

[週 間 献 立 表]

献立区分： F 0:通常献立 小学

8月25日 月曜日				8月26日 火曜日				8月27日 水曜日				8月28日 木曜日			
牛乳 御飯・減量 ねぎ塩豚丼 ビーフンスープ				牛乳 御飯・減量 じゃが豚キムチ ◇ツナフレーク和え				牛乳 角チーズ パン サマードライカレー ◇フレンチサラダ				牛乳 ゼリー（鉄分強化） 御飯・減量 ツナそぼろ御飯の具 ワンタンスープ			
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		パン 5 5 g	1	食		減量ごはん	1	食	
豚肉・ももスライス	35	g		豚肉・ももスライス	30	g		豚肉・ももミンチ	35	g		まぐろ油漬 ☆	30	g	
酒	1	g		じゃがいも	50	g		豚レバーチップ	8	g		茎わかめ（冷凍）	10	g	
たまねぎ	35	g		たまねぎ	40	g		たまねぎ	30	g		錦糸卵	12	g	
もやし	20	g		にんじん	15	g		じゃがいも	30	g		にんじん	10	g	
にんじん	10	g		しらたき	20	g		にんじん	10	g		食油	0.5	g	
ねぎ	5	g		はくさい(キムチ漬け)	10	g		なす	10	g		しょうゆ	2	g	
焼きかまぼこ	7	g		にら	5	g		ピーマン	5	g		三温糖	2	g	
しょうが	0.3	g		食油	0.5	g		トマト	10	g		塩	0.1	g	
にんにく	0.3	g		酒	0.5	g		冷・とうもろこし	5	g					
食油	1	g		三温糖	2	g		にんにく	0.2	g		ワンタン麺	10	g	
うすくちしょうゆ	3	g		しょうゆ	4	g		しょうが	0.2	g		若鶏肉・こま切り	10	g	
みりん	1	g		みりん	0.8	g		カレー粉	0.8	g		たまねぎ	30	g	
塩	0.4	g						ケチャップ	10	g		キャベツ	15	g	
こしょう	0.02	g		もやし	30	g		トンカツソース	4	g		にんじん	5	g	
片栗粉	0.5	g		きゅうり	10	g		塩	0.5	g		干しいたけ(カット)	0.5	g	
水	0.5	g		にんじん	5	g		食油	1	g		ねぎ	3	g	
ごま油	0.5	g		まぐろ油漬 ☆	10	g		水	10	g		しょうゆ	1	g	
				三温糖	1	g						うすくちしょうゆ	1.5	g	
ビーフン（平麺）	7	g		しょうゆ	2	g		ロースハム（短冊切り）	5	g		こしょう	0.02	g	
若鶏肉・こま切り	10	g		塩	0.1	g		きゅうり	15	g		塩	0.2	g	
食油	0.5	g						キャベツ	30	g		水	80	g	
にんじん	10	g						塩	0.3	g		鶏がらスープ	20	g	
たまねぎ	25	g						こしょう	0.02	g					
干しいたけ(カット)	0.7	g						三温糖	0.8	g		ゼリー(F e強化)	1	個	ヨーグルト
チンゲン菜	5	g						酢	3	g					
うすくちしょうゆ	2	g						サラダ油	1.5	g					
しょうゆ	1	g													
塩	0.2	g						角チーズ ☆	1	個	1 食昆布				
鶏がらスープ	20	g													
水	90	g													

[週 間 献 立 表]

献立区分： F 0:通常献立 小学

8月29日 金曜日															
牛乳 御飯・減量 マーボー豆腐 ◇拌三糸															
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													
豆腐	60	g													
豚肉・ももミンチ	35	g													
にんじん	20	g													
たまねぎ	40	g													
干しいたけ(カット)	1	g													
ねぎ	5	g													
しょうが	0.5	g													
にんにく	0.3	g													
ごま油	2	g													
三温糖	2	g													
しょうゆ	1	g													
赤みそ	6	g													
豆板醤	0.5	g													
片栗粉	3	g													
水	3	g													
キャベツ	20	g													
きゅうり	10	g													
にんじん	5	g													
ロースハム（短冊切り）	5	g													
緑豆はるさめ	2.5	g													
三温糖	2.5	g													
塩	0.2	g													
酢	2.5	g													
しょうゆ	2.5	g													
からし	0.1	g													
白ごま	1	g													
ごま油	1	g													