

[献立予定表]

2024年11月度

1日(金)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	18日(月)
もち米入りごはん	うま味ごはん	麦ごはん	麦ごはん	玄米ごはん	うどん	雑穀ごはん	黒コッパパン	麦ごはん	新米ごはん	ソフト麺
精白米 69	精白米 62	委託麦飯 169	委託麦飯 169	精白米 64	うどん 200	精白米 72	黒パン 90	委託麦飯 169	精白米 77	ソフトめん 180
がちっとモチ玄米 7	おおむぎ 6.2	牛乳 206	牛乳 206	玄米 12	牛乳 206	十六雑穀米 5.4	牛乳 206	牛乳 206	水 115	牛乳 206
水 114	水 105	牛乳 206	牛乳 206	水 114	水 206	水 120	牛乳 206	牛乳 206	牛乳 206	牛乳 206
牛乳 206	味付き小魚 2.3	ハンバーグステーキ 60	鰯の生姜煮 40	牛乳 206	肉うどんの汁 25	牛乳 206	鶏肉のオレンジソース 60	ポークカレーシチュー 0.5	瑞浪ポーノポークのバラ焼き 0.3	オムレツ 50
白いりごま 1.5	花かつお 2.3	なたね油 0.5	はりはり和え 0.5	いわし生姜煮 40	焼きかまぼこ 25	酒 0.5	なたね油 0.06	にんにく 0.3	なたね油 0.15	オムレツ 50
なたね油 0.5	三温糖 3	トマトケチャップ 3	切干しだいこん 2	えび唐揚げ 40	水 130	水 130	白こしょう 0.01	しょうが 0.3	なたね油 0.15	カラフルサラダ 2
しょうが 1	こいくちしょうゆ 2.2	ウスターソース 2	きゅうり 10	米油 3	厚削り節 2.5	さんま 40	酒 2	豚モモ 22	にんにく 0.7	キャベツ 30
にんにく 0.5	穀物酢 1.5	中ざら糖 0.5	キャベツ 20	春雨のサラダ 2	焼きかまぼこ 8	酒 2	なたね油 0.6	たまねぎ 55	豚モモ 45	黄ピーマン 5
豚モモ 50	本みりん 1.5	水 6	千切だいこん漬 2	はるさめ 7	干し椎茸 1	こいくちしょうゆ 0.5	マーマレード 0.5	にんじん 10	酒 2.5	赤ピーマン 5
酒 1	酒 1	さつまいもサラダ 55	三温糖 0.9	にんじん 5	はくさい 15	しょうが 0.8	本みりん 1	じゃがいも 43	たまねぎ 43	玉葱ドレッシング 6
ぜんまい(水煮) 5	塩こんぶ 1.5	さつまいも 55	こいくちしょうゆ 1.8	チンゲンサイ 26	本みりん 3	でんぶん 6	こいくちしょうゆ 1	水 50	りんごピューレ 4	ミートソース 6
だいずもやし 0.9	牛乳 206	にんじん 6	本みりん 1.2	きゅうり 13	こいくちしょうゆ 5	米油 3	オレンジソース 5	チャツネ 2	はちみつ 1	なたね油 0.1
三温糖 10	牛乳 206	きゅうり 15	和風だしの素 0.1	青しそドレッシング 6	ほうれんそう 15	うすくちしょうゆ 1.8	水 2	こいくちしょうゆ 0.8	こいくちしょうゆ 2	牛ひき肉 20
こいくちしょうゆ 1.8	揚げ豆腐のそぼろあんかけ 1	マヨネーズ 6	豚汁 25	ちゃんこ鍋 120	ねぎ 6	本みりん 1	でんぶん 0.2	トマトケチャップ 6	本みりん 1.2	豚ひき肉 7
本みりん 1	揚げだし豆腐 60	レタスのスープ 12	豚モモ 25	水 120	ごぼうの炒め煮 40	上白糖 1.3	コールスロー 8	ウスターソース 8	三温糖 0.3	赤ワイン 2
オイスターソース 0.9	米油 4	糸かまぼこ 12	酒 2	肉団子 40	なたね油 0.3	酒 1	キャベツ 25	スープストック 0.5	コチュジャン 0.6	セロリー 0.5
