

[週間献立表]

献立区分： B 0:通常献立 小学

12月1日 月曜日				12月2日 火曜日				12月3日 水曜日				12月4日 木曜日			
牛乳 御飯・減量 酒粕肉じゃが ◇ひじきサラダ				牛乳 御飯・減量 ねぎ塩豚丼 卵スープ				牛乳 パン 鶏ごぼうのクリーム煮 ◇海藻サラダ				牛乳 御飯・減量 くわい&ねぶとの空揚げ【小・中】 ちゃんこ汁			
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	25	g		豚肉・ももスライス	35	g		若鶏むね肉（角切）	30	g		くわい（2S） ☆【前日納品】	30	g	
じゃがいも	60	g		酒	1	g		たまねぎ	35	g		ねぶと（粉つき）	20	g	鶏肉
にんじん	15	g		たまねぎ	35	g		じゃがいも	30	g		塩	0.3	g	
たまねぎ	40	g		にんじん	10	g		ごぼう	15	g		食油	7	g	
冷・さやいんげん	5	g		白ねぎ	15	g		にんじん	10	g					
つきこんにゃく	15	g		焼きかまぼこ	10	g		冷・とうもろこし	10	g		若鶏肉・こま切り	15	g	
食油	0.5	g		干しいたけ(ｶｯﾄ)	0.7	g		食油	0.8	g		たら・角切り ☆	15	g	
しょうゆ	6	g		しょうが	0.3	g		塩	0.5	g		酒	0.5	g	
みりん	1	g		にんにく	0.3	g		こしょう	0.02	g		豆腐（広島県産）	15	g	
三温糖	3	g		食油	1	g		米粉	4	g		冷凍白玉餅	15	g	
酒かす（保命酒）	3	g		うすくちしょうゆ	3	g		バター ☆	4	g		はくさい	20	g	
水	3	g		みりん	1	g		牛乳（調理用）	30	g		にんじん	8	g	
				塩	0.4	g		鶏がらスープ	10	g		だいこん	10	g	
まぐろ油漬 ☆	10	g		こしょう	0.02	g		水	20	g		白ねぎ	5	g	
ひじき（芽）	1	g		片栗粉	0.5	g						しゅんぎく	3	g	
にんじん	5	g		水	0.5	g		海藻ミックス	0.7	g		しょうゆ	3	g	
はくさい	25	g		ごま油	0.5	g		だいこん	35	g		みりん	0.9	g	
白ごま	1	g						にんじん	5	g		塩	0.3	g	
しょうゆ	0.6	g		卵	25	g		まぐろ油漬 ☆	10	g		いりこ大 ☆	3	g	
塩	0.1	g		豆腐	15	g		しょうゆ	3	g		水	90	g	
こしょう	0.02	g		じゃがいも	15	g		三温糖	2	g					
1食ﾉｲｯｸﾞﾏｵﾈｰｽﾞ	1	個	ドレッシング	にんじん	5	g		ごま油	0.5	g					
				たまねぎ	20	g		酢	2	g					
				チンゲン菜	5	g									
				えのきだけ(真空)	8	g									
				しょうゆ	2.5	g									
				うすくちしょうゆ	1.5	g									
				塩	0.3	g									
				片栗粉	0.7	g									
				水	0.7	g									
				鶏がらスープ	15	g									
				水	60	g									

[週間献立表]

献立区分： B 0:通常献立 小学

12月5日 金曜日				12月8日 月曜日				12月9日 火曜日				12月10日 水曜日			
牛乳 のっぺい汁 御飯・減量 さばのピリ辛煮 温野菜（ボイルキャベツ）				牛乳 アーモンドいりこ【小・中】 御飯・減量 茎わかめのきんぴら みそキムチスープ				牛乳 ゆかりふりかけ 御飯・減量 おでん ◇ツナフレーク和え				牛乳 黒糖パン 白身魚のみそマヨネーズ蒸し 白菜スープ			
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		減量ごはん	1	食		パン 5 5 g（加工用）	1	食	
												黒砂糖（パン用）	5.5	g	
さば・切身（50g） ☆	1	切	ホキ	豚肉・ももスライス	15	g		若鶏もも肉（角切）	30	g		マーガリン（パン用）	2.75	g	
にんにく	0.4	g		ごぼう	15	g		だいこん	40	g					
三温糖	2	g		つきこんにゃく	15	g		れんこん	20	g		ホキ・切身(50g) ☆	1	切	鶏肉
みりん	1	g		茎わかめ（冷凍）	10	g		うずら卵(水煮)	20	g		たまねぎ	20	g	
酒	1	g		にんじん	10	g		むすび昆布	1.5	g		にんじん	5	g	
しょうゆ	1.5	g		さつま揚げ	7	g		板こんにゃく	20	g		えのきだけ(真空)	5	g	
中みそ	3	g		食油	1	g		さつま揚げ	15	g		中みそ	3.5	g	
豆板醤	0.3	g		三温糖	2	g		黒砂糖	4	g		ノンエッグマヨネーズ	7	g	塩・コショウ
水	10	g		しょうゆ	4	g		みりん	1	g		アルミホイル	1	本	
				ごま油	0.3	g		しょうゆ	6	g					
キャベツ	30	g						水	30	g		若鶏肉・こま切り	10	g	
				若鶏肉・こま切り	10	g						にんじん	10	g	
若鶏肉・こま切り	15	g		ごま油	0.5	g		キャベツ	20	g		はくさい	30	g	
にんじん	10	g		塩	0.2	g		もやし	20	g		干しいたけ(カット)	0.5	g	
だいこん	25	g		こしょう	0.02	g		にんじん	5	g		たまねぎ	25	g	
ごぼう	10	g		豆腐	20	g		まぐろ油漬 ☆	10	g		冷・とうもろこし	8	g	
冷・さといも(乱切り)	15	g		じゃがいも	15	g		三温糖	0.8	g		塩	0.3	g	
豆腐	20	g		はくさい	15	g		しょうゆ	2	g		うすくちしょうゆ	3	g	
干しいたけ(カット)	0.5	g		にんじん	7	g						鶏がらスープ	20	g	
ねぎ	3	g		しめじ(真空)	7	g		1 食ゆかり	1	個		水	70	g	
塩	0.2	g		ねぎ	5	g									
しょうゆ	5	g		緑豆はるさめ	5	g									
片栗粉	0.5	g		キムチの素	1.5	g									
水	0.5	g		酒	1	g									
いりこ大 ☆	3	g		うすくちしょうゆ	3	g									
水	80	g		中みそ	5	g									
しょうが	0.5	g		鶏がらスープ	30	g									
				水	100	g									
				アーモンドいりこ ☆	1	個									

