

8/27(木)		
献立名	材料名	量(g)
焼肉どんぶり	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	牛肉(スライス)	42
	しょうが	0.7
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	2.8
	酒	0.7
	砂糖	0.7
	しょうゆ(こいくち)	1.4
	たまねぎ	28
	にんじん	14
	小松菜	14
	しょうゆ(こいくち)	2.52
	オイスターソース	0.7
	砂糖	0.42
豆腐の藍島産わかめとスープ	コチュジャン	2.1
	塩	0.07
	豆腐	35
	たまねぎ	42
	たけのこ水煮	14
	塩わかめ	7
	えのきだけ	7
	鶏がらスープのもと	1.82
	水	140
	塩	0.14
	洋こしょう	0.03

8/27(木)		
献立名	材料名	量(g)
パインアップル(缶)	パインアップル(くさび形)缶	50

8/28(金)		
献立名	材料名	量(g)
831すきっちゃんチキンライス	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	鶏肉(こま切れ)	26
	たまねぎ	65
	にんじん	26
	トマト(角切り)缶	13
	(冷)とうもろこし	6.5
	ピーマン	6.5
	たけのこ水煮	13
	サラダ油	1.3
	トマトケチャップ	6.5
	砂糖	0.39
	ソース	0.65
	鶏がらスープのもと	1.3
	ローレル	0.01
ジャーマンサラダ	塩	0.2
	洋こしょう	0.03
	ベーコン	6
	じゃがいも	72
	たまねぎ	12
	サラダ油	1.2
	ノンエッグマヨネーズ	6
	酢	2.4
	塩	0.12
	洋こしょう	0.02

8/28(金)		
献立名	材料名	量(g)
オムレツ	(冷)プレーンオムレツ	50
一食ヨーグルト		105

8/31(月)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
ハンバーグ	(冷)ハンバーグ	80
	シュレットチーズ	12
ポテトフライド	じゃがいも	56
	揚げ油	4.2
	塩	0.14
	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)	7
	たまねぎ	28
	にんじん	14
	トマト(角切り)缶	14
	ピーマン	7
	キャベツ	21
	(冷)とうもろこし	7
	レンズ豆	7
	サラダ油	1.4
	鶏がらスープのもと	1.82
	カレー粉	0.28
	水	119
	塩	0.14
	洋こしょう	0.03

献立名	材料名	量(g)

1日(火)		
献立名	材料名	量(g)
とり肉豆腐	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	鶏肉(厚切り)	28
	しょうが	0.28
	サラダ油	1.4
	酒	1.4
	しょうゆ(こいくち)	1.4
	(冷)豆腐	140
	たまねぎ	42
	にんじん	14
	干しいたけ(全形)	0.7
	白ねぎ	14
	砂糖	4.2
	酒	1.4
	しょうゆ(こいくち)	9.8
あさりの 佃煮	あさりの佃煮	20
さっぱりが いも の ぱ い ら	じゃがいも	30
	にんじん	6
	ピーマン	3.6
	サラダ油	0.72
	三温糖	1.2
	みりん	0.36
	かぼす果汁	0.48
	しょうゆ(こいくち)	2.52
	ごま油	0.24

2日(水)		
献立名	材料名	量(g)
ツナソー ス サ ン ド	パン(小麦粉)	80
	牛乳	206
	レトルトまぐろ油漬け	26
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	0.65
	たまねぎ	39
	トマトピューレ	19.5
	砂糖	1.3
	ソース	0.65
	コンソメスープのもと	0.65
	粒マスタード	0.65
	でん粉	0.26
	水	0.52
かぼ ち ゃ の チ ャ ウ ダ ー	塩	0.2
	洋こしょう	0.03
	鶏肉(厚切り)	14
	たまねぎ	42
	にんじん	21
	かぼちゃ	70
	サラダ油	1.4
	無調整豆乳	70
	脱脂粉乳	8.4
	水	8.4
	シュレットチーズ	4.2
	鶏がらスープのもと	1.4
	ワイン(白)	4.2
	水	28
	塩	0.21
	洋こしょう	0.03

2日(水)		
献立名	材料名	量(g)
	一食型抜きチーズ	15

3日(木)		
献立名	材料名	量(g)
親子煮	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	鶏肉(厚切り)	26
	厚揚げ	52
	鶏卵	39
	じゃがいも	52
	たまねぎ	39
	にんじん	13
	白ねぎ	13
	サラダ油	2.6
	三温糖	3.25
	しょうゆ(こいくち)	2.6
	しょうゆ(うすくち)	3.9
し し や も	塩	0.13
	(冷)ししゃも(子持ち)	40
キャベツと もやし の	もやし	26
	キャベツ	26
	すりごま	3.9
	サラダ油	0.65
	砂糖	0.78
	酢	2.21
	しょうゆ(こいくち)	2.21
	塩	0.13

