

[週間献立表]

献立区分: A 0:通常献立 小学

3 ページ

7月11日 金曜日				7月14日 月曜日				7月15日 火曜日				7月16日 水曜日			
牛乳 麦御飯 キムタクごはんの具 おこめんスープ				牛乳 御飯・減量 鶏肉とじゃがいものケチャップ煮 ◇ツナサラダ				牛乳 小型黒糖パン 焼き皿パゲティ ◇切り干しバンバンジー				牛乳 御飯・減量 夏野菜カレーライス ◇海藻サラダ			
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	
麦ごはん	1	食		減量ごはん	1	食		小型パン35g(加工用)	1	食		減量ごはん	1	食	
はくさい(キムチ漬)	20	g		若鶏もも肉(角切)	35	g		黒砂糖(パン用)	4.5	g		若鶏もも肉(角切)	35	g	
豚肉・ももスライス	30	g		じゃがいも	50	g		マーガリン(パン用)	2.25	g		にんにく	0.3	g	
たくあん漬(せん切り)	20	g		たまねぎ	30	g		ハーフスパゲティ	28	g		たまねぎ	35	g	
もやし	15	g		にんじん	10	g		豚肉・ももスライス	30	g		にんじん	10	g	
うすくちしょうゆ	0.5	g		うずら卵(水煮)	15	g		酒	1	g		かぼちゃ	20	g	
食油	1	g		冷・むき枝豆	5	g		たまねぎ	30	g		なす	10	g	
				にんにく	0.1	g		にんじん	10	g		トマト	10	g	
米粉めん	12	g		食油	2	g		キャベツ	30	g		冷・むき枝豆	5	g	
若鶏肉・こま切り	10	g		三温糖	1.5	g		食油	1	g		冷・とうもろこし	5	g	
たまねぎ	20	g		しょうゆ	3	g		塩	0.25	g		食油	1	g	
にんじん	10	g		ケチャップ	7	g		こしょう	0.02	g		塩	0.5	g	
チンゲン菜	10	g		塩	0.15	g		トンカツソース	6	g		こしょう	0.02	g	
干しいたけ(カット)	0.7	g		こしょう	0.01	g		ウスターソース	6	g		トンカツソース	3	g	
食油	0.5	g						あおのり粉	0.2	g		ウスターソース	3	g	
塩	0.3	g		まぐろ油漬 ☆	10	g						ケチャップ	5	g	
うすくちしょうゆ	4	g		きゅうり	10	g		切り干しだいこん ☆	2.5	g		バター ☆	5	g	
鶏がらスープ	15	g		キャベツ	30	g		鶏肉ささ身(ゆで)	8	g		米粉	6	g	
水	95	g		冷・とうもろこし	5	g		もやし	10	g		カレー粉	0.7	g	
				塩	0.3	g		きゅうり	10	g		しょうゆ	1	g	
				こしょう	0.02	g		にんじん	3	g		水	70	g	
				三温糖	0.8	g		酢	2.5	g					
				酢	3	g		しょうゆ	2.5	g		海藻ミックス	0.7	g	
								三温糖	1.7	g		きゅうり	15	g	
								豆板醤	0.1	g		キャベツ	15	g	
								塩	0.05	g		にんじん	5	g	
								ごま油	0.5	g		まぐろ油漬 ☆	10	g	
								すりごま	1	g		しょうゆ	3	g	
												三温糖	2	g	
												ごま油	0.5	g	
												酢	2	g	

