

13日(月)		
献立名	材料名	量(g)
	麦ご飯(米)	110
	牛乳	206
夏野菜ポークカレーライス	豚肉(スライス)	28
	しょうが	0.7
	ガーリックパウダー	0.01
	カレー粉	0.14
	サラダ油	2.8
	たまねぎ	91
	にんじん	21
	かぼちゃ	56
	トマト	14
	とうもろこし(ホール)缶	14
	小麦粉	5.6
	カレー粉	0.98
	マーガリン(調理用)	5.6
	煮汁	
	トマトケチャップ	0.7
	ソース	2.1
	鶏がらスープのもと	2.8
ローレル	0.01	
水	56	
塩	0.14	
キラフルミックス	みかん缶	30
	パインアップル(くさび形)缶	30
	(冷)カクテルゼリー	30

13日(月)		
献立名	材料名	量(g)
ツナオムレツ	(冷)ツナオムレツ	50

14日(火)		
献立名	材料名	量(g)
豚肉の炒め物	パン(県産小麦粉)	80
	牛乳	206
	一食チョコアンドホワイト	9
	豚肉(スライス)	32.5
	たまねぎ	26
	にんじん	13
	ピーマン	6.5
	とうもろこし(ホール)缶	39
	サラダ油	2.6
	しょうゆ(こいくち)	2.6
塩	0.13	
洋こしょう	0.01	
でん粉	0.39	
水	0.78	
パンプリンスープ	たまねぎ	63
	かぼちゃ	70
	マーガリン(調理用)	1.4
	無調整豆乳	84
	脱脂粉乳	9.1
	水	9.1
	鶏がらスープのもと	2.1
	水	21
塩	0.14	
洋こしょう	0.03	
一食(冷)スライスパン	28	

15日(水)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
ホキのムニエル	(冷)ホキ切身	60
	塩	0.45
	カレー粉	0.53
	コンソメスープのもと	0.42
	小麦粉	3
	サラダ油	4.2
ジャーマンサラダ	じゃがいも	24
	たまねぎ	12
	サラダ油	0.6
	ノンエッグマヨネーズ	2.4
	酢	0.96
	塩	0.12
	洋こしょう	0.01
ベーコン入り豆乳スープ	ベーコン	14
	ガーリックパウダー	0.01
	サラダ油	1.4
	レンズ豆	9.8
	たまねぎ	42
	にんじん	14
	とうもろこし(ホール)缶	14
	(冷)ほうれんそう(カット)	14
	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	

16日(木)			
献立名	材料名	量(g)	
	小さいキャロットパン(小麦粉)	60	
	牛乳	206	
ミートソースペンネ	マカロニ(ペンネ)	35	
	塩	0.07	
	サラダ油	2.8	
	豚ひき肉	21	
	たまねぎ	70	
	にんじん	14	
	なす	14	
	ガーリックパウダー	0.01	
	サラダ油	1.4	
	トマトピューレ	28	
	砂糖	1.4	
	ソース	5.6	
	コンソメスープのもと	0.7	
	塩	0.21	
	洋こしょう	0.03	
	野菜の彩り炒め	ベーコン	6
		たまねぎ	30
にんじん		12	
ピーマン		6	
サラダ油		0.6	
塩		0.06	
洋こしょう		0.01	
一食乳酸菌飲料	133		

17日(金)		
献立名	材料名	量(g)
	ご飯(米)	100
	牛乳	206
鶏肉と梅照り焼き	鶏肉(厚切り)	35
	じゃがいも	28
	梅肉	2.1
	三温糖	2.8
	酒	1.4
	みりん	0.7
	しょうゆ(こいくち)	4.2
	サラダ油	2.8
炒め煮(ごま入り)	干しひじき	3.6
	あさりの佃煮	9.6
	にんじん	12
	すりごま	3
	サラダ油	1.2
	三温糖	0.72
しょうゆ(こいくち)	1.92	
冬瓜のみそ汁	厚揚げ	35
	たまねぎ	42
	冬瓜	28
	塩わかめ	4.2
	米みそ(白)	7
	麦みそ	7
	いりこ(だし用)	4.2
水	126	