

8/28(木)		
献立名	材料名	量(g)
	パン(小麦粉)	80
	牛乳	206
サンド 照り焼き	(冷)ハンバーグ	80
	砂糖	2.6
	みりん	2.6
	しょうゆ(こいくち)	2.6
	でん粉	0.65
	水	1.3
	水	26
ポテト フライド	じゃがいも	56
	揚げ油	4.2
	塩	0.14
	洋こしょう	0.01
夏野菜のABC スープ	マカロニ(アルファベット)	7
	たまねぎ	28
	にんじん	14
	トマト(角切り)缶	14
	ピーマン	7
	キャベツ	21
	レンズ豆	7
	サラダ油	1.4
	鶏がらスープのもと	1.82
	カレー粉	0.28
	水	119
	塩	0.14
	洋こしょう	0.03

[illegible]

[illegible]

8日(月)		
献立名	材料名	量(g)
ホワイ イト ソース (オムレツの)	パン(小麦粉)	80
	牛乳	206
	一食ミックスジャム	20
	(冷)ほうれんそうオムレツ	60
ホワイ イト ソース (オムレツの)	たまねぎ	24
	塩	0.06
	オリーブ油	0.6
	無調整豆乳	24
	しょうゆ(こいくち)	0.6
	米みそ(白)	1.44
	鶏がらスープのもと	0.12
	ガーリックパウダー	0.01
	ナツメグ	0.01
	でん粉	0.36
	水	0.72
	水	2.4
	オリーブ油	0.24
	塩	0.06
	洋こしょう	0.01

8日(月)		
献立名	材料名	量(g)
粉 ふ き い も	じゃがいも	40
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01
シェ フ の ミ ネ ス ト ロ ー ネ	ベーコン	14
	レトルトミックスビーンズ	14
	たまねぎ	42
	にんじん	14
	キャベツ	56
	トマト(角切り)缶	28
	(冷)とうもろこし	7
	塩(炒め用)	0.07
	ガーリックパウダー	0.01
	オリーブ油	0.7
	コンソメスープのもと	0.98
	水	63
	ナツメグ	0.01
	パプリカパウダー	0.01
	塩	0.07
	洋こしょう	0.03

9日(火)		
献立名	材料名	量(g)
鉄 分 も り も り 混 ぜ い 飯	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	(冷)あさり	28
	油揚げ	7
	しょうが	0.7
	にんじん	14
	ごぼう	14
	小松菜	14
	サラダ油	1.4
	三温糖	4.2
塩 ち ゃ ん こ	酒	2.1
	しょうゆ(こいくち)	4.62
	水	
	塩	0.07
	(冷)鶏肉団子	56
	豆腐	28
	にんじん	21
	キャベツ	56
	白ねぎ	7
	干しいたけ(全形)	0.7
	しょうゆ(うすくち)	2.8
	こんぶ(だし用)	1.4
	かつお節(だし用)	2.8
	水	98
	塩	0.14

9日(火)		
献立名	材料名	量(g)
か ぼ ち ゃ の 含 め 煮	かぼちゃ	50
	三温糖	1.9
	しょうゆ(こいくち)	1.9
	かつおだしのもと	0.33
	水	

10日(水)		
献立名	材料名	量(g)
ホ キ の さ っ ぱ り ソ ー テ	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	(冷)ホキ(角切り)	60
	ガーリックパウダー	0.04
	塩	0.3
	洋こしょう	0.04
	小麦粉	6
	サラダ油	4
	砂糖	2
	しょうゆ(こいくち)	2
チ ー ズ 入 り ミ ー ト ポ テ ト	かぼす果汁	2
	でん粉	0.2
	水	0.4
	鶏ひき肉	10
	ガーリックパウダー	0.1
	サラダ油	1.5
	じゃがいも	60
	たまねぎ	10
	にんじん	5
	(冷)グリーンピース	5
	きざみチーズ	7
	トマトケチャップ	4.5
	鶏がらスープのもと	0.4
	でん粉	0.5
	水	1
	塩	0.1
	洋こしょう	0.02

