

[週間献立表]

献立区分: F 0:通常献立 小学

ページ

[illegible]

[週間献立表]

献立区分: F 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 八宝菜 ◇拌三条				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	
いか・かのか入り	10	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・ももスライス	25	g		豆竹輪	10	g		蒸し大豆 ☆	15	g		塩	0.3	g	
しょうが	0.3	g		ごぼう	15	g		しらす干し	2	g		こしょう	0.01	g	
にんにく	0.2	g		にんじん	10	g		にんじん	5	g		片栗粉	10	g	
にんじん	10	g		板こんにゃく	20	g		ごぼう	5	g		食油	7	g	
はくさい	30	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	
たまねぎ	30	g		冷・さといも(乱切り)	15	g		油揚げ	2	g		ケチャップ	6	g	
ゆで・たけのこ	15	g		冷・さやいんげん	5	g		錦糸卵	10	g		酒	1.5	g	
干しいたけ(カット)	0.5	g		食油	1	g		三温糖	1	g		みりん	1.5	g	
うずら卵(水煮)	25	g		三温糖	3	g		しょうゆ	3	g		水	3.5	g	
ごま油	1	g		みりん	1	g		酒	1	g		白ごま	0.5	g	
三温糖	1	g		しょうゆ	4	g		みりん	1	g					
しょうゆ	6	g		水	35	g		水	10	g		キャベツ	25	g	
こしょう	0.02	g										にんじん	5	g	
片栗粉	2	g		はくさい	30	g		豚肉・ももスライス	15	g					
水	2	g		もやし	15	g		だいこん	20	g		たまねぎ	10	g	
				にんじん	5	g		たまねぎ	15	g		もやし	10	g	
ロースハム（短冊切り）	5	g		しらす干し	3	g		にんじん	10	g		えのきだけ(真空)	10	g	
キャベツ	15	g		三温糖	1.5	g		ねぎ	3	g		にんじん	10	g	
きゅうり	10	g		酢	2	g		板こんにゃく	10	g		緑豆はるさめ	3	g	
もやし	10	g		うすくちしょうゆ	2	g		中みそ	9	g		干しわかめ	0.8	g	
にんじん	5	g						いりこ大 ☆	3	g		ねぎ	3	g	
緑豆はるさめ	2.5	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	
三温糖	2.5	g						水	95	g		塩	0.3	g	
塩	0.2	g										鶏がらスープ	20	g	
酢	2.5	g						はるみ	0.5	個	ヨーグルト	水	90	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: F 0:通常献立 小学

3 ページ

[illegible]

[週間献立表]

献立区分: F 0:通常献立 小学

4 ページ

[illegible]

[週間献立表]

献立区分: F 0:通常献立 小学

5 ページ

[illegible]