







# 「週間献立表」

献立区分: B 0:通常献立 小学

4月24日 金曜日				4月27日 月曜日				4月28日 火曜日				4月30日 木曜日			
牛乳 ヨーグルト 御飯・減量 広島菜とちりめんごはんの具 だいじょ芋入り鶏団子汁				牛乳 ひじきのり佃煮 御飯・減量 筑前煮 ◇ごまあえ				牛乳 若竹汁 御飯・減量 鰯の竜田揚げ ◇ゆかり漬け				牛乳 御飯・減量 焼き肉風 卵スープ			
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	
広島菜漬 (刻み)	20	g		若鶏もも肉 (角切)	35	g		さわら・角切り ☆	60	g	ホキ	豚肉・ももスライス	45	g	
もやし	15	g		豆竹輪	10	g		しょうが	1	g		キャベツ	35	g	
冷・とうもろこし	10	g		ごぼう	15	g		しょうゆ	3	g		たまねぎ	25	g	
にんじん	10	g		にんじん	15	g		片栗粉	12	g		にんじん	10	g	
まぐろ油漬 ☆	20	g		板こんにゃく	20	g		食油	6	g		にんにく	0.7	g	
しらす干し	3	g		厚揚げ	15	g						食油	1	g	
ごま油	1	g		じゃがいも	30	g		キャベツ	30	g		塩	0.1	g	
しょうゆ	1.5	g		冷・さやいんげん	5	g		ゆかり	0.3	g		赤みそ	2	g	
白ごま	2	g		食油	1	g						三温糖	2	g	
				三温糖	3	g		豆腐	20	g		白ごま	2	g	
だいじょ芋入り鶏団子	30	g		みりん	1	g		干しわかめ	0.8	g		ごま油	1.5	g	
たまねぎ	20	g		しょうゆ	4	g		にんじん	7	g		しょうゆ	1.5	g	
チンゲン菜	10	g		水	35	g		ゆで・たけのこ	15	g		豆板醤	0.3	g	
えのきだけ(真空)	10	g						えのきだけ(真空)	10	g					
にんじん	5	g		キャベツ	20	g		しょうゆ	2.5	g		卵	25	g	
うすくちしょうゆ	2.5	g		もやし	25	g		うすくちしょうゆ	1	g		豆腐	15	g	
いりこ大 ☆	3	g		にんじん	5	g		塩	0.3	g		じゃがいも	20	g	
水	95	g		すりごま	1.5	g		だしこんぶ	1.2	g		たまねぎ	10	g	
				しょうゆ	3	g		削り節 (だし用)	1.2	g		にんじん	5	g	
ヨーグルト	1	個	みかんゼリー	三温糖	0.7	g		水	105	g		えのきだけ(真空)	8	g	
												チンゲン菜	5	g	
				ひじきのり	1	個	1食ゆかり					塩	0.3	g	
												しょうゆ	2.5	g	
												うすくちしょうゆ	1.5	g	
												鶏がらスープ	15	g	
												水	65	g	
												片栗粉	0.7	g	
												水	0.7	g	