令和8年4月詳細献立表

15日（水）

献立名	材料名	量(g)
	ご飯（米）	80
	牛乳	206
牛肉のしぐれ煮どんぶり（具）	牛肉（スライス）	20
	たけのこ水煮	20
	しょうが	0.3
	サラダ油	1
	砂糖	2.5
	みりん	1
	しょうゆ（こいくち）	3.5
牛肉のしぐれ煮どんぶり（キャベツ）	キャベツ	30
	しょうゆ（うすくち）	0.5
白玉すまし汁	（冷）白玉もち	30
	たまねぎ	25
	にんじん	5
	小松菜	10
	しょうゆ（うすくち）	2
	こんぶ（だし用）	0.5
	かつお節（だし用）	2
	水	90
	塩	0.15

16日（木）

献立名	材料名	量(g)
	ご飯（米）	80
	牛乳	206
さばのぬか炊き	（冷）さば切身	60
	しょうが	1
	ぬかみそ	6
	三温糖	5.4
	みりん	8
	しょうゆ（こいくち）	8
	一味唐辛子	0.03
	水	20
磯香和え	キャベツ	40
	きざみのり	0.3
	しょうゆ（こいくち）	2.6
かきたま汁	鶏卵	25
	たまねぎ	20
	にんじん	5
	（冷）小松菜（カット）	10
	しょうゆ（こいくち）	0.5
	しょうゆ（うすくち）	2.5
	でん粉	1
	水	2
	こんぶ（だし用）	0.5
	かつお節（だし用）	2
	水	95
	塩	0.2

17日（金）

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
チリコンカン	豚ひき肉	10
	ガーリックパウダー	0.02
	サラダ油	1
	（冷）水煮大豆	25
	レトルトミックスビーンズ	10
	レンズ豆	10
	たまねぎ	50
	トマト（角切り）缶	30
	トマトケチャップ	6.5
	ソース	1.6
	コンソメスープのもと	1.3
	チリソース	1.7
	でん粉	0.5
	水	1
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01
クリスピーチーズポテト	じゃがいも	40
	粉末チーズ	5
	サラダ油	1
	塩	0.05
	洋こしょう	0.01

17日（金）

献立名	材料名	量(g)
イタリアンアーモンドサラダ	キャベツ	40
	とうもろこし（ホール缶）	5
	アーモンド（スライス）	3
	オリーブ油	1.5
	酢	2
	ガーリックパウダー	0.02
	塩	0.15
	洋こしょう	0.01

20日（月）

献立名	材料名	量(g)
	ご飯（米）	80
	牛乳	206
チキンカレーライス	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	60
	たまねぎ	50
	にんじん	20
	りんご	15
	（冷）とうもろこし	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
	鶏がらスープのもと	2
	ローレル	0.01
	水	45
	塩	0.1
ミックスフルーツ	パインアップル（くさび形）缶	40
	黄桃（角切り）缶	10

21日（火）

献立名	材料名	量(g)
	小さいパン（県産小麦粉）	45
	牛乳	206
ミートソーススパゲッティ	スパゲッティ	30
	塩	0.05
	サラダ油	1
	豚ひき肉	20
	たまねぎ	50
	にんじん	30
	（冷）グリンピース	5
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	0.5
	トマトピューレ	25
	砂糖	1
	ソース	4
	コンソメスープのもと	0.5
	でん粉	0.5
	水	1
	塩	0.15
	洋こしょう	0.02
ツナサラダ	レトルトまぐろ油漬け	15
	にんじん	5
	キャベツ	40
	ノンエッグマヨネーズ	7
	塩	0.07
	洋こしょう	0.01

令和8年4月詳細献立表

22日（水）

献立名	材料名	量(g)
	ご飯（米）	80
	牛乳	206
親子煮	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	10
	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
	塩	0.1
もやしのごま酢和え	もやし	40
	すりごま	3
	砂糖	0.5
	酢	1.5
	しょうゆ（こいくち）	1.5
	塩	0.08

