献 立 予 定 表

2026年3月度

2日(月)		3日(火)				4日(水)		5日(木)		6日(金)		9日(月)		10日(火)		11日(水)		12日(木)	
麦ごはん		ちらしずし		豆腐のすまし汁		麦ごはん		赤飯		玄米ごはん		うどん		瑞浪米ごはん		食パン		麦ごはん	
委託麦飯	169	精白米	59	水	120	委託麦飯	169	赤飯	176	精白米	66	うどん	200	精白米	79	食パン	84	委託麦飯	169
牛乳		水	78	厚削り節	2.5	牛乳		ごま塩		玄米	12	牛乳		水	119	牛乳		牛乳	
牛乳	206	酒	5	たまねぎ	20	牛乳	206	ごま塩	1	水	117	かき揚げ		牛乳		牛乳	206	牛乳	206
みそカツ		米酢	8	えのきたけ	7	揚げだし豆腐のそぼろあんかけ		牛乳		牛乳		かぼちゃ	8	牛乳	206	スラッピージョー		瑞浪ボーノポークのキムチ炒め	
豚ロース	50	上白糖	6.2	うすくちしょうゆ	4			牛乳	206	牛乳	206	さつまいも	7	鯖のみそ煮		なたね油	0.2	なたね油	0.2
小麦粉	1	食塩	0.1	食塩	0.2	揚げだし用豆腐	60	鯛の塩焼き		ミートボール		にんじん	10	さばみそ煮	60	豚ももミンチ	30	豚モモ	65
小麦粉	6	オイルツナ	10	本みりん	1	米サラダ油	4	たい	50	ミートボール	60	たまねぎ	30	高野豆腐の煮物		食塩	0.03	酒	2
白こしょう	0.01	れんこん	10	冷凍サイコロ豆腐	15	なたね油	0.3	酒	3	カットトマト	2	しらす干し	4	にんじん	5	白こしょう	0.02	こいくちしょうゆ	0.5
パン粉	11	にんじん	6	こまつな	10	おろししょうが	0.3	食塩	0.1	トマトケチャップ	6	小麦粉	14	干し椎茸	1	たまねぎ	50	にんにく	0.3
米サラダ油	4	干し椎茸	1	からすみ		若鶏むね肉	16	なたね油	3	ウスターソース	1	ベーキングパウダー	0.15	水	48	にんじん	20	白菜キムチ	12
赤みそ	3	和風だしの素	0.4	からすみ(白)	30	酒	0.8	白菜のしのだ和え		本みりん	1.5	食塩	0.1	うすくちしょうゆ	1.5	セロリー	0.5	えだまめ	5
合わせみそ	1.3	中ざら糖	2.6			たまねぎ	10	油揚げ	3	上白糖	1.5	水	10	三温糖	1.3	小麦粉	3	ひじき	2
中ざら糖	3.7	うすくちしょうゆ	1.5			にんじん	3	はくさい	40	水	2	米油	4	本みりん	1.7	スープストック	0.6	にら	3
本みりん	1.3	食塩	0.05			本みりん	0.8	こまつな	10	れんこんサラダ		五目大豆		和風だしの素	0.5	中ざら糖	0.18	ナムル	
トマトケチャップ	1.3	凍り豆腐	2			中ざら糖	1.5	うすくちしょうゆ	1	れんこん	30	大豆	13	凍り豆腐	8	ウスターソース	2.7	にんじん	8
和風だしの素	0.08	しょうが(酢漬)	1			こいくちしょうゆ	2.4	上白糖	0.5	にんじん	5	食塩	0.2	こまつな	20	トマトケチャップ	10	だいずもやし	12
水	3.5	さやいんげん	5			水	6	塩こんぶ	0.5	こまつな	15	にんじん	7	五目汁		からし(粉)	0.22	ほうれんそう	25
塩ゆでキャベツ		きざみのり1食	0.3			でんぷん	0.3	花かつお	0.5	イタリアンドレッシング	6	たけのこ	5	厚削り節	2	パン粉	3	コチュジャン	0.1
