

日	1月8日 (木)		1月9日 (金)		1月13日 (火)		1月14日 (水)		1月15日 (木)		1月16日 (金)	
献立名	カレーピラフのホワイトソースかけ(カレーピラフ) 乳飲料コーヒー ミートボール(2) イタリアンサラダ		御飯 牛乳 オーロラソース和え 鶏肉と野菜のすまし汁 キャベツのサラダ		★ねぎ塩豚丼(御飯) 牛乳 切干大根のサラダ		鶏南蛮うどん 牛乳 豆とかぼちゃのコロッケ 野菜サラダ		御飯 牛乳 あじ磯辺フライ こしがや鴨ネギ鍋 醤油フレンチ		ハヤシライス(麦御飯) 牛乳(Ⓜ250ml) 和風フレンチ	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	カレーピラフ	83	御飯	92	御飯	113	地粉うどん	252	御飯	92	麦御飯	105
	玉ねぎ	40			★豚もも肉(酒漬)	35	鶏もも肉	18			豚もも肉	24
	人参	7	牛乳(200ml)	206	★豚肩肉(酒漬)	35	人参	12	牛乳(200ml)	206	豚肩肉	24
	マッシュルームスライス	10			長ねぎ	25	長ねぎ	12			じゃが芋	45
	ショルダーベーコン	10	豚レバー(生姜醤油にんにく漬)澱粉付	55	キャベツ	25	小松菜	10	あじ磯辺フライ60g	60	玉ねぎ	45
	米油	0.6	米油	9	人参	7	なると	6	米油	7	人参	20
	牛乳	40	トマトケチャップ	10	もやし	25	濃口醤油	15	中濃ソース(ボトル)	5	ウスターソース	2.5
	ホワイトルウ	7	ウスターソース	7	小松菜	12	清酒	1.2			トマトケチャップ	2.5
	脱脂粉乳	6	上白糖	2.5	にんにく	0.3	上白糖	0.2	鴨つくね	24	ハヤシルウ	20
	粉チーズ	4	水	2.4	塩	1.2	煮干しパック	3	長ねぎ	30	粉チーズ	5
	水	7			本みりん	1.2	かつお削り節パック(だし用)	0.7	大根	30	プロセスチーズ(ダイス状)	4
	塩	0.2	鶏もも肉	13	レモン果汁	2.5			ごぼう	16	白こしょう	0.05
	白こしょう	0.03	鶏胸肉	13	馬鈴薯澱粉	0.8	牛乳(200ml)	206	人参	12	米油	1
			大根	20					干椎茸スライス	1		
	乳飲料コーヒー	200	人参	12	牛乳(200ml)	206	豆とかぼちゃのコロッケ80g	80	突こんにやく	12	牛乳(250ml)	257
			小松菜	12			米油	9	本みりん	2		
	野菜入り肉団子25g	50	ごぼう	12	切干大根	7	キャベツ	50	濃口醤油	9	ひじき	0.5
	キャベツ	45	油揚げ	10	きゅうり	12	きゅうり	12	かつお削り節パック(だし用)	1.2	キャベツ	45
	きゅうり	10	清酒	1	人参	10	人参	8	鶏がらスープの素	0.6	きゅうり	10
	人参	12	うすくち醤油	7	米サラダ油	3	塩	0.12	水	25	人参	8
	イタリアンドレッシング(ボトル)	7.5	濃口醤油	1.2	濃口醤油	4.4	白こしょう	0.02			米サラダ油	3
			かつお削り節パック(だし用)	2			マヨネーズ(チューブ)	7.5	キャベツ	35	濃口醤油	3.5
			キャベツ	45					きゅうり	12		
			きゅうり	12					生竹輪	12		
			人参	10					濃口醤油	3		
			中華ドレッシング(ボトル)	7.5					米サラダ油	3		

