

[週間献立表]

献立区分： A 0:通常献立 小学

1月7日 水曜日				1月8日 木曜日				1月9日 金曜日				1月13日 火曜日			
牛乳 だいじょ芋鶏団子の豆乳みそスー 御飯・減量 わにのかわりソースかけ 温野菜（ボイルキャベツ）				牛乳 ふりかけ（カルシウム強化） 御飯・減量 八寸 白玉雑煮				牛乳 御飯・減量 きつね丼 ◇パリパリサラダ				牛乳 角チーズ 小型パン ミートスパゲティ ◇ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ-ｻﾗﾀﾞ			
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		小型パン 3 5 g	1	食	
わに(サ)・角切り(粉付き)	55	g	鶏肉	竹輪(輪切り)	8	g		卵	40	g		ハーフスパゲティ	28	g	
食油	5	g		厚揚げ	12	g		油揚げ	15	g		豚肉・ももミンチ	25	g	
からし	0.1	g		にんじん	5	g		若鶏肉・スライス	20	g		豚レバーチップ	4	g	
三温糖	3	g		板こんにやく	10	g		たまねぎ	30	g		たまねぎ	30	g	
酢	5	g		干しいたけ(ｶｯﾄ)	0.4	g		にんじん	10	g		にんじん	12	g	
しょうゆ	3	g		れんこん	15	g		ねぎ	4	g		マッシュルーム水煮	7	g	
水	2	g		冷・さといも(乱切り)	18	g		食油	0.5	g		にんにく	0.3	g	
				冷・むき枝豆	3	g		しょうゆ	8	g		食油	1	g	
キャベツ	32	g		食油	0.8	g		酒	1	g		赤ワイン	5	g	
				三温糖	2	g		三温糖	3	g		塩	0.8	g	
だいじょ芋入り鶏団子	30	g		みりん	0.5	g		削り節（だし用）	0.8	g		こしょう	0.02	g	
だいこん	20	g		しょうゆ	2.5	g		水	40	g		ケチャップ	7	g	
たまねぎ	20	g		水	8	g						トマトピューレ	10	g	
にんじん	5	g						キャベツ	30	g		三温糖	0.5	g	
チンゲン菜	10	g		若鶏もも肉（角切）	25	g		ほうれんそう	5	g		ウスターソース	4	g	
豆乳(調整豆乳)	15	g		はくさい	20	g		にんじん	8	g					
中みそ	7	g		にんじん	8	g		たくあん漬け（せん切り）	5	g		ブロッコリー	10	g	
塩	0.1	g		だいこん	15	g		酢	1.5	g		キャベツ	25	g	
こしょう	0.01	g		冷凍白玉餅	30	g		三温糖	1.5	g		にんじん	5	g	
鶏がらスープ	15	g		こまつな	5	g		塩	0.1	g		冷・とうもろこし	5	g	
水	60	g		しょうゆ	3	g		しょうゆ	2	g		酢	3	g	
				みりん	0.9	g						塩	0.3	g	
				塩	0.3	g						こしょう	0.02	g	
				だしこんぶ	1.2	g						三温糖	0.8	g	
				削り節（だし用）	1.2	g						サラダ油	1.5	g	
				水	90	g									
												角チーズ ☆	1	個	1 食昆布
				ふりかけ(C a 強化)	1	個	1 食ゆかり								

[週間献立表]

