

2026年01月01日～2026年01月31日  
 予定献立 献立1 0:通常献立

## [ 週間献立表 ]

2025-12-10 印刷 1 ページ

1月8日木曜日					1月9日金曜日					1月13日火曜日					1月14日水曜日					1月15日木曜日				
ごはん 牛乳 大根葉ふりかけ 具雑煮 塩こんぶあえ りんご					ごはん 牛乳 みそおでん うめおかかあえ きなこもち					(小) ごはん (中) ◎アセロラゼリー (中) 中華おこわ 牛乳 揚げようざ小2中3 (小) きゅうりのごまじょうゆ 中華コーンスープ					ごはん 牛乳 肉みそひじき丼 キャベツとツナのあえ物 とうふじる					ごはん 牛乳 カレーライス(乳) ポテトチップスサラダ ミニトマト小1中2				
	正味量					正味量					正味量					正味量					正味量			
材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校		
白飯(ライスパック)	1個	1個			白飯(ライスパック)	1個	1個			白飯(ライスパック)	1個	0個			白飯(ライスパック)	1個	1個			白飯(ライスパック)	1個	1個		
牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			アルファー化米	0	50			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個		
										アルファー化もち米	0	25												
大根葉ふりかけ備蓄用40g	0.03袋	0.03袋			豚もも肉薄切り 国産	20	26			豚もも肉角切り1cm 国産	0	19			国産米ひじき	1.5	1.95			豚もも肉薄切り 国産	25	33		
					さといも(国産秀2L)	10	13			米サラダ油(ペットボトル)	0	0.9			豚ひき肉 国産	20	26			じゃがいも(秀2L)	30	39		
棒白玉もち	30	40			だいこん(秀2L)	48	63			むきえび(L)	0	15			玉葱(2L)	25	32.5			にんじん(秀L)	10	13		
若鶏胸皮なし 国産	15	20			だいこん(秀2L)長久手	12	17			干しいたけスライス	0	1			にんじん(秀L)	6	7.8			玉葱(2L)	50	65		
角はんぺん(卵なし)細	10	15			板こんにゃく 短冊	15	19.5			たけのこレトルト1kg	0	17			おろししょうが	0.13	0.17			米サラダ油(ペットボトル)	0.8	1.04		
にんじん(秀L)	10	13			にんじん(秀L)	10	13			にんじん(秀L)	0	17			米サラダ油(ペットボトル)	0.4	0.52			小麦粉ロースト	4.7	6.11		
切ごぼうさがき	6	7.8			玉はんぺん(卵なし)	20	26			えだまめむき実(冷凍)	0	3			豆みそ	5	6.5			バター 450g	4.7	6.11		
はくさい(秀2L)	20	26			生揚げ	10	13			冷凍ブイヨン	0	15			三温(20kg袋)	1.3	1.69			カレー粉	0.8	1.17		
かつお加工品(削り節)	2.7	2.7			かつお加工品(削り節)	2	2			しょうゆ10%	0	6.5			清酒2%	1.3	1.69			ガーリック300g	0.04	0.05		
食塩	0.1	0.13			三温(20kg袋)	4	5.2			三温(20kg袋)	0	1.4			本みりん1.8%	1.3	1.69			ジンジャー300g	0.04	0.05		
うすくちしょうゆ	4.5	5.85			豆みそ	8.6	11.18			ごま油	0	1			しょうゆ10%	0.6	0.78			チャツネ	1.5	1.95		
清酒2%	1	1.3			本みりん1.8%	1	1.3			清酒2%	0	3.4			でんぷん	0.4	0.52			トマト缶ダイスカット	5	6.5		
本みりん1.8%	1	1.3			水	30	39			食塩	0	0.65								デミグラスソース1号缶	9	11.7		
										ブラックペッパー300g	0	0.04			オイルツナ フレーク	10	13			バナナ	3	3.9		
キャベツ(秀2L)	30	39			ささみほぐし身 レトルト	8	10.4								キャベツ(秀2L)	32	41.6			りんご	8	10.4		
きゅうり(A級L)	15	19.5			キャベツ(秀2L)	28	36.4			牛乳	1個	1個			きゅうり(A級L)	8	10.4			トマトケチャップ3Kg	5	6.5		
塩吹こんぶ	1.5	2			きゅうり(A級L)	10	13								しょうゆ10%	2.4	3.12			粉チーズ500g	2.5	3.25		
					しょうゆ10%	1	1.3			ぎょうざ(新)	2個	3個			上白(1kg袋)	1.8	2.34			食塩	0.08	0.1		
りんごM40玉212g	0.25個	0.25個			上白(1kg袋)	0.15	0.2			米白絞油	4	6			レモン(果汁1%)	1.3	1.69			ブラックペッパー300g	0.02	0.03		
食塩	0.5	0.65			ねり梅	1.5	1.95								米サラダ油(ペットボトル)	0.8	1.04			ウスターソース1.8%	5	6.5		
					かつおぶし 細花 500g	0.5	0.65			きゅうり(A級L)	45	0								中濃ソース1.8%	1	1.3		
										いりごま1kg	0.6	0			木綿豆腐	40	52			冷凍ブイヨン	5	6.5		
					冷凍米粉団子	40	52			しょうゆ10%	2	0			かまぼこ卵抜き	6	7.8							
					上白(1kg袋)	5	6			上白(1kg袋)	1.2	0			にんじん(秀L)	6	7.8			ショルダーベーコン短冊	8	10.4		
					きな粉	5	6			食塩	0.1	0			だいこん(秀2L)	10	13			きゅうり(A級L)	22	28.6		
					食塩(精製塩)	0.15	0.2			ごま油	0.6	0			えのきたけ	8	10.4			キャベツ(秀2L)	30	39		