にんじん	5	牛乳				ひじきの煮付け		日吉みそ汁		カレースープ		こんにゃく	7	若鶏もも肉	15	ブロッコリーサラダ		こいくちしょうゆ	1.8
キャベツ	30	牛乳	206			なたね油	0.2	水	120	ベーコン	10	こんぶ	0.5	ごぼう	10	ブロッコリー	35	穀物酢	1.5
きゅうり	5	鶏肉の生姜焼き				にんじん	8	煮干し	2.5	にんじん	8	中ざら糖	2.5	こんにゃく	10	きゅうり	10	三温糖	1.1
食塩	0.1	若鶏もも肉	50			ひじき	2.5	だいこん	15	たまねぎ	10	和風だしの素	0.35	干し椎茸	1	とうもろこし	8	ごま油	1
みぞれ汁		おろししょうが	1.4			油揚げ	3	じゃがいも	15	水	120	こいくちしょうゆ	1	だいこん	15	マヨネーズ	6	もずくスープ	
厚削り節	2.5	こいくちしょうゆ	2			こんにゃく	10	日吉みそ	8	だいこん	20	本みりん	1	にんじん	10	ジュリエンヌスープ		水	130
糸かまぼこ	5	酒	2.2			オイルツナ	7	木綿豆腐	15	キャベツ	20	水	14	うすくちしょうゆ	3	ベーコン	9	糸かまぼこ	10
えのきたけ	10	本みりん	1			三温糖	1.3	ねぎ	6	コンソメスープの素	1.2	うどんの汁		食塩	0.15	たまねぎ	10	もずく	12
ミニ厚揚げ	7	なたね油	0.5			和風だしの素	0.3	わかめ	0.2	食塩	0.07	若鶏むね肉	18	酒	1	にんじん	8	ぶなしめじ	6
本みりん	1	菜の花のおかか和え				水	8	(中のみ)お祝いデザート		白こしょう	0.01	酒	0.5	ねぎ	8	マッシュルーム(水煮)	5	冷凍サイコロ豆腐	15
うすくちしょうゆ	3	とうもろこし	10			こいくちしょうゆ	1.3	お祝いクレープ	35	うすくちしょうゆ	1.2	水	130	水	100	水	120	シャンタン	0.7
食塩	0.1	にんじん	5			本みりん	1			カレー粉	0.25	厚削り節	2.5			だいこん	20	うすくちしょうゆ	0.8
だいこん	40	キャベツ	20			さやいんげん	7					焼きかまぼこ	8			キャベツ	20	食塩	0.1
ねぎ	8	洋種なばな	15			豚汁						干し椎茸	1			コンソメスープの素	1.2	白こしょう	0.01
水	120	こいくちしょうゆ	1.5			豚モモ	25					はくさい	20			食塩	0.01	ねぎ	9
		本みりん	1			酒	2					本みりん	3			白こしょう	0.01	プリン	
		三温糖	0.4			ごぼう	7					こいくちしょうゆ	5			うすくちしょうゆ	1.2	プリン	70
		和風だしの素	0.1			だいこん	15					こまつな	10						
		花かつお	0.5			たまねぎ	10					ねぎ	8						
						赤こんにゃく	5												
						さといも	15												
						水	80												
						煮干し	2.5												
						はくさい	10												
						赤みそ	6												
						ねぎ	6												

13日(金)		16日(月)		17日(火)		18日(水)		19日(木)		23日(月)		24日(火)		25日(水)	
うま味ごはん		ソフト麺		もち米入りごはん		麦ごはん		麦ごはん		ラーメン		赤しそごはん		米粉コッペパン	