献立区分： A 0:通常献立 小学

1月14日 水曜日				1月15日 木曜日				1月16日 金曜日				1月19日 月曜日			
牛乳 御飯・減量 ジャンボおにぎり けんちゃんうどん ◇ツナフレーク和え				牛乳 御飯・減量 えびのあられ揚げ かおりあえ おこめんスープ				牛乳 御飯・減量 チャプチェ トック入りわかめスープ 韓国のり				牛乳 御飯・減量 ツナそぼろ御飯の具 みそキムチスープ ぽんかん			
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		減量ごはん	1	食	
おにぎりのり	1	枚		尾つきえび（小） ☆	2	尾	鶏肉	豚肉・ももスライス	20	g		まぐろ油漬 ☆	35	g	
昆布佃煮	1	個	1 食ゆかり	小麦粉	7	g		しょうが	0.2	g		茎わかめ（冷凍）	12	g	
				水	5	g		にんにく	0.2	g		冷・とうもろこし	5	g	
冷凍うどん	43	g		五色あられ	10	g		にんじん	8	g		にんじん	10	g	
若鶏肉・スライス	20	g		パン粉	5	g		たまねぎ	25	g		食油	0.5	g	
油揚げ	4	g		食油	7	g		にら	4	g		しょうゆ	2	g	
干しいたけ(ｶｯﾄ)	0.4	g						干しいたけ(ｶｯﾄ)	0.5	g		三温糖	2	g	
冷・さといも(乱切り)	15	g		だいこん	35	g		緑豆はるさめ	8	g		塩	0.1	g	
にんじん	8	g		かおり	0.3	g		食油	1	g					
だいこん	15	g						三温糖	0.9	g		豚肉・ももスライス	10	g	
ねぎ	3	g		米粉めん	12	g		酒	0.6	g		ごま油	0.2	g	
しょうゆ	6	g		豚肉・ももスライス	10	g		しょうゆ	2.5	g		塩	0.2	g	
いりこ大 ☆	2	g		たまねぎ	15	g		ごま油	0.6	g		こしょう	0.02	g	
水	90	g		にんじん	8	g		白ごま	1	g		豆腐	10	g	
				はくさい	20	g						はくさい	20	g	
はくさい	40	g		干しいたけ(ｶｯﾄ)	0.7	g		若鶏肉・こま切り	15	g		にんじん	10	g	
ほうれんそう	5	g		食油	0.5	g		もち（トック）	20	g		しめじ(真空)	7	g	
にんじん	5	g		塩	0.3	g		はくさい	25	g		ねぎ	5	g	
まぐろ油漬 ☆	12	g		うすくちしょうゆ	4	g		たまねぎ	10	g		緑豆はるさめ	3	g	
三温糖	0.8	g		鶏がらスープ	15	g		にんじん	5	g		はくさい(キムチ漬け)	10	g	
しょうゆ	2	g		水	95	g		干しわかめ	0.8	g		酒	1	g	
								食油	0.5	g		うすくちしょうゆ	3	g	
								しょうゆ	2	g		中みそ	4	g	
								うすくちしょうゆ	2	g		鶏がらスープ	20	g	
								塩	0.2	g		水	80	g	
								こしょう	0.02	g					
								鶏がらスープ	20	g		ぽんかん	0.5	個	ヨーグルト
								水	80	g					
								韓国のり	1	袋	1 食ゆかり				

[週間献立表]

献立区分: A 0:通常献立 小学

3 ページ

[illegible]

[週間献立表]

献立区分: A 0:通常献立 小学

4 ページ

[illegible]

[週 間 献 立 表]

献立区分： A 0:通常献立 小学

1月30日 金曜日															
牛乳 麦御飯 家常豆腐(ｼﾞｱﾕｳﾄﾞｳ)															
◇中華サラダ															
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													
麦ごはん	1	食													
豚肉・ももミンチ	25	g													
しょうが	0.4	g													
にんにく	0.3	g													
豆板醤	0.3	g													
厚揚げ	45	g													
たまねぎ	20	g													
にんじん	10	g													
はくさい	20	g													
干しいたけ(ｶｯﾄ)	0.5	g													
チンゲン菜	10	g													
食油	1	g													
三温糖	2	g													
酒	2.5	g													
しょうゆ	4	g													
赤みそ	5	g													
鶏がらスープ	10	g													
片栗粉	2	g													
水	2	g													
ごま油	0.5	g													
まぐろ油漬 ☆	8	g													
だいこん	40	g													
干しわかめ	0.25	g													
にんじん	4	g													
三温糖	1	g													
塩	0.1	g													
酢	2	g													
しょうゆ	2	g													
ごま油	0.5	g													
白ごま	0.5	g													