

8/27(木)		
献立名	材料名	量(g)
ハンバーガー	丸パン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	(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
	一食スライスチーズ	20
ポテトフライド	じゃがいも	40
	揚げ油	3
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01
夏野菜のABCスープ	マカロニ(アルファベット)	5
	たまねぎ	20
	にんじん	10
	トマト(角切り)缶	10
	ピーマン	5
	キャベツ	15
	(冷)とうもろこし	5
	レンズ豆	5
	サラダ油	1
	鶏がらスープのもと	1.3
	カレー粉	0.2
	水	85
	塩	0.1
	洋こしょう	0.02

8/28(金)		
献立名	材料名	量(g)
焼肉どんぶり	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	牛肉(スライス)	30
	しょうが	0.5
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	2
	酒	0.5
	砂糖	0.5
	しょうゆ(こいくち)	1
	たまねぎ	20
	にんじん	10
	小松菜	10
	しょうゆ(こいくち)	1.8
豆腐のすーぷ	オイスターソース	0.5
	砂糖	0.3
	コチュジャン	1.5
	塩	0.05
	豆腐	25
	たまねぎ	30
	たけのこ水煮	10
	塩わかめ	5
	えのきだけ	5
みかん冷凍	鶏がらスープのもと	1.3
	水	100
	塩	0.1
	洋こしょう	0.02
	(冷)みかん	75.2

8/31(月)		
献立名	材料名	量(g)
831すきっちゃんチキンライス	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	鶏肉(こま切れ)	20
	たまねぎ	50
	にんじん	20
	トマト(角切り)缶	10
	(冷)とうもろこし	5
	ピーマン	5
	たけのこ水煮	10
	サラダ油	1
	トマトケチャップ	5
	砂糖	0.3
	ソース	0.5
ジャーマンサラダ	鶏がらスープのもと	1
	ローレル	0.01
	塩	0.15
	洋こしょう	0.02
	ベーコン	5
	じゃがいも	60
	たまねぎ	10
	サラダ油	1
	ノンエッグマヨネーズ	5
	酢	2
	塩	0.1
	洋こしょう	0.02
	一食ヨーグルト	70

1日(火)		
献立名	材料名	量(g)
	ナン(県産小麦粉)	60
	牛乳	206
キーマカレー		
	鶏ひき肉	20
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	2
	たまねぎ	70
	にんじん	30
	レンズ豆	10
	(冷)グリーンピース	5
	カレー粉	0.8
	砂糖	0.2
	ソース	1
	鶏がらスープのもと	1
	でん粉	0.5
	水	1
	塩	0.2
タンンドリーチキン		
	鶏肉(角切り)	30
	ガーリックパウダー	0.01
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01
	カレー粉	0.13
	醃酵乳	2.5
	トマトケチャップ	0.75
	ソース	0.5
	小麦粉	1.5
	サラダ油	1

1日(火)		
献立名	材料名	量(g)
キャベツとコーンのソテー	キャベツ	30
	とうもろこし(ホール)缶	20
	サラダ油	0.5
	塩	0.15
	洋こしょう	0.01

2日(水)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	80
	牛乳	206
白身魚のフライ		
	(冷)ホキフライ	50
	揚げ油	5
	一食中濃ソース	5
キャベツとにんじんの赤じそ炒め	キャベツ	35
	にんじん	10
	サラダ油	1
	しそ粉	0.4
	しょうゆ(うすくち)	1.2
かぼちゃのみそ汁	油揚げ	5
	たまねぎ	20
	かぼちゃ	30
	小松菜	10
	米みそ(白)	5
	麦みそ	5
	いりこ(だし用)	3
	水	90

3日(木)		
献立名	材料名	量(g)
オーロラソース	パン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	一食ミルククリーム	15
	(冷)若鶏レバー竜田揚げ	45
	にんじん	6
	水	
	トマトケチャップ	6.4
	砂糖	0.8
	ソース	1.6
えだ豆	(冷)えだ豆	14
	塩	0.05
卵とコーンの中華スープ	鶏卵	20
	たまねぎ	20
	(冷)ほうれんそう(カット)	10
	とうもろこし(クリーム)缶	40
	えのきだけ	5
	きくらげ(スライス)	1
	鶏がらスープのもと	1.5
	でん粉	1
	水	2
	水	85
	塩	0.15
	洋こしょう	0.02

4日(金)		
献立名	材料名	量(g)
とり肉豆腐	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	鶏肉(厚切り)	20
	しょうが	0.2
	サラダ油	1
	酒	1
	しょうゆ(こいくち)	1
	(冷)豆腐	100
	たまねぎ	30
あさりの佃煮	にんじん	10
	干しいたけ(全形)	0.5
	白ねぎ	10
	砂糖	3
	酒	1
	しょうゆ(こいくち)	7
	あさりの佃煮	15
さっぱりきいもの	じゃがいも	25
	にんじん	5
	ピーマン	3
	サラダ油	0.6
	三温糖	1
	みりん	0.3
	かぼす果汁	0.4
	しょうゆ(こいくち)	2.1
	ごま油	0.2

