

日	7月1日 (水)	7月2日 (木)	7月3日 (金)	7月6日 (月)	7月7日 (火)	7月8日 (水)						
献立名	麦御飯 牛乳 豆とかぼちゃのコロッケ ABCスープ 切干大根のサラダ 味付け小いわし	黒パン 牛乳 蒸しとうもろこし チリコンカン 野菜サラダ	御飯 牛乳 豚キムチ おかひじきのサラダ 冷凍みかん	麦御飯 牛乳 照り焼きハンバーグ 味噌汁 醤油フレンチ	ねぎ塩豚丼(御飯) 牛乳 枝豆 こんにゃくサラダ ドライプルーン	★御飯 牛乳 さばの塩焼き 切干大根と糸昆布の煮付け 即席漬け						
材料名及び分量(一人分のグラム数)	麦御飯	(g) 57	御飯	(g) 67	麦御飯	(g) 57	御飯	(g) 84.8	御飯	(g) 67		
	牛乳(200ml)	206	黒パン40g(1・2年生) 黒パン50g(3・4年生) 黒パン60g(5・6年生)	63 78 94	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206	御飯 豚もも肉(酒漬) 豚肩肉(酒漬) 玉ねぎ 長ねぎ キャベツ 人参 もやし 小松菜 にんにく 塩 本みりん レモン果汁 馬鈴薯澱粉	30 30 10 10 20 5 20 10 0.2 1 2 0.6	牛乳(200ml)	206
	豆とかぼちゃのコロッケ60g 米油	60 7	牛乳(200ml) とうもろこし	206 80	豚肩肉 豚もも肉 白菜キムチ 玉ねぎ にら 人参 にんにく 米油 清酒 上白糖 塩 白こしょう 白いりごま ごま油	30 25 25 30 5 8 0.2 0.4 2 1 0.5 0.03 0.8 0.5	ハンバーグ50g 米油 濃口醤油 上白糖 本みりん 馬鈴薯澱粉 水	50 1 3 1.5 1 0.2 4	★さばの文化干し50g 米油	50 1		
	アルファベットマカロニ 白菜 人参 玉ねぎ 粗挽ウインナー(カット) バラベーコン 濃口醤油 塩 白こしょう 鶏がらスープの素 鶏がら	5 20 12 15 10 3 1 0.7 0.03 0.2 5	大豆 豚もも挽肉 豚肩挽肉 玉ねぎ 人参 にんにく 米油 トマトケチャップ ウスターソース スープストック チリパウダー パプリカ 白こしょう 水	22 13 13 30 8 0.1 0.8 16 2 0.5 0.25 0.2 0.03 20	おかひじき キャベツ きゅうり 人参 米サラダ油 濃口醤油 水	7 30 10 7 2 3	じゃが芋 長ねぎ 油揚げ 乾燥カッパわかめ 木綿豆腐 白味噌 かつお削り節パック(だし用) 煮干しパック	25 7 4 0.5 20 13 1 2.5	切干大根 糸昆布 鶏もも肉 鶏胸肉 突こんにゃく 人参 油揚げ 上白糖 濃口醤油 水	6 2 8 8 15 8 4 2.5 6 25		
	切干大根 きゅうり 人参 米サラダ油 濃口醤油	6 10 10 2 3	キャベツ きゅうり 人参 玉ねぎドレッシング(ボトル)	40 10 6 5	(冷凍)みかん	75	じゃが芋 長ねぎ 油揚げ 乾燥カッパわかめ 木綿豆腐 白味噌 かつお削り節パック(だし用) 煮干しパック	25 7 4 0.5 20 13 1 2.5	キャベツ きゅうり 人参 米サラダ油 濃口醤油	35 10 8 1.5 2.5		
	味付け小いわし(ごまなし)5g	5					牛乳(200ml)	206	枝豆 塩	12 0.1		
							大根 サラダ用こんにゃく 人参 きゅうり ホールコーン ホールコーン 中華ドレッシング(ボトル)	15 10 8 12 10 5	プルーン(2個入)16g(小学校)	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・麺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	7月9日 (木)		7月10日 (金)		7月13日 (月)		7月14日 (火)		7月15日 (水)		7月16日 (木)	
