

1日(火)		
献立名	材料名	量(g)
	パン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	一食チョコ大豆クリーム	10
ポークビーンズ	豚肉(スライス)	15
	ガーリックパウダー	0.02
	サラダ油	1.5
	(冷)水煮大豆	50
	じゃがいも	40
	たまねぎ	25
	にんじん	15
	トマトケチャップ	10
	ソース	5
	水	10
	塩	0.1
	洋こしょう	0.02
野菜のアーモンド炒め	しらす干し	2
	キャベツ	30
	小松菜	15
	アーモンド(荒)	3
	サラダ油	0.5
	しょうゆ(こいくち)	0.2
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01

2日(水)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	80
	牛乳	206
ぶりんめし	しめ豆腐	40
	油揚げ	5
	にんじん	15
	ごぼう	15
	干しいたけ(全形)	0.5
	すりごま	0.5
	サラダ油	1
	もどし汁	
	三温糖	2
	しょうゆ(うすくち)	4
タイピーン	塩	0.1
	豚肉(スライス)	10
	しょうが	0.5
	サラダ油	0.5
	(冷)かまぼこ(細切り)	5
	たまねぎ	25
	にんじん	10
	小松菜	10
	キャベツ	20
	きくらげ(スライス)	1
	緑豆はるさめ	5
	しょうゆ(こいくち)	0.5
	鶏がらスープのもと	1.5
	水	100
	塩	0.05
	洋こしょう	0.02

3日(木)		
献立名	材料名	量(g)
	小さい米粉パン(県産小麦粉)	45
	牛乳	206
	一食ミルククリーム	15
食欲そるスパイシー 焼うどん	乾めん	25
	豚肉(スライス)	20
	たまねぎ	20
	にんじん	10
	キャベツ	50
	サラダ油	1.5
	カレー粉	0.4
	しょうゆ(こいくち)	1.5
	中濃ソース	3
	ソース	2
ししゃもフライ	塩	0.2
	洋こしょう	0.02
	(冷)ししゃもフライ(子持ち)	20
	揚げ油	2
えだ豆	(冷)えだ豆	14
	塩	0.05

4日(金)		
献立名	材料名	量(g)
	麦ご飯(米)	88
	牛乳	206
夏野菜ポークカレーライス	豚肉(スライス)	20
	しょうが	0.5
	ガーリックパウダー	0.01
	カレー粉	0.1
	サラダ油	2
	レトルト大豆(挽き割り)	10
	たまねぎ	60
	かぼちゃ	40
	トマト	15
	ピーマン	5
	小麦粉	4
	カレー粉	0.7
	マーガリン(調理用)	4
	煮汁	
	トマトケチャップ	0.5
	ソース	1.5
	コンソメスープのもと	2
	ローレル	0.01
ミルクスフルーツ	水	40
	塩	0.1
	パインアップル(くさび形)缶	30
	黄桃(角切り)缶	10
	レトルト牛乳寒天	30

7日(月)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	80
	牛乳	206
五目ずし	しらす干し	3
	凍り豆腐(細切り)	5
	にんじん	10
	干しいたけ(全形)	1
	もどし汁	
	砂糖	1
	酒	1
	しょうゆ(こいくち)	2.5
	塩	0.05
	砂糖	2.2
	酢	4.4
	塩	0.06

7日(月)		
献立名	材料名	量(g)
七タそうめん汁	そうめん	10
	ふ(星型)	1
	鶏ひき肉	10
	たまねぎ	30
	にんじん	10
	サラダ油	0.5
	白ねぎ	5
	(冷)とうもろこし	5
	しょうゆ(こいくち)	0.5
	しょうゆ(うすくち)	3
	でん粉	1
	水	2
	こんぶ(だし用)	0.5
	かつお節(だし用)	3
	水	110
	塩	0.1
	一食(冷)七タゼリー	40

[illegible][illegible]

14日(月)		
献立名	材料名	量(g)
	背割りパン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	一食スライスチーズ	20
ミートソースサンド	豚ひき肉	20
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	0.5
	たまねぎ	35
	にんじん	20
	レンズ豆	5
	トマトピューレ	15
	砂糖	1
	ソース	0.5
	コンソメスープのもと	0.5
	粒マスタード	0.5
	でん粉	0.3
	水	0.6
	塩	0.15
	洋こしょう	0.02
パンプキンスープ	たまねぎ	45
	かぼちゃ	50
	マーガリン(調理用)	1
	無調整豆乳	60
	脱脂粉乳	6
	水	6
	鶏がらスープのもと	1.5
	水	15
	塩	0.1
	洋こしょう	0.02

14日(月)		
献立名	材料名	量(g)
	一食(冷)スライスパン	28

15日(火)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	80
	牛乳	206
トマト鶏じゃが	鶏肉(厚切り)	20
	じゃがいも	70
	たまねぎ	50
	トマト	10
	トマト(角切り)缶	15
	糸こんにゃく	20
	(冷)さやいんげん	5
	サラダ油	2
	しょうゆ(こいくち)	6
	三温糖	3
納豆	みりん	1
	酒	1
青のりキャベツ	一食納豆(たれ付)	30
	一食かつお節	1
	キャベツ	35
	サラダ油	0.5
	青のり	0.08
	しょうゆ(こいくち)	0.2
	塩	0.15

16日(水)		
献立名	材料名	量(g)
	パン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	一食黒豆きなこクリーム	10
ツナのカレーポテト	レトルトまぐろ油漬け	15
	じゃがいも	50
	たまねぎ	25
	(冷)グリーンピース	5
	サラダ油	0.5
	カレー粉	0.5
	砂糖	0.2
	ソース	0.7
	鶏がらスープのもと	0.5
	塩	0.1
しみしみ豆腐のみそ豆乳スープ	ベーコン	10
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	0.5
	凍り豆腐(細切り)	3
	たまねぎ	30
	にんじん	10
	キャベツ	20
	とうもろこし(ホール)缶	10
	コンソメスープのもと	0.5
	米みそ(白)	4
	無調整豆乳	40
	水	25
	塩	0.1

17日(木)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	80
	牛乳	206
さばのさっぱり煮	(冷)さば切身	60
	しょうが	1
	三温糖	4
	酒	3
	しょうゆ(こいくち)	9
	みりん	3
	一味唐辛子	0.01
	酢	5
	水	20
赤じゃが炒め	じゃがいも	30
	しそ粉	0.3
	しょうゆ(うすくち)	1
	サラダ油	0.6
冬瓜のみそ汁		
	厚揚げ	20
	たまねぎ	30
	冬瓜	20
	小松菜	5
	米みそ(白)	5
	麦みそ	5
	いりこ(だし用)	3
	水	90

献立名	材料名	量(g)