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

日	1月19日 (月)		1月20日 (火)		1月21日 (水)		1月22日 (木)		1月23日 (金)		1月26日 (月)							
献立名	御飯 牛乳 照り焼きハンバーグ 豆腐とわかめの味噌汁 ごま付き小いわしのかみかみ和え		★御飯 牛乳 さばの塩焼き ごぼうと豚肉の炒め煮 もやしのサラダ		ソイ丼(麦御飯) 牛乳(㊥250ml) 変わり和え ぼんかん		麦御飯 牛乳 鶏肉とかぼちゃの埼玉かぼすソース和え 豆腐団子と春雨のスープ わかめのナムル		黒パン 牛乳(㊥250ml) ほうれん草入りオムレツ 白菜シチュー マカロニサラダ		御飯 牛乳 とんかつ 卵の花汁 ごまよごし							
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)						
	御飯	92	御飯	92	麦御飯	105	麦御飯	83	黒パン80g	125	御飯	92						
	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206	大豆	18	牛乳(200ml)	206	牛乳(250ml)	257	牛乳(200ml)	206						
	ハンバーグ60g(中学校)	60	★さばの文化干し60g	60	豚もも挽肉	20	鶏もも肉皮なし角切(酒漬)	42	ほうれん草入りオムレツ60g	60	とんかつ60g	60						
	米油	1	米油	1	豚肩挽肉	20	馬鈴薯澱粉	7	米油	0.5	米油	7						
	濃口醤油	4	ごぼう 豚もも肉 豚肩肉 板こんにゃく 人参 (冷凍)さやいんげん 根生姜 米油 清酒 上白糖 濃口醤油 水	40 12 12 15 10 15 1 1 3 2.5 6 20	ショルダーベーコン	10	(冷蔵)かぼちゃ	42	白菜 じゃが芋 玉ねぎ 人参 粗挽きウインナー(カット) 牛乳 ホワイトルウ 脱脂粉乳 塩 白こしょう 米油	40 35 25 15 15 30 8 5 0.7 0.05 0.5	中濃ソース(ボトル)	5						
	上白糖	2			米油	1.5	米油	10										
	本みりん	1			水	18	オレンジジュース(濃縮還元)	4										
	馬鈴薯澱粉	0.3			濃口醤油	3.5	かぼすソース	2										
	水	5			上白糖	1.8	濃口醤油	3.5										
	(冷凍)豆腐	35	(冷凍)さやいんげん 根生姜 米油 清酒 上白糖 濃口醤油 水	15 1 1 3 2.5 6 20	本みりん	3.5	上白糖	2	フジツリマカロニ 米サラダ油 きゅうり キャベツ 人参 ホールコーン 米サラダ油 濃口醤油 塩 白こしょう	7 0.15 10 15 12 7 2.4 3 0.12 0.01	おから 大根 人参 ごぼう 長ねぎ 油揚げ 干椎茸スライス 白味噌 かつお削り節パック(だし用) 煮干しパック	15 15 12 12 8 10 0.7 14 1.2 2.5						
	乾燥カットわかめ	0.6			カレールウ	6	本みりん	3					白菜 ほうれん草 もやし 黒ねりごま 上白糖 濃口醤油	35 25 25 3.6 2.5 3.6				
	油揚げ	7			塩	0.06	牛乳(250ml)	257							白味噌 かつお削り節パック(だし用) 煮干しパック	14 1.2 2.5		
	長ねぎ	12			もやし きゅうり 人参 ホールコーン ごま油 濃口醤油 米サラダ油 米酢 パックかつお削り節 ぼんかん	40 12 8 20 0.3 2.7 2.5 2.5 0.5 100	人参 チンゲンサイ 豆腐ミートボール 春雨 濃口醤油 清酒 塩 中華用スープストック 鶏がら キャベツ ほうれん草 人参 わかめ御飯の素 ごま油	12 15 38 6 2.5 1.2 0.8 0.8 6 35 25 10 1 1.2										
	白味噌	14															ほうれん草 キャベツ ホールコーン ごま付き味付け小いわし 濃口醤油 米サラダ油 上白糖	20 30 10 4 2.5 2 1
	かつお削り節パック(だし用)	1.2																
	煮干しパック	2.5																

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

日	1月27日 (火)		1月28日 (水)		1月29日 (木)		1月30日 (金)					
献立名	くわい御飯 牛乳 大豆とごぼうのメンチカツ 白菜と水菜のサラダ		★御飯 牛乳 豚肉の生姜焼き 切干大根と糸昆布の煮付け 酢の物		子どもパン 牛乳(Ⓜ250ml) チリコンカン コールスロー 豆乳プリンタルト		味噌ラーメン 牛乳 春巻き 小松菜のサラダ					
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	アルファ化米	62	御飯	92	子供パン80g	119	中華麺	231				
	もち米アルファ化米	8					もやし	20				
	くわい	20	牛乳(200ml)	206	牛乳(250ml)	257	ホールコーン	15				
	鶏もも肉	22					長ねぎ	15				
	人参	12	★豚ロース切身(酒漬)60g	60	大豆	25	人参	7				
	油揚げ	7	米油	1	豚もも挽肉	15	豚肩挽肉	5				
	(冷凍)グリーンピース	4	根生姜	0.7	豚肩挽肉	15	豚もも挽肉	5				
	濃口醤油	3	濃口醤油	3	玉ねぎ	35	白すりごま	1.2				
	本みりん	1.2	本みりん	1.5	人参	10	根生姜	0.7				
	清酒	1.2	水	5	にんにく	0.2	にんにく	0.3				
	塩	1			米油	1	干椎茸スライス	0.7				
	水	114	切干大根	8	トマトケチャップ	19	赤味噌	17				
			糸昆布	3	ウスターソース	3	濃口醤油	4.3				
	牛乳(200ml)	206	鶏もも肉	10	スープストック	0.5	上白糖	0.8				
			鶏胸肉	10	チリパウダー	0.35	中華用スープストック	0.7				
	大豆とごぼうのメンチカツ60g	60	突こんにゃく	18	パプリカ	0.3	ごま油	0.5				
	米油	7	人参	10	白こしょう	0.05	白こしょう	0.05				
			油揚げ	5	水	30	鶏がら	5				
	白菜	35	上白糖	3								
	水菜	25	濃口醤油	7.2	キャベツ	55	牛乳(200ml)	206				
	ライトツナフレーク	10	水	30	人参	10						
	米酢	3.5			米サラダ油	2.5	春巻50g	50				
	濃口醤油	2.5	きゅうり	12	上白糖	1	米油	6				
	上白糖	0.25	春雨	6	塩	0.25						
	塩	0.06	乾燥カットわかめ	0.6	りんご酢	2.5	小松菜	35				
	米サラダ油	3.5	米酢	3.6			キャベツ	35				
			濃口醤油	3.6	豆乳プリンタルト25g	25	人参	10				
			上白糖	1.5			濃口醤油	3.5				
			塩	0.12			米サラダ油	3				

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目[卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ]を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。
 ※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。