

[週間献立表]

献立区分: F 0:通常献立 小学

6月1日 月曜日				6月2日 火曜日				6月3日 水曜日				6月4日 木曜日			
牛乳 御飯・減量 茎わかめのきんぴら 白玉汁				牛乳 おこめんスープ 御飯・減量 さばの梅煮 ◇かおりあえ				牛乳 黒糖パン 塩レモンビーフン ◇小松菜サラダ				牛乳 御飯・減量 親子煮 ◇切干し大根とちくわの酢の物			
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	
減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食		パン 55g (加工用)	1	食		減量ごはん	1	食	
								黒砂糖 (パン用)	5.5	g					
豚肉・ももスライス	15	g		さば・切身 (50g) ☆	1	切	ホキ	マーガリン (パン用)	2.75	g		液卵 ☆	30	g	
ごぼう	15	g		しょうが	1	g						若鶏肉・スライス	20	g	
つきこんにゃく	15	g		梅干し	2	g		ビーフン	15	g		たまねぎ	30	g	
茎わかめ (冷凍)	10	g		三温糖	2.5	g		豚肉・ももスライス	20	g		にんじん	15	g	
にんじん	10	g		酒	1	g		酒	1	g		じゃがいも	40	g	
さつま揚げ	7	g		みりん	1	g		竹輪(半月切り)	10	g		油揚げ	5	g	
食油	1	g		しょうゆ	3	g		たまねぎ	35	g		さやいんげん	5	g	
三温糖	2	g		酢	2	g		にんじん	10	g		食油	1	g	
しょうゆ	4	g		水	10	g		キャベツ	25	g		三温糖	3	g	
ごま油	0.3	g						ねぎ	3	g		しょうゆ	6	g	
白ごま	0.5	g		きゅうり	30	g		食油	0.5	g		削り節 (だし用)	0.5	g	
一味唐辛子	0.02	g		かおり	0.3	g		塩	0.6	g		水	30	g	
								うすくちしょうゆ	1	g					
冷凍白玉餅	30	g		米粉めん	10	g		こしょう	0.02	g		切り干しだいこん ☆	3.5	g	
若鶏肉・スライス	15	g		若鶏肉・こま切り	10	g		三温糖	0.5	g		竹輪(半月切り)	3	g	
チンゲン菜	10	g		たまねぎ	15	g		レモン果汁	0.7	g		きゅうり	20	g	
たまねぎ	25	g		もやし	15	g		ごま油	1.5	g		にんじん	3	g	
にんじん	5	g		にんじん	7	g						酢	3	g	
しょうゆ	3	g		チンゲン菜	15	g		ロースハム (短冊切り)	5	g		三温糖	1.5	g	
塩	0.3	g		干しいたけ(カット)	0.5	g		にんじん	5	g		うすくちしょうゆ	2	g	
いりこ大 ☆	2	g		食油	0.3	g		こまつな	10	g		塩	0.2	g	
水	95	g		塩	0.3	g		もやし	15	g					
				うすくちしょうゆ	3	g		ひじき (芽)	0.4	g					
				鶏がらスープ	15	g		冷・とうもろこし	8	g					
				水	95	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					

[週間献立表]