10日(水)		
献立名	材料名	量(g)
ベ ー コ ン 入 り 豆 乳 ス ー プ	ベーコン	7
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	0.7
	たまねぎ	56
	にんじん	21
	キャベツ	49
	カットしめじ	7
	コンソメスープのもと	0.7
	米みそ(白)	5.6
	無調整豆乳	56
	水	35
	塩	0.14

11日(木)		
献立名	材料名	量(g)
親子どんぶり	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	鶏肉(厚切り)	28
	厚揚げ	35
	鶏卵	56
	たまねぎ	42
	にんじん	14
	白ねぎ	7
	サラダ油	2.8
焼きししゃも	三温糖	3.5
	しょうゆ(こいくち)	2.8
	しょうゆ(うすくち)	4.2
	塩	0.14
	水	
	(冷)ししゃも(子持ち)	40
ピリ辛ごま酢炒め	もやし	24
	キャベツ	36
	すりごま	3.6
	サラダ油	0.6
	砂糖	0.6
	酢	1.68
	しょうゆ(こいくち)	1.68
	一味唐辛子	0.01
	塩	0.12

12日(金)		
献立名	材料名	量(g)
厚焼卵	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	一食わかめふりかけ	2.5
	(冷)厚焼卵	60
てんぷらの甘露煮	(冷)角天ぷら	56
	こんにゃく	14
	三温糖	1.12
	みりん	0.56
	しょうゆ(こいくち)	1.68
	水	
沢煮椀	豚肉(スライス)	21
	じゃがいも	28
	たまねぎ	28
	にんじん	7
	ごぼう	7
	キャベツ	35
	干しいたけ(全形)	0.7
	もどし汁	14
	白ねぎ	7
	しょうゆ(うすくち)	4.2
	こんぶ(だし用)	0.7
	かつお節(だし用)	2.8
	水	119
	塩	0.28

16日(火)		
献立名	材料名	量(g)
小さいパン(小麦粉)	小さいパン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	一食スライスチーズ	20
	(冷)いわしカリカリフライ(子持ち)	20
	サラダ油	2
カリカリいわしフライ	スパゲッティ	42
	塩	0.07
	サラダ油	2.1
	ベーコン	14
	たまねぎ	56
	にんじん	14
	ピーマン	7
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	1.4
	粉末チーズ	1.4
いんどりナポリタン	トマトケチャップ	14
	ソース	7
	塩	0.14
	洋こしょう	0.03
アーモンド炒め	キャベツ	36
	アーモンド(荒)	3.6
	サラダ油	0.6
	しょうゆ(こいくち)	0.36
	塩	0.12
	洋こしょう	0.01

17日(水)		
献立名	材料名	量(g)
豚肉とじゃがいもの含め煮	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	豚肉(スライス)	28
	じゃがいも	112
	たまねぎ	42
	にんじん	21
	糸こんにゃく	28
	(冷)さやいんげん	7
	サラダ油	2.8
(たれ付)納豆	三温糖	5.6
	しょうゆ(こいくち)	9.8
	一食納豆(たれ付)	40
キャベツとツナの炒め物	レトルトまぐろ油漬け	6.5
	にんじん	6.5
	キャベツ	52
	サラダ油	1.95
	みりん	0.98
	しょうゆ(こいくち)	3.25

18日(木)		
献立名	材料名	量(g)
フィッシュフライ	ご飯(米)	100
	牛乳	206
	(冷)ホキフライ	50
	揚げ油	6.5
野菜タルタルソース	キャベツ	26
	とうもろこし(ホール)缶	6.5
	塩	0.13
	サラダ油	0.65
	ノンエッグマヨネーズ	10.4
	塩	0.09
	洋こしょう	0.01

18日(木)		
献立名	材料名	量(g)
じゃがいもとトマトのチーズ焼き	ベーコン	5
	じゃがいも	40
	トマト	10
	シュレットチーズ	5
	塩	0.2
	洋こしょう	0.01
野菜スープ	たまねぎ	42
	にんじん	14
	キャベツ	28
	レトルトひよこ豆	14
	コンソメスープのもと	2.1
	水	133
	塩	0.21
	洋こしょう	0.03

