

[週間献立表]

献立区分： A 0:通常献立 小学

3月2日 月曜日				3月3日 火曜日				3月4日 水曜日				3月5日 木曜日			
牛乳 ひなあられ 御飯・減量 彩りちらしごはん 花麩入りだいじょ芋鶏団子汁				牛乳 コンソメスープ 丸型横割りパン お祝いデザート セルフチキンバーガー ボイルキャベツ				牛乳 豚汁 御飯・減量 さばのカレー煮 ◇ゆかりあえ				牛乳 御飯・減量 じゃがいものそぼろ煮 ◇ひじきのごまマヨネーズ あえ			
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		牛乳	1	本		牛乳	1	本	
減量ごはん	1	食		丸型横割りパン 5 5 g	1	食		減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食	
若鶏肉・スライス	15	g		若鶏肉・スライス	60	g		さば・切身（50g） ☆	1	切	ホキ	若鶏肉・ミンチ	15	g	
えび	15	g		しょうが	0.4	g		しょうゆ	4	g		豚肉・ももミンチ	15	g	
酒	1	g		三温糖	1.7	g		三温糖	1.5	g		じゃがいも	55	g	
かまぼこ(ピンク・白)	5	g		みりん	0.8	g		みりん	2	g		たまねぎ	40	g	
ゆで・たけのこ	5	g		しょうゆ	3.2	g		酒	1	g		にんじん	15	g	
にんじん	10	g		酒	0.8	g		カレー粉	0.3	g		つきこんにゃく	20	g	
干しいたけ(カット)	0.7	g		片栗粉	0.4	g		水	10	g		冷・むき枝豆	5	g	
こまつな	8	g		水	0.4	g						食油	0.5	g	
水	5	g						キャベツ	30	g		三温糖	3	g	
三温糖	1.2	g		キャベツ	30	g		ゆかり	0.3	g		みりん	1	g	
塩	0.6	g										しょうゆ	6	g	
しょうゆ	1	g		ベーコン	5	g		豚肉・ももスライス	10	g		片栗粉	1	g	
みりん	2	g		たまねぎ	35	g		じゃがいも	20	g		水	1	g	
錦糸卵	15	g		にんじん	10	g		たまねぎ	20	g					
1 食きざみのり	1	個		はくさい	25	g		にんじん	5	g		まぐろ油漬 ☆	10	g	
				セロリー	5	g		ごぼう	5	g		ひじき（芽）	1	g	
だいじょ芋入り鶏団子	30	g		塩	0.5	g		板こんにゃく	10	g		キャベツ	15	g	
えのきだけ(真空)	5	g		こしょう	0.02	g		しめじ(真空)	7	g		きゅうり	10	g	
たまねぎ	25	g		鶏がらスープ	20	g		ねぎ	3	g		にんじん	5	g	
にんじん	5	g		水	80	g		中みそ	9	g		蒸し大豆 ☆	10	g	
花ふ	2.5	g						食油	1	g		すりごま	1	g	
ねぎ	3	g		お祝いデザート	1	個	A Lデザート	水	95	g		しょうゆ	0.6	g	
塩	0.2	g										塩	0.1	g	
しょうゆ	1.5	g										こしょう	0.02	g	
うすくちしょうゆ	1.5	g										ノンエッグマヨネーズ	8	g	
削り節（だし用）	1	g													
水	110	g													
ひなあられ ☆	1	個	芋チップス												

[週間献立表]

献立区分： A 0:通常献立 小学

3月6日 金曜日				3月9日 月曜日				3月10日 火曜日				3月11日 水曜日			
牛乳 みそキムチスープ 御飯・減量 揚げぎょうざ ◇大根の中華和え				牛乳 清見オレンジ(1/4個) 御飯・減量 焼き肉丼 わかめスープ				牛乳 ◇大根サラダ パン いちごジャム 白菜とえびの米粉クリーム煮				牛乳 みそ汁 御飯・減量 さわらと大豆の甘だれ揚げ 温野菜（ボイルキャベツ）			
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		パン 5 5 g	1	食		減量ごはん	1	食	
ギョウザ（17g）	2	個	鶏肉	豚肉・ももスライス	45	g		いちごジャム	1	個	マーガリン	さわら・角切り ☆	40	g	鶏肉
食油	4	g		キャベツ	30	g						酒	1	g	
				たまねぎ	25	g		若鶏もも肉（角切）	25	g		蒸し大豆 ☆	18	g	
だいこん	30	g		にんじん	10	g		えび	15	g		片栗粉	10	g	
にんじん	5	g		チンゲン菜	5	g		はくさい	35	g		食油	6	g	
三温糖	0.5	g		にんにく	0.7	g		にんじん	10	g		三温糖	4	g	
塩	0.2	g		食油	1	g		たまねぎ	20	g		しょうゆ	3.7	g	
酢	2	g		三温糖	2	g		じゃがいも	20	g		水	1.2	g	
うすくちしょうゆ	1.5	g		しょうゆ	1.5	g		マッシュルーム水煮	8	g		白ごま	0.4	g	
ごま油	0.5	g		豆板醤	0.2	g		バター ☆	5	g					
白ごま	0.3	g		塩	0.1	g		牛乳（調理用）	30	g		キャベツ	30	g	
				赤みそ	2	g		米粉	5	g					
豚肉・ももスライス	10	g		白ごま	1	g		塩	0.5	g		豆腐	20	g	
ごま油	0.2	g		ごま油	1.5	g		こしょう	0.02	g		にんじん	10	g	
塩	0.1	g						鶏がらスープ	10	g		たまねぎ	30	g	
こしょう	0.02	g		たまねぎ	20	g		水	20	g		しめじ(真空)	7	g	
豆腐	25	g		豆腐	25	g						油揚げ	3	g	
はくさい	20	g		えのきだけ(真空)	10	g		ロースハム（短冊切り）	5	g		ねぎ	3	g	
にんじん	7	g		にんじん	5	g		にんじん	5	g		中みそ	9	g	
しめじ(真空)	10	g		干しわかめ	0.8	g		だいこん	35	g		いりこ大 ☆	3	g	
ねぎ	3	g		緑豆はるさめ	3	g		きゅうり	5	g		水	100	g	
緑豆はるさめ	3	g		ねぎ	3	g		冷・とうもろこし	5	g					
はくさい(キムチ漬け)	10	g		うすくちしょうゆ	4	g		サラダ油	0.5	g					
酒	1	g		塩	0.2	g		酢	3	g					
うすくちしょうゆ	2	g		鶏がらスープ	20	g		うすくちしょうゆ	0.6	g					
中みそ	5	g		水	80	g		塩	0.2	g					
鶏がらスープ	20	g						三温糖	1	g					
水	70	g		清見オレンジ	0.25	個	ヨーグルト								

