

[週間献立表]

献立区分: B 0:通常献立 小学

5月1日 木曜日				5月2日 金曜日				5月7日 水曜日				5月8日 木曜日			
牛乳 御飯・減量 さばの梅煮 ◇昆布和え				牛乳 御飯・減量 大豆の五目煮 ◇パリパリサラダ				牛乳 小型パン きんぴらスパゲティ ◇ひじきサラダ				牛乳 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		小型パン 35g	1	食		減量ごはん	1	食	
さば・切身 (50g) ☆	1	切	ホキ	大豆	10	g		ハーフスパゲティ	30	g		ゆで・たけのこ	20	g	
しょうが	1	g		若鶏もも肉 (角切)	20	g		ベーコン	20	g		若鶏肉・こま切り	30	g	
梅干し	2	g		厚揚げ	20	g		ごぼう	15	g		にんじん	5	g	
三温糖	2.5	g		こんぶ角	0.8	g		たまねぎ	25	g		油揚げ (広島県産)	3	g	
酒	1	g		じゃがいも	35	g		にんじん	10	g		干しいたけ(カット)	0.4	g	
みりん	1	g		にんじん	15	g		こまつな	5	g		冷・さやいんげん	3	g	
しょうゆ	3	g		ごぼう	10	g		にんにく	0.2	g		みりん	4	g	
酢	2	g		冷・さやいんげん	5	g		食油	0.5	g		しょうゆ	3.5	g	
水	10	g		板こんにゃく	10	g		しょうゆ	3	g		塩	0.2	g	
				食油	1	g		三温糖	1.5	g		食油	1	g	
キャベツ	30	g		三温糖	3.5	g		みりん	1.5	g		だしこんぶ	0.3	g	
塩昆布	1	g		みりん	2	g		酒	1	g		削り節 (だし用)	0.3	g	
				しょうゆ	5	g		塩	0.1	g		水	20	g	
豆腐	20	g		水	15	g		一味唐辛子	0.01	g					
じゃがいも	10	g						ごま油	0.3	g		干しわかめ	0.5	g	
にんじん	10	g		キャベツ	30	g						えのきだけ(真空)	8	g	
新玉ねぎ	25	g		きゅうり	10	g		ひじき (芽)	1	g		たまねぎ	20	g	
しめじ(真空)	5	g		にんじん	5	g		まぐろ油漬 ☆	5	g		にんじん	10	g	
ねぎ	3	g		たくあん漬 (せん切り)	5	g		キャベツ	20	g		おつゆ麩	1	g	
中みそ	9	g		酢	1.5	g		きゅうり	15	g		ねぎ	3	g	
いりこ大 ☆	3	g		三温糖	1.5	g		にんじん	5	g		塩	0.3	g	
水	100	g		塩	0.1	g		白ごま	1	g		うすくちしょうゆ	2.5	g	
				しょうゆ	2	g		しょうゆ	0.6	g		だしこんぶ	1.2	g	
								塩	0.1	g		削り節 (だし用)	1.2	g	
				ふりかけ (Fe強化)	1	個	1食ゆかり	こしょう	0.02	g		水	110	g	
								ノンエッグマヨネーズ	8	g					
												かしわもち	1	個	みかんゼリー

[週間献立表]

献立区分: B 0:通常献立 小学

5月27日 火曜日				5月28日 水曜日				5月29日 木曜日				5月30日 金曜日			
牛乳 けんちん汁 御飯・減量 さばのカレー煮 ◇ゆかり漬け				牛乳 パン 炒めビーフン ◇しゃりしゃりホ°ネトサダ				牛乳 袋入りアーモンドいりこ【小・中】 御飯・減量 鯛そぼろ御飯の具 白玉汁				牛乳 もずく汁 麦御飯 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		パン 55g	1	食		減量ごはん	1	食		麦ごはん	1	食	
さば・切身 (50g) ☆	1	切	ホキ	ビーフン	20	g		鯛ほぐし身	18	g		豚肉もも拍子木切り	40	g	
しょうゆ	4	g		豚肉・ももスライス	20	g		酒	3	g		酒	2	g	
三温糖	1.5	g		えび	10	g		にんじん	5	g		しょうゆ	0.5	g	
みりん	2	g		酒	1	g		冷・むき枝豆	8	g		しょうが	1	g	
酒	1	g		たまねぎ	25	g		食油	0.5	g		蒸し大豆 ☆	20	g	
カレー粉	0.3	g		にんじん	10	g		うすくちしょうゆ	2	g		片栗粉	10	g	
水	10	g		キャベツ	30	g		三温糖	1.2	g		食油	6	g	
				グリーンアスパラガス	8	g		塩	0.1	g		中みそ	5	g	
きゅうり	30	g		にんにく	0.3	g		錦糸卵	12	g		三温糖	1.6	g	
ゆかり	0.3	g		食油	0.5	g		1食きざみのり	1	個		みりん	3	g	
				塩	0.6	g						白ごま	1	g	
豆腐 (広島県産)	20	g		こしょう	0.02	g		冷凍白玉餅	30	g		水	1.5	g	
若鶏肉・スライス	15	g		しょうゆ	2	g		豚肉・ももスライス	20	g					
油揚げ (広島県産)	5	g		ごま油	2	g		チンゲン菜	10	g		キャベツ	28	g	
たまねぎ	20	g					たまねぎ	20	g		にんじん	4	g		
にんじん	5	g		じゃがいも	35	g		にんじん	5	g					
ごぼう	10	g		にんじん	5	g		しょうゆ	3	g		豆竹輪	8	g	
板こんにゃく	10	g		きゅうり	8	g		塩	0.3	g		にんじん	5	g	
ねぎ	3	g		ロースハム (短冊切り)	5	g		いりこ大 ☆	3	g		たまねぎ	20	g	
食油	2	g		サラダ油	1	g		水	95	g		えのきだけ(真空)	10	g	
しょうゆ	4	g		三温糖	1	g						もずく	10	g	
塩	0.1	g		塩	0.2	g		アーモンドいりこ ☆	1	個	芋チップス	ねぎ	3	g	
水	100	g		酢	3	g					塩	0.2	g		
				こしょう	0.02	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	