11月4日	11月5	11月6日		11月7日 金曜日										
牛乳		牛乳	牛乳相	<u>性</u> 汁			牛乳 アーモント゛いりこ【小・中】							
小型黒糖パン		御飯•減量				御飯•減量				御飯·減	崖			
ミートスパゲティ		鶏さつま				白身魚と大豆のビンゴソース				いも煮				
◇海藻サラダ		春雨スープ				コーンキャベツ				◇はりは	り漬け			
材料名	数量 単位 アレルキ"-	材料名	数量	単位	アレルキ゛ー	材料名	数量	単位	アレルキ゛ー		材料名	数量	単位	アレルキ゛-
 牛乳	1 本	牛乳	1	本		牛乳	1	本	-	牛乳		1	本	
小型パン3 5 g (加工用)	1 食	減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食		減量ごは	h	1	食	
黒砂糖(パン用)	4.5 g													
マーガリン(パン用)	2.25 g	若鶏肉・ミンチ	25	g		ホキ・角切り ☆	50	g	鶏肉	里芋		30	g	
		さつまいも	50			蒸U大豆 ☆	10			豚肉・もも	5スライス	30		
	25 g	たまねぎ	25	_		片栗粉	10			にんじん		10	_	
蒸し大豆(クラッシュ)	5 g	にんじん	10			食油	6			ごぼう		15		
豚肉・ももミンチ	30 g	冷・むき枝豆	3	g		ビンゴソース	6			板こんにも	ο 〈	20		
	5 g		1	g				<u> </u>		白ねぎ		15		
たまねぎ	30 g	しょうゆ	4.5	g		キャベツ	28	g		酒		2	-	
にんじん	15 g	みりん	1.5	g		冷・とうもろこし	5	<u> </u>		三温糖		2		
 マッシュルーム水煮	15 g		2	g						しょうゆ		6	-	
にんにく	0.3 g	三温糖	2.5	g		じゃがいも	30	g		水		50		
	1 g	水	5	g		ベーコン	8							
赤ワイン	5 g					たまねぎ	30	_		切り干した	ごいこん ☆	3.5	g	
 塩	0.6 g	豚肉・ももスライス	10	g		しらたき	5			きゅうり		15		
こしょう	0.02 g	にんじん	5	g		にんじん	5	g		にんじん		5	-	
ケチャップ	7 g	たまねぎ	20			しめじ(真空)	8			しらす干し	,	3		
トマトピューレ	10 g	もやし	10			ねぎ	3			塩		0.1		
	0.5 g	干ししいたけ(カット)	0.8	g		食油	0.5			三温糖		2		
ウスターソース	4 g	緑豆はるさめ	4	g		牛乳(調理用)	15			うすくちし	ようゆ	2		
		ねぎ	3	g		白みそ	9			酢		4	g	
	0.4 g		0.3	g		塩	0.01			塩昆布		1	g	
だいこん	30 g	こしょう	0.02	g		こしょう	0.02							
にんじん	5 g	うすくちしょうゆ	4	g		水	55	_		アーモンド	いりこ ☆	1	個	1 食昆布
	10 g	鶏がらスープ	20	g				<u> </u>						
しょうゆ	3 g	水	95	g						1				
三温糖	2 g													
	2 g													
	 									1				
	 						1			1				
	+ + +													
	 						1			1				
	 						1			1				
	1 1		<u> </u>	<u> </u>				<u> </u>	<u> </u>					
		1				i .				1				

11月10日	3 月曜日	11月1	1日 火曜日		11月12日 水曜日					11月13日 木曜日					
牛乳	豆腐汁	牛乳			牛乳	ゆかりふりかい	ţ		牛乳 りんご (1/8)						
麦御飯		パン				御飯·減量				御飯•源					
みそからあげ		鶏肉の米粉クリーム煮				大豆の五目煮				広島菜	そぼろ丼の具				