7日(月)		
献立名	材料名	量(g)
中華ミートソースペンネ	小さい黒砂糖パン(小麦粉)	45
	牛乳	206
	マカロニ(ペンネ)	25
	塩	0.05
	サラダ油	2
	豚ひき肉	25
	たまねぎ	50
	にんじん	15
	干しいたけ(全形)	0.5
	しょうが	1
	白ねぎ	5
	ガーリックパウダー	0.02
	サラダ油	1
	トマトケチャップ	0.8
	三温糖	1.2
	麦みそ	6
	豆板じゃん	0.1
	でん粉	0.5
	水	1
	ごま油	0.3
	(冷)鶏がらスープストック	0.5
	水	20

7日(月)		
献立名	材料名	量(g)
ザクザクキャベツとじゃこの炒め	しらす干し	2
	キャベツ	40
	アーモンド(細切)	5
	サラダ油	0.5
	しょうゆ(こいくち)	0.2
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01

8日(火)		
献立名	材料名	量(g)
ピリ辛肉じゃが	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	豚肉(スライス)	20
	しょうが	0.5
	じゃがいも	80
	たまねぎ	40
	にんじん	20
	糸こんにゃく	30
	サラダ油	2.7
(たれ付)納豆	三温糖	4.1
	酒	1.4
	しょうゆ(こいくち)	8.2
	豆板じゃん	0.2
	一食納豆(たれ付)	30
あさりと野菜のさっぱり炒め	あさりの佃煮	15
	にんじん	5
	キャベツ	30
	サラダ油	0.5
	酢	0.6
	しょうゆ(こいくち)	0.4
	塩	0.04

9日(水)		
献立名	材料名	量(g)
じゃがいものインド風煮	パン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	一食いちごジャム	15
	豚ひき肉	15
	しょうが	1.5
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	1
	じゃがいも	60
	揚げ油	6
	たまねぎ	20
	にんじん	10
	(冷)グリーンピース	3
	カレー粉	0.2
	砂糖	0.8
	しょうゆ(こいくち)	0.8
	塩	0.15
	洋こしょう	0.02
野菜たっぷり豆乳スープ	たまねぎ	30
	にんじん	10
	キャベツ	30
	カットしめじ	10
	(冷)小松菜(カット)	10
	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

10日(木)		
献立名	材料名	量(g)
回鍋肉(ホイコーロー)	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	豚肉(スライス)	20
	ガーリックパウダー	0.1
	サラダ油	1
	キャベツ	60
	にんじん	20
	ピーマン	10
	きくらげ(スライス)	1.5
	白ねぎ	10
	砂糖	1.4
	しょうゆ(こいくち)	2.6
	麦みそ	1.4
	テンメンジャン	1.4
	豆板じゃん	0.06
	でん粉	2
	水	4
	ごま油	0.6
	塩	0.06

10日(木)		
献立名	材料名	量(g)
白身魚のトマトたまふワとろスープ	(冷)ホキ(角切り)	20
	鶏卵	10
	水	2
	たまねぎ	10
	トマト	20
	白ねぎ	10
	サラダ油	0.5
	酒	0.5
	砂糖	0.5
	鶏がらスープのもと	1.4
	でん粉	1
	水	2
	水	95
	塩	0.32
	洋こしょう	0.02

11日(金)		
献立名	材料名	量(g)
親子煮	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	鶏肉(厚切り)	20
	厚揚げ	40
	鶏卵	30
	じゃがいも	40
	たまねぎ	30
	にんじん	10
	白ねぎ	10
	サラダ油	2
	三温糖	2.5
	しょうゆ(こいくち)	2
	しょうゆ(うすくち)	3
	塩	0.1
キャベツともやしのごま酢炒め	もやし	20
	キャベツ	20
	すりごま	3
	サラダ油	0.5
	砂糖	0.6
	酢	1.7
	しょうゆ(こいくち)	1.7
	塩	0.1

14日(月)		
献立名	材料名	量(g)
直方焼きスパ	小さいパン(県産小麦粉)	45
	牛乳	206
	一食チョコ大豆クリーム	10
	スパゲッティ	30
	塩	0.05
	サラダ油	1
	豚肉(スライス)	15
	ワイン(赤)	1
	キャベツ	25
	たまねぎ	40
	カットしめじ	7
	ガーリックパウダー	0.2
	オリーブ油	1
	トマトケチャップ	15
カリカリいわしフライ	トマトピューレ	2
	ソース	1
	乾燥バジル	0.01
	塩	0.2
	洋こしょう	0.01
	(冷)いわしカリカリフライ(子持ち)	20
	サラダ油	2

14日(月)		
献立名	材料名	量(g)
甘辛きゅうりの酢炒め	にんじん	10
	きゅうり	25
	サラダ油	0.5
	砂糖	1.6
	酢	1.8
	しょうゆ(こいくち)	1.2
	すりごま	2
	一味唐辛子	0.01
	塩	0.1

