

[週間献立表]

献立区分： B 0:通常献立 小学

| 2月2日 月曜日 | | | | 2月3日 火曜日 | | | | 2月4日 水曜日 | | | | 2月5日 木曜日 | | | |
|----------------------------|------|----|-------|--|-----|----|-------|--|------|----|--------|--|-----|----|-------|
| 牛乳 御飯・減量 八宝菜 ◇拌三条 | | | | 牛乳 御飯・減量 豆腐汁 節分豆【小・中】 いわしのかばやき 温野菜（ボイルキャベツ） | | | | 牛乳 ヨーグルト 小型パン イタリアンスパゲティ ◇ポテトサラダ | | | | 牛乳 御飯・減量 ひよこ豆とキノコのカレーライス ◇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 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| 減量ごはん | 1 | 食 | | 減量ごはん | 1 | 食 | | 小型パン 3 5 g | 1 | 食 | | 減量ごはん | 1 | 食 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| いか・かのご入り | 10 | g | | まいわし開き(40g) ☆ | 1 | 切 | ホキ | ハーフスパゲティ | 28 | g | | 若鶏もも肉（角切） | 40 | g | |
| 豚肉・ももスライス | 25 | g | | 片栗粉 | 7 | g | | 豚肉・ももスライス | 20 | g | | じゃがいも | 35 | g | |
| しょうが | 0.3 | g | | 食油 | 5 | g | | スライスウインナー | 5 | g | | にんじん | 15 | g | |
| にんにく | 0.2 | g | | みりん | 1.2 | g | | たまねぎ | 30 | g | | たまねぎ | 30 | g | |
| にんじん | 10 | g | | 三温糖 | 2.4 | g | | にんじん | 15 | g | | ひよこ豆（蒸し） | 10 | g | |
| はくさい | 30 | g | | しょうゆ | 3.6 | g | | 冷・グリーンピース | 5 | g | | にんにく | 0.3 | g | |
| たまねぎ | 30 | g | | 水 | 2.4 | g | | マッシュルーム水煮 | 5 | g | | 食油 | 0.5 | g | |
| ゆで・たけのこ | 15 | g | | しょうが | 0.6 | g | | にんにく | 0.3 | g | | ウスターソース | 3 | g | |
| 干しいたけ(カット) | 0.5 | g | | | | | | 食油 | 1 | g | | トンカツソース | 3 | g | |
| うずら卵(水煮) | 25 | g | | キャベツ | 30 | g | | 塩 | 0.5 | g | | ケチャップ | 5 | g | |
| ごま油 | 1 | g | | | | | | こしょう | 0.02 | g | | 塩 | 0.5 | g | |
| 三温糖 | 1 | g | | 豆腐 | 20 | g | | ケチャップ | 15 | g | | しょうゆ | 1 | g | |
| しょうゆ | 6 | g | | にんじん | 8 | g | | ウスターソース | 2 | g | | バター ☆ | 5 | g | |
| こしょう | 0.02 | g | | たまねぎ | 20 | g | | | | | | 小麦粉 | 6 | g | |
| 片栗粉 | 2 | g | | えのきだけ(真空) | 10 | g | | ロースハム（角切り） | 5 | g | | カレー粉 | 0.7 | g | |
| 水 | 2 | g | | 油揚げ | 3 | g | | じゃがいも | 35 | g | | 水 | 70 | g | |
| | | | | 干しわかめ | 0.5 | g | | きゅうり | 10 | g | | | | | |
| ロースハム（短冊切り） | 5 | g | | ねぎ | 3 | g | | 冷・とうもろこし | 5 | g | | 海藻ミックス | 0.4 | g | |
| キャベツ | 15 | g | | うすくちしょうゆ | 3 | g | | 塩 | 0.1 | g | | だいこん | 30 | g | |
| きゅうり | 10 | g | | 塩 | 0.3 | g | | こしょう | 0.01 | g | | にんじん | 5 | g | |
| もやし | 10 | g | | いりこ大 ☆ | 3 | g | | ノンエッグマヨネーズ | 8 | g | | まぐろ油漬 ☆ | 10 | g | |
| にんじん | 5 | g | | 水 | 100 | g | | | | | | しょうゆ | 3 | g | |
| 緑豆はるさめ | 2.5 | g | | | | | | ヨーグルト | 1 | 個 | みかんゼリー | 三温糖 | 2 | g | |
| 三温糖 | 2.5 | g | | 節分豆 ☆ | 1 | 個 | 1 食昆布 | | | | | 酢 | 2 | g | |
| 塩 | 0.2 | g | | | | | | | | | | | | | |
| 酢 | 2.5 | g | | | | | | | | | | | | | |
| しょうゆ | 2.5 | g | | | | | | | | | | | | | |
| からし | 0.06 | g | | | | | | | | | | | | | |
| 白ごま | 1 | g | | | | | | | | | | | | | |
| ごま油 | 1 | g | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

