

[週間献立表]

献立区分: B 0:通常献立 小学

7月1日 火曜日				7月2日 水曜日				7月3日 木曜日				7月4日 金曜日			
牛乳 レモンゼリー				牛乳 熱く燃える!!Cスープ				牛乳 御飯・減量				牛乳 御飯・減量			
御飯・減量				パン				厚あげのみそ炒め				夏野菜カレーライス			
福山たっぷり豚丼				いちごジャム				◇ナムル				◇海藻サラダ			
◇じゃこ和え				フィッシュアンドチップス											
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		減量ごはん	1	食	
豚肉・ももスライス	45	g		いちごジャム	1	個	マーガリン	厚揚げ	45	g		若鶏もも肉(角切)	35	g	
たまねぎ	35	g						豚肉・ももスライス	20	g		にんにく	0.3	g	
にんじん	15	g		ホキ・角切り ☆	40	g	鶏肉	にんじん	10	g		たまねぎ	35	g	
グリーンアスパラガス	10	g		片栗粉	8	g		たまねぎ	30	g		にんじん	10	g	
しらたき	25	g		食油	5	g		チンゲン菜	5	g		かぼちゃ	20	g	
食油	1	g		フライドポテト	25	g		干しいたけ(カット)	0.8	g		なす	10	g	
三温糖	2	g		食油	2.5	g		キャベツ	20	g		トマト	10	g	
みりん	3	g		塩	0.3	g		しょうが	0.3	g		冷・むき枝豆	5	g	
しょうゆ	7	g						にんにく	0.1	g		冷・とうもろこし	5	g	
水	10	g		ベーコン	5	g		緑豆はるさめ	5	g		食油	1	g	
				しらす干し	1	g		食油	0.5	g		塩	0.5	g	
しらす干し	2	g		たまねぎ	25	g		しょうゆ	4	g		こしょう	0.02	g	
きゅうり	20	g		にんじん	5	g		みりん	1	g		トンカツソース	3	g	
もやし	30	g		マカロニ(シエル)	7	g		中みそ	5	g		ウスターソース	3	g	
酢	3	g		キャベツ	30	g		三温糖	1	g		ケチャップ	5	g	
塩	0.2	g		しめじ(真空)	5	g		ごま油	1	g		バター ☆	5	g	
三温糖	1.2	g		食油	0.5	g		水	2	g		米粉	6	g	
うすくちしょうゆ	1.5	g		塩	0.4	g						カレー粉	0.7	g	
				こしょう	0.02	g		きゅうり	10	g		しょうゆ	1	g	
レモンゼリー	1	個	ヨーグルト	ケチャップ	5	g		もやし	35	g		水	70	g	
				トマトジュース	15	g		にんじん	5	g					
				鶏がらスープ	20	g		しょうゆ	2.5	g		海藻ミックス	0.7	g	
				水	50	g		ガーリック	0.03	g		きゅうり	15	g	
								ごま油	0.5	g		キャベツ	15	g	
								白ごま	1	g		にんじん	5	g	
												まぐろ油漬 ☆	10	g	
												しょうゆ	3	g	
												三温糖	2	g	
												ごま油	0.5	g	
												酢	2	g	