献立名	夏野菜のカレーライス(麦御飯) 牛乳 わかめ和え		きつねうどん 乳飲料コーヒー 大豆とごぼうのメンチカツ ごま和え		御飯 牛乳 いわしフライ かみなり汁 中華風即席漬け シークワサータルト		麦御飯 牛乳 じゃが芋入りオーロラソース和え 鶏肉と野菜のすまし汁 マカロニサラダ		ライスボールパン 牛乳 ポイルウインナー(2) コーンチャウダー フレンチサラダ		★御飯 牛乳 鶏肉の照り焼き ごぼうと豚肉の炒め煮 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)
	麦御飯	76.8	地粉うどん70g(1・2・3年生)	168	御飯	67	麦御飯	57	ライスボール40g(1・2年生)	67	御飯	67
	玉ねぎ	30	地粉うどん80g(4・5・6年生)	192	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206	ライスボール50g(3・4年生)	88	牛乳(200ml)	206
	じゃが芋	30	油揚げ	17	いわしフライ40g	40	豚レバー(生姜醤油にんにく漬)蕨粉付 (冷蔵)じゃが芋	25	ライスボール60g(5・6年生)	102	粗挽ウインナー15g	30
	豚もも肉角切り	35	清酒	1	米油	5	米油	7	牛乳(200ml)	206	★鶏もも切身(酒漬)60g	60
	人参	12	濃口醤油	2	中濃ソース(ボトル)	5	トマトケチャップ	7	鶏もも肉皮なし	5	米油	1
	トマト	10	人参	8	木綿豆腐 (冷凍)液卵	30	ウスターソース	4	鶏胸肉皮なし	5	濃口醤油	2.7
	なす	10	長ねぎ	10	玉ねぎ	12	上白糖	1.6	じゃが芋	20	本みりん	1.2
	ズッキーニ	10	濃口醤油	12	鶏もも肉皮なし	5	水	1.6	玉ねぎ	30	清酒	0.5
	にんにく	0.2	煮干しパック	2	鶏胸肉皮なし	5	鶏もも肉	10	人参	10	上白糖	0.5
	プロセスチーズ(ダイス状)	2	かつお削り節パック(だし用)	0.5	人参	7	鶏胸肉	10	(冷凍)クリームコーン	15	水	3.5
	米油	1	乳飲料コーヒー	200	小松菜	4	大根	15	ホールコーン	12	ごぼう	32
	カレールウ	15	大豆とごぼうのメンチカツ40g	40	米油	1	人参	10	牛乳	30	豚もも肉	10
	牛乳	10	米油	5	濃口醤油	6.5	小松菜	10	ホワイトルウ	8	豚肩肉	10
	粉チーズ	2	キャベツ (冷凍)ほうれん草	30	塩	0.3	ごぼう	10	脱脂粉乳	3	板こんにゃく	10
ウスターソース	2	もやし	10	煮干しパック	2	油揚げ	8	粉チーズ	2	人参	8	
トマトケチャップ	2	人参	5	かつお削り節パック(だし用)	1	清酒	0.8	塩	0.5	(冷凍)さやいんげん	10	
ガラムマサラ	0.05	白ねりごま	2.5	キャベツ	40	うすくち醤油	5.5	白こしょう	0.03	根生姜	0.8	
牛乳(200ml)	206	濃口醤油	3	きゅうり	12	濃口醤油	1	米油	0.5	米油	1	
乾燥カットわかめ	0.5			人参	5	かつお削り節パック(だし用)	1.7	キャベツ	40	清酒	2.5	
大根	30			ごま油	0.2	フジッリマカロニ	6	きゅうり	10	上白糖	2	
人参	10			濃口醤油	1.1	米サラダ油	0.15	人参	8	濃口醤油	5	
きゅうり	8			シークワサータルト30g(小学校)	30	きゅうり	8	フレンチドレッシング(ボトル)	5	水	17	
米サラダ油	2					キャベツ	10			ひじき	0.5	
濃口醤油	2					人参	10			キャベツ	35	
塩	0.1					ホールコーン	5			きゅうり	10	
						米サラダ油	2			人参	7	
						濃口醤油	2.5			米サラダ油	2.5	
						塩	0.1			濃口醤油	3.3	
						白こしょう	0.01					