[週 間 献 立 表]

献立区分:　E　　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　　ヨーグルト				牛乳				牛乳　　かしわもち【小・中】				牛乳			
御飯・減量				御飯・減量				御飯・減量				御飯・減量			
鉄分たっぷりﾄﾞﾗｲｶﾚｰ				広島たっぷりビビンバ				たけのこごはんの具				厚揚げの中華煮			
◇海藻サラダ				韓国風スープ				すまし汁				◇小松菜サラダ			
材料名	数量	単位	ｱﾚﾙｷﾞｰ	材料名	数量	単位	ｱﾚﾙｷﾞｰ	材料名	数量	単位	ｱﾚﾙｷﾞｰ	材料名	数量	単位	ｱﾚﾙｷﾞｰ
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・ももミンチ	20	g		豚肉・ももミンチ	30	g		ゆで・たけのこ	20	g		豚肉・ももスライス	20	g	
豚レバーチップ	8	g		広島菜漬（刻み）	15	g		若鶏肉・こま切り	30	g		厚揚げ	50	g	
蒸し大豆（クラッシュ）	15	g		はくさい(キムチ漬け)	15	g		にんじん	5	g		酒	1	g	
じゃがいも	15	g		もやし	20	g		油揚げ（広島県産）	3	g		にんじん	10	g	
たまねぎ	30	g		錦糸卵	12	g		干ししいたけ(ｶｯﾄ)	0.4	g		たまねぎ	40	g	
にんじん	12	g		しらす干し	3	g		冷・さやいんげん	3	g		チンゲン菜	5	g	
トマトダイス	12	g		冷・とうもろこし	5	g		みりん	4	g		干ししいたけ(ｶｯﾄ)	0.5	g	
にんにく	0.2	g		にんにく	0.2	g		三温糖	1	g		にんにく	0.3	g	
しょうが	0.2	g		白ごま	1	g		しょうゆ	3.5	g		しょうが	0.5	g	
食油	1	g		しょうゆ	1	g		塩	0.2	g		ごま油	1	g	
塩	0.5	g		こしょう	0.01	g		食油	1	g		三温糖	1.5	g	
こしょう	0.02	g		ごま油	1	g		だしこんぶ	0.3	g		しょうゆ	3	g	
カレー粉	0.8	g						削り節（だし用）	0.3	g		オイスターソース	2	g	
ケチャップ	10	g		若鶏肉・こま切り	10	g		水	20	g		塩	0.2	g	
トンカツソース	4	g		もち(ﾄｯｸ)	15	g						こしょう	0.02	g	
水	10	g		たまねぎ	30	g		干しわかめ	0.5	g		片栗粉	1	g	
				にんじん	5	g		豆腐（広島県産）	20	g		水	1	g	
海藻ミックス	0.4	g		ねぎ	3	g		たまねぎ	20	g					
きゅうり	15	g		干しわかめ	0.5	g		にんじん	10	g		ロースハム（短冊切り）	5	g	
キャベツ	15	g		食油	0.5	g		おつゆ麩	1	g		にんじん	5	g	
にんじん	5	g		しょうゆ	2	g		ねぎ	3	g		こまつな	8	g	
まぐろ油漬　☆	8	g		うすくちしょうゆ	2	g		塩	0.3	g		もやし	22	g	
しょうゆ	3	g		塩	0.2	g		うすくちしょうゆ	2.5	g		ひじき（芽）	0.4	g	
三温糖	2	g		こしょう	0.02	g		だしこんぶ	0.8	g		冷・とうもろこし	10	g	
酢	2	g		鶏がらスープ	20	g		削り節（だし用）	0.8	g		うすくちしょうゆ	2.5	g	
				水	80	g		水	100	g		三温糖	1	g	
ヨーグルト	1	個	みかんゼリー									酢	2.5	g	
								かしわもち	1	個	みかんゼリー	ごま油	0.3	g	
												からし	0.02	g	

