

[週間献立表]

献立区分: C 0:通常献立 小学

1 ページ

[illegible]

[週 間 献 立 表]

献立区分： C 0:通常献立 小学

6月6日 金曜日				6月9日 月曜日				6月10日 火曜日				6月11日 水曜日			
牛乳 御飯・減量 噛みってる！GoGo炒め かき卵汁				牛乳 やかましいみそ汁 御飯・減量 鶏の唐揚げ ◇コーンキャベツ				牛乳 御飯・減量 うま煮 ◇あなごときゅうりの和え物				牛乳 おこめんスープ 御飯・減量 さばのソース煮 ◇昆布和え			
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	
減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食	
ごぼう	20	g		若鶏もも肉（角切）	60	g		若鶏もも肉（角切）	35	g		さば・切身（50g）☆	1	切	ホキ
豚肉もも細切り	25	g		しょうが	1	g		厚揚げ	25	g		しょうが	2	g	
つきこんにゃく	20	g		にんにく	0.3	g		豆竹輪	10	g		三温糖	1.5	g	
にんじん	10	g		しょうゆ	3	g		うずら卵(水煮)	20	g		しょうゆ	2	g	
ガス天	7	g		片栗粉	10	g		にんじん	10	g		ウスターソース	4	g	
冷・むき枝豆	5	g		食油	6	g		板こんにゃく	10	g		酒	2	g	
白ごま	0.5	g						じゃがいも	30	g		水	10	g	
食油	1	g		キャベツ	30	g		さやいんげん	3	g					
ごま油	0.3	g		冷・とうもろこし	5	g		食油	1	g		キャベツ	32	g	
赤みそ	3	g						三温糖	3	g		塩昆布	1	g	
しょうゆ	3	g		豆腐	20	g		みりん	1	g					
水	1.5	g		じゃがいも	20	g		しょうゆ	4	g		米粉めん	12	g	
三温糖	3	g		にんじん	10	g		水	20	g		若鶏肉・こま切り	10	g	
酒	3	g		たまねぎ	30	g						たまねぎ	25	g	
				しめじ(真空)	5	g		焼きあなご(カット)	5	g		にんじん	10	g	
液卵 ☆	20	g		干しわかめ	0.5	g		きゅうり	35	g		チンゲン菜	8	g	
豆腐	25	g		油揚げ	3	g		白ごま	1	g		干しいたけ(カット)	0.3	g	
えのきだけ(真空)	10	g		ねぎ	3	g		三温糖	1	g		食油	0.5	g	
若鶏肉・こま切り	10	g		中みそ	9	g		うすくちしょうゆ	1	g		塩	0.3	g	
にんじん	10	g		いりこ大 ☆	3	g		酢	1.5	g		うすくちしょうゆ	4	g	
たまねぎ	20	g		水	100	g						鶏がらスープ	15	g	
チンゲン菜	10	g										水	95	g	
しょうゆ	2.5	g													
うすくちしょうゆ	1.5	g													
塩	0.3	g													
片栗粉	0.7	g													
水	0.7	g													
いりこ大 ☆	3	g													
水	80	g													
								☆幼稚園はうずら卵除去							

[週間献立表]

献立区分: C 0:通常献立 小学

3 ページ

[illegible]

[週間献立表]

献立区分: C 0:通常献立 小学

4 ページ

6月18日 水曜日				6月19日 木曜日				6月20日 金曜日				6月23日 月曜日			
牛乳 御飯・減量 チンジャオロウスー 春雨スープ				牛乳 ピタパンサンド 照焼きチキン ◇ボイルキャベツ				牛乳 御飯・減量 豆乳担々麺 ◇海藻サラダ				牛乳 御飯・減量 呉の肉じゃが ◇はりはり漬			
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		ピタパン 60 g	1	個		減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食	
豚肉もも細切り	35	g		若鶏肉・スライス	60	g		冷凍ちゃんぽん麺	35	g		豚肉・ももスライス	30	g	
しょうが	0.25	g		しょうが	0.4	g		豚肉・ももミンチ	20	g		じゃがいも	60	g	
しょうゆ	1.2	g		三温糖	1.7	g		しょうが	0.5	g		たまねぎ	50	g	
三温糖	0.25	g		みりん	0.8	g		にんにく	0.5	g		つきこんにゃく	25	g	
食油	1	g		しょうゆ	3.2	g		豆板醤	0.1	g		食油	1	g	
たまねぎ	30	g		酒	0.8	g		食油	1	g		三温糖	3	g	
にんじん	10	g		片栗粉	0.4	g		たまねぎ	15	g		しょうゆ	6	g	
ゆで・たけのこ	15	g		水	0.4	g		にんじん	5	g		みりん	1	g	
ピーマン	15	g						チンゲン菜	5	g					
三温糖	0.5	g		キャベツ	35	g		もやし	15	g		切り干しだいこん ☆	3.5	g	
しょうゆ	2.5	g						冷・とうもろこし	5	g		きゅうり	20	g	
オイスターソース	0.6	g		1 食ノックマヨネーズ	1	個	ドレッシング	しょうゆ	5	g		にんじん	5	g	
塩	0.2	g						三温糖	0.3	g		しらす干し	2	g	
こしょう	0.03	g		マカロニ（シエル）	10	g		塩	0.4	g		塩	0.1	g	
豆板醤	0.2	g		ベーコン	8	g		こしょう	0.01	g		三温糖	2	g	
				じゃがいも	20	g		豆乳（調整豆乳）	20	g		うすくちしょうゆ	2	g	
若鶏肉・スライス	10	g		にんじん	10	g		すりごま	2	g		酢	4	g	
にんじん	5	g		たまねぎ	20	g		ごま油	0.5	g		塩昆布	1	g	
たまねぎ	10	g		冷・とうもろこし	8	g		鶏がらスープ	10	g					
もやし	20	g		塩	0.6	g		水	60	g		アーモンドいりこ ☆	1	個	1 食昆布
干しいたけ(カット)	0.8	g		こしょう	0.02	g									
緑豆はるさめ	4	g		鶏がらスープ	10	g		海藻ミックス	0.5	g					
ねぎ	3	g		水	95	g		きゅうり	10	g					
塩	0.5	g						キャベツ	20	g					
こしょう	0.02	g						にんじん	5	g					
鶏がらスープ	20	g						まぐろ油漬 ☆	10	g					
うすくちしょうゆ	2	g						しょうゆ	2.5	g					
片栗粉	1	g						三温糖	2	g					
水	90	g						ごま油	0.5	g					
								酢	2	g					
さつま芋チップス☆	1	個													
								味付けのり							

[週間献立表]

献立区分: C 0:通常献立 小学

5 ページ

[illegible]

[週 間 献 立 表]

献立区分： C 0:通常献立 小学

6月30日 月曜日															
牛乳 御飯・減量 厚揚げの中華煮 ◇ナムル															
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													
減量ごはん	1	食													
豚肉・ももスライス	20	g													
厚揚げ	50	g													
えび	10	g													
酒	1	g													
にんじん	10	g													
たまねぎ	45	g													
チンゲン菜	15	g													
干しいたけ(カット)	0.5	g													
にんにく	0.3	g													
しょうが	0.5	g													
ごま油	1	g													
三温糖	1.5	g													
しょうゆ	3	g													
オイスターソース	2	g													
酒	1	g													
塩	0.2	g													
こしょう	0.02	g													
片栗粉	1	g													
水	1	g													
きゅうり	20	g													
もやし	25	g													
にんじん	5	g													
しょうゆ	2.5	g													
ガーリック	0.03	g													
ごま油	0.5	g													
白ごま	1	g													