4日(金)		
献立名	材料名	量(g)
キーマ カ レ ー	ナン(県産小麦粉)	70
	牛乳	206
	鶏ひき肉	28
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	2.8
	たまねぎ	98
	にんじん	42
	レンズ豆	14
	(冷)グリーンピース	7
	カレー粉	1.12
	砂糖	0.28
	ソース	1.4
	鶏がらスープのもと	1.4
タン ド リ ー チ キン	でん粉	0.7
	水	1.4
	塩	0.28
	鶏肉(角切り)	42
	ガーリックパウダー	0.01
	塩	0.14
	洋こしょう	0.01
	カレー粉	0.18
	醃酵乳	3.5
	トマトケチャップ	1.05
	ソース	0.7
	小麦粉	2.1
	サラダ油	1.4

4日(金)		
献立名	材料名	量(g)
キャベツ と コー ンの	キャベツ	42
	とうもろこし(ホール)缶	28
	サラダ油	0.7
	塩	0.21
	洋こしょう	0.01
	一食(冷)ムース	40

7日(月)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
麻婆豆腐	豚ひき肉	14
	レトルト大豆(挽き割り)	14
	しょうが	0.7
	ガーリックパウダー	0.14
	サラダ油	1.4
	(冷)豆腐	182
	白ねぎ	14
	砂糖	0.7
	酒	4.2
	しょうゆ(こいくち)	5.6
	麦みそ	3.5
	コンソメスープのもと	0.7
	豆板じゃん	0.28
	でん粉	1.4
	水	2.8
	ごま油	0.7
	塩	0.07
野菜のオイスターソース炒め (アーモンド入り)	キャベツ	48
	にんじん	12
	アーモンド(荒)	3.6
	サラダ油	0.6
	オイスターソース	3
	塩	0.06
	洋こしょう	0.01
	一食乳酸菌飲料	133

8日(火)		
献立名	材料名	量(g)
	小さいパン(県産小麦粉)	60
	牛乳	206
	一食チョコ大豆クリーム	10
直方焼きスパ	スパゲッティ	39
	塩	0.07
	サラダ油	1.3
	豚肉(スライス)	19.5
	ワイン(赤)	1.3
	キャベツ	32.5
	たまねぎ	52
	カットしめじ	9.1
	ガーリックパウダー	0.26
	オリーブ油	1.3
	トマトケチャップ	19.5
	トマトピューレ	2.6
	ソース	1.3
	乾燥バジル	0.01
	塩	0.26
	洋こしょう	0.01
カリカリいわし	(冷)いわしカリカリフライ(子持ち)	40
	サラダ油	4

8日(火)		
献立名	材料名	量(g)
甘辛きゅうりの酢炒め	にんじん	12
	きゅうり	30
	サラダ油	0.6
	砂糖	1.92
	酢	2.16
	しょうゆ(こいくち)	1.44
	すりごま	2.4
	一味唐辛子	0.01
	塩	0.12

9日(水)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
回鍋肉(ホイコーロー)	豚肉(スライス)	24
	ガーリックパウダー	0.12
	サラダ油	1.2
	キャベツ	72
	にんじん	24
	ピーマン	12
	きくらげ(スライス)	1.8
	白ねぎ	12
	砂糖	1.68
	しょうゆ(こいくち)	3.12
	麦みそ	1.68
	テンメンジャン	1.68
	豆板じゃん	0.07
	でん粉	2.4
	水	4.8
	ごま油	0.72
	塩	0.07
ショーロンポウ	(冷)ショーロンポウ	30

9日(水)		
献立名	材料名	量(g)
白身魚のトマトたまふわとろスープ	(冷)ホキ(角切り)	28
	鶏卵	14
	水	2.8
	たまねぎ	14
	トマト	28
	白ねぎ	14
	サラダ油	0.7
	酒	0.7
	砂糖	0.7
	鶏がらスープのもと	1.96
	でん粉	1.4
	水	2.8
	水	133
	塩	0.45
	洋こしょう	0.03

献立名	材料名	量(g)

10日(木)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	一食ふりかけ(わかめ)	2.5
じゃがいものインド風煮	豚ひき肉	19.5
	しょうが	1.95
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	1.3
	じゃがいも	78
	揚げ油	7.8
	たまねぎ	26
	にんじん	13
	(冷)グリーンピース	3.9
	カレー粉	0.26
	砂糖	1.04
	しょうゆ(こいくち)	1.04
	塩	0.2
	洋こしょう	0.03
野菜たっぷり豆乳スープ	たまねぎ	42
	にんじん	14
	キャベツ	42
	カットしめじ	14
	(冷)小松菜(カット)	14
	サラダ油	0.7
	鶏がらスープのもと	0.7
	米みそ(白)	5.6
	無調整豆乳	56
	水	35
	塩	0.14

10日(木)		
献立名	材料名	量(g)
ウインナー あらびき	あらびきウインナー	20

11日(金)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
ひじきの混ぜご飯 (ごま入り)	ベーコン	6.5
	しらす干し	3.9
	にんじん	19.5
	干しひじき	2.6
	小松菜	13
	すりごま	3.9
	サラダ油	1.3
	砂糖	1.04
	酒	1.04
	しょうゆ(こいくち)	3.64
手作り卵焼き	鶏卵	42
	砂糖	0.96
	酒	0.48
	白だし	0.96
	水	9.6
	塩	0.19
あじ団子汁	(冷)あじミニボール	28
	にんじん	7
	たまねぎ	28
	キャベツ	28
	白ねぎ	7
	米みそ(白)	7
	麦みそ	7
	いりこ(だし用)	4.2
	水	119

