

[週間献立表]

献立区分: F 0:通常献立 小学

8月25日 火曜日				8月26日 水曜日				8月27日 木曜日				8月28日 金曜日			
牛乳 御飯・減量 豚しょうが丼 わかめスープ				牛乳 ピタパン まめまめドライカレー マカロニスープ				牛乳 冷凍みかん 御飯・減量 中華どんぶり ◇きゅうりの中華風づけ				牛乳 ゼリー (Fe、Ca強化) 御飯・減量 広島たっぷりビビンバ ◇しゃりしゃりポテトサラダ			
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		ピタパン 60 g	1	個		減量ごはん	1	食		減量ごはん	1	食	
豚肉・ももスライス	40	g		豚肉・ももミンチ	35	g		豚肉・ももスライス	25	g		豚肉・ももミンチ	30	g	
たまねぎ	35	g		たまねぎ	35	g		しょうが	1	g		広島菜漬 (刻み)	15	g	
にんじん	8	g		にんじん	10	g		にんにく	0.3	g		はくさい(キムチ漬け)	15	g	
しめじ(真空)	10	g		蒸し大豆 (クラッシュ)	15	g		しょうゆ	2	g		もやし	25	g	
しらたき	12	g		冷・むき枝豆	10	g		食油	1	g		しらす干し	3	g	
しょうが	1.2	g		にんにく	0.2	g		うずら卵(水煮)	20	g		冷・とうもろこし	10	g	
食油	0.5	g		カレー粉	0.5	g		かまぼこ(ピンク・白)	10	g		にんにく	0.2	g	
三温糖	1	g		ケチャップ	8	g		たまねぎ	20	g		ごま油	1	g	
塩	0.2	g		トンカツソース	1.5	g		にんじん	5	g		白ごま	1	g	
酒	1	g		ウスターソース	1.5	g		ゆで・たけのこ	10	g		しょうゆ	1	g	
みりん	1	g		塩	0.3	g		干しいたけ(カット)	0.5	g		こしょう	0.01	g	
しょうゆ	5	g		食油	1	g		キャベツ	20	g					
片栗粉	1	g		水	6	g		チンゲン菜	5	g		ロースハム (短冊切り)	5	g	
水	1	g						三温糖	0.5	g		じゃがいも	35	g	
				ベーコン	8	g		しょうゆ	5.5	g		きゅうり	10	g	
若鶏肉・こま切り	10	g		マカロニ (シェル)	7	g		こしょう	0.02	g		にんじん	5	g	
豆腐	25	g		たまねぎ	20	g		片栗粉	4	g		サラダ油	1	g	
もやし	20	g		にんじん	5	g		水	4	g		三温糖	1	g	
にんじん	5	g		じゃがいも	25	g		鶏がらスープ	8	g		塩	0.2	g	
ねぎ	3	g		マッシュルーム水煮	5	g		水	20	g		こしょう	0.02	g	
干しわかめ	0.8	g		冷・とうもろこし	10	g		ごま油	1	g		酢	3	g	
緑豆はるさめ	3	g		食油	0.5	g									
ごま油	0.5	g		塩	0.8	g		きゅうり	45	g		ゼリー	1	個	ぶどうゼリー
しょうゆ	2	g		こしょう	0.02	g		三温糖	0.35	g					
うすくちしょうゆ	2	g		鶏がらスープ	15	g		塩	0.12	g					
塩	0.2	g		水	80	g		酢	1.5	g					
こしょう	0.02	g						しょうゆ	3	g					
鶏がらスープ	20	g						ごま油	0.5	g					
水	90	g						黒ごま	0.35	g					
								冷凍みかん	1	個	ヨーグルト				

[週 間 献 立 表]

献立区分: F 0:通常献立 小学

8月31日 月曜日															
牛乳															
御飯・減量															
マーボー夏野菜															
◇ビーフンの中華和え															
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													
減量ごはん	1	食													
豆腐	40	g													
豚肉・ももミンチ	25	g													
豚レバーチップ	8	g													
なす	20	g													
かぼちゃ	10	g													
にんじん	10	g													
たまねぎ	30	g													
冷・むき枝豆	5	g													
干しいたけ(ｶｯﾄ)	0.5	g													
しょうが	0.5	g													
にんにく	0.3	g													
ごま油	1.5	g													
赤みそ	6	g													
三温糖	2	g													
豆板醤	0.4	g													
しょうゆ	1	g													
片栗粉	1	g													
水	1	g													
ビーフン	5	g													
ロースハム（短冊切り）	5	g													
キャベツ	20	g													
きゅうり	10	g													
にんじん	5	g													
三温糖	2	g													
塩	0.2	g													
酢	2.5	g													
しょうゆ	2.5	g													
からし	0.06	g													
ごま油	0.5	g													

ぶどうゼリー