[週 間 献 立 表]

献立区分:　E　　0:通常献立　　小学

5月12日 火曜日				5月13日 水曜日				5月14日 木曜日				5月15日 金曜日			
牛乳				牛乳　　もずくスープ				牛乳　　冷凍パイン				牛乳　　ひじきのり佃煮			
小型パン				御飯・減量				御飯・減量				麦御飯			
焼きスパゲティ				白身魚と大豆の甘みそあえ				ロコモコ風				高野豆腐の卵とじ			
◇ポテトサラダ				◇コーンキャベツ				◇グリーンサラダ				◇しらす和え			
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	
小型パン　35g	1	食		減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食		麦ごはん	1	食	
ハーフスパゲティ	28	g		ホキ・角切り　☆	45	g	鶏肉	豚肉・ももスライス	20	g		高野豆腐(サイコロ)	5	g	
豚肉・ももスライス	30	g		酒	1	g		たまねぎ	60	g		液卵　☆	30	g	
酒	1	g		片栗粉	8	g		にんじん	10	g		豚肉・ももスライス	20	g	
たまねぎ	30	g		蒸し大豆　☆	15	g		にんにく	0.3	g		じゃがいも	30	g	
にんじん	10	g		片栗粉	2	g		食油	2	g		にんじん	10	g	
キャベツ	30	g		食油	6	g		小麦粉	6	g		たまねぎ	20	g	
食油	1	g		中みそ	5	g		バター　☆	5	g		干ししいたけ(カット)	0.5	g	
塩	0.25	g		三温糖	1.6	g		ウスターソース	3	g		冷・さやいんげん	5	g	
こしょう	0.02	g		みりん	3	g		ケチャップ	6	g		食油	1	g	
トンカツソース	6	g		水	1.5	g		トマトピューレ	6	g		三温糖	2	g	
ウスターソース	6	g						塩	1	g		塩	0.5	g	
あおのり粉	0.2	g		キャベツ	28	g		こしょう	0.02	g		しょうゆ	3	g	
				冷・とうもろこし	4	g		赤ワイン	5	g		水	40	g	
ロースハム(角切り)	5	g						水	70	g					
じゃがいも	35	g		竹輪(輪切り)	10	g		ミニハンバーグ(ロコモコ用)	1	個	肉増量	キャベツ	15	g	
きゅうり	10	g		もずく	10	g						もやし	17	g	
冷・とうもろこし	5	g		たまねぎ	30	g		キャベツ	25	g		こまつな	8	g	
塩	0.1	g		にんじん	10	g		きゅうり	25	g		にんじん	5	g	
こしょう	0.01	g		えのきだけ(真空)	10	g		酢	3	g		しらす干し	3	g	
ノンエッグマヨネーズ	8	g		ねぎ	3	g		塩	0.3	g		三温糖	1.5	g	
				塩	0.3	g		こしょう	0.02	g		酢	2	g	
				うすくちしょうゆ	2.5	g		三温糖	0.8	g		うすくちしょうゆ	2	g	
				鶏がらスープ	20	g		サラダ油	1.5	g					
				水	90	g						ひじきのり	1	個	1食ゆかり
								冷凍パイン	1	個	ヨーグルト			

[週 間 献 立 表]

