

〔献立予定表〕

2024 年 9 月度

[illegible]

18日(水)	19日(木)	20日(金)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	30日(月)
麦ごはん	麦ごはん	瑞浪米ごはん	里芋ごはん	黒コッパパン	麦ごはん	瑞浪米ごはん	ソフト麺
委託麦飯 169	委託麦飯 169	精白米 82	精白米 65	黒パン 90	委託麦飯 169	精白米 77	ソフトスパゲティ(お肉) 180
牛乳	牛乳	水 115	おおむぎ 6.5	牛乳	牛乳	水 108	牛乳
牛乳 206	牛乳 206	牛乳	水 84	牛乳 206	牛乳 206	牛乳	牛乳 206
豚とポテトのみそ和え	鮎の塩焼き	牛乳 206	酒	鶏肉のマスタード焼き	瑞浪ポークポークの生焼き	牛乳 206	ミートソース
豚モモ 35	あゆ 50	タコライス(ミート)	本みりん 0.7	60 なたね油	0.1	かつおの竜田揚げ	なたね油 0.1
しょうが 0.2	酒 3	なたね油 0.5	こいくちしょうゆ 1.6	白ワイン 2	しょうが 1.8	かつお 55	牛ひき肉 25
うすくちしょうゆ 0.5	食塩 0.3	にんにく 0.5	なたね油 0.2	本みりん 1	豚モモ 65	こいくちしょうゆ 2	豚ももミンチ 15
酒 0.6	なたね油 1	豚ももミンチ 0.3	若鶏もも肉 7	こいくちしょうゆ 0.2	酒 3	酒 2	たまねぎ 70
でんぱん 3	はりはり和え	食塩 0.02	酒 1	にんにく 0.2	たまねぎ 30	しょうが 1.6	にんじん 26
じゃがいも 30	切干しだいこん 3	白こしょう 0.01	にんじん 8	粒入りマスタード 1	本みりん 1.8	でんぱん 5	マッシュルーム(水煮) 80
米油 5	キャバツ 30	たまねぎ 4	油揚げ 2	食塩 0.1	こいくちしょうゆ 2	米油 8	水 8
合わせみそ 2.5	きゅうり 10	青ピーマン 4	さといも 18	白こしょう 0.01	ひじきの煮付け	切り干し大根の煮付け	トマト 5
中ざら糖 2.5	千切だいこん漬 2	トマト 30	和風だしの素 0.5	なたね油 1	なたね油 0.2	なたね油 0.5	ロリエ 0.0
本みりん 1	三温糖 0.5	トマトケチャップ 2.5	三温糖 1.3	ごぼうのサラダ 30	にんじん 8	にんじん 5	スープストック 0.9
酒 4	こいくちしょうゆ 1.8	ウスターソース 2.5	こいくちしょうゆ 1.5	ごぼう 30	ひじき 2.4	干し椎茸 1	三温糖 1
磯和え	本みりん 1.2	チリパウダー 0.01	牛乳 206	穀物酢 0.1	油揚げ 3	切干しだいこん 5.5	食塩 0.0
にんじん 10	和風だしの素 0.1	タコライス(キャバツ)	牛乳 206	きゅうり 15	オイルツナ 5	油揚げ 3	白こしょう 0.0
キャバツ 25	日吉みそ汁	キャバツ 50	豆腐ナゲット 20	きんまりトッピング 6	三温糖 1.3	水 15	トマトケチャップ 10
ほうれんそう 15	水 120	黄ピーマン 5	豆腐ナゲット 40	オニオンスープ 和風だしの素 0.3	中ざら糖 1.9	ウスターソース 4.5	水 1
本みりん 1	煮干し 2.5	スライスチーズ 20	なたね油 2	なたね油 0.3	水 8	和風だしの素 0.3	でんぱん 3
こいくちしょうゆ 2.2	たまねぎ 20	スライスチーズ 15	おかか和え 50	たまねぎ 50	こいくちしょうゆ 1.7	酒 1	グリンピース 3
上白糖 0.5	かぼちゃ 20	アーザ汁 8	とうもろこし 7	食塩 0.06	本みりん 1	本みりん 1	イタリアンサラダ 3
焼ばらのり 0.3	日吉みそ 8	水 130	にんじん 10	白こしょう 0.01	さやいんげん 7	こいくちしょうゆ 2	だいこん 35
たぬぎ汁	木綿豆腐 20	厚削り節 2.5	キャバツ 30	にんじん 10	なめこのみそ汁	さやいんげん 4	こまつな 15
水 100	ねぎ 8	糸かまぼこ 20	こいくちしょうゆ 1.5	エリンギ 1	煮干し 2.5	かき玉汁 15	きゅうり 15
厚削り節 3	わかめ 0.2	えのきたけ 10	本みりん 1	水 120	水 130	厚削り節 2.5	イタリアンドレッシング 6
だいこん 9	おはぎ 20	じゃがいも 20	三温糖 0.4	ソーテードオニオン 10	たまねぎ 10	焼きかまぼこ 5	チョコ豆腐 10
えのきたけ 6	おはぎ(あんこ) 50	本みりん 1	和風だしの素 0.1	ローズハム 7	なめこ水煮 25	たまねぎ 20	大豆 10
ごぼう 12		うすくちしょうゆ 3	花かつお 0.5	コンソメスープの素 1	油揚げ 3	ばなしめじ 8	上白糖 6
こんにゃく 10		食塩 0.15	沢煮鮎 0.2	こいくちしょうゆ 0.07	合わせみそ 20	うすくちしょうゆ 3	ピニアココア 1.2
さつま揚げ 13		木綿豆腐 1	なたね油 0.2	パセリ 1	木綿豆腐 20	食塩 0.05	水 1.2
うすくちしょうゆ 3.6		しょうが 1	豚モモ 15		ねぎ 7	でんぱん 0.8	
食塩 0.18		あおさ 0.07	酒 1			鶏卵 15	
酒 1		青のり粉 0.1	ごぼう 8			ほうれんそう 13	
木綿豆腐 15			たけのこ 8			水 120	
しょうが 0.6			干し椎茸 1				
ねぎ 6			だいこん 15				
			水 130				
			厚削り節 2.5				
			うすくちしょうゆ 3				
			食塩 0.15				
			ねぎ 7				
			冷凍パン 40				
			パイナップル 40				

