

日	10月 1日 (水)		10月 2日 (木)		10月 3日 (金)		10月 6日 (月)		10月 7日 (火)		10月 8日 (水)	
献立名	カレーライス(麦御飯) 牛乳 すだち酢和え		コッペパン(スライス) 牛乳 フランクフルトのオイル焼き チャウダー イタリアンサラダ		御飯 牛乳 いわしフライ 大根の味噌汁 ごま和え みたらし団子		五目寿司(酢飯) 牛乳 さんまのオレンジ煮 千草和え		わかめ麦御飯 牛乳 鶏肉のから揚げ(2) ABCスープ 醤油フレンチ ガトーショコラ		御飯 牛乳 家常豆腐(ジャーチャンドウフ) 枝豆サラダ ドライブルー	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	麦御飯	76.8	コッペパンスライス40g(1・2年生)	57	御飯	67	酢飯	67	わかめ麦御飯	57	御飯	67
	じゃが芋	35	コッペパンスライス50g(3・4年生)	72	牛乳(200ml)	206	鶏もも肉	10	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206
	玉ねぎ	40	コッペパンスライス60g(5・6年生)	85			鶏胸肉	10				
	人参	15	牛乳(200ml)	206	いわしフライ40g(小学校)	40	生竹輪	10	鶏もも切身皮なし(酒醤油にんにく)25g	50	豚もも挽肉	15
	豚もも肉	15			米油	5	油揚げ	6				
	豚肩肉	15	フランクフルト40g	40	中濃ソース(ボトル)	5	(冷凍)グリーンピース	4	米油	7	一口生揚げ	35
	にんにく	0.2			大根	40	干椎茸スライス	1	アルファベットマカロニ	5	たけのこ	15
	米油	1	油揚げ	6			たけのこ	6			人参	8
	カレールウ	15	玉ねぎ	30	木綿豆腐	20	清酒	1	白菜	20	干椎茸スライス	1
	粉チーズ	3			煮干しパック	2	上白糖	3	人参	12	にら	5
	プロセスチーズ(ダイス状)	3	じゃが芋	30	かつお削り節パック(だし用)	1	濃口醤油	5.5	玉ねぎ	15	玉ねぎ	20
	トマトケチャップ	2	人参	10	白味噌	12	水	25	粗挽ウインナー(カット)	10	にんにく	0.2
	ウスターソース	2	鶏胸肉皮なし	5	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206	バラベーコン	3	根生姜	0.5
	ガラムマサラ	0.07	鶏もも肉皮なし	5					(冷凍)グリーンピース	3	赤味噌	4
	牛乳(200ml)	206	牛乳	30	キャベツ	30	さんまのオレンジ煮45g	45	濃口醤油	1	長ねぎ	10
			ホワートルウ	8	ほうれん草	15			塩	0.7	米油	1
			脱脂粉乳	3	もやし	10	キャベツ	25	白こしょう	0.03	濃口醤油	2.1
			粉チーズ	2	人参	5			鶏がらスープの素	0.2	上白糖	1.2
			塩	0.6	白ねりごま	2.5	ほうれん草	20	鶏がら	5	豆板醤	0.15
			白こしょう	0.03	上白糖	1.5	ホールコーン	8	キャベツ	40	ごま油	0.3
			米油	0.5	濃口醤油	3	人参	5			中華用スープストック	0.5
			みたらし団子30g	30	米サラダ油	2	きゅうり	10	馬鈴薯澱粉	1.5		
			濃口醤油	2.5	人参	6	水	20				
			イタリアンドレッシング(ボトル)	5					米サラダ油	2.5	キャベツ	35
									濃口醤油	2.5		
									ガトーショコラ30g	30	人参	5
											(冷凍)枝豆(むき実)	8
											ホールコーン	12
											塩	0.1
											白こしょう	0.02
											マヨネーズ(チューブ)	7.5
											ブルー(2個入)16g	16

