

[週間献立表]

献立区分: C 0:通常献立 小学

6月5日 金曜日				6月8日 月曜日				6月9日 火曜日				6月10日 水曜日			
牛乳 中華スープ 御飯・減量 鶏肉とレバーのケチャップがらめ ◇コーンキャベツ				牛乳 御飯・減量 ひよこ豆とキノコのカレーライス ◇海藻サラダ				牛乳 さつま芋チップス 御飯・減量 チンジャオロウスー かきたまスープ				牛乳 ゆかりふりかけ 御飯・減量 大豆のいそ煮 ◇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	
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	
若鶏もも肉(角切)	50	g	鶏肉	若鶏もも肉(角切)	30	g		豚肉もも細切り	35	g		蒸し大豆 ☆	20	g	
しょうが	1	g		じゃがいも	30	g		しょうが	0.25	g		若鶏もも肉(角切)	20	g	
しょうゆ	2	g		ひよこ豆(蒸し)	10	g		しょうゆ	1.2	g		豆竹輪	10	g	
片栗粉	10	g		冷・むき枝豆	5	g		三温糖	0.25	g		厚揚げ(広島県産)	15	g	
鶏レバー(冷凍)	15	g		にんじん	10	g		食油	1	g		ひじき(芽)	2	g	
食油	6	g		たまねぎ	35	g		たまねぎ	30	g		じゃがいも	25	g	
三温糖	1	g		にんにく	0.3	g		にんじん	10	g		にんじん	10	g	
ケチャップ	5	g		食油	0.5	g		ゆで・たけのこ	15	g		冷・さやいんげん	10	g	
ウスターソース	2.5	g		塩	0.5	g		ピーマン	15	g		板こんにゃく	20	g	
水	2	g		ウスターソース	3	g		三温糖	0.5	g		食油	1	g	
				トンカツソース	3	g		しょうゆ	2.7	g		三温糖	3	g	
キャベツ	28	g		ケチャップ	5	g		塩	0.2	g		みりん	2	g	
冷・とうもろこし	4	g		しょうゆ	1	g		こしょう	0.03	g		しょうゆ	4	g	
				バター ☆	5	g		豆板醤	0.2	g		水	30	g	
豆腐	15	g		米粉	6	g		片栗粉	0.3	g					
緑豆はるさめ	3	g		カレー粉	0.7	g		水	0.3	g		キャベツ	25	g	
たまねぎ	10	g		水	65	g						もやし	20	g	
にんじん	5	g						液卵 ☆	23	g		にんじん	5	g	
もやし	15	g		海藻ミックス	0.7	g		にんじん	8	g		しらす干し	3	g	
干しいたけ(カット)	0.5	g		きゅうり	15	g		たまねぎ	15	g		三温糖	1.5	g	
チンゲン菜	10	g		キャベツ	15	g		もやし	20	g		酢	2	g	
ごま油	0.3	g		にんじん	5	g		干しいたけ(カット)	0.8	g		うすくちしょうゆ	2	g	
塩	0.5	g		まぐろ油漬 ☆	10	g		緑豆はるさめ	4	g					
こしょう	0.02	g		しょうゆ	3	g		ねぎ	3	g		1食ゆかり	1	個	
しょうゆ	1	g		三温糖	2	g		塩	0.5	g					
うすくちしょうゆ	2	g		ごま油	0.5	g		こしょう	0.02	g					
鶏がらスープ	15	g		酢	2	g		鶏がらスープ	20	g					
水	95	g						うすくちしょうゆ	2	g					
								片栗粉	1	g					
								水	90	g					
								さつま芋チップス☆	1	個					

[週間献立表]

献立区分: C 0:通常献立 小学

6月11日 木曜日				6月12日 金曜日				6月15日 月曜日				6月16日 火曜日			
牛乳 パン 鶏の照り煮 コーンポタージュスープ				牛乳 みそ汁 御飯・減量 わにの竜田揚げ ◇ボイルキャベツ				牛乳 メロンゼリー 御飯・減量 ビビンバの具 韓国風スープ				牛乳 御飯・減量 うま煮 ◇あなごときゅうりの和え物			
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	
パン 55g	1	食		減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食	
若鶏もも肉(角切)	50	g		わに(サメ)・切身50g☆	1	切	鶏肉	豚肉・ももスライス	40	g		若鶏もも肉(角切)	30	g	
キャベツ	25	g		しょうが	1.2	g		食油	0.4	g		豆竹輪	10	g	
たまねぎ	15	g		酒	2	g		にんにく	0.2	g		ごぼう	15	g	
しめじ(真空)	10	g		しょうゆ	3	g		豆板醤	0.4	g		にんじん	15	g	
エリンギ(真空)	5	g		片栗粉	10	g		三温糖	1	g		じゃがいも	25	g	
みりん	0.8	g		食油	5	g		しょうゆ	2.5	g		ゆで・たけのこ	10	g	
三温糖	2	g						きゅうり	20	g		厚揚げ(広島県産)	20	g	
酒	0.8	g		キャベツ	30	g		もやし	30	g		板こんにゃく	15	g	
しょうゆ	4	g						にんじん	10	g		さやいんげん	5	g	
片栗粉	0.6	g		豆腐(広島県産)	20	g		赤みそ	5.5	g		食油	0.5	g	
水	0.3	g		にんじん	10	g		しょうゆ	2	g		酒	1	g	
				たまねぎ	30	g		みりん	1	g		三温糖	2	g	
ベーコン	5	g		しめじ(真空)	10	g		三温糖	2	g		しょうゆ	2	g	
じゃがいも	25	g		油揚げ(広島県産)	5	g		ごま油	1	g		中みそ	4	g	
にんじん	15	g		干しわかめ	0.5	g		白ごま	1	g		すりごま	2	g	
たまねぎ	25	g		ねぎ	3	g						水	30	g	
冷・とうもろこし	10	g		中みそ	9	g		若鶏肉・こま切り	10	g					
パセリ(乾)	0.03	g		いりこ大 ☆	3	g		もち(トック)	15	g		焼きあなご(カット)	5	g	
クリームコーン	20	g		水	100	g		たまねぎ	30	g		きゅうり	35	g	
クリームポタージュ	6	g						にんじん	5	g		三温糖	1.2	g	
塩	0.3	g						干しわかめ	0.5	g		うすくちしょうゆ	1.2	g	
こしょう	0.02	g						ねぎ	3	g		酢	1.5	g	
牛乳(調理用)	25	g						食油	0.5	g					
水	60	g						しょうゆ	2	g					
								うすくちしょうゆ	2	g					
								塩	0.2	g					
								こしょう	0.02	g					
								鶏がらスープ	20	g					
								水	80	g					
								ゼリー	1	個	ヨーグルト				

