

「献立予定表」

2025 年 3 月 度

3日(月)		4日(火)		5日(水)		6日(木)		7日(金)		10日(月)		11日(火)		12日(水)		13日(木)		14日(金)	
麦ごはん		瑞浪米ごはん		麦ごはん		赤飯		麦ごはん		ソバト麺		もち米入りごはん		食パン		麦ごはん		玄米ごはん	
委託麦飯	169	精白米	77	委託麦飯	169	委託赤飯	169	精白米	70	ソバトめん	180	精白米	69	食パン	84	委託麦飯	169	精白米	66
牛乳	水	牛乳	108	牛乳	水	こま塩	こま塩	おおむぎ	7	牛乳	水	がっちとモチ玄米	7	スライスチーズ	牛乳	牛乳	玄米	12	水
牛乳	206	牛乳	206	牛乳	こま塩	牛乳	1	牛乳	115	牛乳	206	牛乳	114	スライスチーズ	15	牛乳	206	牛乳	109
友禅ご飯の具		牛乳		ささみのレモン風味		牛乳		牛乳		中華あんかけ		牛乳		牛乳		納豆		牛乳	
炒り卵	20	サイコロステーキ	206	鶏ささ身	45	牛乳	206	牛乳	206	豚モモ	20	牛乳	206	牛乳	206	一食納豆	30	牛乳	206
水	6	大根おろし添え	酒	2	鯛の塩焼き	酒	50	鶏とレバーの ケチャップ和え		しょうが	0.8	鯉の甘酢あんかけ	0.2	スラッピージョー		しゃも		うずら卵のフライ	
上白糖	1.5	牛肉王	70	食塩	0.1	たい	3	若鶏もも肉	12	なたね油	0.2	酒	1	なたね油	0.2	なたね油	24	うずら卵のフライ	
うすくちしょうゆ	2	食塩	5	白ごししょう	0.02	酒	6	若鶏もも肉	40	たまねぎ	20	食塩	0.2	豚ももミンチ	30	食塩	0.2	米油	
しょうが	0.2	白ごししょう	0.01	米粉	3	なたね油	0.1	こいくちしょうゆ	0.5	たけのこ	10	米油	8	白ごししょう	0.05	どうもろこし	5	パスタ茹騰	
若鶏むね肉	25	なたね油	0.05	米油	4	白菜のしのだ和え	3	しょうが	2	にんじん	10	こいくちしょうゆ	2	たまねぎ	50	キャベツ	20	こんにゃく	
にんじん	12	三温糖	1.5	中ざら糖	0.6	油揚げ	5	でんぶん	8	水	60	三温糖	2	セロリー	20	にんじん	5	チンゲンサイ	
根みつば	4	酒	0.6	うすくちしょうゆ	1	はくさい	40	米油	3	上白糖	0.5	穀物酢	2	小麦粉	3	こまつな	10	わかめ	
ささみのり1食	0.3	こいくちしょうゆ	1.4	レモン果汁	2.5	こまつな	10	トマトケチャップ	4	シヤンタン	1.2	でんぶん	7.5	スーアストツク	0.6	本みりん	1	こいくちしょうゆ	
塩昆布和え	54	本みりん	1	水	4	うすくちしょうゆ	0.5	トロリケチャップ	4	食塩	0.2	水	1	中ざら糖	0.18	三温糖	0.5	三温糖	
はくさい	9	だいこん	25	れんこんの炒め煮	0.3	上白糖	0.5	白みそ	0.6	食塩	5	切干大根の煮付け	0.5	ホウレン草	2.7	和風だし	0.07	なたね油	
きゅうり	9	水	4	なたね油	0.3	塩こんぶ	0.5	上白糖	3	こいくちしょうゆ	0.5	なたね油	0.5	からし	10	肉じゃが	0.5	煮干し	
塩こんぶ	1	ごぼうのサラダ	27	れんこん	35	花かつお	0.5	本みりん	4	酒	20	干し椎茸	6	パン粉	0.22	豚モモ	20	さといも	
昆布茶	0.2	ごぼう	穀物酢	2	きゅうり	ABCスーア	6	酒	1.5	三温糖	15	本みりん	10	なたね油	0.1	和風だし	0.1	五目汁	
厚削り節	2	さきゅうり	15	三温糖	15	酒	1.5	若鶏もも肉	12	ひじきの煮付け	0.2	なたね油	8	寒天サラダ	0.5	切干しいたご	5.5	豆腐のみそ汁	
若鶏もも肉	10	香ばまレソソソソソ	6	酒	1	水	120	にんじん	2.4	細葉天	1	油揚げ	3	プロックリー	25	こいくちしょうゆ	0.5	たまねぎ	
ごぼう	10	なたね油	0.1	本みりん	1.8	ぶなしめじ	8	油揚げ	3	にんじん	3	中ざら糖	1.9	カリフラワー	20	にんじん	14	えのきたけ	
こんにゃく	10	ベーコン	8	水	0.65	干し椎茸	0.15	オイルツナ	1.3	プロックリー	5	酒	0.25	マヨネーズ	6	たまねぎ	20	白みそ	
だいこん	15	たまねぎ	10	豚汁	15	さといも	1	うすくちしょうゆ	20	和風だし	0.3	本みりん	1	ジュリエンススーア	9	こんにゃく	25	わかめ	
にんじん	10	たまねぎ	120	酒	8	でんぶん	1.2	こいくちしょうゆ	1.3	大豆	13	こいくちしょうゆ	4	ベーコン	10	三温糖	2	水	
うすくちしょうゆ	3	水	10	ごぼう	10	にんじん	5	ねぎ	8	黒砂糖豆	6	本みりん	2	たまねぎ	5	こいくちしょうゆ	4.5	白いミルクアリン	
食塩	0.15	どうもろこし	1.3	にんじん	0.1	赤いこんにゃく	8	本みりん	1	黒砂糖	2	水	120	だいこん	20	さやいんげん	15	水	
ねぎ	8	食塩	0.1	赤いこんにゃく	0.01	だいこん	10	さやいんげん	7	豆腐のみそ汁	120	水	4	キャベツ	20	水	10	水	
水	100	白ごししょう	0.01	たまねぎ	10	パインゼリー	70	煮干し	2	煮干し	2.5	はくさい	12	コンソメスーアの素	1.2	食塩	0.07	白ごししょう	
からすみ	30	うすくちしょうゆ	0.8	たまねぎ	10	パインゼリー	1	お祝いデザート	80	お祝いデザート	35	えのきたけ	10	うすくちしょうゆ	1.2	水	0.01	水	
		はくさい	2.5	煮干し	10	お祝いデザート	80	お祝いデザート	10	えのきたけ	10	日吉みそ	8	ねぎ	6	わかめ	0.2		
			10	水	5	わかめ	5	わかめ	0.3	120									