白菜キムチ 10	水 9.5	たまねぎ 15	ごぼう 13	にんじん 10	ごぼう 28	だいこん 20	きゅうり 20	ロリエ 0.2	湯葉のごま入りお浸し 30	たまねぎ 50
にら 5	酒 0.5	エリンギ 8	にんじん 13	だいこん 10	にんじん 10	水 7	フレンチドレッシング 6	ソテードオニオン 3	キャベツ 30	にんじん 25
ナムル 5	中ざら糖 2.4	鶏ガラスープ 0.4	赤こんにゃく 13	ぶなしめじ 20	赤こんにゃく 10	わかめの酢の物 1.4	ABCスープ 8	牛乳 15	こまつな 20	大豆 5
にんじん 5	こいくちしょうゆ 2.2	チキンピイオン 0.9	だいこん 13	はくさい 20	中ざら糖 1.4	キャベツ 30	ベーコン 8	無塩バター 6	にんじん 5	水 80
だいこん 30	しょうが 0.4	食塩 0.1	水 80	鶏ガラスープ 1	和風だしの素 0.1	きゅうり 20	にんじん 10	小麦粉 6	湯葉 3	マッシュルーム(水煮) 7
ほうれんそう 20	若鶏むね肉 15	うすくちしょうゆ 2	煮干し 1	うすくちしょうゆ 2	水 1.5	わかめ 7	エリンギ 10	カレー粉 0.6	水 2	またいたけ 5
コチュジャン 0.1	でんぶん 0.4	白こしょう 0.01	油揚げ 2	酒 1.5	こいくちしょうゆ 1.8	上白糖 2.5	じゃがいも 12	シユレドチーズ 1	厚削り節 0.05	トマト 5
こいくちしょうゆ 1.8	磯和え 10	レタス 25	はくさい 15	白こしょう 0.01	大学芋 65	穀物酢 0.2	水 120	大根サラダ 10	上白糖 0.5	ロリエ 0.03
穀物酢 1.5	にんじん 10	水 130	赤みそ 7	食塩 20	さつまいも 65	食塩 0.2	どうもろこし 10	だいこん 45	こいくちしょうゆ 2	スープストック 0.5
三温糖 1.1	キャベツ 30		ねぎ 8	木綿豆腐 0.1	米油 2.5	赤だし 1.2	コンソメスープの素 0.1	きゅうり 20	白すりごま 1.5	三温糖 1
ごま油 1.5	ほうれんそう 15		梨ゼリー 40	ねぎ 8	こいくちしょうゆ 1.3	水 120	食塩 0.1	玉葱ドレッシング 6	けんちん汁 0.2	白こしょう 0.01
わかめスープ 1	本みりん 1		ラフランスゼリー 40		上白糖 6	煮干し 2	白こしょう 0.01	大豆と小魚の和え物 10	なたね油 0.2	トマトケチャップ 13
冷凍サイコロ豆腐 20	こいくちしょうゆ 2.2				水 1.2	もやし 15	うすくちしょうゆ 0.8	大豆 10	ごぼう 8	ウスターソース 4.5
とうもろこし 10	上白糖 0.5				黒いりごま 0.35	たまねぎ 15	マカロニ 4	味付き小魚 6	こんにゃく 10	食塩 0.05
シャンタン 1.2	焼ばらのり 0.3					油揚げ 2	はくさい 10	こいくちしょうゆ 0.4	だいこん 0	米粉 4.5
食塩 0.1	のつべい汁					えのきたけ 8	りんご 35	三温糖 2.5	じゃがいも 12	
白こしょう 0.01	若鶏もも肉 12					木綿豆腐 12	りんご 35	本みりん 0.6	水 100	
うすくちしょうゆ 1.2	酒 1					赤みそ 8		酒 0.6	厚削り節 2.5	
でんぶん 1	水 120					ねぎ 9			酒 1	
チンゲンサイ 15	厚削り節 2.5								うすくちしょうゆ 4.5	
わかめ 0.4	ぶなしめじ 8								食塩 0.2	
水 120	干し椎茸 1								木綿豆腐 20	
白いミルクプリン 0.15	食塩 0.15								ねぎ 8	
白いミルクプリン 60	さといも 20								ヨーグルト 100	
	うすくちしょうゆ 3									
	でんぶん 1.2									
	ねぎ 8									

