

[週 間 献 立 表]

献立区分: H 0:通常献立 小学

1 ページ

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 御飯・減量 マーボ-夏野菜 ◇ビーフンの中華和え				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			
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		ピタパン 60 g	1	個		減量ごはん	1	食	
豚肉・ももスライス	40	g		豆腐	40	g		豚肉・ももミンチ	35	g		豚肉・ももスライス	25	g	
たまねぎ	35	g		豚肉・ももミンチ	25	g		たまねぎ	35	g		しょうが	1	g	
にんじん	8	g		豚レバーチップ	8	g		にんじん	10	g		にんにく	0.3	g	
しめじ(真空)	10	g		なす	20	g		蒸し大豆 (クラッシュ)	15	g		しょうゆ	2	g	
しらたき	12	g		かぼちゃ	10	g		冷・むき枝豆	10	g		食油	1	g	
しょうが	1.2	g		にんじん	10	g		にんにく	0.2	g		うずら卵(水煮)	20	g	
食油	0.5	g		たまねぎ	30	g		カレー粉	0.5	g		かまぼこ(ピンク・白)	10	g	
三温糖	1	g		冷・むき枝豆	5	g		ケチャップ	8	g		たまねぎ	20	g	
塩	0.2	g		干しいたけ(カット)	0.5	g		トンカツソース	1.5	g		にんじん	5	g	
酒	1	g		しょうが	0.5	g		ウスターソース	1.5	g		ゆで・たけのこ	10	g	
みりん	1	g		にんにく	0.3	g		塩	0.3	g		干しいたけ(カット)	0.5	g	
しょうゆ	5	g		ごま油	1.5	g		食油	1	g		キャベツ	20	g	
片栗粉	1	g		赤みそ	6	g		水	6	g		チンゲン菜	5	g	
水	1	g		三温糖	2	g						三温糖	0.5	g	
				豆板醤	0.4	g		ベーコン	8	g		しょうゆ	5.5	g	
若鶏肉・こま切り	10	g		しょうゆ	1	g		マカロニ (シェル)	7	g		ごしょう	0.02	g	
豆腐	25	g		片栗粉	1	g		たまねぎ	20	g		片栗粉	4	g	
もやし	20	g		水	1	g		にんじん	5	g		水	4	g	
にんじん	5	g						じゃがいも	25	g		鶏がらスープ	8	g	
ねぎ	3	g		ビーフン	5	g		マッシュルーム水煮	5	g		水	20	g	
干しわかめ	0.8	g		ロー・スハム (短冊切り)	5	g		冷・とうもろこし	10	g		ごま油	1	g	
緑豆はるさめ	3	g		キャベツ	20	g		食油	0.5	g					
ごま油	0.5	g		きゅうり	10	g		塩	0.8	g		きゅうり	45	g	
しょうゆ	2	g		にんじん	5	g		ごしょう	0.02	g		三温糖	0.35	g	
うすくちしょうゆ	2	g		三温糖	2	g		鶏がらスープ	15	g		塩	0.12	g	
塩	0.2	g		塩	0.2	g		水	80	g		酢	1.5	g	
ごしょう	0.02	g		酢	2.5	g						しょうゆ	3	g	
鶏がらスープ	20	g		しょうゆ	2.5	g						ごま油	0.5	g	
水	90	g		からし	0.06	g						黒ごま	0.35	g	
				ごま油	0.5	g									
												冷凍みかん	1	個	ヨーグルト

[週間献立表]

献立区分: H 0:通常献立 小学

2 ページ

[illegible]