温野菜(ボイルキャベツ)		◇フレンチサラダ				◇酢の物				白玉汁					
材料名	数量単位列	フレルギー 材料名	数量	単位	アレルキ゛ー	材料名	数量	単位	アレルキ゛ー		材料名	数量	単位	アレルキ゛ー	
牛乳	1 本	牛乳	1	本		牛乳	1	本		牛乳		1	本		
麦ごはん	1 食	パン 55g	1	食		減量ごはん	1	食		減量ごは	th.	1	食		
若鶏もも肉 (角切)	45 g	若鶏もも肉(角切)	25	g		大豆	10	g		広島菜	責(刻み)	20	g		
鶏レバー(冷凍)	15 g	うずら卵(水煮)	20	g		若鶏もも肉(角切)	20	g		若鶏肉·	ミンチ	25	g		
片栗粉	5 g	たまねぎ	30	g		厚揚げ	20	g		しょうが		0.3	g		
食油	6 g	さつまいも	30	g		こんぶ角	1	g		たまねぎ		20	g		
八丁みそ	1.2 g	マッシュルーム水煮	5	g		じゃがいも	35	g		にんじん		5	g		
赤みそ	1.2 g	にんじん	10	g		にんじん	15	g		酒		1.5	g		
みりん	1.5 g	冷・むき枝豆	5	g		ゆで・たけのこ	10	g		三温糖		1.5	g		
三温糖	2.5 g	食油	0.8	g		冷・さやいんげん	5	g		しょうゆ		3	g		
しょうゆ	1 g	塩	0.5	g		板こんにゃく	10	g		みりん		1	g		
水	5 g	こしょう	0.02	g		食油	1	g		白ごま		0.5	g		
		米粉	4	g		三温糖	4	g		錦糸卵		15	g		
キャベツ	32 g	バター ☆	4	g		みりん	2	g		食油		0.5	g		
		牛乳(調理用)	30	g		しょうゆ	5	g							
豆腐	20 g	鶏がらスープ	10	g		水	15	g		冷凍白	 玉餅	30	g		
にんじん	10 g	水	20	g						豚肉・も	もスライス	10	g		
たまねぎ	20 g					干しわかめ	0.5	g		チンゲン	· 菜	10	g		
しめじ(真空)	8 g	ロースハム(短冊切り)	5	g		きゅうり	20	g		たまねぎ		20	g		
干しわかめ	0.5 g	キャベツ	30	g		もやし	20	g		にんじん		5	g		
しょうゆ	1.5 g	きゅうり	20			にんじん	5			しょうゆ		3	g		
うすくちしょうゆ	1.5 g	酉乍	3	g		三温糖	2.5	g		塩		0.3	g		
塩	0.3 g	塩	0.3	g		塩	0.1	g		いりこ大	☆	2	g		
いりこ大 ☆	3 g	こしょう	0.02	g		酢	3	g		水		95	g		
水	100 g	三温糖	0.8	g		うすくちしょうゆ	2.5	g							
		サラダ油	1.5	g						りんご		0.13	個:	ヨーグルト	
						1 食ゆかり	1	個							
			•	-	-		•	<u> </u>				•	- 1		

11月14日 金曜日			11月17	7日 月曜日		11月18日 火曜日					11月19日 水曜日				
牛乳	<u>, — ж. н —</u>	•		牛乳	/ Ц / ј. Щ Ц		牛乳		十乳 みかん						
麦御飯				御飯•減量				パン	_, , , , , ,	0.0		御飯・減量	⊒	17,370	
マーボーひじき				親子丼				鶏肉とさつま芋のケチャッフ。煮				うずみ			
◇ナムル				 ◇まめ菜サラダ				オニオンスープ				煮じゃあ			
材料名	数量	単位	アレルキ゛ー	材料名	数量	単位	アレルキ゛ー		数量	単位	アレルキ゛ー	же тоз	材料名	数量	単位 アレルキ゛-
牛乳	1	本	7 7 77	牛乳	1	本		牛乳	1	本	7 7 77	牛乳	131111		山本
麦ごはん	1	食		減量ごはん	1	食		パン 5 5 g	1	食		減量ごはん			1 食
豆腐	50	g		若鶏肉・スライス	30	g		若鶏もも肉(角切)	25	g		豆腐		30	g
豚肉・ももミンチ	25	•		たまねぎ	40			さつまいも	50	_		えび		30	
