

[週間献立表]

献立区分: C 0:通常献立 小学

1 ページ

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 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				牛乳 豚汁 御飯・減量 さばのカレー煮 ◇ゆかりあえ				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 セルフチキンバーガー 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		減量ごはん	1	食		丸型横割りパン 5 5 g	1	食	
若鶏肉・ミンチ	15	g		さば・切身 (50g) ☆	1	切	ホキ	若鶏肉・スライス	15	g		若鶏肉・スライス	60	g	
豚肉・ももミンチ	15	g		しょうゆ	4	g		えび	15	g		しょうが	0.4	g	
じゃがいも	55	g		三温糖	1.5	g		酒	1	g		三温糖	1.7	g	
たまねぎ	40	g		みりん	2	g		かまぼこ(ピンク・白)	5	g		みりん	0.8	g	
にんじん	15	g		酒	1	g		ゆで・たけのこ	5	g		しょうゆ	3.2	g	
つきこんにゃく	20	g		カレー粉	0.3	g		にんじん	10	g		酒	0.8	g	
冷・むき枝豆	5	g		水	10	g		干しいたけ(カット)	0.7	g		片栗粉	0.4	g	
食油	0.5	g						こまつな	8	g		水	0.4	g	
三温糖	3	g		キャベツ	30	g		水	5	g					
みりん	1	g		ゆかり	0.3	g		三温糖	1.2	g		キャベツ	30	g	
しょうゆ	6	g						塩	0.6	g					
片栗粉	1	g		豚肉・ももスライス	10	g		しょうゆ	1	g		ベーコン	5	g	
水	1	g		じゃがいも	20	g		みりん	2	g		たまねぎ	35	g	
				たまねぎ	20	g		錦糸卵	15	g		にんじん	10	g	
まぐろ油漬 ☆	10	g		にんじん	5	g		1 食きざみのり	1	個		はくさい	25	g	
ひじき (芽)	1	g		ごぼう	5	g						セロリー	5	g	
キャベツ	15	g		板こんにゃく	10	g		だいじょ芋入り鶏団子	30	g		塩	0.5	g	
きゅうり	10	g		しめじ(真空)	7	g		えのきだけ(真空)	5	g		こしょう	0.02	g	
にんじん	5	g		ねぎ	3	g		たまねぎ	25	g		鶏がらスープ	20	g	
蒸し大豆 ☆	10	g		中みそ	9	g		にんじん	5	g		水	80	g	
すりごま	1	g		食油	1	g		花ふ	2.5	g					
しょうゆ	0.6	g		水	95	g		ねぎ	3	g		お祝いデザート	1	個	A Lデザート
塩	0.1	g						塩	0.2	g					
こしょう	0.02	g						しょうゆ	1.5	g					
ノンエッグマヨネーズ	8	g						うすくちしょうゆ	1.5	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： C 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 御飯・減量 厚揚げの中華煮 ◇ビーフンの中華和え				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）				牛乳 清見オレンジ(1/4個) 御飯・減量 ビビンバの具 わかめスープ			
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		減量ごはん	1	食		減量ごはん	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	15	g		さわら・角切り ☆	40	g	鶏肉	豚肉・ももスライス	40	g	
食油	4	g		厚揚げ	50	g		酒	1	g		食油	0.4	g	
				うずら卵(水煮)	20	g		蒸し大豆 ☆	18	g		にんにく	0.2	g	
だいこん	30	g		にんじん	10	g		片栗粉	10	g		豆板醤	0.4	g	
にんじん	5	g		たまねぎ	40	g		食油	6	g		三温糖	0.4	g	
三温糖	0.5	g		チンゲン菜	10	g		三温糖	4	g		しょうゆ	1	g	
塩	0.2	g		干しいたけ(ｶｯﾄ)	0.6	g		しょうゆ	3.7	g		きゅうり	20	g	
酢	2	g		にんにく	0.3	g		水	1.2	g		もやし	35	g	
うすくちしょうゆ	1.5	g		しょうが	0.5	g		白ごま	0.4	g		にんじん	10	g	
ごま油	0.5	g		ごま油	1	g						赤みそ	4	g	
白ごま	0.3	g		三温糖	1.5	g		キャベツ	30	g		しょうゆ	1.5	g	
				しょうゆ	3	g						みりん	1	g	
豚肉・ももスライス	10	g		オイスターソース	2	g		豆腐	20	g		三温糖	1.8	g	
ごま油	0.2	g		酒	1	g		にんじん	10	g		ごま油	1	g	
塩	0.1	g		塩	0.2	g		たまねぎ	30	g		白ごま	1	g	
こしょう	0.02	g		こしょう	0.02	g		しめじ(真空)	7	g					
豆腐	25	g		水	10	g		油揚げ	3	g		たまねぎ	20	g	
はくさい	20	g		片栗粉	1	g		ねぎ	3	g		豆腐	25	g	
にんじん	7	g		水	1	g		中みそ	9	g		えのきだけ(真空)	10	g	
しめじ(真空)	10	g						いりこ大 ☆	3	g		にんじん	5	g	
ねぎ	3	g		ビーフン	5	g		水	100	g		干しわかめ	0.8	g	
緑豆はるさめ	3	g		ロースハム（短冊切り）	5	g						緑豆はるさめ	3	g	
はくさい(キムチ漬け)	10	g		キャベツ	25	g						ねぎ	3	g	
酒	1	g		きゅうり	5	g						うすくちしょうゆ	4	g	
うすくちしょうゆ	2	g		にんじん	5	g						塩	0.2	g	
中みそ	5	g		三温糖	2	g						鶏がらスープ	20	g	
鶏がらスープ	20	g		塩	0.2	g						水	80	g	
水	70	g		酢	2.5	g									
				しょうゆ	2.5	g						清見オレンジ	0.25	個	ヨーグルト
				からし	0.06	g									
				ごま油	0.5	g									

[週間献立表]

献立区分: C 0:通常献立 小学

3 ページ

[illegible]

[週間献立表]

献立区分: C 0:通常献立 小学

4 ページ

[illegible]

[週 間 献 立 表]

献立区分： C 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													