15日(火)		
献立名	材料名	量(g)
みそカツ	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	(冷)ローストンカツ	50
	サラダ油	5
	米みそ(赤)	1.7
	豆みそ	1.7
	砂糖	3
	しょうゆ(こいくち)	0.7
	酒	3
	水	3
ツナのキャベツと物	レトルトまぐろ油漬け	10
	にんじん	5
	キャベツ	40
	サラダ油	1.5
	みりん	0.75
	しょうゆ(こいくち)	2.5
星ふ入りすまし汁	ふ(星型)	1
	豆腐	20
	たまねぎ	20
	にんじん	10
	干しいたけ(全形)	0.5
	小松菜	10
	しょうゆ(うすくち)	2.5
	こんぶ(だし用)	0.5
	かつお節(だし用)	2
	水	95
	塩	0.1

16日(水)		
献立名	材料名	量(g)
ホキのラビゴットソースがけ (ホキ)	パン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	一食ミックスジャム	15
	(冷)ホキ切身	40
	酒	0.6
	ガーリックパウダー	0.02
	塩	0.2
	洋こしょう	0.02
	でん粉	1
ホキのラビゴットソースがけ (ソース)	サラダ油	1
ホキのラビゴットソースがけ (ソース)	たまねぎ	8
	トマトピューレ	2.5
	トマト(角切り)缶	3.5
	(冷)えだ豆むき身	2
	サラダ油	0.5
	砂糖	0.72
	酢	3
	塩	0.2
	洋こしょう	0.01

16日(水)		
献立名	材料名	量(g)
豆と野菜のスープ	ベーコン	5
	レンズ豆	10
	レトルトひよこ豆	10
	じゃがいも	20
	たまねぎ	20
	にんじん	10
	キャベツ	20
	コンソメスープのもと	1.5
	水	95
	塩	0.15
	洋こしょう	0.02

17日(木)		
献立名	材料名	量(g)
麻婆豆腐	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	豚ひき肉	10
	レトルト大豆(挽き割り)	10
	しょうが	0.5
	ガーリックパウダー	0.1
	サラダ油	1
	(冷)豆腐	130
	白ねぎ	10
野菜のオイスターソース炒め (アーモンド入り)	砂糖	0.5
	酒	3
	しょうゆ(こいくち)	4
	麦みそ	2.5
	コンソメスープのもと	0.5
	豆板じゃん	0.2
	でん粉	1
	水	2
	ごま油	0.5
	塩	0.05
	キャベツ	40
	にんじん	10
	アーモンド(荒)	3
	サラダ油	0.5
	オイスターソース	2.5
	塩	0.05
	洋こしょう	0.01

18日(金)		
献立名	材料名	量(g)
しょうがの煮	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	(冷)さば切身	60
	しょうが	3
	三温糖	6.5
	酒	4
	みりん	4
	しょうゆ(こいくち)	13
	水	20
キャベツとにんじんの ごま和え	キャベツ	30
	にんじん	10
	すりごま	3
	砂糖	0.4
	しょうゆ(こいくち)	2
冬瓜と鶏肉のもずく汁	鶏肉(厚切り)	10
	冬瓜	25
	たまねぎ	10
	にんじん	10
	(冷)ほうれんそう(カット)	10
	(冷)もずく	15
	しょうゆ(うすくち)	2
	酒	0.5
	でん粉	1
	水	2
	こんぶ(だし用)	0.8
	かつお節(だし用)	3.5
	水	90
	塩	0.15

24日(木)		
献立名	材料名	量(g)
ツナソースサンド	背割りパン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	レトルトまぐろ油漬け	20
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	0.5
	たまねぎ	30
	トマトピューレ	15
	砂糖	1
	ソース	0.5
かぼちゃのチャウダー	コンソメスープのもと	0.5
	粒マスタード	0.5
	でん粉	0.2
	水	0.4
	塩	0.15
	洋こしょう	0.02
	鶏肉(厚切り)	10
	たまねぎ	30
	にんじん	15
	かぼちゃ	50
	サラダ油	1
	無調整豆乳	50
	脱脂粉乳	6
	水	6
	シュレットチーズ	3
	鶏がらスープのもと	1
	ワイン(白)	3
	水	20
	塩	0.15
	洋こしょう	0.02

24日(木)		
献立名	材料名	量(g)
甘夏かん	甘夏かん缶	20

29日(火)		
献立名	材料名	量(g)
	小さいパン(小麦粉)	45
	牛乳	206
	一食いちごマーガリン	9
平 麺 焼 き ビ ー フ ン	平麺ビーフン	15
	鶏肉(こま切れ)	10
	(冷)角天ぷら	10
	たまねぎ	30
	にんじん	20
	キャベツ	50
	白ねぎ	10
	きくらげ(スライス)	1
	サラダ油	2
	しょうゆ(こいくち)	1.5
	鶏がらスープのもと	0.3
	塩	0.26
洋こしょう	0.02	
厚 揚 げ の か ら め 煮	厚揚げ	50
	(冷)グリーンピース	3
	砂糖	1.1
	酒	0.6
	しょうゆ(こいくち)	1.7
	オイスターソース	3.1
	水	4
	でん粉	0.2
	水	0.4
	一食(冷)スライスパン	28

[illegible]