ひじき(芽)	1.5			にんじん	10			たまねぎ	25	+		若鶏肉・ご	ま切り	20	
にんじん	20			干ししいたけ(カット)	0.8			にんじん	10			干ししいた	(ナ(カット)		l g
たまねぎ	40			卵	40			冷・むき枝豆	3	<u> </u>		冷・さといも		20	g
ねぎ	3			ねぎ	5			にんにく	0.1	+		にんじん			5 g
しょうが	0.5	_		食油	1	g		食油	2			みつば		2	2 g
にんにく	0.3	_		三温糖	2			三温糖	1	g		しょうゆ		E	5 g
ごま油	2	1		みりん	2			しょうゆ	2			ゆず		0.2	2 g
赤みそ	7			塩	0.2			ケチャップ	5	1		いりこ大	$\stackrel{\sim}{\sim}$:	3 g
三温糖	3			しょうゆ	8			塩	0.1	g		水			5 g
豆板醬	0.5	g		削り節(だし用)	0.5	g		こしょう	0.01	g					
しょうゆ	2			水	40							だいこん		30	g
片栗粉	0.5							ベーコン	8	g		こまつな		10) g
水	0.5	g		蒸し大豆 ☆	10	g		にんじん	10	g		油揚げ			3 g
				まぐろ油漬 ☆	8	g		たまねぎ	25	g		にんじん		Ĺ	5 g
ほうれんそう	10	g		キャベツ	20			キャベツ	20	+		いりこ小っ	☆		l g
もやし	35	g		こまつな	10	g		セロリー	5	g		食油		1	l g
にんじん	5	g		にんじん	5	g		冷・とうもろこし	5	g		三温糖		0.6	5 g
しょうゆ	2.5	g		酢	3	g		鶏がらスープ	20	g		うすくちしょ	うゆ	3	3 g
ガーリック	0.03	g		うすくちしょうゆ	1.5	g		こしょう	0.02	g					
ごま油	0.5	g		三温糖	1.2	g		塩	0.6	g		みかん		1	Ⅰ 個 ヨーグルト
白ごま	1	g						水	90	g					
								ココア牛乳のもと ☆	1	個	苺ジャム				

献立区分: E 0:通常献立 小学

11月20日 木曜日		11月2	11月21日 金曜日					11月25日 火曜日					11月26日 水曜日				
牛乳		牛乳	けんちん汁			牛乳			牛乳								
御飯·減量		御飯・減量				パン				御飯•減量							
おからツナ丼		さばのみそ煮				 ハンハ゛ーク゛のケチャッフ゜ソースかけ				肉じゃが							
にらたま汁		◇ゆかりあえ				ポテトスープ				- ◇ごま酢あえ							
材料名	数量 単位 アレルキ		数量	単位		材料名	数量	単位	アレルキ゛ー		数量	単位	アレルキ゛ー				
牛乳	1 本	牛乳	1	本		牛乳	:	山本		牛乳	1	本					
減量ごはん	1 食	減量ごはん	1	食		パン 55g	:	L 食		減量ごはん	1	食					
まぐろ油漬 ☆	30 g	 さば·切身(50g)☆	1	切	ホキ	ハンバーグ 60 g	-	L 個	鶏肉	豚肉・ももスライス	35	g					
おから	8 g	しょうが	1	g		たまねぎ	30) g		じゃがいも	60	_					
たまねぎ	20 g	三温糖	2	g		キャベツ	20	_		たまねぎ	40	1					
にんじん	10 g	みりん	1	g		エリンギ(真空)	8	3 g		にんじん	15						
しょうが	0.3 g		1	g		マッシュルーム水煮	į	5 g		冷・さやいんげん	5	1					
干ししいたけ(カット)	0.5 g	しょうゆ	2	g		ウスターソース	Į.	5 g		つきこんにゃく	15	+ + +					
冷・むき枝豆	8 g	赤みそ	5	g		ケチャップ	-	⁷ g		食油	0.5	1					
食油	0.5 g	酉 作	2	g		三温糖	:	l g		三温糖	3	1					
三温糖	3 g	水	10							しょうゆ	6	1 1					
