

2日(月)		
献立名	材料名	量(g)
	ライ麦パン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	一食りんごジャム	15
(シヨツブラール) 肉団子のクリーミー煮	(冷)ミートボール	35
	たまねぎ	25
	マーガリン(調理用)	1.5
	牛乳(調理用)	25
	コンソメスープのもと	0.15
	乾燥バジル	0.01
	でん粉	0.5
	水	1
	水	5
	塩	0.05
	洋こしょう	0.01
粉ふきいも	じゃがいも	30
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01
(キコーカルソツパ) ベツヌツパ	たまねぎ	30
	にんじん	15
	キャベツ	40
	マーガリン(調理用)	1
	コンソメスープのもと	1.5
	ナツメグ	0.01
	水	95
	塩	0.15
	洋こしょう	0.02

3日(火)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	80
	牛乳	206
五目 ずし	鶏肉(こま切れ)	15
	にんじん	15
	ごぼう	5
	糸こんにゃく	10
	干ししいたけ(全形)	0.5
	もどし汁	
	砂糖	1.5
	酒	1
	しょうゆ(こいくち)	3
	塩	0.05
	砂糖	2
	酢	4
	塩	0.05
	一食きざみのり	1
な花 しんじょ のすまし汁	(冷)魚すり身(白身魚)	20
	小麦粉	1.5
	な花	3
	ふ(花型)	2
	にんじん	15
	はくさい	30
	白ねぎ	5
	しょうゆ(うすくち)	3.6
	こんぶ(だし用)	0.5
	かつお節(だし用)	2
	水	100
	塩	0.12

5日(木)		
献立名	材料名	量(g)
	背割りパン(小麦粉)	60
	牛乳	206
フ ラ イ サ ン ド	(冷)ホキフライ	50
	揚げ油	5
	一食中濃ソース	5
ア ス パ ジ ラ や の が チ い ー も ズ と 焼 き	じゃがいも	30
	グリーンアスパラガス	5
	(冷)とうもろこし	5
	シュレットチーズ	5
	ノンエッグマヨネーズ	2
	牛乳(調理用)	1.5
	塩	0.1
	洋こしょう	0.02
キ ヤ ベ ツ の 豆 乳 ス ー プ	レンズ豆	10
	たまねぎ	40
	にんじん	15
	キャベツ	35
	カットしめじ	5
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	0.5
	鶏がらスープのもと	0.5
	米みそ(白)	4
	無調整豆乳	40
	水	25
	塩	0.1

9日(月)		
献立名	材料名	量(g)
	黒砂糖パン(小麦粉)	60
	牛乳	206
ポークビーンズ	豚肉(スライス)	10
	ガーリックパウダー	0.02
	サラダ油	1.5
	(冷)水煮大豆	50
	じゃがいも	45
	たまねぎ	30
	にんじん	10
	(冷)グリンピース	5
	トマトケチャップ	10
	ソース	5
	水	10
	塩	0.1
	洋こしょう	0.02
アーモンドサラダ	とうもろこし(ホール)缶	10
	キャベツ	35
	アーモンド(スライス)	4
	サラダ油	1.5
	酢	1.7
	しょうゆ(こいくち)	1.1
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01

10日(火)		
献立名	材料名	量(g)
	麦ご飯	88
	牛乳	206
琥珀さ 揚げの	(冷)わかさぎ(子持ち)	40
	しょうが	1
	酒	1
	しょうゆ(こいくち)	2
	小麦粉	2
	でん粉	1
	揚げ油	3
あ さ り と 酢 和 野 え の	あさりの佃煮	15
	にんじん	10
	キャベツ	30
	すりごま	3
	酢	0.7
	しょうゆ(こいくち)	0.5
	塩	0.05
具 だ く さ ん み そ 汁	厚揚げ	20
	じゃがいも	20
	だいこん	20
	小松菜	10
	塩わかめ	3
	干しこいたけ(全形)	0.5
	米みそ(白)	5
	麦みそ	5
	いりこ(だし用)	3
	水	90

12日(木)		
献立名	材料名	量(g)
	小さいパン(県産小麦粉)	45
	牛乳	206
ケハ チン ヤバ ツー プグ 煮の	(冷)ハンバーグ	60
	トマトケチャップ	6.3
	砂糖	1.8
	ソース	3.6
	水	20
彩 リ ミ ル ク ス ー プ	ベーコン	5
	じゃがいも	20
	たまねぎ	40
	にんじん	15
	ほうれんそう	15
	とうもろこし(ホール)缶	10
	サラダ油	0.5
	牛乳(調理用)	40
	脱脂粉乳	4
	水	4
	コンソメスープのもと	1
	米粉	2
	水	4
	水	20
	塩	0.1

13日(金)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	80
	牛乳	206
(ツ三 ナ色 そご ぼは ろん )	レトルトまぐろ油漬け	25
	すりごま	2
	砂糖	1.2
	酒	0.4
	みりん	0.8
	しょうゆ(こいくち)	1.7
(三 い色 りご 卵は ん)	鶏卵	30
	砂糖	1
	塩	0.1
	サラダ油	1.5
	一食きざみのり	1
豚汁	豚肉(スライス)	10
	油揚げ	3
	にんじん	15
	だいこん	30
	みずな	5
	はくさい	30
	米みそ(白)	5
	麦みそ	6
	いりこ(だし用)	3
	水	85
不知火 かん かん	不知火かん*1/2個	84

16日(月)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	80
	牛乳	206
からあげカレー (からあげカレー)	豚肉(スライス)	5
	ガーリックパウダー	0.01
	カレー粉	0.1
	サラダ油	1
	じゃがいも	50
	たまねぎ	70
	にんじん	20
	りんご	15
	(冷)とうもろこし	5
	小麦粉	4
	カレー粉	0.7
	マーガリン(調理用)	4
	煮汁	
	トマトケチャップ	0.5
	ソース	1.5
	コンソメスープのもと	2
	ローレル	0.01
	水	45
	塩	0.1
からあげカレー (からあげ)	鶏肉(カツ・から揚げ用30g)	30
	しょうゆ(こいくち)	1.4
	酒	1.2
	しょうが	0.3
	ガーリックパウダー	0.01
	でん粉	6
	サラダ油	5

19日(木)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	80
	牛乳	206
さばのじんだ煮	(冷)さば切身	60
	しょうが	1
	三温糖	5.4
	みりん	8
	しょうゆ(こいくち)	8
	一味唐辛子	0.03
	ぬかみそ	6
	水	20
ゆかり和え	キャベツ	40
	しそ粉	0.4
	しょうゆ(こいくち)	1
むらくも汁	鶏肉(厚切り)	5
	鶏卵	20
	たまねぎ	30
	にんじん	10
	たけのこ水煮	10
	小松菜	15
	しょうゆ(うすくち)	2.5
	でん粉	1
	水	2
	いりこ(だし用)	3
	こんぶ(だし用)	0.5
	水	85
	塩	0.2