19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
味ごはん	麦ごはん	赤飯	新米ごはん	麦ごはん	もち米入りごはん	米粉食パン	麦ごはん	玄米ごはん
精白米 65	委託麦飯 169	赤飯 170	精白米 77	委託麦飯 169	精白米 69	米粉パン 84	委託麦飯 169	精白米 66
もち麦 3	牛乳 206	ごま塩 1	水 115	牛乳 206	がちっとモチ玄米 7	牛乳 206	牛乳 206	玄米 12
水 99	牛乳 206	ごま塩1食 1	牛乳 206	牛乳 206	水 114	牛乳 206	牛乳 206	水 109.2
酒 0.7	みそカツ 50	牛乳 206	揚げ餃子 54	鶏肉の生姜焼き 60	水 114	鱈フライ 50	友禅ご飯の具 18	牛乳 206
本みりん 0.7	豚口ソース 50	牛乳 206	揚げる 54	若鶏もも肉 60	水 114	アジ開きフライ 50	炒り卵 4	牛乳 206
こいくちしょうゆ 1.7	小麦粉 1	鰯の西京焼き 50	ぎょうざ 54	しょうが 1.4	水 114	米油 5	水 4	牛井の具 206
なたね油 0.2	小麦粉 0.6	さわら西京漬 50	なたね油 5.6	こいくちしょうゆ 2.2	水 114	豆腐ナゲット 40	上白糖 1.5	なたね油 0.4
若鶏もも肉 20	白こしょう 0.1	なたね油 1	中華サラダ 2	酒 2	水 114	豆腐ナゲット 40	酒 1	しょうが 0.5
酒 1	パン粉 13	煮あえ 5	にんじん 5	本みりん 1	水 114	なたね油 3	きゅうり 5	にんにく 0.5
干し椎茸 1	米油 4	にんじん 5	だいこん 30	なたね油 0.5	水 114	塩ゆでキャベツ 3	しょうが 0.2	牛肉もも 60
こんにゃく 8	赤みそ 3	だいこん 37	きゅうり 10	塩昆布和え 3.5	水 114	キャベツ 30	若鶏むね肉 25	酒 4
ごぼう 13	合わせみそ 1.3	れんこん 11	ナムルドレッシング 6	はくさい 54	水 114	食塩 0.1	にんじん 10	たまねぎ 45
にんじん 5	中ざら糖 3.7	油揚げ 3	八宝菜 0.4	きゅうり 9	水 114	オニオンスープ 0.3	根みつば 4	またいたけ 5
油揚げ 2	本みりん 1.3	こんぶ 0.2	なたね油 0.2	塩こんぶ 0.2	水 114	たまねぎ 50	きざみのり1食 1	和風だしの素 0.3
三温糖 1	トマトケチャップ 1.3	しょうが 3	しょうが 0.4	昆布茶 0.2	水 114	食塩 0.06	れんこんの炒め煮 3	三温糖 3
こいくちしょうゆ 1.3	和風だしの素 0.08	上白糖 3.5	豚モモ 20	肉じゃが 0.5	水 114	白こしょう 0.01	なたね油 0.3	本みりん 1.6
牛乳 206	水 3.5	食塩 0.24	にんじん 10	なたね油 0.5	水 114	にんじん 10	れんこん 36	こいくちしょうゆ 4
さけの照り焼き 30	キャベツ 30	厚削り節 2.5	干し椎茸 0.4	酒 1	水 114	エリンギ 8	たけのこ 8	しょうが(酢漬) 0.6
さけ 60	にんじん 6	焼きかまぼこ 5	きくらげ 0.3	こいくちしょうゆ 0.5	水 114	水 120	水 0.65	こまつなの和え物 5
しょうが 0.8	きゅうり 8	たまねぎ 20	にんじん 14	にんじん 14	水 114	ソーテードオニオン 10	和風だしの素 0.25	にんじん 5
酒 3	千切だいこん漬 8	ぶなしめじ 8	もやし 25	たまねぎ 20	水 114	ロースハム 7	三温糖 1.5	だいこん 20
こいくちしょうゆ 0.4	かおり粉 0.2	うすくちしょうゆ 3	青ピーマン 5	じゃがいも 65	水 114	コンソメスープの素 0.5	本みりん 1	こまつな 25
