

[週 間 献 立 表]

献立区分：E 0:通常献立 小学

1 ページ

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			
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	はるみ			牛乳	ヨーグルト			牛乳	豆腐汁			牛乳			
御飯・減量				小型パン				御飯・減量	節分豆【小・中】			御飯・減量			
もぶりごはん				イタリアンスパゲティ				いわしのかばやき				マーボーひじき			
豚汁				◇ポテトサラダ				温野菜 (ボイルキャベツ)				◇ほうれん草のナムル			
牛乳	1	本		牛乳	1	本		牛乳	1	本		牛乳	1	本	
減量ごはん	1	食		小型パン 35g	1	食		減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食	
若鶏肉・スライス	20	g		ハーフスパゲティ	28	g		まいわし開き(40g) ☆	1	切	木キ	豆腐	50	g	
蒸し大豆 ☆	15	g		豚肉・ももスライス	20	g		片栗粉	7	g		豚肉・ももミンチ	25	g	
しらす干し	2	g		スライスワインナー	5	g		食油	5	g		ひじき (芽)	1.5	g	
にんじん	5	g		たまねぎ	30	g		みりん	1.2	g		にんじん	10	g	
ごぼう	5	g		にんじん	15	g		三温糖	2.4	g		たまねぎ	40	g	
干ししいたけ(カット)	0.5	g		冷・グリンピース	5	g		しょうゆ	3.6	g		にら	5	g	
油揚げ	2	g		マッシュルーム水煮	5	g		水	2.4	g		しょうが	0.5	g	
錦糸卵	10	g		にんにく	0.3	g		しょうが	0.6	g		にんにく	0.3	g	
三温糖	1	g		食油	1	g						食油	2	g	
しょうゆ	3	g		塩	0.5	g		キャベツ	30	g		赤みそ	7	g	
酒	1	g		こしょう	0.02	g						三温糖	3	g	
みりん	1	g		ケチャップ	15	g		豆腐	20	g		豆板醤	0.4	g	
水	10	g		ウスターソース	2	g		にんじん	8	g		しょうゆ	2	g	
豚肉・ももスライス	15	g		ロースハム (角切り)	5	g		たまねぎ	20	g		片栗粉	1.5	g	
だいこん	20	g		じゃがいも	35	g		えのきだけ(真空)	10	g		水	1.5	g	
たまねぎ	15	g		きゅうり	10	g		油揚げ	3	g					
にんじん	10	g		冷・とうもろこし	5	g		干しわかめ	0.5	g		ほうれんそう	8	g	
ねぎ	3	g		塩	0.1	g		ねぎ	3	g		もやし	35	g	
板こんにゃく	10	g		こしょう	0.01	g		うすくちしょうゆ	3	g		にんじん	7	g	
中みそ	9	g		ノンエッグマヨネーズ	8	g		塩	0.3	g		しょうゆ	2.5	g	
いりこ大 ☆	3	g						いりこ大 ☆	3	g		ガーリック	0.03	g	
食油	1	g		ヨーグルト	1	個	みかんゼリー	水	100	g		ごま油	0.5	g	
水	95	g										白ごま	1	g	
はるみ	0.5	個	ヨーグルト					節分豆 ☆	1	個	1食昆布				

[週間献立表]

献立区分: E 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			
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				牛乳				牛乳				牛乳			
御飯・減量				麦御飯				パン				御飯・減量			
チキンカレーライス				筑前煮				ヤンニヨムチキン				八宝菜			
◇海藻サラダ				◇しらす和え				添え野菜				◇拌三糸			
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		パン 55g	1	食		減量ごはん	1	食	
若鶏もも肉 (角切)	40	g		若鶏もも肉 (角切)	30	g		若鶏もも肉 (角切)	60	g		いか・かのこ入り	10	g	
じゃがいも	40	g		豆竹輪	10	g		塩	0.3	g		豚肉・ももスライス	25	g	
にんじん	15	g		ごぼう	15	g		こしょう	0.01	g		しょうが	0.3	g	
たまねぎ	30	g		にんじん	10	g		片栗粉	10	g		にんにく	0.2	g	
冷・グリンピース	5	g		板こんにゃく	20	g		食油	7	g		にんじん	10	g	
にんにく	0.3	g		れんこん	20	g		コチュジャン	3	g		はくさい	30	g	
食油	0.5	g		冷・さといも(乱切り)	15	g		ケチャップ	6	g		たまねぎ	30	g	
ウスター・ソース	3	g		冷・さやいんげん	5	g		酒	1.5	g		ゆで・たけのこ	15	g	
トンカツソース	3	g		食油	1	g		みりん	1.5	g		干ししいたけ(カット)	0.5	g	
ケチャップ	5	g		三温糖	3	g		水	3.5	g		うずら卵(水煮)	25	g	
塩	0.5	g		みりん	1	g		白ごま	0.5	g		ごま油	1	g	
しょうゆ	1	g		しょうゆ	4	g						三温糖	1	g	
バター ☆	5	g		水	35	g		キャベツ	25	g		しょうゆ	6	g	
小麦粉	6	g						にんじん	5	g		こしょう	0.02	g	
カレー粉	0.7	g		はくさい	30	g						片栗粉	2	g	
水	70	g		もやし	15	g		たまねぎ	10	g		水	2	g	
				にんじん	5	g		もやし	10	g					
海藻ミックス	0.4	g		しらす干し	3	g		えのきだけ(真空)	10	g		ロースハム (短冊切り)	5	g	
だいこん	30	g		三温糖	1.5	g		にんじん	10	g		キャベツ	15	g	
にんじん	5	g		酢	2	g		緑豆はるさめ	3	g		きゅうり	10	g	
まぐろ油漬 ☆	10	g		うすくちしょうゆ	2	g		干しわかめ	0.8	g		もやし	10	g	
しょうゆ	3	g						ねぎ	3	g		にんじん	5	g	
三温糖	2	g		ふりかけ(Ca強化)	1	個	1食ゆかり	うすくちしょうゆ	2	g		緑豆はるさめ	2.5	g	
酢	2	g						塩	0.3	g		三温糖	2.5	g	
								鶏がらスープ	20	g		塩	0.2	g	
								水	90	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：E 0:通常献立 小学

3 ページ

[週間献立表]

献立区分：E 0:通常献立 小学

4 ページ

[週間献立表]

献立区分：E 0:通常献立 小学

5 ページ