



# [ 週間献立表 ]

献立区分: H 0:通常献立 小学

5月9日 木曜日				5月10日 金曜日				5月13日 月曜日				5月14日 火曜日			
牛乳 ポテトスープ				牛乳 御飯・減量 厚揚げの中華煮 ◇ビーフンの中華和え				牛乳 だいじょ芋入り鶏団子汁 麦御飯 ふりかけ（カルシウム強化） ししゃものから揚げ ◇かおりあえ				牛乳 御飯・減量 じゃが豚キムチ ◇ツナフレーク和え			
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	
パン 55g	1	食		減量ごはん	1	食		麦ごはん	1	食		減量ごはん	1	食	
若鶏もも肉（角切）	60	g		豚肉・ももスライス	15	g		ししゃも（18g）	2	匹	ホキ	豚肉・ももスライス	30	g	
塩	0.5	g		うずら卵（水煮）	20	g		片栗粉	5	g		じゃがいも	50	g	
こしょう	0.02	g		厚揚げ	50	g		食油	5	g		たまねぎ	40	g	
ガーリック	0.1	g		にんじん	10	g						にんじん	15	g	
片栗粉	10	g		たまねぎ	40	g		キャベツ	20	g		しらたき	20	g	
食油	7	g		チンゲン菜	10	g		きゅうり	15	g		はくさい（キムチ漬）	10	g	
				干しいたけ（カット）	0.6	g		かおり	0.3	g		にら	5	g	
キャベツ	25	g		にんにく	0.3	g						食油	2	g	
にんじん	5	g		しょうが	0.5	g		だいじょ芋入り鶏団子	30	g		酒	0.5	g	
				ごま油	1	g		たまねぎ	25	g		三温糖	2	g	
ベーコン	8	g		三温糖	1.5	g		チンゲン菜	10	g		しょうゆ	4	g	
じゃがいも	30	g		しょうゆ	3	g		にんじん	7	g		みりん	0.8	g	
にんじん	10	g		オイスターソース	2	g		干しいたけ（カット）	0.5	g					
たまねぎ	20	g		酒	1	g		うすくちしょうゆ	2.5	g		キャベツ	20	g	
冷・とうもろこし	10	g		塩	0.2	g		いりこ大 ☆	2	g		きゅうり	25	g	
塩	0.6	g		こしょう	0.02	g		水	95	g		にんじん	5	g	
こしょう	0.02	g		水	10	g						まぐろ油漬	10	g	
鶏がらスープ	10	g		片栗粉	1	g		ふりかけ（Ca強化）	1	個	ゆかり1食用	三温糖	0.8	g	
水	95	g		水	1	g						しょうゆ	2	g	
				ビーフン	5	g									
				ロースハム（短冊切り）	5	g									
				キャベツ	20	g									
				きゅうり	15	g									
				三温糖	2	g									
				塩	0.2	g									
				酢	2.5	g									
				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											