献立区分:　E　　0:通常献立　　小学

5月18日 月曜日				5月19日 火曜日				5月20日 水曜日				5月21日 木曜日			
牛乳				牛乳				牛乳　　袋入りアーモンドいりこ【小・中】				牛乳			
御飯・減量				背割りパン				御飯・減量				御飯・減量			
マーボー豆腐				ホットドッグ				鯛そぼろ御飯の具				肉じゃが			
◇ナムル				まめまめポタージュスープ				けんちん汁				◇はりはり漬け			
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		背割パン　55g	1	食		減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食	
豆腐	60	g		ウインナー(ロング)	1	本	鶏肉	鯛ほぐし身	18	g		豚肉・ももスライス	35	g	
豚肉・ももミンチ	30	g		キャベツ	32	g		酒	3	g		じゃがいも	60	g	
にんじん	20	g		1食ケチャップ	1	個	1食ノンマヨ	にんじん	5	g		たまねぎ	40	g	
たまねぎ	40	g						冷・むき枝豆	8	g		にんじん	15	g	
干ししいたけ(カット)	1	g		ベーコン	5	g		食油	0.5	g		冷・さやいんげん	5	g	
にら	5	g		じゃがいも	25	g		うすくちしょうゆ	2	g		つきこんにゃく	15	g	
しょうが	0.5	g		にんじん	10	g		三温糖	1.2	g		食油	0.5	g	
にんにく	0.3	g		たまねぎ	25	g		塩	0.1	g		三温糖	3	g	
ごま油	2	g		白いんげん豆(蒸し煮)	5	g		錦糸卵	12	g		しょうゆ	6	g	
三温糖	2	g		冷・グリンピース	3	g		1食きざみのり	1	個		みりん	1	g	
しょうゆ	1	g		冷・とうもろこし	10	g									
赤みそ	6	g		白いんげん豆ペースト	10	g		豆腐	20	g		切り干しだいこん　☆	3.5	g	
豆板醤	0.4	g		牛乳(調理用)	20	g		若鶏肉・スライス	10	g		きゅうり	15	g	
片栗粉	3	g		クリームポタージュ	6	g		油揚げ	3	g		にんじん	5	g	
水	3	g		塩	0.3	g		たまねぎ	20	g		しらす干し	3	g	
				こしょう	0.02	g		にんじん	10	g		塩	0.1	g	
こまつな	8	g		鶏がらスープ	15	g		ごぼう	5	g		三温糖	2	g	
もやし	35	g		水	50	g		板こんにゃく	10	g		うすくちしょうゆ	2	g	
にんじん	5	g						ねぎ	3	g		酢	4	g	
しょうゆ	2.5	g						ごま油	0.8	g		塩昆布	1	g	
ガーリック	0.03	g						しょうゆ	4	g					
ごま油	0.5	g						いりこ大　☆	2	g					
白ごま	1	g						水	95	g					
								アーモンドいりこ　☆	1	個	芋チップス				

[週 間 献 立 表]

