

[週間献立表]

献立区分: D 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 いかの天ぷら【小・中】 切干大根のハコソテー				牛乳 御飯・減量 うま煮 ◇あなごときゅうりの和え物				牛乳 御飯・減量 さばのソース煮 ◇昆布和え				牛乳 パン ポークビーンズ ◇ごぼうサラダ			
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		減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食		パン 55g	1	食	
いか天ぷら(冷凍) 40g	1	個	鶏肉	若鶏もも肉(角切)	35	g		さば・切身(50g) ☆	1	切	ホキ	蒸し大豆 ☆	24	g	
食油	5	g		厚揚げ	25	g		しょうが	2	g		豚肉・ももスライス	30	g	
				豆竹輪	10	g		三温糖	1.5	g		たまねぎ	40	g	
切り干しだいこん ☆	6	g		うずら卵(水煮)	20	g		しょうゆ	2	g		にんじん	15	g	
ベーコン	5	g		にんじん	10	g		ウスターソース	4	g		じゃがいも	40	g	
こまつな	8	g		板こんにゃく	10	g		酒	2	g		マッシュルーム水煮	5	g	
にんじん	3	g		じゃがいも	30	g		水	10	g		三温糖	2	g	
にんにく	0.3	g		さやいんげん	3	g						ケチャップ	8	g	
食油	0.8	g		食油	1	g		キャベツ	32	g		ウスターソース	3	g	
酒	0.7	g		三温糖	3	g		塩昆布	1	g		塩	0.1	g	
しょうゆ	1	g		みりん	1	g						食油	1	g	
塩	0.1	g		しょうゆ	4	g		米粉めん	12	g					
こしょう	0.01	g		水	20	g		若鶏肉・こま切り	10	g		ごぼう	20	g	
								たまねぎ	25	g		まぐろ油漬 ☆	10	g	
豆腐	20	g		焼きあなご(カット)	5	g		にんじん	10	g		きゅうり	20	g	
若鶏肉・こま切り	10	g		きゅうり	35	g		チンゲン菜	8	g		にんじん	5	g	
油揚げ	3	g		白ごま	1	g		干しいたけ(カット)	0.3	g		三温糖	1	g	
たまねぎ	20	g		三温糖	1	g		食油	0.5	g		塩	0.1	g	
にんじん	5	g		うすくちしょうゆ	1	g		塩	0.3	g		酢	3	g	
ごぼう	10	g		酢	1.5	g		うすくちしょうゆ	4	g		こしょう	0.01	g	
板こんにゃく	10	g						鶏がらスープ	15	g		サラダ油	0.5	g	
ねぎ	5	g						水	95	g					
食油	1	g													
しょうゆ	4	g													
塩	0.1	g													
いりこ大 ☆	3	g													
水	95	g													
☆幼稚園は白身魚の天ぷら				☆幼稚園はうずら卵除去											