なたね油 0.5	ふのすまし汁 2	食塩 0.05	シャンタン 0.8	こんにゃく 25	水 114	こいくちしょうゆ 1	酒 1	こいくちしょうゆ 1.8
こいくちしょうゆ 2	厚削り節 2.5	でんぶん 0.8	三温糖 0.5	三温糖 0.7	水 114	パセリ 0.07	こいくちしょうゆ 1.8	三温糖 0.5
本みりん 1	焼きかまぼこ 8	鶏卵 15	うすくちしょうゆ 1.6	和風だしの素 0.2	水 114	やさしいゼリー 70	さやいんげん 4	本みりん 1
三温糖 1	たまねぎ 30	ほうれんそう 13	オイスターソース 1	こいくちしょうゆ 4.5	水 114	やさしいゼリー 70	沢煮碗 0.1	和風だしの素 0.1
酒 1	うすくちしょうゆ 3	水 120	はくさい 20	本みりん 15	水 114	なたね油 0.2	白みそ汁 2.5	
でんぶん 0.2	食塩 0.15	みかん 60	チンゲンサイ 20	さやいんげん 15	水 114	豚モモ 15	煮干し 10	
水 6.5	本みりん 1	みかん 60	ごま油 0.5	水 10	水 114	酒 1	たまねぎ 10	
おかか和え 1	玉ふ 1		でんぶん 2		水 114	ごぼう 10	油揚げ 3.5	
とうもろこし 7	こまつな 15		水 25		水 114	干し椎茸 1	なめこ(水煮) 10	
にんじん 10	ねぎ 7				水 114	だいこん 20	白みそ 8	
ブロッコリー 30	水 120				水 114	水 130	はくさい 20	
こいくちしょうゆ 1.5					水 114	厚削り節 2.5	わかめ 0.3	
本みりん 1					水 114	うすくちしょうゆ 3	水 120	
三温糖 0.4					水 114	食塩 0.15		
和風だしの素 0.1					水 114	ねぎ 8		
花かつお 0.5					水 114	薩摩芋と栗のタルト 30		
日吉みそ汁 120					水 114	薩摩芋と栗のタルト 30		
水 2.5					水 114			
だいこん 10					水 114			
さつまいも 15					水 114			
ミニ厚揚げ 12					水 114			
はくさい 10					水 114			
またいたけ 8					水 114			
日吉みそ 8					水 114			
ねぎ 6					水 114			

2024年 12月度	2日(月)	3日(火)
	ラーメン	もち米入りごはん
	ラーメン 180	精白米 69
	牛乳 206	がちっとモチ玄米 7
	牛乳 206	水 114
	しゅうまい	味付けのり
	しゅうまい 52	味付けのり 1
	華風和え	牛乳
	にんじん	牛乳 206
	だいこん	鶏肉の梅とろがけ
	ほうれんそう	若鶏もも肉 60
	こいくちしょうゆ	食塩 0.05
	穀物酢	白こしょう 0.02
	三温糖	酒 1
	ごま油	こいくちしょうゆ 0.2
	とんこつラーメンの汁	なたね油 0.5
	なたね油	梅とろり 3
	しょうが	こいくちしょうゆ 0.8
	豚モモ	中ざら糖 1.5
	水	酒 1
	もやし	穀物酢 1.5
	なると	水 3
	たけのこ	でんぶん 0.2
	きくらげ	いりおから
	はくさい	なたね油 0.8
	とうもろこし	おから 20
	中華だし	にんじん 5
	ラーメンスープとんこつ	干し椎茸 1
	食塩	油揚げ 3
	ねぎ	水 10
	フルーツ杏仁風プリン	和風だしの素 0.25
	カリウ杏仁風プリン	酒 1
		中ざら糖 2
		こいくちしょうゆ 2
		本みりん 1
		さやいんげん 3
		ねぎ 4
		みそけんちん汁
		なたね油 0.5
		にんじん 10
		ごぼう 10
		だいこん 20
		水 100
		煮干し 2.5
		日吉みそ 8
		木綿豆腐 23
		ねぎ 8

※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。