精白米	62	ソフトめん	180	精白米	64	委託麦飯	169	委託麦飯	169	ラーメン	180	精白米	68	米粉パン	84
おおむぎ	6.2	牛乳		ぷちっとモチ玄米	6.4	牛乳		牛乳		牛乳		もち麦	4.2	牛乳	
水	102	牛乳	206	水	106	牛乳	206	牛乳	206	牛乳	206	水	108	牛乳	206
味付き小魚	2.3	しゅうまい		牛乳		豚肉とれんこんの甘辛和え		バターチキンカレー		鶏肉の唐揚げ		ゆかり粉	1.1	ミートボール	
白いりごま	1.5	しゅうまい	52	牛乳	206			なたね油	0.5	若鶏もも肉	50	牛乳		ミートボール	60
花かつお	2.3	チンゲン菜のサラダ		ホキのレモン風味		豚モモ	45	にんにく	0.3	おろししょうが	0.8	牛乳	206	カットトマト	2
三温糖	3	にんじん	8	ホキ	56	おろししょうが	0.2	おろししょうが	0.3	こいくちしょうゆ	1.6	鰆のねぎダレ焼き		トマトケチャップ	6
こいくちしょうゆ	2	チンゲンサイ	35	酒	2	うすくちしょうゆ	0.5	若鶏もも肉	25	酒	1.8	さわら	50	ウスターソース	1
穀物酢	1.5	きゅうり	10	食塩	0.1	酒	1	ヨーグルト(無糖)	5	でんぷん	8	酒	0.8	本みりん	1.5
本みりん	1.5	青しそドレッシング	6	白こしょう	0.02	でんぷん	4.8	カレー粉	0.6	米サラダ油	4	なたね油	0.5	上白糖	1.5
酒	1	中華あんかけ		でんぷん	8	れんこん	20	たまねぎ	55	中華サラダ		ねぎ	2	水	2
塩こんぶ	1.5	なたね油	0.2	米サラダ油	5	米サラダ油	5	にんじん	10	もやし	10	おろししょうが	0.15	れんこんサラダ	
牛乳		豚モモ	20	中ざら糖	3.5	こいくちしょうゆ	2.5	じゃがいも	40	にんじん	5	こいくちしょうゆ	1.5	れんこん	30
牛乳	206	酒	0.8	うすくちしょうゆ	1.5	中ざら糖	2.5	水	50	こまつな	20	本みりん	1.5	にんじん	5
竹輪の磯辺揚げ		おろししょうが	0.2	レモン	1.8	本みりん	1	チャツネ	2	きゅうり	10	水	8	こまつな	15
竹輪	20	たまねぎ	20	水	4	穀物酢	1	こいくちしょうゆ	0.8	玉葱ドレッシング	6	金平ごぼう		イタリアンドレッシング	6
青のり粉	0.2	たけのこ	10	じゃがいもの煮物		トウバンジャン	0.05	トマトケチャップ	6	しょうゆラーメンの汁		なたね油	0.3	かぼちゃのポタージュ	
ベーキングパウダー	0.2	にんじん	10	水	5	一味とうがらし	0.01	ウスターソース	8	なたね油	0.5	ごぼう	30	なたね油	0.2
小麦粉	10	干し椎茸	0.8	本みりん	1	水	4	スープストック	0.5	にんにく	0.5	にんじん	10	たまねぎ	40
米サラダ油	6	いか	10	和風だしの素	0.3	塩昆布和え		ロリエ	0.03	豚モモ	15	赤こんにゃく	7	食塩	0.1
彩り和え		水	60	中ざら糖	1	はくさい	54	ソテードオニオン	3	厚削り節	2	中ざら糖	1	白こしょう	0.01
とうもろこし	5	上白糖	0.5	こんにゃく	8	きゅうり	9	無塩バター	2	水	130	和風だしの素	0.1	水	40
にんじん	5	シャンタン	1.1	たまねぎ	20	塩こんぶ	1	牛乳	15	なると	5	水	7	かぼちゃ	40
キャベツ	25	食塩	0.2	にんじん	8	昆布茶	0.2	米粉	4	たけのこ	10	こいくちしょうゆ	1.4	チキンささみ水煮	10