2026年01月01日～2026年01月31日  
 予定献立 献立1 0:通常献立

[ 週 間 献 立 表 ]

2025-12-10 印刷

2 ページ

1月8日木曜日					1月9日金曜日					1月13日火曜日					1月14日水曜日					1月15日木曜日				
ごはん					ごはん					(小) ごはん (中) ◎アセロラゼリー					ごはん					ごはん				
牛乳					牛乳					(中) 中華おこわ					牛乳					牛乳				
備蓄ふりかけ大根葉					みそおでん					牛乳					肉みそひじき丼					カレーライス(乳)				
具雑煮					うめおかかあえ					揚げようざ小2中3					キャベツとツナのあえ物					ポテトチップスサラダ				
塩こんぶあえ					きなこもち					(小) きゅうりのごまじょうゆ					とうふじる					ミニトマト小1中2				
りんご																								
		正味量					正味量					正味量					正味量					正味量		
材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			
												米サラダ油(ペットボトル)		0.2	0.26			ねぎ(国産秀L)		10	13			
												若鶏胸皮付き		10	13			しょうゆ10%規		3.5	4.55			
												クリームコーン缶		22	28.6			かつお加工品(削り節)		2.7	2.7			
												ホールコーン缶(1号缶)		15	19.5			食塩		0.8	1.04			
												玉葱(2L)		35	45.5			清酒2%規		0.8	1.04			
												にんじん(秀L)		10	13			水		130	169			
												にんじん(秀L)長久手		10	13									
												ねぎ(国産秀L)		5	6.5									
												鶏豚湯1号缶		4	5.2									
												しょうゆ10%規		0.5	0.65									
												食塩		0.1	0.13									
												ホワイトペッパー300g		0.01	0.01									
												アセロラゼリーFe		0個	1個									

