

【週間献立表】

献立区分: A 0:通常献立 小学

5月1日 金曜日				5月7日 木曜日				5月8日 金曜日				5月11日 月曜日			
牛乳 御飯・減量 じゃが豚キムチ ◇ツナフレーク和え				牛乳 御飯・減量 広島たっぷりビビンバ 韓国風スープ				牛乳 御飯・減量 たけのこごはんの具 すまし汁 かしわもち【小・中】				牛乳 御飯・減量 厚揚げのミートソース煮 ◇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		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	
豚肉・ももスライス	30	g		豚肉・ももミンチ	30	g		ゆで・たけのこ	20	g		厚揚げ	50	g	
じゃがいも	60	g		広島菜漬（刻み）	15	g		若鶏肉・こま切り	30	g		豚肉・ももミンチ	15	g	
たまねぎ	40	g		はくさい(キムチ漬け)	15	g		にんじん	5	g		たまねぎ	35	g	
にんじん	15	g		もやし	20	g		油揚げ（広島県産）	3	g		じゃがいも	15	g	
しらたき	20	g		錦糸卵	12	g		干しいたけ(カット)	0.4	g		にんじん	15	g	
はくさい(キムチ漬け)	10	g		しらす干し	3	g		冷・さいいんげん	3	g		冷・むき枝豆	5	g	
にら	3	g		冷・とうもろこし	5	g		みりん	4	g		しめじ(真空)	10	g	
食油	2	g		にんにく	0.2	g		三温糖	1	g		食油	0.5	g	
酒	0.5	g		白ごま	1	g		しょうゆ	3.5	g		三温糖	0.8	g	
三温糖	2	g		しょうゆ	1	g		塩	0.2	g		ケチャップ	12	g	
しょうゆ	4	g		こしょう	0.01	g		食油	1	g		ウスターソース	7.5	g	
みりん	0.8	g		ごま油	1	g		だしこんぶ	0.3	g		片栗粉	0.5	g	
								削り節（だし用）	0.3	g		水	0.5	g	
キャベツ	25	g		若鶏肉・こま切り	10	g		水	20	g					
きゅうり	15	g		もち（トック）	15	g						ロースハム（短冊切り）	5	g	
にんじん	5	g		たまねぎ	30	g		干しわかめ	0.5	g		にんじん	5	g	
まぐろ油漬 ☆	10	g		にんじん	5	g		豆腐（広島県産）	20	g		こまつな	8	g	
三温糖	0.8	g		ねぎ	3	g		たまねぎ	20	g		もやし	22	g	
しょうゆ	2	g		干しわかめ	0.5	g		にんじん	10	g		ひじき（芽）	0.4	g	
				食油	0.5	g		おつゆ麩	1	g		冷・とうもろこし	10	g	
				しょうゆ	2	g		ねぎ	3	g		うすくちしょうゆ	2.5	g	
				うすくちしょうゆ	2	g		塩	0.3	g		三温糖	1	g	
				塩	0.2	g		うすくちしょうゆ	2.5	g		酢	2.5	g	
				こしょう	0.02	g		だしこんぶ	0.8	g		ごま油	0.3	g	
				鶏がらスープ	20	g		削り節（だし用）	0.8	g		からし	0.02	g	
				水	80	g		水	100	g					
								かしわもち	1	個	みかんゼリー				