17日(月)		18日(火)		19日(水)		21日(金)		24日(月)		25日(火)	
うどん		タコのパドルライス		麦ごはん		昆布めし		ラーメン		麦ごはん	
うどん	200	精白米	58	根菜のペペロンチーノ	0.3	委託麦飯	169	精白米	74	ラーメン	180
牛乳	206	おおむぎ	5.8	オリーブ油	0.5	牛乳	206	もち麦	4.5	牛乳	206
カレーのから揚げ	206	水	91	れんこん	0.5	牛乳	206	塩こんぶ	1.7	牛乳	206
カレー	55	オリーブ油	1.5	れんこん	20	ツナカレー	1.7	若鶏もも肉	60	牛乳	206
酒	2	まだこ	30	にんじん	7	牛乳	206	しょうが	0.8	若鶏もも肉	0.8
食塩	0.1	食塩	0.15	赤こんにゃく	5	しょうが	0.2	しょうが	0.8	若鶏もも肉	0.8
白ごししょう	0.03	白ごししょう	0.02	葱ワカメ	0.3	たまねぎ	45	こいくちしょうゆ	0.8	若鶏もも肉	0.8
でんぶん	7	スーアストツク	0.7	コンソメスーアの素	0.2	にんじん	15	酒	2	こいくちしょうゆ	0.5
米油	3	パセリ	0.1	うすくちしょうゆ	0.5	カレー粉	0.4	しょうが	1.8	でんぶん	2
いりおから	0.8	パセリ	0.03	食塩	0.01	オイルツナ	8	しょうが	0.8	しょうが	0.8
なたね油	15	牛乳	206	黒ごししょう	0.01	水	50	豚モモ	65	米油	0.3
おから	5	牛乳	206	糸かまぼこ	8	かぼちゃ	20	酒	3	にんじん	0.8
にんじん	1	ハッパークの	きのこのソース	たまねぎ	15	チャップネ	2	本みりん	30	しょうが	0.8
干し椎茸	3	ハッパーク	きのこのソース	鶏ガラスーア	0.4	トマトチヤツツ	6	キャベツ	25	三温糖	2
油揚げ	10	なたね油	60	2	チキンアイヨン	0.9	ウスターソース	8	きゅうり	5	水
和風だしの素	0.25	ぶなしめじ	3	食塩	1	うすくちしょうゆ	0.1	スーアストツク	0.5	わかめ	0.8
酒	1	干し椎茸	3	うすくちしょうゆ	2	ロリエ	0.01	わかめ	2.5	キャベツ	30
中ざら糖	2	えのきたけ	3	白ごししょう	0.01	リチーオニオン	5	上白糖	2.8	穀物酢	0.2
こいくちしょうゆ	2	マヨネーズ(本味)	3	レタス	28	トマト	6	食塩	0.2	にんじん	20
本みりん	1	チキンアイヨン	0.5	水	130	牛乳	15	すまし汁	100	玉葱レソソソソ	6
さやいんげん	3	三温糖	0.7	のむヨーグルト	80	シユレットチーズ	5	水	2.5	みそラーメンの汁	0.1
ねぎ	4	こいくちしょうゆ	0.5	のむヨーグルト	80	シユレットチーズ	1	水	2.5	なたね油	0.2
肉うどんの汁	15	本みりん	0.7			コールスロー	30	厚削り節	10	にんじん	0.2
豚モモ	0.5	水	1.5			キャベツ	30	たまねぎ	8	にんじん	10
酒	130	でんぶん	8			きゅうり	10	えのきたけ	0.9	豚モモ	10
厚削り節	2.5		1			コンソメレソソソソ	6	玉か	5	酒	1.5
糸かまぼこ	7					れんこんチツナス	45	焼きかまぼこ	1	水	130
干し椎茸	1					れんこん	2	うすくちしょうゆ	4.5	なると	10
はくさい	12					米油	0.1	食塩	0.1	もやし	6
本みりん	3					食塩	0.1	こまつな	20	たけのこ	0.3
こいくちしょうゆ	5					白ごししょう	0.01	ねぎ	6	きくらげ	14
こまつな	15					陶ウエハース	5.5	ねぎ	6	はくさい	14
ぼたもち	30					陶ウエハース	5.5	ねぎ	6	お祝いデザート	0.5
								(中学校)	お祝いデザート	中華だし	0.1
								パインゼリー	70	トウモロコシ	0.1
										三温糖	1
										わかめ	6
										お手の大福	30