※★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	10月 9日 (木)		10月10日 (金)		10月14日 (火)		10月15日 (水)		10月16日 (木)		10月17日 (金)	
献立名	そぼろ丼(御飯) 牛乳 揚げたこ焼き 和風フレンチ		肉汁うどん 牛乳 さつま芋と大豆のごまがらめ お浸し		★御飯 牛乳 さばの塩焼き ごぼうと豚肉の炒め煮 野菜サラダ		大豆入りタコライス(麦御飯) 牛乳 豆腐団子と春雨のスープ		御飯 牛乳 鶏肉のごま味噌かけ 豚肉と根菜のすまし汁 マカロニサラダ		御飯 牛乳 揚げ餃子(2) かき玉汁 小松菜とえのきのナムル	
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	御飯	84.8	地粉うどん(1・2・3年生)	168	御飯	67	麦御飯	76.8	御飯	67	御飯	67
	鶏もも挽肉	25	地粉うどん(4・5・6年生)	216			豚もも挽肉	22				
	鶏胸挽肉	25	豚肩肉	15	牛乳(200ml)	206	玉ねぎ	20	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206
	ホールコーン	6	豚もも肉	15			人参	13				
	人参	6	長ねぎ	10	★さばの文化干し50g	50	大豆	4	鶏もも切身(酒漬)60g	60	餃子27g	54
	(冷凍)グリーンピース	3	人参	7	米油	1	にんにく	0.2	米油	1	米油	6
	干椎茸スライス	1	なると	5			米油	0.2	白いりごま	2.1		
	濃口醤油	5.5	油揚げ	5	ごぼう	30	清酒	0.6	濃口醤油	0.7	(冷凍)液卵	20
	上白糖	1	濃口醤油	13	豚もも肉	10	トマト(カット)	17	本みりん	1.1	(冷凍)豆腐	20
	根生姜	0.8	清酒	1	豚肩肉	10	塩	0.3	白味噌	2.8	人参	8
	清酒	1	上白糖	0.1	板こんにゃく	10	白こしょう	0.01	上白糖	1.4	鶏胸肉	5
	水	8	かつお削り節パック(だし用)	1	人参	8	チリパウダー	0.01	水	4.5	鶏もも肉	5
	本みりん	1	煮干しパック	2	(冷凍)さやいんげん	10	カレールウ	0.2			長ねぎ	5
					根生姜	0.8	トマトケチャップ	7	豚肩肉	10	濃口醤油	3.2
	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206	米油	1	上白糖	0.3	豚もも肉	10	塩	0.7
					清酒	2.5	オイスターソース	0.2	大根	15	かつお削り節パック(だし用)	2
	たこ焼き35g	35	(冷蔵)さつま芋	55	上白糖	2	キャベツ	45	人参	10	馬鈴薯澱粉	0.5
	米油	5	米油	8	濃口醤油	5	きゅうり	10	小松菜	10		
			炒り大豆	7	水	17	塩	0.1	ごぼう	10	小松菜	25
	ひじき	0.5	中ざら糖	8			牛乳(200ml)	206	長ねぎ	8	キャベツ	15
	キャベツ	35	水	4	キャベツ	40			油揚げ	8	人参	8
	きゅうり	8	濃口醤油	2.7	きゅうり	10	人参	10	清酒	0.8	(冷蔵)えのきたけ	9
	人参	7	白いりごま	0.3	ホールコーン	10	チンゲンサイ	12	うすくち醤油	5.5	濃口醤油	2
	米サラダ油	2.5			米サラダ油	2	豆腐ミートボール	30	濃口醤油	1	ごま油	1.3
濃口醤油	3	キャベツ	30	濃口醤油	3.3	春雨	5	かつお削り節パック(だし用)	1.7	塩	0.1	
		ほうれん草	20			濃口醤油	2			白こしょう	0.01	
		もやし	15			清酒	1	フジツリマカロニ	6			
		濃口醤油	3			塩	0.7	米サラダ油	0.15			
		パックかつお削り節	0.4			中華用スープストック	0.7	きゅうり	8			
						鶏がら	5	キャベツ	15			
								人参	10			
								米サラダ油	2			
								濃口醤油	2.5			
								塩	0.1			
								白こしょう	0.01			

※★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。

材料名及び分量（一人分のグラム数）

※★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・くすみ】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	10月28日 (火)		10月29日 (水)		10月30日 (木)		10月31日 (金)					
献立名	御飯 牛乳 レバーと高野豆腐の揚げ和え ひじきの炒り煮 中華サラダ		子どもパン 牛乳 ミートボール(2) アイリッシュスープ コールスロー		★肉丼(御飯) 牛乳 酢の物 みかん		担々麺 牛乳 春巻き こんにゃくサラダ					
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	御飯	67	子供パン40g(1・2年生)	59	御飯	84.8	中華麺(1・2・3年生)	154				
			子供パン50g(3・4年生)	74	★豚もも肉(酒漬)	30	中華麺(4・5・6年生)	198				
	牛乳(200ml)	206	子供パン60g(5・6年生)	89	★豚肩肉(酒漬)	30	たけのこ	10				
					玉ねぎ	45	にら	5				
	豚レバー(生姜醤油にんにく漬)澱粉付	25	牛乳(200ml)	206	白滝	30	もやし	12				
	高野豆腐	4			人参	10	長ねぎ	10				
	馬鈴薯澱粉	1.6	ミートボール(ケチャップ味)20g	40	ほうれん草	10	人参	5				
	米油	5			根生姜	0.5	豚もも挽肉	5				
	濃口醤油	5	豚肩肉角切り	15	本みりん	1	豚肩挽肉	5				
	上白糖	3.4	じゃが芋	30	上白糖	2.5	根生姜	0.5				
	本みりん	2.4	人参	12	濃口醤油	8.5	にんにく	0.2				
	水	1.5	玉ねぎ	20			干椎茸スライス	0.3				
			大麦	8	牛乳(200ml)	206	赤味噌	15				
	ひじき	4	スープストック	1			濃口醤油	3.2				
	突こんにゃく	15	ローリエ	0.02	きゅうり	10	豆板醤	0.08				
	人参	10	米油	1	春雨	5	中華用スープストック	0.5				
	ごぼう	8	塩	0.7	乾燥カットわかめ	0.5	ごま油	0.3				
	鶏胸肉	10	白こしょう	0.03	米酢	3	白こしょう	0.03				
	油揚げ	5			濃口醤油	3	白ねりごま	2				
	さつま揚げ	5	キャベツ	45	上白糖	1.2	鶏がら	4				
	米油	1	人参	8	塩	0.1						
	上白糖	2	米サラダ油	2	みかん	100	牛乳(200ml)	206				
	濃口醤油	5.5	上白糖	0.8			春巻40g	40				
	本みりん	1	塩	0.2			米油	5				
	水	25	りんご酢	2								
	キャベツ	35					大根	15				
	きゅうり	10					サラダ用こんにゃく	10				
	人参	5					人参	8				
	糸寒天	7					きゅうり	10				
	中華ドレッシング(ボトル)	5					ホールコーン	10				
							玉ねぎドレッシング(ボトル)	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。