[週間献立表]

献立区分： B 0:通常献立 小学

12月11日 木曜日				12月12日 金曜日				12月15日 月曜日				12月16日 火曜日			
牛乳 おこめんｽｰﾌﾟ 御飯・減量 豚肉と大豆のかりん揚げ コーンキャベツ				牛乳 御飯・減量 マーボー豆腐 ◇ほうれんそうのナムル				牛乳 麦御飯 キムタクごはんの具 韓国風ｽｰﾌﾟ				牛乳 御飯・減量 豆乳担々麺 ◇中華風ツナポテト			
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		麦ごはん	1	食		減量ごはん	1	食	
豚肉もも拍子木切り	35	g		豆腐	60	g		はくさい(キムチ漬け)	20	g		冷凍ちゃんぽん麺	35	g	
しょうが	1.2	g		豚肉・ももミンチ	15	g		豚肉・ももスライス	25	g		豚肉・ミンチ	18	g	
しょうゆ	1	g		若鶏肉・ミンチ	20	g		たくあん漬け（せん切り）	20	g		しょうが	0.5	g	
大豆	5	g		にんじん	20	g		はくさい	20	g		にんにく	0.5	g	
片栗粉	10	g		たまねぎ	40	g		うすくちしょうゆ	0.5	g		豆板醤	0.1	g	
食油	5	g		干しいたけ(ｶｯﾄ)	1	g		食油	1	g		食油	1	g	
三温糖	4	g		にら	5	g						たまねぎ	15	g	
しょうゆ	3.7	g		しょうが	0.5	g		若鶏肉・こま切り	10	g		にんじん	5	g	
水	1.2	g		にんにく	0.3	g		もち（トック）	20	g		チンゲン菜	5	g	
				ごま油	2	g		たまねぎ	25	g		もやし	15	g	
キャベツ	25	g		三温糖	2	g		にんじん	5	g		冷・とうもろこし	5	g	
冷・とうもろこし	5	g		しょうゆ	1	g		ねぎ	3	g		しょうゆ	5	g	
				赤みそ	6	g		干しわかめ	0.5	g		三温糖	0.3	g	
米粉めん	12	g		豆板醤	0.4	g		食油	0.5	g		塩	0.35	g	
若鶏肉・こま切り	10	g		片栗粉	3	g		しょうゆ	2	g		こしょう	0.01	g	
たまねぎ	25	g		水	3	g		うすくちしょうゆ	2	g		豆乳(調整豆乳)	20	g	
にんじん	10	g						塩	0.2	g		すりごま	1	g	
チンゲン菜	10	g		ほうれんそう	7	g		こしょう	0.02	g		ごま油	0.5	g	
干しいたけ(ｶｯﾄ)	0.5	g		もやし	35	g		鶏がらｽｰﾌﾟ	20	g		鶏がらｽｰﾌﾟ	10	g	
食油	0.5	g		にんじん	5	g		水	80	g		水	60	g	
塩	0.3	g		しょうゆ	2.5	g									
うすくちしょうゆ	4	g		ガーリック	0.03	g						じゃがいも	25	g	
鶏がらｽｰﾌﾟ	15	g		ごま油	0.5	g						きゅうり	15	g	
水	95	g		白ごま	1	g						にんじん	3	g	
												まぐろ油漬 ☆	8	g	
												ごま油	0.5	g	
												三温糖	1	g	
												塩	0.1	g	
												しょうゆ	2.5	g	
												酢	2.5	g	

[週間献立表]

献立区分: B 0:通常献立 小学

4 ページ

[illegible]

[週 間 献 立 表]

献立区分： B 0:通常献立 小学

12月23日 火曜日															
牛乳 角チーズ															
御飯・減量															
まめまめドライカレー															
◇フレンチサラダ															
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													
減量ごはん	1	食													
豚肉・ももミンチ	10	g													
若鶏肉・ミンチ	20	g													
たまねぎ	40	g													
じゃがいも	20	g													
にんじん	10	g													
蒸し大豆（クラッシュ）	10	g													
ひよこ豆（蒸し）	10	g													
冷・むき枝豆	5	g													
にんにく	0.2	g													
カレー粉	0.7	g													
ケチャップ	10	g													
トンカツソース	2	g													
ウスターソース	2	g													
塩	0.4	g													
食油	1	g													
水	8	g													
ロースハム（短冊切り）	5	g													
キャベツ	30	g													
きゅうり	10	g													
冷・とうもろこし	5	g													
三温糖	1	g													
酢	2.5	g													
サラダ油	1	g													
塩	0.1	g													
こしょう	0.02	g													
角チーズ ☆	1	個	1 食昆布												