

[週間献立表]

献立区分: A 0:通常献立 小学

5月21日 水曜日				5月22日 木曜日				5月23日 金曜日				5月26日 月曜日			
牛乳 御飯・減量 豚肉と新たまねぎのしょうが炊 だいじょいも入り鶏団子汁				牛乳 御飯・減量 鯛そぼろ御飯の具 白玉汁				牛乳 麦御飯 じゃが豚キムチ ◇切干し大根の酢の物				牛乳 御飯・減量 豚肉と大豆の甘みそあえ ◇そえ野菜			
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		麦ごはん	1	食		減量ごはん	1	食	
豚肉・ももスライス	45	g		鯛ほぐし身	18	g		豚肉・ももスライス	35	g		豚肉もも拍子木切り	40	g	
新玉ねぎ	30	g		酒	3	g		じゃがいも	55	g		酒	2	g	
キャベツ	30	g		にんじん	5	g		たまねぎ	40	g		しょうゆ	0.5	g	
にんじん	10	g		冷・むき枝豆	8	g		にんじん	15	g		しょうが	1	g	
しめじ(真空)	7	g		食油	0.5	g		しらたき	20	g		蒸し大豆 ☆	20	g	
しょうが	1.2	g		うすくちしょうゆ	2	g		はくさい(キムチ漬け)	10	g		片栗粉	10	g	
食油	0.5	g		三温糖	1.2	g		にら	5	g		食油	6	g	
三温糖	0.7	g		塩	0.1	g		食油	2	g		中みそ	5	g	
塩	0.2	g		錦糸卵	12	g		酒	0.5	g		三温糖	1.6	g	
酒	1	g		1食さざみのり	1	個		三温糖	2	g		みりん	3	g	
しょうゆ	4	g						しょうゆ	4	g		白ごま	1	g	
				冷凍白玉餅	30	g		みりん	0.8	g		水	1.5	g	
だいじょ芋入り鶏団子	30	g		若鶏肉・こま切り	20	g									
新玉ねぎ	20	g		チンゲン菜	10	g		切り干しだいこん ☆	3.7	g		キャベツ	28	g	
チンゲン菜	10	g		たまねぎ	20	g		しらす干し	2	g		にんじん	4	g	
えのきだけ(真空)	10	g		にんじん	5	g		きゅうり	5	g					
にんじん	5	g		しょうゆ	3	g		にんじん	5	g		豆竹輪	8	g	
中みそ	8	g		塩	0.3	g		酢	3	g		にんじん	5	g	
いりこ大 ☆	3	g		いりこ大 ☆	3	g		三温糖	1.5	g		たまねぎ	20	g	
水	95	g		水	95	g		うすくちしょうゆ	2	g		えのきだけ(真空)	10	g	
								塩	0.2	g		もずく	10	g	
ふりかけ(C a 強化)	1	個	1食ゆかり	アーモンドいりこ ☆	1	個	芋チップス					ねぎ	3	g	
												塩	0.2	g	
												うすくちしょうゆ	2.5	g	
												だしこんぶ	1	g	
												削り節(だし用)	1	g	
												水	120	g	

