

【献立予定表】

2021年7月度

1日(木)	2日(金)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)
麦ごぼん 委託麦飯 牛乳 糖の塩焼き さわら 酒 食塩 サラダ油 きんぴらごぼう サラダ油 ごぼう 干し椎茸 中ざら糖 和風だしの素 こま油 赤だし	玄米ごぼん 精白米 玄米 牛乳 水 牛乳 たこのから揚げ まだこ しょうが こいちしょうゆ でんぶん 米油 つぼ漬け和え つぼ漬け だいこん きゅうり 昆布 穀物酢 三温糖	ナン 牛乳 豊野菜キークカレー サラダ油 にんにく しょうが 豚ももミンチ 天塩 白こしょう たまねぎ にんじん じゃがいも 水 ロリエ ポテトオニオン なす かぼちゃ 青ピーマン トマト	昆布めし 精白米 おおむぎ 塩昆布 水 牛乳 縁の照り焼き まあじ しょうが しょうゆ こいちしょうゆ サラダ油 こいちしょうゆ 本みりん 三温糖 でんぶん 水 煮浸し にんじん 油揚げ キャベツ こまつな 和風だしの素 こいちしょうゆ 三温糖 本みりん 五目汁 サラダ油 豚モモ 水	麦ごぼん 委託麦飯 牛乳 さざみのレモン風味 鶏ささ身 酒 食塩 白こしょう でんぶん 米油 中ざら糖 うすくちしょうゆ レモン果汁 水 ひじきの煮付け サラダ油 にんじん 干し椎茸 干し椎茸 大豆 三温糖 和風だしの素 水	麦ごぼん 委託麦飯 牛乳 しゅうまい 中華サラダ キャベツ ほうれんそう きゅうり 中巻レトルトソウ 八宝菜 サラダ油 しょうが たまねぎ にんじん 干し椎茸 にんじん 切干しいんげん 油揚げ 水	雑穀ごぼん 精白米 十六雑穀米 水 牛乳 鶏肉の竜田揚げ 若鶏もも しょうが こいちしょうゆ でんぶん 米油 切干しいんげんの煮付け にんじん 干し椎茸 油揚げ 水 中ざら糖 和風だしの素 酒 本みりん こいちしょうゆ さやいんげん ふのすまし汁 フレーク節 焼きかまぼこ ほんしめじ たまねぎ うすくちしょうゆ 天塩 本みりん 玉ふ こまつな ねぎ 水	麦ごぼん 委託麦飯 牛乳 さけ 酒 食塩 サラダ油 大根の土佐酢和え だいこん わかめ きゅうり 水 中ざら糖 こいちしょうゆ でんぶん 磯和え にんじん キャベツ ほうれんそう こいちしょうゆ 上白糖 焼のり 青臭汁 水	もち米入のごぼん 精白米 チヨコリアム 水 牛乳 牛乳 南瓜のそぼろあんかけ かぼちゃ鹿の子 米油 若鶏ミンチ しょうが 酒 中ざら糖 オールドパイス 白こしょう ロリエ 水	米粉食パン 84 チヨコリアム 15 牛乳 鶏手羽元のスパイス煮 鶏肉手羽元 こいちしょうゆ 中ざら糖 酒 八角 タイム オールドパイス 白こしょう ロリエ 水 ポテトサラダ にんじん じゃがいも きゅうり 水
15日(木)	16日(金)	19日(月)	20日(火)	2021年 8月度	30日(月)	31日(火)	2021年 9月度	1日(水)	2日(木)