[週間献立表]

献立区分: B 0:通常献立 小学

2 ページ

| 2月6日 金曜日 | | | | 2月9日 月曜日 | | | | 2月10日 火曜日 | | | | 2月12日 木曜日 | | | |
|--------------------------------------|------|----|-------|---|-----|----|--------|------------------------------------|-----|----|-------|---|------|----|-------|
| 牛乳 御飯・減量 マーボーひじき ◇ほうれん草のナムル | | | | 牛乳 ふりかけ（カルシウム強化） 麦御飯 筑前煮 ◇しらす和え | | | | 牛乳 はるみ 御飯・減量 もぶりごはん 豚汁 | | | | 牛乳 わかめスープ 御飯・減量 ヤンニョムチキン 添え野菜 | | | |
| 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 | | 麦ごはん | 1 | 食 | | 減量ごはん | 1 | 食 | | 減量ごはん | 1 | 食 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| 豆腐 | 50 | g | | 若鶏もも肉（角切） | 30 | g | | 若鶏肉・スライス | 20 | g | | 若鶏もも肉（角切） | 60 | g | |
| 豚肉・ももミンチ | 25 | g | | 豆竹輪 | 10 | g | | 蒸し大豆 ☆ | 15 | g | | 塩 | 0.3 | g | |
| ひじき（芽） | 1.5 | g | | ごぼう | 15 | g | | しらす干し | 2 | g | | ごしょう | 0.01 | g | |
| にんじん | 10 | g | | にんじん | 10 | g | | にんじん | 5 | g | | 片栗粉 | 10 | g | |
| たまねぎ | 40 | g | | 板こんにゃく | 20 | g | | ごぼう | 5 | g | | 食油 | 7 | g | |
| にら | 5 | g | | れんこん | 20 | g | | 干しいたけ(カット) | 0.5 | g | | コチュジャン | 3 | g | |
| しょうが | 0.5 | g | | 冷・さといも(乱切り) | 15 | g | | 油揚げ | 2 | g | | ケチャップ | 6 | g | |
| にんにく | 0.3 | g | | 冷・さやいんげん | 5 | g | | 錦糸卵 | 10 | g | | 酒 | 1.5 | g | |
| 食油 | 2 | g | | 食油 | 1 | g | | 三温糖 | 1 | g | | みりん | 1.5 | g | |
| 赤みそ | 7 | g | | 三温糖 | 3 | g | | しょうゆ | 3 | g | | 水 | 3.5 | g | |
| 三温糖 | 3 | g | | みりん | 1 | g | | 酒 | 1 | g | | 白ごま | 0.5 | g | |
| 豆板醤 | 0.4 | g | | しょうゆ | 4 | g | | みりん | 1 | g | | | | | |
| しょうゆ | 2 | g | | 水 | 35 | g | | 水 | 10 | g | | キャベツ | 25 | g | |
| 片栗粉 | 1.5 | g | | | | | | | | | | にんじん | 5 | g | |
| 水 | 1.5 | g | | はくさい | 30 | g | | 豚肉・ももスライス | 15 | g | | | | | |
| | | | | もやし | 15 | g | | だいこん | 20 | g | | たまねぎ | 10 | g | |
| ほうれんそう | 8 | g | | にんじん | 5 | g | | たまねぎ | 15 | g | | もやし | 10 | g | |
| もやし | 35 | g | | しらす干し | 3 | g | | にんじん | 10 | g | | えのきだけ(真空) | 10 | g | |
| にんじん | 7 | g | | 三温糖 | 1.5 | g | | ねぎ | 3 | g | | にんじん | 10 | g | |
| しょうゆ | 2.5 | g | | 酢 | 2 | g | | 板こんにゃく | 10 | g | | 緑豆はるさめ | 3 | g | |
| ガーリック | 0.03 | g | | うすくちしょうゆ | 2 | g | | 中みそ | 9 | g | | 干しわかめ | 0.8 | g | |
| ごま油 | 0.5 | g | | | | | | いりこ大 ☆ | 3 | g | | ねぎ | 3 | g | |
| 白ごま | 1 | g | | ふりかけ(C a 強化) | 1 | 個 | 1 食ゆかり | 食油 | 1 | g | | うすくちしょうゆ | 2 | g | |
| | | | | | | | | 水 | 95 | g | | 塩 | 0.3 | g | |
| | | | | | | | | | | | | 鶏がらスープ | 20 | g | |
| | | | | | | | | はるみ | 0.5 | 個 | ヨーグルト | 水 | 90 | g | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

[週間献立表]

献立区分: B 0:通常献立 小学

3 ページ

[illegible]

[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

5 ページ

[illegible]