

2日(月)		
献立名	材料名	量(g)
チーズハンバーグ	パン(小麦粉)	60
	牛乳	206
	一食ハニーメープル	15
	(冷)ハンバーグ	60
	シュレットチーズ	6
冬野菜のカポナータ	ブロッコリー	10
	トマト(角切り)缶	20
	かぶ	15
	たまねぎ	10
	オリーブ油	0.5
	トマトケチャップ	3.8
	砂糖	1.5
	酢	0.35
	ローレル	0.01
	オレガノ	0.01
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01

2日(月)		
献立名	材料名	量(g)
野菜のポタージュ	たまねぎ	20
	にんじん	10
	キャベツ	30
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	1
	レトルト水煮白いんげん豆	10
	(冷)とうもろこし	5
	鶏がらスープのもと	1
	水	90
	塩	0.1
	洋こしょう	0.02

3日(火)		
献立名	材料名	量(g)
あさりとツナのひじきご飯	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	あさりの佃煮	10
	干しひじき	3
	小松菜	10
	にんじん	10
	レトルトまぐろ油漬け	10
	サラダ油	1
	砂糖	1
粕汁	しょうゆ(こいくち)	3.5
	酒	1
	水	
	豚肉(スライス)	10
	(冷)さといも	20
	にんじん	15
	だいこん	30
一食節分豆	こんにゃく	10
	白ねぎ	5
	酒粕(清酒)	3.5
	米みそ(白)	10
	いりこ(だし用)	3
	水	85

4日(水)		
献立名	材料名	量(g)
ごま入り菜飯	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	(冷)大根葉	10
	小松菜	10
	にんじん	5
	すりごま	3
	サラダ油	0.75
	みりん	2.55
	しょうゆ(こいくち)	1.8
親子煮	かつお節	1.5
	一味唐辛子	0.01
	水	
	鶏肉(厚切り)	15
	厚揚げ	40
	鶏卵	30
	じゃがいも	40
	たまねぎ	35
	にんじん	15
	白ねぎ	10
	サラダ油	1.5
	三温糖	2.5
	しょうゆ(こいくち)	2
	しょうゆ(うすくち)	3
バナナ	塩	0.1
	バナナ*1本	64.8

5日(木)		
献立名	材料名	量(g)
中華めんとみそラーメン	小さいミルクパン(小麦粉)	45
	牛乳	206
	中華めん	25
	豚肉(スライス)	10
	サラダ油	0.3
	砂糖	0.2
	酒	0.1
	しょうゆ(こいくち)	0.5
	にんじん	10
	キャベツ	15
	たけのこ水煮	10
	もやし	15
	白ねぎ	5
	きくらげ(スライス)	1
	しょうゆ(こいくち)	0.5
	麦みそ	8
	(冷)豚骨スープのもと	2
	コンソメスープのもと	0.8
	水	120
	ごま油	0.5
	塩	0.15
	洋こしょう	0.03

5日(木)		
献立名	材料名	量(g)
じゃがいもがコーン入り	じゃがいも	40
	とうもろこし(ホール)缶	10
	シュレットチーズ	5
	サラダ油	1.5
	しょうゆ(こいくち)	0.5
	塩	0.1
いりこと大豆のからめ和え	いりこ(中ぶり)	5
	いり大豆	5
	サラダ油	0.15
	砂糖	1.3
	みりん	0.3
	しょうゆ(こいくち)	0.5

10日(火)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	80
	牛乳	206
肉みそおでん (おでん)	厚揚げ	30
	(冷)角天ぷら	25
	にんじん	20
	だいこん	60
	こんにゃく	20
	しょうゆ(こいくち)	1
	こんぶ(だし用)	1
	水	50
肉みそおでん (肉みそ)	鶏ひき肉	10
	酒	0.8
	水	5
	砂糖	5.5
	みりん	0.8
	米みそ(白)	5
	麦みそ	4.5
アーモンド野菜の和え	キャベツ	30
	小松菜	10
	アーモンド(荒)	3
	砂糖	0.5
	しょうゆ(こいくち)	2
	一食(冷)豆乳いちご大福	30

[illegible]

[illegible]

