

[週間献立表]

献立区分: E 0:通常献立 小学

ページ

[illegible]

[週間献立表]

献立区分: E 0:通常献立 小学

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 チキンカレーライス ◇海藻サラダ				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 わかめスープ パン ヤンニョムチキン 添え野菜				牛乳 御飯・減量 八宝菜 ◇拌三条			
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		パン 5 5 g	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・かのご入り	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・グリーンピース	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(C a 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

[illegible]

「週間献立表」

献立区分: E 0:通常献立 小学

4 ページ

[illegible]

[週間献立表]

献立区分： E 0:通常献立 小学

2月26日 木曜日				2月27日 金曜日											
牛乳 味付けのり 御飯・減量 みそラーメン ◇白菜の中華和え				牛乳 けんちん汁 御飯・減量 ししゃものカレー揚げ ◇たくあん和え											
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									
減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食									
冷凍ちゃんぽん麺	35	g		ししゃも（18g）	2	匹	鶏肉								
豚肉・ももスライス	20	g		カレー粉	0.7	g									
にんじん	10	g		片栗粉	5	g									
たまねぎ	20	g		食油	5	g									
もやし	20	g													
冷・とうもろこし	5	g		キャベツ	22	g									
ねぎ	3	g		にんじん	5	g									
しょうが	0.4	g		たくあん漬け（せん切り）	3	g									
にんにく	0.5	g		うすくちしょうゆ	1	g									
食油	0.7	g		三温糖	0.5	g									
塩	0.6	g													
こしょう	0.03	g		豆腐	20	g									
中みそ	12	g		若鶏肉・こま切り	10	g									
鶏がらスープ	30	g		油揚げ	3	g									
水	50	g		たまねぎ	20	g									
				にんじん	10	g									
ロースハム（短冊切り）	8	g		ごぼう	5	g									
はくさい	45	g		ねぎ	3	g									
干しわかめ	0.25	g		食油	1	g									
三温糖	1	g		しょうゆ	4	g									
塩	0.1	g		塩	0.1	g									
酢	2	g		いりこ大 ☆	2	g									
しょうゆ	2	g		水	100	g									
ごま油	0.5	g													
白ごま	0.5	g													
味付けのり	1	個	1 食ゆかり												