	4	水	50	(袋)トマト水煮 1kg	10		(袋)トマト水煮 1kg	10					
			チキンコンソメ	0.3	細ねぎ	1.5			(袋)がらスープ 1kg	3		(袋)がらスープ 1kg	3					
			食塩	0.2	食酢	2.8	太もやし	30	ウスターソース	2		ウスターソース	2					
			こしょう	0.05	しょうゆ	2.1	ほうれん草	25	食塩	0.5		食塩	0.5					
			粉チーズ	3	しょうゆ	2.1	人参	5	人参	0.5		人参	0.5					
			豆腐	20	上白糖	2.1	みりん	0.7	味付けもみのり(5~10mm幅)	1		チキンコンソメ	0.5	チキンコンソメ	0.5			
			玉葱	20	七味	0.01	水	1	しょうゆ	1.2		上白糖	0.4	上白糖	0.4			
			たけのこ水煮(1/2カット)	15	水	1						こしょう	0.07	こしょう	0.07			
			えのきたけ	5	(レト)ホールコーン 1kg	5	(レト)ささみ油漬(フレーク)	5	上乾ちりめん	4		からし粉	0.15	からし粉	0.15			
わかたけ汁	中ねぎ	3	上白糖	1.2	キャベツ	25	キャベツ	25	上白糖	0.9	ローリエ	0.1	ローリエ	0.1				
	干しわかめ(カット)	0.5	(冷)レモン果汁 県産・500g	1	スナックえんどう	10	スナックえんどう	10	みりん	0.5	ピザ用チーズ	3	ピザ用チーズ	3				
	しょうゆ	1	食酢	1	(レト)ホールコーン 1kg	7	(レト)ホールコーン 1kg	7	しょうゆ	0.4	湯	70	湯	70				
	清酒	1	サラダ油	0.5	食酢	2	食酢	2	清酒	0.3	きゅうり	25	きゅうり	25				
	食塩	0.5	食塩	0.3	上白糖	1.1	上白糖	1.1	カレー粉	0.08	アスパラガス	20	アスパラガス	20				
	削り節 だし用	4	こしょう	0.03	食塩	0.25	食塩	0.25	炒り白ごま	0.5	人参	7	人参	7				
	湯	115	こしょう	0.03	こしょう	0.03	こしょう	0.03	みかんジュース	125	(レト)ホールコーン 1kg	5	(レト)ホールコーン 1kg	5				
			サラダ油	0.45	サラダ油	0.45	サラダ油	0.45	(個)カステラ	50	食酢	2.3	食酢	2.3				
			(レト)黄桃 1kg	20			ポンス火腿(短冊)卵抜き	7			上白糖	1.2	上白糖	1.2				
			(レト)バインアップル 1kg	25			(乾)たんめん	7			サラダ油	1	サラダ油	1				
		(冷)カクテルゼリー	25			玉葱	25			食塩	0.3	食塩	0.3					
		白ぶどう酒	1.2			人参	5			こしょう	0.03	こしょう	0.03					
		上白糖	0.8			チンゲンサイ	7											
		水	10			きくらげ(せん切り)	0.5											
						サラダ油	0.8											
						(袋)がらスープ 1kg	4											
						しょうゆ	0.5											
						チキンコンソメ	0.3											
						食塩	0.3											
						こしょう	0.03											
						ごま油	0.1											
						湯	125											

25日(月)			26日(火)			27日(水)			28日(木)			29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・手作りジャム(小)	コッペパン	50	ごはん 牛乳 あつあげのカレー炒め さいいんげんの親子サラダ ヨーグルト(小中のみ)	精白米(自校)	68	ごはん 牛乳 肉じゃが ダブルわかめ スタミナ納豆	精白米(自校)	68	山菜ごはん 牛乳 ちくわのいそべ揚げ 野菜のごま酢あえ とん汁	精白米(自校)	60	たまごとうふのふわふわどんぶり 牛乳 かんびょうのあえもの お茶ビーンズ(小中のみ)	精白米(自校)	68