1月16日金曜日					1月19日月曜日					1月20日火曜日					1月21日水曜日					1月22日木曜日				
ごはん  牛乳  いわしのうめに  まなのごまあえ  しろみそのごじる					ごはん  牛乳  さわらのゆうあん焼き  五目きんぴら  じゃがいもののっぺいじる					サンドイッチパンズ（乳）  牛乳  ハンバーガー（ハンバーグのキャップソースかけ）  ハンバーガー（ミニサラダ）  白菜のシチュー（乳）					（小）中華おこわ  （中）ごはん  牛乳  春巻き  （中）きゅうりのごまじょうゆ  春雨スープ					ごはん  牛乳  だし巻き卵のあんかけ（卵）  ブロッコリーのおひたし  とりだんごじる				
		正味量					正味量					正味量					正味量					正味量		
材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校		
白飯（ライスパック）	1個	1個			白飯（ライスパック）	1個	1個			サントイッチパンズ <sup>®</sup> パン 70g	1個	0個			アルファー化米	37	0			白飯（ライスパック）	1個	1個		
										サントイッチパンズ <sup>®</sup> パン 70g	0個	1個			アルファー化もち米	17	0							
牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個								豚もも肉角切り 1cm 国産	15	0			牛乳	1個	1個		
										牛乳	1個	1個			米サラダ油（ペットボトル）	0.1	0							
いわし梅煮（国産梅肉）40	1個	0個			さわら 50g	1切	0切								むきえび（L）	12	0			だし巻きたまご40g	1個	0個		
いわし梅煮（国産梅肉）50	0個	1個			さわら 60g	0切	1切			ハンバーグ（小麦抜き）50	1個	0個			干しいたけスライス	0.8	0			だし巻きたまご50g	0個	1個		
					三温（20kg袋）	1	1.3			ハンバーグ（小麦抜き）60	0個	1個			たけのこレトルト1kg	10	0			水	10	13		
まな	12	15.6			本みりん1.8ℓ	1.5	1.95			赤ワイン1.8ℓ	0.8	1.04			にんじん（秀L）	10	0			かつお加工品（削り節）	1	1.3		
こまつな（秀L）長久手	5	6.5			しょうゆ10ℓ	2.8	3.64			三温（20kg袋）	0.8	1.04			えだまめむき実（冷凍）	2	0			上白（1kg袋）	2	2.6		
こまつな（秀L）	5	6.5			清酒2ℓ	1	1.3			ウスターソース1.8ℓ	0.6	0.78			冷凍ブイヨン	8	0			しょうゆ10ℓ	3.2	4.16		
もやし	15	19.5			ゆず果汁	0.2	0.26			トマトケチャップ3Kg	5	6.5			しょうゆ10ℓ	4	0			本みりん1.8ℓ	0.48	0.62		
にんじん（秀L）	5	6.5			でんぷん	0.3	0.39			ベースソース（トマトソース）	5	6.5			三温（20kg袋）	0.85	0			おろししょうが	0.2	0.26		
しょうゆ10ℓ	1.6	2.08								デミグラスソース1号缶	3	3.9			ごま油	0.5	0			でんぷん	0.6	0.78		
いりごま1kg	0.8	1.04			豚もも肉細切り 国産	10	13								清酒2ℓ	2	0							
上白（1kg袋）	1.2	1.56			清酒2ℓ	0.6	0.6			キャベツ（秀2L）	25	32.5			食塩	0.5	0			ブロッコリー（国産秀L）	20	26		
					切ごぼうきんぴら用	10	13			きゅうり（A級L）	8	10.4			ブラックペッパー300g	0.03	0			はくさい（秀2L）	20	26		
だいず（水煮 レトルト）	10	13			れんこん（いちょう）	10	13			にんじん（秀L）	3	3.9								にんじん（秀L）	5	6.5		
木綿豆腐	20	26			にんじん（秀L）	5	6.5			米サラダ油（ペットボトル）	0.4	0.52			白飯（ライスパック）	0個	1個			しょうゆ10ℓ	1.5	1.95		
ねぎ（国産秀L）	8	10.4			つきこんにゃく	12	15.6			上白（1kg袋）	0.8	1.04								上白（1kg袋）	0.85	1.11		
油揚げ（カット）	4	5.2			冷凍いんげん500gカット	5	6.5			食塩	0.2	0.26			牛乳	1個	1個							
にんじん（秀L）	5	6.5			三温（20kg袋）	1	1.3			ホワイトペッパー300g	0.02	0.03								鶏肉団子	30	39		
だいこん（秀2L）	15	19.5			しょうゆ10ℓ	2	2.6			米酢1.8ℓ	1.2	1.56			春巻き50g	1個	0個			にんじん（秀L）	10	13		
さといも（国産秀2L）	15	19.5			本みりん1.8ℓ	1	1.3								春巻き60g	0個	1個			だいこん（秀2L）	15	19.5		
板こんにゃく 短冊	8	10.4			ごま油	0.4	0.52			若鶏モモ皮付き 国産	25	32.5			米白絞油	5	6			玉葱（2L）	10	13		
豚もも肉薄切り 国産	10	13			米サラダ油（ペットボトル）	0.4	0.52			白ワイン1.8ℓ	2	2.6								ねぎ（国産秀L）	10	13		
かつお加工品（削り節）	2.7	2.7			一味とうがらし300g	0.03	0.04			食塩	0.1	0.13			きゅうり（A級L）	0	60			かつお加工品（削り節）	2.7	2.7		
白みそ	9	11.7			いりごま1kg	0.6	0.78			ホワイトペッパー300g	0.01	0.01			いりごま1kg	0	0.8			うすくちしょうゆ	3	3.9		
水	130	169								にんじん（秀L）	15	19.5			しょうゆ10ℓ	0	2.6			食塩	0.1	0.13		
					若鶏モモ皮なし 国産	12	15.6			玉葱（2L）	35	45.5			上白（1kg袋）	0	1.6			チキンブイヨン缶	1	1.3		
					じゃがいも（秀2L）	20	26			はくさい（秀2L）	40	52			食塩	0	0.13			清酒2ℓ	1	1.3		

