

[週間献立表]

献立区分: A 0:通常献立 小学

5月1日 水曜日				5月2日 木曜日				5月7日 火曜日				5月8日 水曜日			
牛乳 御飯・減量 厚揚げの中華煮 ◇ビーフンの中華和え				牛乳 みそキムチスープ 御飯・減量 鶏の唐揚げ(塩味) ◇ゆで野菜				牛乳 パン 鶏肉のマーマレード煮 まめまめポタージュスープ				牛乳 かしわもち【小・中】 御飯・減量 たけのこごはんの具 すまし汁			
材料名	数量	単位	アレルギー	材料名	数量	単位	アレルギー	材料名	数量	単位	アレルギー	材料名	数量	単位	アレルギー
牛乳	1	本		牛乳	1	本		牛乳	1	本		牛乳	1	本	
減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食		パン 55g	1	食		減量ごはん	1	食	
豚肉・ももスライス	15	g		若鶏もも肉(角切)	60	g		若鶏もも肉(角切)	55	g		ゆで・たけのこ	25	g	
うずら卵(水煮)	20	g		塩	0.5	g		たまねぎ	30	g		若鶏肉・こま切り	30	g	
厚揚げ	50	g		こしょう	0.02	g		キャベツ	30	g		にんじん	5	g	
にんじん	10	g		ガーリック	0.1	g		しょうゆ	3	g		油揚げ(神石産)	3	g	
たまねぎ	40	g		片栗粉	10	g		マーマレード	8	g		干しいたけ(カット)	0.4	g	
チンゲン菜	10	g		食油	7	g		水	5	g		冷・さいいんげん	3	g	
干しいたけ(カット)	0.6	g						片栗粉	2	g		みりん	3.5	g	
にんにく	0.3	g		キャベツ	25	g		水	2	g		しょうゆ	3.5	g	
しょうが	0.5	g		にんじん	5	g						塩	0.2	g	
ごま油	1	g						ベーコン	5	g		食油	1	g	
三温糖	1.5	g		豚肉・ももスライス	5	g		じゃがいも	20	g		だしこんぶ	0.3	g	
しょうゆ	3	g		ごま油	0.2	g		にんじん	10	g		削り節(だし用)	0.3	g	
オイスターソース	2	g		塩	0.2	g		たまねぎ	25	g		水	20	g	
酒	1	g		こしょう	0.02	g		しめじ(真空)	5	g					
塩	0.2	g		豆腐	20	g		白いんげん豆(蒸し煮)	5	g		干しわかめ	0.5	g	
こしょう	0.02	g		はくさい	30	g		冷・むき枝豆	3	g		えのきだけ(真空)	8	g	
水	10	g		にんじん	10	g		冷・とうもろこし	10	g		たまねぎ	20	g	
片栗粉	1	g		しめじ(真空)	7	g		白いんげん豆ペースト	10	g		にんじん	10	g	
水	1	g		ねぎ	5	g		牛乳(調理用)	20	g		おつゆ麩	1	g	
				緑豆はるさめ	3	g		クリームポタージュ	6	g		ねぎ	3	g	
ビーフン	5	g		キムチの素	1.5	g		塩	0.3	g		塩	0.3	g	
ロースハム(短冊切り)	5	g		酒	1	g		こしょう	0.02	g		うすくちしょうゆ	2.5	g	
キャベツ	20	g		うすくちしょうゆ	3	g		鶏がらスープ	15	g		だしこんぶ	1.2	g	
きゅうり	15	g		中みそ	5	g		水	50	g		削り節(だし用)	1.2	g	
三温糖	2	g		鶏がらスープ	30	g						水	110	g	
塩	0.2	g		水	100	g									
酢	2.5	g										かしわもち	1	個	みかんゼリー
しょうゆ	2.5	g													
からし	0.1	g													
ごま油	0.5	g													
☆幼稚園はうずら卵なし															

[週間献立表]

献立区分: A 0:通常献立 小学

5月27日 月曜日				5月28日 火曜日				5月29日 水曜日				5月30日 木曜日			
牛乳 御飯・減量 ジャンボおにぎり 茎わかめのきんぴら 新たまねぎと厚揚げのみそ汁				牛乳 背割りパン セルフドッグ オニオンスープ				牛乳 御飯・減量 大豆の五目煮 ◇パリパリサラダ				牛乳 御飯・減量 豆乳担々麺 ◇海藻サラダ			
材料名	数量	単位	アレルギー	材料名	数量	単位	アレルギー	材料名	数量	単位	アレルギー	材料名	数量	単位	アレルギー
牛乳	1	本		牛乳	1	本		牛乳	1	本		牛乳	1	本	
減量ごはん	1	食		背割りパン 55g	1	食		減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食	
おにぎりのり	1	枚		スライスウインナー	25	g		大豆	10	g		冷凍ちゃんぽん麺	45	g	
昆布佃煮	1	個	ゆかり1食用	キャベツ	30	g		若鶏もも肉(角切)	20	g		豚肉・ももミンチ	15	g	
				にんじん	10	g		厚揚げ	20	g		しょうが	0.5	g	
豚肉・ももスライス	20	g		塩	0.1	g		こんぶ角	0.8	g		にんにく	0.5	g	
さつま揚げ	7	g		こしょう	0.01	g		じゃがいも	30	g		豆板醤	0.2	g	
ごぼう	15	g		食油	1.5	g		にんじん	15	g		食油	1	g	
にんじん	10	g		一食用ケチャップ	1	個	一食マヨ	ごぼう	10	g		たまねぎ	20	g	
つきこんにゃく	15	g						冷・さやいんげん	5	g		にんじん	5	g	
茎わかめ(冷凍)	10	g		ベーコン	10	g		板こんにゃく	15	g		チンゲン菜	10	g	
食油	2	g		にんじん	10	g		食油	1.5	g		もやし	20	g	
三温糖	2	g		じゃがいも	20	g		三温糖	4	g		冷・とうもろこし	5	g	
しょうゆ	4	g		たまねぎ	30	g		みりん	2	g		しょうゆ	6	g	
ごま油	0.3	g		セロリー	5	g		しょうゆ	5	g		三温糖	0.3	g	
白ごま	0.5	g		こしょう	0.02	g		水	15	g		塩	0.4	g	
一味唐辛子	0.02	g		塩	0.7	g						こしょう	0.01	g	
				鶏がらスープ	20	g		キャベツ	20	g		豆乳(調整豆乳)	20	g	
厚揚げ	20	g		水	100	g		きゅうり	15	g		すりごま	2	g	
じゃがいも	10	g					にんじん	5	g		ごま油	0.5	g		
にんじん	10	g					たくあん漬(せん切り)	5	g		鶏がらスープ	10	g		
新玉ねぎ	25	g					酢	1.5	g		水	70	g		
しめじ(真空)	5	g					三温糖	1.5	g						
ねぎ	3	g					塩	0.1	g		海藻ミックス	0.7	g		
中みそ	9	g					しょうゆ	2	g		きゅうり	15	g		
いりこ大 ☆	3	g									キャベツ	15	g		
水	100	g									にんじん	5	g		
											まぐろ油漬	10	g		
											しょうゆ	2.5	g		
											三温糖	2	g		
											ごま油	0.5	g		
											酢	2	g		