麦ごぼん 委託麦飯 牛乳 ハンバーグ サラダ油 トマトケチャップ デミグラスソース ウスターソース 中ざら糖 水 ごぼうのサラダ ごぼう 穀物酢 きゅうり 番ごぼろソング すまし汁 フレーク節 焼きかまぼこ えのきたけ たまねぎ うすくちしょうゆ 本みりん ねぎ 水 陶クエハース	玄米ごぼん 精白米 玄米 水 牛乳 サラダ油 しょうが にんにく 豚モモ 酒 たまねぎ りんごピューレ はちみつ こいちしょうゆ 本みりん 三温糖 コチュジャン 彩り和え どうもろこし にんじん キャベツ 和風だしの素 こいちしょうゆ 本みりん 三温糖 なすのみそ汁 水	うどん 牛乳 鮎の米粉揚げ あゆ 酒 50 15 鶏肉の生姜焼き 若鶏もも しょうが こいちしょうゆ 三温糖 本みりん 大豆 にんじん だけのこ 板こんにゃく 角切りの昆布 中ざら糖 和風だしの素 こいちしょうゆ 本みりん 三つ葉のすまし汁 水 フレーク節 糸かまぼこ えのきたけ たまねぎ うすくちしょうゆ 天塩 本みりん 根みつば	玄米ごぼん 精白米 玄米 水 牛乳 鶏肉の生姜焼き 若鶏もも しょうが こいちしょうゆ 三温糖 本みりん 五目大豆 大豆 にんじん だけのこ 板こんにゃく 角切りの昆布 中ざら糖 和風だしの素 こいちしょうゆ 本みりん 三つ葉のすまし汁 水 フレーク節 糸かまぼこ えのきたけ たまねぎ うすくちしょうゆ 天塩 本みりん 根みつば	麦ごぼん 委託麦飯 牛乳 さわらの西京焼き さわら西京漬 きんぴらごぼう サラダ油 にんじん ごぼう つきこんにゃく 中ざら糖 和風だしの素 水 ごま油 湯葉のすまし汁 水 フレーク節 湯葉 焼きかまぼこ 干し椎茸 うすくちしょうゆ 本みりん 天塩 ねぎ	玄米ごぼん 精白米 玄米 水 牛乳 友禅ご飯の具 炒り卵 水 上白糖 しょうが うすくちしょうゆ 鶏胸肉ミンチ にんじん 根みつば さざみのり 香り and え キャベツ きゅうり 千切だいてんぷ かおり粉 白みそ汁 水 フレーク節 じゃがいも えのきたけ 油揚げ 白みそ 木綿豆腐 ねぎ ヨーグルト WI ヨーグルト 【中】ヨーグルト	玄米ごぼん 委託麦飯 牛乳 納豆 一食納豆 いか焼きのみそかけ いか サラダ油 白みそ 赤みそ トマトケチャップ 三温糖 水 彩り and え にんじん キャベツ こまつな どうもろこし こいちしょうゆ 本みりん 三温糖 和風だしの素 沢煮椀 サラダ油 豚モモ 酒 ごぼう だいこん だけのこ 水 フレーク節 干し椎茸 にんじん うすくちしょうゆ 天塩 ねぎ	麦ごぼん 委託麦飯 牛乳 納豆 一食納豆 いか焼きのみそかけ いか サラダ油 白みそ 赤みそ トマトケチャップ 三温糖 水 彩り and え にんじん キャベツ こまつな どうもろこし こいちしょうゆ 本みりん 三温糖 和風だしの素 沢煮椀 サラダ油 豚モモ 酒 ごぼう だいこん だけのこ 水 フレーク節 干し椎茸 にんじん うすくちしょうゆ 天塩 ねぎ	麦ごぼん 委託麦飯 牛乳 納豆 一食納豆 いか焼きのみそかけ いか サラダ油 白みそ 赤みそ トマトケチャップ 三温糖 水 彩り and え にんじん キャベツ こまつな どうもろこし こいちしょうゆ 本みりん 三温糖 和風だしの素 沢煮椀 サラダ油 豚モモ 酒 ごぼう だいこん だけのこ 水 フレーク節 干し椎茸 にんじん うすくちしょうゆ 天塩 ねぎ	麦ごぼん 委託麦飯 牛乳 納豆 一食納豆 いか焼きのみそかけ いか サラダ油 白みそ 赤みそ トマトケチャップ 三温糖 水 彩り and え にんじん キャベツ こまつな どうもろこし こいちしょうゆ 本みりん 三温糖 和風だしの素 沢煮椀 サラダ油 豚モモ 酒 ごぼう だいこん だけのこ 水 フレーク節 干し椎茸 にんじん うすくちしょうゆ 天塩 ねぎ

※分量は小学校3・4年生の分量です。小学校1・2年生は表示の0.75倍、小学校5・6年生は1.2倍、中学生は1.25倍の分量になります。