[週間献立表]

献立区分: A 0:通常献立 小学

3 ページ

3月12日 木曜日				3月13日 金曜日				3月16日 月曜日				3月17日 火曜日			
牛乳 御飯・減量 引き菜炒り ちゃんこ汁 納豆（一食用）				牛乳 麦御飯 ひじきのり佃煮 高野豆腐の卵とじ ◇切り干し大根の酢の物				牛乳 御飯・減量 厚揚げの中華煮 ◇ビーフンの中華和え				牛乳 パン 鶏肉とレバーのケチャップがらめ 温野菜（ボイルキャベツ） ポテトスープ			
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		パン 55g	1	食	
竹輪(輪切り)	10	g		ひじきのり	1	個	1食ゆかり	豚肉・ももスライス	15	g		若鶏もも肉（角切）	40	g	
だいこん	35	g						厚揚げ	50	g		片栗粉	10	g	
にんじん	4	g		高野豆腐(サイコロ)	5	g		うずら卵(水煮)	20	g		鶏レバー（冷凍）	20	g	
ごぼう	4	g		卵	30	g		にんじん	10	g		食油	6	g	
干しいたけ(カット)	0.2	g		豚肉・ももスライス	20	g		たまねぎ	40	g		三温糖	1	g	
油揚げ	2	g		じゃがいも	20	g		チンゲン菜	10	g		ケチャップ	5	g	
こまつな	5	g		にんじん	10	g		干しいたけ(カット)	0.6	g		ウスターソース	2.5	g	
しょうゆ	1.5	g		たまねぎ	30	g		にんにく	0.3	g		水	2	g	
三温糖	0.8	g		干しいたけ(カット)	0.5	g		しょうが	0.5	g					
酒	0.5	g		冷・さやいんげん	5	g		ごま油	1	g		キャベツ	30	g	
みりん	0.5	g		食油	1	g		三温糖	1.5	g					
食油	0.5	g		三温糖	2	g		しょうゆ	3	g		ベーコン	5	g	
				塩	0.5	g		オイスターソース	2	g		じゃがいも	30	g	
若鶏肉(こま切れ)	20	g		しょうゆ	3	g		酒	1	g		にんじん	10	g	
たら・角切り ☆	20	g		水	40	g		塩	0.2	g		たまねぎ	30	g	
酒	0.5	g						こしょう	0.02	g		冷・とうもろこし	5	g	
はくさい	20	g		切り干しだいこん ☆	3.7	g		水	10	g		パセリ(乾)	0.05	g	
たまねぎ	15	g		もやし	15	g		片栗粉	1	g		塩	0.5	g	
にんじん	8	g		きゅうり	10	g		水	1	g		こしょう	0.02	g	
冷凍白玉餅	25	g		にんじん	3	g						鶏がらスープ	20	g	
白ねぎ	8	g		しらす干し	2.5	g		ビーフン	5	g		水	80	g	
しょうゆ	3	g		酢	3	g		ロースハム（短冊切り）	5	g					
みりん	0.9	g		三温糖	1.5	g		キャベツ	25	g					
塩	0.3	g		うすくちしょうゆ	2	g		きゅうり	5	g					
いりこ大 ☆	3	g		塩	0.2	g		にんじん	5	g					
水	80	g						三温糖	2	g					
								塩	0.2	g					
納豆	1	個	昆布佃煮					酢	2.5	g					
								しょうゆ	2.5	g					
								からし	0.06	g					
								ごま油	0.5	g					

[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

3月25日 水曜日															
牛乳 御飯・減量 ふわふわ丼 ◇小松菜サラダ															
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													
減量ごはん	1	食													
豆腐	40	g													
若鶏肉・ミンチ	30	g													
酒	2	g													
しょうが	0.2	g													
干しいたけ(カット)	0.5	g													
たまねぎ	30	g													
にんじん	10	g													
わけぎ	5	g													
卵	20	g													
食油	1	g													
三温糖	2	g													
塩	0.5	g													
みりん	2	g													
しょうゆ	6	g													
片栗粉	1	g													
水	1	g													
削り節（だし用）	0.35	g													
水	20	g													
ロースハム（短冊切り）	5	g													
にんじん	5	g													
こまつな	8	g													
もやし	20	g													
ひじき（芽）	0.4	g													
冷・とうもろこし	8	g													
うすくちしょうゆ	2.5	g													
三温糖	1	g													
酢	2.5	g													
ごま油	0.3	g													
からし	0.02	g													