14日(月)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
ピリ辛肉じゃが	豚肉(スライス)	28
	しょうが	0.7
	じゃがいも	112
	たまねぎ	56
	にんじん	28
	糸こんにゃく	42
	サラダ油	3.78
	三温糖	5.74
	酒	1.96
	しょうゆ(こいくち)	11.48
	豆板じゃん	0.28
(たれ付) 納豆	一食(冷)納豆	40
	一食かつお節	1
あさりと野菜のさっぱり炒め	あさりの佃煮	18
	にんじん	6
	キャベツ	36
	サラダ油	0.6
	酢	0.72
	しょうゆ(こいくち)	0.48
	塩	0.05

15日(火)		
献立名	材料名	量(g)
	小さい黒砂糖パン(小麦粉)	60
	牛乳	206
中華ミートソースペンネ		

15日(火)		
献立名	材料名	量(g)
ザクザクキャベツアツモじンド炒め	しらす干し	2.4
	キャベツ	48
	アーモンド(細切)	6
	サラダ油	0.6
	しょうゆ(こいくち)	0.24
	塩	0.12
	洋こしょう	0.01
冷凍みかん	(冷)みかん	75.2

16日(水)		
献立名	材料名	量(g)
白身魚のフライ	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	(冷)ホキフライ	60
	揚げ油	6
	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	45.5
	にんじん	13
	サラダ油	1.3
	しそ粉	0.52
	しょうゆ(うすくち)	1.56
かぼちゃのみそ汁	油揚げ	7
	たまねぎ	28
	かぼちゃ	42
	小松菜	14
	米みそ(白)	7
	麦みそ	7
	いりこ(だし用)	4.2
	水	126

17日(木)		
献立名	材料名	量(g)
オーロラソース	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	(冷)若鶏レバー竜田揚げ	58.5
	にんじん	7.8
	水	
	トマトケチャップ	8.32
	砂糖	1.04
	ソース	2.08
えだ豆	(冷)えだ豆	16.8
	塩	0.06
卵とコーンの中華スープ	鶏卵	28
	たまねぎ	28
	(冷)ほうれんそう(カット)	14
	とうもろこし(クリーム)缶	56
	えのきだけ	7
	きくらげ(スライス)	1.4
	鶏がらスープのもと	2.1
	でん粉	1.4
	水	2.8
	水	119
	塩	0.21
	洋こしょう	0.03

18日(金)		
献立名	材料名	量(g)
しょうがの煮	ご飯(米)	100
	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	36
	にんじん	12
	すりごま	3.6
	砂糖	0.48
	しょうゆ(こいくち)	2.4
冬瓜と鶏肉のもずく汁	鶏肉(厚切り)	14
	冬瓜	35
	たまねぎ	14
	にんじん	14
	(冷)ほうれんそう(カット)	14
	(冷)もずく	21
	しょうゆ(うすくち)	2.8
	酒	0.7
	でん粉	1.4
	水	2.8
	こんぶ(だし用)	1.12
	かつお節(だし用)	4.9
	水	126
	塩	0.21

24日(木)		
献立名	材料名	量(g)
チキンカレーライス	麦ご飯(米)	110
	牛乳	206
	鶏肉(厚切り)	26
	ガーリックパウダー	0.01
	カレー粉	0.13
	サラダ油	2.6
	じゃがいも	91
	たまねぎ	65
	にんじん	26
キラフルミックス	りんご	19.5
	(冷)グリーンピース	6.5
	小麦粉	5.2
	カレー粉	0.91
	マーガリン(調理用)	5.2
	煮汁	
	トマトケチャップ	0.65
	ソース	1.95
	鶏がらスープのもと	2.6
	ローレル	0.01
キラフルミックス	水	58.5
	塩	0.13

24日(木)		
献立名	材料名	量(g)
ゆで卵	鶏卵(1個)	53.55

25日(金)		
献立名	材料名	量(g)
しょうがの煮	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	一食さけふりかけ	2.5
	(冷)ししゃもの天ぷら(子持)	50
小松菜とたくあん(ごま入り)の炒め物	たくあん(細切り)	7
	小松菜	21
	にんじん	14
	すりごま	2.8
	サラダ油	0.84
	しょうゆ(こいくち)	0.84
月見汁	白玉粉	11.2
	(冷)裏ごしかぼちゃ	11.2
	水	4.2
	鶏肉(こま切れ)	28
	(冷)さといも	28
	にんじん	14
	白ねぎ	14
	しょうゆ(うすくち)	4.2
	こんぶ(だし用)	0.7
	かつお節(だし用)	2.8
	水	119
	塩	0.14

[illegible]