2025 年
4 月 度

8日(火)		9日(水)	
赤しそごはん		黒コッパパン	
精白米	74	黒パン	90
もち麦	3.5	牛乳	206
水	132	牛乳	206
ゆかり粉	1.1	鶏肉のオレソソソソ	60
牛乳	206	若鶏もも肉	0.03
豚肉のかりん揚げ	白ごししょう	酒	0.01
豚モモ	50	なたね油	2
うすくちしょうゆ	0.6	マーサレード	0.5
しょうが	0.6	本みりん	1
酒	2	こいくちしょうゆ	0.7
でんぶん	8	オレソソソソ	5
米油	4	水	2
三温糖	2.8	でんぶん	0.2
こいくちしょうゆ	1.8	粉吹き芋	60
水	8	じゃがいも	0.03
彩り和え	5	食塩	0.2
どうもろこし	20	ジュリエンススーア	9
キャベツ	5	ベーコン	10
にんじん	10	たまねぎ	8
こいくちしょうゆ	1.5	にんじん	5
本みりん	1	マヨネーズ(本味)	120
三温糖	0.5	水	20
和風だしの素	0.07	だいこん	20
水	130	キャベツ	20
日吉みそ汁	2.5	煮干し	1
水	20	たまねぎ	0.05
えのきたけ	7	白ごししょう	0.01
油揚げ	3	うすくちしょうゆ	1.2
日吉みそ	8		
ねぎ	8		
わかめ	0.3		

※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。