18日(水) にこにこ給食		
献立名	材料名	量(g)
にこにこハヤシライス	ご飯(米)	80
	たまねぎ	60
	にんじん	15
	じゃがいも	40
	レトルト水煮白いんげん豆	10
	トマト(角切り)缶	10
	サラダ油	2
	ハヤシフレーク	12
	ローレル	0.01
	水	35
	塩	0.2
	洋こしょう	0.02
ホキのさっぱりソテー	(冷)ホキ切身	40
	酒	0.6
	ガーリックパウダー	0.02
	塩	0.2
	洋こしょう	0.02
	でん粉	2.3
	サラダ油	2.6
	砂糖	1.4
	しょうゆ(こいくち)	1.4
	かぼす果汁	1.4
	でん粉	0.1
	水	0.2

18日(水) にこにこ給食		
献立名	材料名	量(g)
ひじきと小松菜のガーリック炒め	干しひじき	2
	にんじん	10
	小松菜	15
	とうもろこし(ホール)缶	5
	サラダ油	1
	ガーリックパウダー	0.05
	しょうゆ(こいくち)	2
	塩	0.2
	洋こしょう	0.01
一食ぶどうゼリー		60

19日(木)		
献立名	材料名	量(g)
塩さばのふろふきだいこん	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	(冷)塩さば	50
	だいこん	40
	しょうゆ(うすくち)	0.5
	こんぶ(だし用)	0.08
	かつお節(だし用)	0.23
	水	7.5
	塩	0.05
豆腐汁	砂糖	2
	酒	0.5
	みりん	0.5
	米みそ(白)	4
	米みそ(赤)	0.8
	水	3
	ねりごま	1
	豆腐	25
	たまねぎ	20
	にんじん	10
	かつお菜	10
	えのきだけ	5
	しょうゆ(うすくち)	3
	こんぶ(だし用)	1
	かつお節(だし用)	3
	水	100
	塩	0.1

20日(金)		
献立名	材料名	量(g)
(うどん)	小さいパン(小麦粉)	45
	牛乳	206
	一食黒豆きなこクリーム	10
	乾めん	25
	(冷)かまぼこ(細切り)	5
	塩わかめ	5
	みずな	5
	しょうゆ(うすくち)	3.5
	いりこ(だし用)	3
	こんぶ(だし用)	0.5
	水	115
	塩	0.1
(具)	鶏肉(厚切り)	30
	たまねぎ	40
	砂糖	2.6
	酒	0.5
	しょうゆ(こいくち)	3
野菜のアーモンド炒め	にんじん	10
	キャベツ	30
	アーモンド(荒)	3
	サラダ油	0.5
	しょうゆ(こいくち)	0.3
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01

24日(火)		
献立名	材料名	量(g)
天ぷらものあさりとしんぐ和え	ご飯(米)	80
	牛乳	206
	(冷)ししゃもの天ぷら(子持)	25
五目はるさめスープ	あさりの佃煮	15
	ほうれんそう	10
	キャベツ	30
	すりごま	2
	サラダ油	1
	酢	1.2
	塩	0.05
	にんじん	10
	たまねぎ	30
	たけのこ水煮	10
	白ねぎ	5
	とうもろこし(ホール)缶	10
	きくらげ(スライス)	1
	緑豆はるさめ	5
	鶏がらスープのもと	1.3
	水	100
	塩	0.1
	洋こしょう	0.02

25日(水)		
献立名	材料名	量(g)
チキンカレー	ナン(県産小麦粉)	60
	牛乳	206
	鶏肉(厚切り)	20
	ガーリックパウダー	0.01
	カレー粉	0.1
	サラダ油	2
	じゃがいも	70
	たまねぎ	50
	にんじん	20
	りんご	15
	小麦粉	4
	カレー粉	0.7
	マーガリン(調理用)	4
ヨーグルトサラダ	煮汁	
	トマトケチャップ	0.5
	ソース	1.5
	鶏がらスープのもと	1.8
	ローレル	0.01
	水	35
	塩	0.1
	レトルトみかんシロップ漬け	20
	パインアップル(くさび形)缶	20
	りんご(角切り)缶	10
	醗酵乳	11

[illegible][illegible]