	コッペパン	80		精白米(自校)	75		精白米(自校)	75		鶏肉 胸・皮なし(1×1cm)	10		精白米(自校)	75
	なたね油	5		鉄強化米	0.5		鉄強化米	0.5		鶏肉 もも・皮なし(1×1cm)	8		鉄強化米	0.5
	三温糖	6.87								清酒	1			
	青大豆きな粉	5		牛乳	206		牛乳	206		(冷)油揚げ(5mm×40mm)	5		牛乳	206
	煎茶(粉末)50g	0.5		豚肉並ミンチ	15		牛肉(2×2cmスライス)	25		(レト)山菜ミックス	12			
	紙ナフキン	1		清酒	2		清酒	1		人参	5		鶏肉 胸・皮なし(2×1cm)	15
	(冷)ストロベリーダイス	20		(冷)厚揚げ(カット)1kg	50		じゃがいも	65		サラダ油	1		鶏肉 もも・皮なし(2×1cm)	10
	上白糖	5.6		玉葱	40		玉葱	35		しょうゆ	3		鶏卵	25
	(冷)レモン果汁 県産・500g	0.4		人参	10		つきこんにやく	15		上白糖	1.3		焼き麩	6
				たけのこ水煮(1/2カット)	8		人参	10		食塩	0.3		玉葱	45
	牛乳	206		チンゲンサイ	5		(冷)さやいんげん 500g	5					人参	15
				生姜	0.4		サラダ油	1		牛乳	206		中ねぎ	5
	(冷)あさりむき身	15		にんにく	0.2		しょうゆ	2.5					生しいたけ(スライス)県産・1kg	4
	白ぶどう酒	1		ごま油	0.8		中双糖	1.7		生ちくわ	小1-3 25		清酒	1
	ベーコン(短冊)	7		しょうゆ	2.3		清酒	2		生ちくわ	小4-中 50		しょうゆ	4
	(冷)白いんげん豆ペースト	15		赤みそ	2.2		湯	7		天ぷら粉 乳・卵抜き	6		みりん	3
	じゃがいも	35		中双糖	1.8		キャベツ	20		青のり粉	0.15		三温糖	2
	玉葱	30		カレー粉	0.7		きゅうり	15		水	10		食塩	0.5
	人参	10		チキンコンソメ	0.6		人参	5		なたね油	4		でんぷん	0.5
	パセリ	0.3		でんぷん	1		(冷)まわかめ(細切り)500g袋	8					削り節 だし用	2
	サラダ油	0.5		湯	15		干しわかめ(カット)	0.5		太もやし	25		湯	50
	(袋)がらすープ 1kg	4		(レト)まぐろ油漬	5		しょうゆ	1.9		きゅうり	15		(乾)かんびょう(2cm)	5
	チキンコンソメ	0.6		キャベツ	15		ゆず酢	1.2		人参	7		食塩	0.05
	食塩	0.4		きゅうり	15		食酢	1.1		炒り白ごま	0.8		きゅうり	15
こしょう	0.05	(冷)さやいんげん 500g	6	上白糖	1.2	食酢	1.8	人参	5					
コーンスターチ	1	(冷)白いんげん豆 1kg	6			しょうゆ	2	花かつお(砕片)500g	0.8					
調理用牛乳 1L	30	人参	5	鶏肉 ひき肉	20	上白糖	0.8	しょうゆ	2.7					
湯	50	サラダ油	1	水	5			食酢	2.2					
		(冷)レモン果汁 県産・500g	1.3	ごま油	0.5	豚肉並(3×3cmスライス)	8	上白糖	1.2					
(乾)海藻ミックス	1	食酢	1	ドライひきわり納豆	3	さつまいも(2cm角)	25	ごま油	1					
キャベツ	30	上白糖	1.2	にんにく	1	洗いごぼう	5	炒り白ごま	0.5					
きゅうり	10	しょうゆ	0.8	生姜	1	つきこんにやく	7							
(レト)ホールコーン 1kg	5	食塩	0.3	細ねぎ	3	人参	5	(冷)大豆水煮	20					
食酢	2.5			しょうゆ	1.3	中ねぎ	3	でんぷん	0.6					
しょうゆ	2.2	(個)ヨーグルト 鉄分強化	70	みりん	1	甘みそ	4.5	なたね油	2					
上白糖	1.2			清酒	0.8	煮干し だし用	4	青大豆きな粉	2					
ごま油	0.5			三温糖	0.3	水	115	煎茶(粉末)50g	0.1					
サラダ油	0.5			タバスコ	0.06			三温糖	2					