みりん	2 g					ベーコン	8	3 g		みりん	1	g					
しょうゆ	5 g	キャベツ	25	g		じゃがいも	30) g									
水	15 g	にんじん	5	g		にんじん	10) g		にんじん	5	g					
		ゆかり	0.3	g		たまねぎ	15	5 g		キャベツ	20	g					
にら	5 g					冷・とうもろこし	10) g		もやし	25						
卵	25 g	豆腐(広島県産)	20	g		塩	0.6	5 g		白ごま	1	g					
豚肉・ももスライス	10 g	若鶏肉・スライス	20	g		こしょう	0.02	2 g		三温糖	1.5	g					
にんじん	10 g	油揚げ(広島県産)	3	g		鶏がらスープ) g		塩	0.2						
たまねぎ	30 g	たまねぎ	20	g		水	9!	5 g		酢	2	g					
しょうゆ	5 g	にんじん	5	g						しょうゆ	1	g					
こしょう	0.02 g	ごぼう	10	g													
塩	0.3 g	板こんにゃく	10	g													
片栗粉	1 g	ねぎ	5	g													
水	1 g	食油	1	g													
いりこ大 ☆	3 g	しょうゆ	4	g													
水	75 g	水	95	g													

献立区分: E 0:通常献立 小学

11月2	27日 木曜日		3日 金曜日											
牛乳	大根の中華和え	牛乳												
御飯·減量		御飯·減量												
鮭の唐揚げ		冬野菜カレーライス												
サンマーメン		◇チーズサラダ												
材料名	数量単位アルルギ	- 材料名	数量	単位	アレルキ゛-	材料名	数量	単位	ュ アレルキ゛ー	材料	名	数量	単位	アレルキ゛ー
牛乳	1 本	牛乳	1	本										
減量ごはん	1 食	減量ごはん	1	食										
さけ・角切り ☆	50 g 木丰	若鶏もも肉(角切)	30	g										
しょうが	1 g	さつまいも	20	1										
しょうゆ	3 g	だいこん	20											
片栗粉	10 g	れんこん	15											
食油	5 g	にんじん	10											
		たまねぎ	30	g										
冷凍ちゃんぽん麺	25 g	にんにく	0.5	1										
豚肉・ももスライス	10 g	食油	0.5	g										
はくさい	10 g	塩	0.5	g										
たまねぎ	10 g	ウスターソース	3	g										
もやし	12 g	トンカツソース	3	g										
にんじん	5 g	ケチャップ	5	g										
干ししいたけ(カット)	1 g	しょうゆ	1	g										
チンゲン菜	5 g	バター ☆	5	g										
食油	1 g	小麦粉	6	g										
しょうゆ	5 g	カレー粉	0.7	g										
塩	0.5 g	水	60	g										
こしょう	0.02 g													
ごま油	0.5 g	ロースハム(短冊切り)	5	g										
鶏がらスープ	10 g	キャベツ	25	g										
水	70 g	きゅうり	20	g										
片栗粉	1 g	カットチーズ	5	g										
水	1 g	三温糖	1	g										
		酢	2.5	g										
だいこん	30 g	サラダ油	1	g										
にんじん	5 g	塩	0.1	g										
三温糖	0.5 g	こしょう	0.02	g										
塩	0.2 g													
酢	2 g													
うすくちしょうゆ	1.5 g													
ごま油	0.5 g													
白ごま	0.3 g						<u> </u>							