23日（木）

献立名	材料名	量(g)
	パン（小麦粉）	60
	牛乳	206
	一食いちごジャム	15
カリカリレバービーンズ	（冷）若鶏レバー竜田揚げ	40
	（冷）水煮大豆	25
	小麦粉	2
	揚げ油	6
	塩	0.1
	洋こしょう	0.01
カルシウムたっぷりミルクスープ	ベーコン	5
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	0.5
	凍り豆腐（細切り）	4
	じゃがいも	20
	たまねぎ	30
	にんじん	10
	とうもろこし（ホール）缶	10
	牛乳（調理用）	30
	脱脂粉乳	5
	水	5
	米みそ（白）	4
	コンソメスープのもと	0.5
	水	35
	塩	0.1

24日（金）

献立名	材料名	量(g)
	ご飯（米）	80
	牛乳	206
台湾式豚肉どんぶり（ルーロー飯）	豚肉（半角切り）	30
	しょうが	0.5
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	1
	酒	0.5
	砂糖	1
	しょうゆ（こいくち）	1
	たまねぎ	25
	にんじん	10
	たけのこ水煮	10
	（冷）チンゲンサイ（カット）	5
	砂糖	2
	しょうゆ（こいくち）	2
	オイスターソース	2
	でん粉	1
	水	2
	塩	0.05

24日（金）

献立名	材料名	量(g)
はるさめスープ	たまねぎ	25
	にんじん	10
	キャベツ	20
	小松菜	10
	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
	鶏ガラスープのもと	1.5
	水	95
	塩	0.05
	洋こしょう	0.02
	一食（冷）フルーツ杏仁風プリン	40

27日（月）

献立名	材料名	量(g)
	麦ご飯（米）	88
	牛乳	206
ひじきの混ぜご飯	ベーコン	5
	にんじん	15
	小松菜	10
	干しひじき	2
	すりごま	3
	サラダ油	1
	砂糖	0.8
	酒	0.8
	しょうゆ（こいくち）	2.8
ししゃもの天ぷら	（冷）ししゃもの天ぷら（子持）	25
藍島産わかめのみそ汁	厚揚げ	30
	たまねぎ	30
	塩わかめ	5
	米みそ（白）	5
	麦みそ	5
	いりこ（だし用）	3
	水	90

28日（火）

献立名	材料名	量(g)
	ご飯（米）	80
	牛乳	206
豚肉とじゃがいもの含め煮	豚肉（スライス）	20
	じゃがいも	80
	たまねぎ	30
	にんじん	15
	糸こんにゃく	30
	サラダ油	2
	三温糖	4
	しょうゆ（こいくち）	7
あさりと野菜のごまドレッシング和え	あさりの佃煮	15
	にんじん	10
	キャベツ	30
	すりごま	2
	サラダ油	1
	酢	1.2
	塩	0.05

令和8年4月詳細献立表

30日（木）

献立名	材料名	量(g)
	小さい黒砂糖パン（小麦粉）	45
	牛乳	206
皿うどん	中華めん	20
	豚肉（スライス）	10
	（冷）角天ぷら	10
	たまねぎ	20
	にんじん	15
	キャベツ	50
	とうもろこし（ホール）缶	10
	きくらげ（スライス）	1.5
	白ねぎ	5
	サラダ油	1.5
	しょうゆ（こいくち）	4.7
	鶏がらスープのもと	1
	でん粉	2.5
	水	5
	ごま油	0.5
	水	40
	塩	0.1
	洋こしょう	0.02

30日（木）

献立名	材料名	量(g)
厚揚げのからめ煮	厚揚げ	40
	（冷）グリンピース	2
	砂糖	0.9
	酒	0.5
	しょうゆ（こいくち）	0.7
	オイスターソース	1.9
	水	4
	でん粉	0.2
	水	0.4

献立名	材料名	量(g)

献立名	材料名	量(g)

献立名	材料名	量(g)

献立名	材料名	量(g)