2024 年
10 月度

1日(火)	2日(水)
もち米入りごはん	麦ごはん
精白米 69	委託麦飯 169
がちっとモチ玄米 7	牛乳
水 114	牛乳 206
牛乳	鯖の塩焼き
牛乳 206	さば 50
鶏肉の照り焼き	酒 0.5
若鶏もも肉 50	食塩 0.1
しょうが 0.8	なたね油 0.5
酒 2.8	炊き合わせ
こいくちしょうゆ 0.9	なたね油 0.2
なたね油 0.5	若鶏もも肉 8
こいくちしょうゆ 1	にんじん 7
本みりん 2	ごぼう 13
三温糖 1	干し椎茸 1
酒 1	たけのこ 5
水 6.8	こんにゃく 10
でんぷん 0.2	水 2.5
高野豆腐の煮物	さばに糖 1.5
にんじん 5	和風だしの素 0.2
干し椎茸 1	本みりん 2
水 40	こいくちしょうゆ 1.8
うすくちしょうゆ 1.5	さやいんげん 3
三温糖 1.3	とろろ昆布汁
本みりん 1.7	厚削り節 2.5
和風だしの素 0.5	水 15.0
凍り豆腐 8	焼きかまぼこ 7
こまつな 20	たまねぎ 8
じゃがいものみそ汁	たまねぎ 20
水 120	食塩 0.15
煮干し 2.5	うすくちしょうゆ 2.5
じゃがいも 25	ねぎ 8
たまねぎ 20	とろろ昆布 1
またいけ 7	
白みそ 8	
ねぎ 7	
わかめ 0.3	
りんご	
りんご 40	

※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。