献立区分: F 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 御飯・減量 アスパラメンチカツ【神辺】 ◇コーンキャベツ				牛乳 御飯・減量 大豆のいそ煮 ◇しらす和え				牛乳 御飯・減量 チンジャオロウスー かきたまスープ				牛乳 パン 鶏の照り煮 コーンポタージュスープ			
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		パン 55g	1	食	
メンチカツ(アスパ)50g【神辺】	1	個	鶏肉	蒸し大豆 ☆	20	g		豚肉もも細切り	35	g		若鶏もも肉 (角切)	50	g	
食油	6	g		若鶏もも肉 (角切)	20	g		しょうが	0.25	g		キャベツ	25	g	
キャベツ	28	g		豆竹輪	10	g		しょうゆ	1.2	g		たまねぎ	15	g	
冷・とうもろこし	5	g		厚揚げ (広島県産)	15	g		三温糖	0.25	g		しめじ(真空)	10	g	
竹輪(半月切り)	10	g		ひじき (芽)	2	g		食油	1	g		エリンギ (真空)	5	g	
もずく	10	g		じゃがいも	25	g		たまねぎ	30	g		みりん	0.8	g	
たまねぎ	20	g		にんじん	10	g		にんじん	10	g		三温糖	2	g	
にんじん	10	g		冷・さやいんげん	10	g		ゆで・たけのこ	15	g		酒	0.8	g	
チンゲン菜	5	g		板こんにゃく	20	g		ピーマン	15	g		しょうゆ	4	g	
もやし	20	g		食油	1	g		三温糖	0.5	g		片栗粉	0.6	g	
干しいたけ(カット)	0.5	g		三温糖	3	g		しょうゆ	2.7	g		水	0.3	g	
塩	0.3	g		みりん	2	g		塩	0.2	g					
うすくちしょうゆ	4	g		しょうゆ	4	g		こしょう	0.03	g		ベーコン	5	g	
鶏がらスープ	20	g		水	30	g		豆板醤	0.2	g		じゃがいも	25	g	
水	95	g		キャベツ	25	g		片栗粉	0.3	g		にんじん	15	g	
				もやし	20	g		水	0.3	g		たまねぎ	25	g	
				にんじん	5	g		液卵 ☆	23	g		冷・とうもろこし	10	g	
				しらす干し	3	g		にんじん	8	g		パセリ(乾)	0.03	g	
				三温糖	1.5	g		たまねぎ	15	g		クリームコーン	20	g	
				酢	2	g		もやし	20	g		クリームポタージュ	6	g	
				うすくちしょうゆ	2	g		干しいたけ(カット)	0.8	g		塩	0.3	g	
								緑豆はるさめ	4	g		こしょう	0.02	g	
				1食ゆかり	1	個		ねぎ	3	g		牛乳 (調理用)	25	g	
								塩	0.5	g		水	60	g	
								こしょう	0.02	g					
								鶏がらスープ	20	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: F 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 飲むヨーグルト（鉄分強化）				牛乳 みそ汁				牛乳 メロンゼリー				牛乳 御飯・減量			
御飯・減量 ツナそぼろ御飯の具 和風ワンタン				御飯・減量 わにの空揚げ ◇ボイルキャベツ				御飯・減量 ビビンバの具 韓国風スープ				厚揚げの中華煮 ◇ごぼうのマヨネーズサラダ			
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	
まぐろ油漬 ☆	35	g		わに(サメ)・切身50g☆	1	切	鶏肉	豚肉・ももスライス	40	g		豚肉・ももスライス	15	g	
干しわかめ	0.8	g		しょうが	1.2	g		食油	0.4	g		厚揚げ	50	g	
錦糸卵	12	g		酒	2	g		にんにく	0.2	g		うずら卵(水煮)	20	g	
にんじん	10	g		塩	0.2	g		豆板醤	0.4	g		にんじん	10	g	
食油	0.5	g		こしょう	0.02	g		三温糖	1	g		たまねぎ	45	g	
しょうゆ	2	g		片栗粉	10	g		しょうゆ	2.5	g		チンゲン菜	10	g	
三温糖	2	g		食油	5	g		きゅうり	20	g		干しいたけ(カット)	0.6	g	
塩	0.1	g		1食トンカツソース	1	個		もやし	30	g		にんにく	0.3	g	
食油	1	g		キャベツ	30	g		にんじん	10	g		しょうが	0.5	g	
若鶏肉・スライス	5	g						赤みそ	5.5	g		ごま油	1	g	
ワンタン麺	7	g						しょうゆ	2	g		三温糖	1.5	g	
たまねぎ	30	g		豆腐（広島県産）	20	g		みりん	1	g		しょうゆ	4	g	
チンゲン菜	15	g		にんじん	10	g		三温糖	2	g		鶏がらスープ	2	g	
にんじん	10	g		たまねぎ	30	g		ごま油	1	g		酒	1	g	
干しいたけ(カット)	0.5	g		しめじ(真空)	10	g		白ごま	1	g		塩	0.2	g	
しょうゆ	2.5	g		油揚げ（広島県産）	5	g						こしょう	0.02	g	
塩	0.5	g		干しわかめ	0.5	g		若鶏肉・こま切り	10	g		片栗粉	1	g	
こしょう	0.02	g		ねぎ	3	g		もち（トック）	15	g		水	1	g	
いりこ大 ☆	2	g		中みそ	9	g		たまねぎ	30	g					
水	100	g		いりこ大 ☆	3	g		にんじん	5	g		ごぼう	15	g	
				水	100	g		干しわかめ	0.5	g		まぐろ油漬 ☆	15	g	
								ねぎ	3	g		きゅうり	20	g	
飲むヨーグルト（マスカット）	1	本	みかんゼリー					食油	0.5	g		にんじん	5	g	
								しょうゆ	2	g		三温糖	1	g	
								うすくちしょうゆ	2	g		うすくちしょうゆ	2	g	
								塩	0.2	g		すりごま	1	g	
								こしょう	0.02	g		からし	0.02	g	
								鶏がらスープ	20	g		ノンエッグマヨネーズ	8	g	
								水	80	g					
								ゼリー	1	個	ヨーグルト				