献立区分:　E　　0:通常献立　　小学

5月22日 金曜日				5月25日 月曜日				5月26日 火曜日				5月27日 水曜日			
牛乳　　みそ汁				牛乳　　味付けのり				牛乳				牛乳			
麦御飯　　ふりかけ（鉄強化）				御飯・減量				パンプキンパン				御飯・減量			
ししゃものから揚げ				豆乳担々麺				鶏肉のカレー煮				豚肉と新たまねぎのしょうが炒め			
◇たくあん和え				◇中華風ツナポテト				ポテトスープ				だいじょ芋入り鶏団子汁			
材料名	数量	単位	ｱﾚﾙｷﾞｰ	材料名	数量	単位	ｱﾚﾙｷﾞｰ	材料名	数量	単位	ｱﾚﾙｷﾞｰ	材料名	数量	単位	ｱﾚﾙｷﾞｰ
牛乳	1	本		牛乳	1	本		牛乳	1	本		牛乳	1	本	
麦ごはん	1	食		減量ごはん	1	食		パン　55g（加工用）	1	食		減量ごはん	1	食	
								かぼちゃペースト（パン用）	8.25	g					
ししゃも（18g）	2	匹	ホキ	冷凍ちゃんぽん麺	35	g		上白糖（パン用）	5.5	g		豚肉・ももスライス	45	g	
片栗粉	5	g		豚肉・ももミンチ	18	g		マーガリン（パン用）	5.5	g		新玉ねぎ	30	g	
食油	4	g		しょうが	0.5	g						キャベツ	30	g	
				にんにく	0.5	g		若鶏もも肉（角切）	40	g		にんじん	10	g	
キャベツ	22	g		豆板醤	0.1	g		うずら卵（水煮）	20	g		しめじ（真空）	7	g	
にんじん	5	g		食油	1	g		にんじん	15	g		しょうが	1.2	g	
たくあん漬け（せん切り）	3	g		たまねぎ	15	g		たまねぎ	40	g		食油	0.5	g	
うすくちしょうゆ	1	g		にんじん	5	g		冷・グリンピース	5	g		三温糖	0.7	g	
三温糖	0.5	g		チンゲン菜	5	g		食油	1	g		塩	0.2	g	
				もやし	15	g		カレー粉	0.3	g		酒	1	g	
豆腐	20	g		冷・とうもろこし	5	g		ケチャップ	4	g		しょうゆ	4	g	
にんじん	10	g		しょうゆ	5	g		ウスターソース	3	g					
たまねぎ	15	g		三温糖	0.3	g		三温糖	1	g		だいじょ芋入り鶏団子	30	g	
じゃがいも	20	g		塩	0.35	g		しょうゆ	2	g		新玉ねぎ	20	g	
しめじ（真空）	5	g		こしょう	0.01	g		水	20	g		チンゲン菜	10	g	
油揚げ	3	g		豆乳（調整豆乳）	20	g						えのきだけ（真空）	10	g	
ねぎ	3	g		すりごま	1	g		ベーコン	8	g		にんじん	5	g	
中みそ	9	g		ごま油	0.5	g		じゃがいも	30	g		中みそ	8	g	
いりこ大　☆	3	g		鶏がらスープ	10	g		にんじん	10	g		いりこ大　☆	3	g	
水	100	g		水	60	g		たまねぎ	20	g		水	95	g	
								冷・とうもろこし	10	g					
ふりかけ（Fe強化）	1	個	1食ゆかり	じゃがいも	30	g		パセリ	0.5	g					
				きゅうり	10	g		塩	0.6	g					
				にんじん	3	g		こしょう	0.02	g					
				まぐろ油漬　☆	8	g		鶏がらスープ	10	g					
				ごま油	0.5	g		水	95	g					
				三温糖	1	g									
				塩	0.1	g									
				しょうゆ	2.5	g									
				酢	2.5	g									
				味付けのり	1	個	1食ゆかり								

[週 間 献 立 表]

献立区分:　E　　0:通常献立　　小学

5月28日 木曜日				5月29日 金曜日											
牛乳 御飯・減量 じゃが豚キムチ ◇ツナフレーク和え				牛乳　　切干大根のスープ 御飯・減量 かつおのピリカラ揚げ ◇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									
減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食									
豚肉・ももスライス	30	g		かつお・角切り　☆	50	g	ホキ								
じゃがいも	60	g		酒	2	g									
たまねぎ	40	g		片栗粉	8	g									
にんじん	15	g		食油	5	g									
しらたき	20	g		しょうが	0.3	g									
はくさい(キムチ漬け)	10	g		にんにく	0.3	g									
にら	3	g		食油	0.5	g									
食油	2	g		三温糖	3	g									
酒	0.5	g		しょうゆ	3.5	g									
三温糖	2	g		豆板醤	0.08	g									
しょうゆ	4	g		水	1.2	g									
みりん	0.8	g													
				キャベツ	32	g									
キャベツ	25	g													
きゅうり	15	g		切り干しだいこん　☆	3.5	g									
にんじん	5	g		ベーコン	8	g									
まぐろ油漬　☆	10	g		にんじん	5	g									
三温糖	0.8	g		たまねぎ	15	g									
しょうゆ	2	g		しめじ(真空)	10	g									
				ねぎ	3	g									
				食油	1	g									
				塩	0.5	g									
				こしょう	0.02	g									
				うすくちしょうゆ	2	g									
				鶏がらスープ	20	g									
				水	90	g									