19日(金)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
さばの塩焼き	(冷)塩さば	60
きんぴらごぼう	ごぼう	28
	にんじん	14
	すりごま	1.4
	サラダ油	1.12
	三温糖	1.4
	みりん	0.42
	しょうゆ(こいくち)	2.8
かぼちゃのみそ汁	厚揚げ	35
	たまねぎ	28
	かぼちゃ	28
	小松菜	14
	米みそ(白)	7
	麦みそ	7
	いりこ(だし用)	4.2
	水	126

22日(月)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
レバーのバーベキューソース和え	(冷)若鶏レバー竜田揚げ	58.5
	揚げ油	5.2
	りんご	13
	かぼす果汁	0.18
	砂糖	1.82
	酢	1.82
	しょうゆ(こいくち)	1.82
キャベツのじゃこ炒め	しらす干し	2.4
	キャベツ	36
	サラダ油	0.62
	しょうゆ(こいくち)	0.62
	オイスターソース	0.52
	塩	0.05
とんこつはるさめスープ	焼き豚	14
	にんじん	7
	(冷)チンゲンサイ(カット)	14
	(冷)とうもろこし	14
	緑豆はるさめ	7
	きくらげ(スライス)	2.1
	しょうゆ(こいくち)	0.42
	鶏がらスープのもと	2.1
	(冷)豚骨スープのもと	2.8
	水	140
	塩	0.21
	洋こしょう	0.03

24日(水)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
風厚揚げの炒め物	鶏ひき肉	21
	厚揚げ	84
	たまねぎ	56
	にんじん	14
	(冷)小松菜(カット)	14
	きくらげ(スライス)	1.4
	サラダ油	2.1
	しょうゆ(こいくち)	6.3
	鶏がらスープのもと	0.84
	砂糖	0.56
	みりん	2.52
	コチュジャン	0.56
にんじんシリシリ(ごま入り)	でん粉	0.7
	水	1.4
	塩	0.14
	水	
	レトルトまぐろ油漬け	6.5
	にんじん	45.5
	すりごま	3.9
	サラダ油	0.65
	みりん	0.78
	しょうゆ(こいくち)	2.99
	一食アーモンドいりこ	8

25日(木)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
ペリペリチキン	鶏肉(角切り)	60
	ガーリックパウダー	0.02
	トマトケチャップ	4.5
	はちみつ	1.2
	酢	0.11
	しょうゆ(こいくち)	1.5
	チリパウダー	0.02
	パプリカパウダー	0.15
	オレガノ	0.02
	塩	0.15
	洋こしょう	0.02
	でん粉	1.2

25日(木)		
献立名	材料名	量(g)
豆と野菜の煮込み(チャカラカ)	レトルトミックスビーンズ	9.1
	レンズ豆	6.5
	ピーマン	6.5
	たまねぎ	39
	にんじん	13
	トマト(角切り)缶	26
	ガーリックパウダー	0.01
	カレー粉	0.52
	サラダ油	0.65
	トマトケチャップ	3.9
	砂糖	1.04
	ソース	1.04
(ソーセージのスープ)	鶏がらスープのもと	0.26
	水	
	塩	0.13
	洋こしょう	0.01
	フランクフルトソーセージ	14
	じゃがいも	42
	たまねぎ	28
	にんじん	14
	キャベツ	28
	コンソメスープのもと	1.4
	水	133
一食(冷)パインアップル(生)	塩	0.21
	洋こしょう	0.03

26日(金)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
チキンカレーライス	鶏肉(厚切り)	28
	ガーリックパウダー	0.01
	カレー粉	0.14
	サラダ油	2.8
	じゃがいも	98
	たまねぎ	70
	にんじん	28
	りんご	21
	(冷)グリーンピース	7
	小麦粉	5.6
	カレー粉	0.98
	マーガリン(調理用)	5.6
フルックス	煮汁	
	トマトケチャップ	0.7
	ソース	2.1
	コンソメスープのもと	2.8
	ローレル	0.01
	水	63
	塩	0.14
	りんご(角切り)缶	12
	パインアップル(くさび形)缶	36
	黄桃(角切り)缶	12
ゆで卵	鶏卵(1個)	53.6

[illegible][illegible]