こまつな	15	こいくちしょうゆ	4.5	じゃがいも	35	白みそ汁		でんぷん	2	とうもろこし	10	白いりごま	0.7	ロリエ	0.05
こいくちしょうゆ	1.5	酒	0.5	こいくちしょうゆ	2.3	煮干し	2.5	シュレッドチーズ	1	きくらげ	0.3	ごま油	0.6	コンソメスープの素	1
本みりん	1	はくさい	20	さやいんげん	5	もやし	8	切干し大根とわかめのサラダ		はくさい	15	花ふのすまし汁		チキンブイヨン	1
三温糖	0.5	でんぷん	3	みそけんちん汁		だいこん	15			こいくちしょうゆ	4.5	厚削り節	2.5	牛乳	40
和風だしの素	0.07	ごま油	0.5	なたね油	0.5	えのきたけ	5	切干しだいこん	4	本みりん	2	えのきたけ	5	米粉	3.5
合わせみそ汁		デコポン		にんじん	10	白みそ	8	とうもろこし	5	シャンタン	0.7	たまねぎ	15	生クリーム	3
水	120	デコポン	23	ごぼう	15	木綿豆腐	15	わかめ	0.3	食塩	0.1	はくさい	10	水	40
煮干し	2.5			だいこん	10	こまつな	10	きゅうり	5	白こしょう	0.02	うすくちしょうゆ	3		
だいこん	15			水	100	ねぎ	6	ごまドレッシング	6	ねぎ	6	本みりん	1		
さといも	15			煮干し	2.5	水	120	大豆と小魚の和え物				食塩	0.15		
ミニ厚揚げ	15			日吉みそ	7.5			味付き小魚	6			木綿豆腐	20		
合わせみそ	8			木綿豆腐	20			大豆	10			花ふ	1.5		
はくさい	10			ねぎ	6			こいくちしょうゆ	0.4			ねぎ	5		
ねぎ	6							三温糖	2.5			わかめ	0.2		
わかめ	0.2							本みりん	0.6			水	120		
								酒	0.6			(小)お祝いデザート			
												お祝いクレープ	35		
												(中)ヨーグルト			
												ヨーグルト	70		

2026年
4月度

8日(水)		9日(木)	
黒コッペパン		麦ごはん	
黒パン	90	委託麦飯	169
牛乳		牛乳	
牛乳	206	牛乳	206
鶏肉のオレンジソース		鮭の塩焼き	
若鶏もも肉	60	ぎんざけ	50
食塩	0.03	酒	0.5
白こしょう	0.01	食塩	0.08
酒	2	なたね油	0.5
なたね油	0.6	磯和え	
マーマレード	0.5	にんじん	5
本みりん	1	キャベツ	30
こいくちしょうゆ	0.7	ほうれんそう	18
オレンジジュース	5	本みりん	1
水	2	こいくちしょうゆ	1.7
でんぷん	0.2	上白糖	0.5
大根サラダ		焼ばらのり	0.3
だいこん	40	合わせみそ汁	
きゅうり	10	水	120
とうもろこし	6	煮干し	2.5
穀物酢	3.5	もやし	10
こいくちしょうゆ	2	さといも	16
三温糖	0.6	油揚げ	2
なたね油	2	合わせみそ	8
ジュリエンヌスープ		木綿豆腐	10
ベーコン	9	ねぎ	6
にんじん	8	わかめ	0.2
エリンギ	5	(中のみ)ヨーグルト	
水	120	ヨーグルト	70
たまねぎ	20		
キャベツ	20		
コンソメスープの素	1.2		
食塩	0.07		
白こしょう	0.01		
うすくちしょうゆ	1.2		

※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1.3倍の分量になります。