2026年01月01日～2026年01月31日  
 予定献立 献立1 0:通常献立

[ 週 間 献 立 表 ]

2025-12-10 印刷

4 ページ

1月16日金曜日						1月19日月曜日						1月20日火曜日						1月21日水曜日						1月22日木曜日					
ごはん						ごはん						サンドイッチバンズ（乳）						(小)中華おこわ						ごはん					
牛乳						牛乳						牛乳						(中)ごはん						牛乳					
いわしのうめに						さわらのゆうあん焼き						ハンバーガー（ハンバーグのケチャップソースかけ）						牛乳						だし巻き卵のあんかけ（卵					
まなのごまあえ						五目きんぴら						ハンバーガー（ミニサラダ）						春巻き						ブロッコリーのおひたし					
しろみそのごじる						じゃがいもののっぺいじる						白菜のシチュー（乳）						(中)きゅうりのごまじょうゆ						とりだんごじる					
		正味量						正味量						正味量						正味量						正味量			
材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校		
						だいこん（秀2L）		15	19.5			パセリ（秀）		0.8	1.04			ごま油		0	0.8			水		100	110		
						にんじん（秀L）		8	10.4			食塩		0.4	0.52														
						ねぎ（国産秀L）		5	6.5			ホワイトペッパー300g		0.04	0.05			若鶏胸皮なし 国産		15	19.5								
						油揚げ（カット）		4	5.2			粉チーズ500g		1	1.3			はるさめカット		4	5.2								
						かつお加工品（削り節）		2.7	2.7			バター 450g		4.7	6.11			ねぎ（国産秀L）		10	13								
						しょうゆ10%		3.5	4.55			薄力粉		4.7	6.11			はくさい（秀2L）		15	19.5								
						清酒2%		1	1.3			牛乳1%調理用 朝8時納品		25	32.5			もやし		15	19.5								
						でんぷん		1.2	1.56			水		70	91			にんじん（秀L）		8	10.4								
						食塩		0.5	0.65			米サラダ油（ペットボトル）		0.4	0.52			しょうゆ10%		1.3	1.69								
						水		130	169			冷凍ブイヨン		15	19.5			食塩		0.4	0.52								
																		鶏豚湯1号缶		4	5.2								
																		ブラックペッパー300g		0.04	0.05								
																		ごま油		0.2	0.26								
																	</												

1月23日金曜日					1月26日月曜日					1月27日火曜日					1月28日水曜日					1月29日木曜日				
ごはん					ごはん					ひじきごはん					ごはん					袋入りきしめん				
牛乳					牛乳					牛乳					牛乳					牛乳				
生揚げの中華炒め					鉄火みそ					にぎすフライ					ひきずり					五目きしめん				
ショウロンポウ（小中２）					あかしそあえ☆					さわにわん					ひとしおづけ					ちくわの磯辺揚げ小２中３				
かふうあえ					だんごじる					◎お米のタルト(乳卵)					いよかん1/4					切り干し大根のごま酢あえ				
		正味量					正味量					正味量					正味量					正味量		
材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校			材料名	小学校	中学校		
白飯（ライスパック）	1個	1個			白飯（ライスパック）	1個	1個			アルファー化米	34	40			白飯（ライスパック）	1個	1個			きしめん　２００g	1個	0個		
										アルファー化もち米	16	20								きしめん　２５０g	0個	1個		
牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			若鶏モモ皮付き　国産	15	19.5			牛乳	1個	1個							
										切ごぼうさがき	10	13								牛乳	1個	1個		
豚もも肉薄切り　国産	25	32.5			だいず(水煮　レトルト)	10	13			にんじん（秀Ｌ）	10	13			若鶏モモ皮付き　国産	30	39							
清酒2ℓ	0.5	0.65			切ごぼうさがき	8	10.4			国産米ひじき	1.1	1.43			米サラダ油(ペットボトル)	0.1	0.13			ねぎ（国産秀Ｌ）	10	13		
しょうゆ10ℓ	1	1.3			にんじん（秀Ｌ）	8	10.4			油揚げ（カット）	6	7.8			糸こんにゃく	20	26			にんじん（秀Ｌ）	10	13		
おろししょうが	0.5	0.65			おろししょうが	0.3	0.39			ちくわ卵抜き	5	6.5			生ふ	8	10.4			油揚げ（カット）	3	3.9		
生揚げ	25	32.5			角はんぺん（卵なし）細	12	15.6			えだまめむき実(冷凍)	2	2.6			焼き豆腐	23	29.9			若鶏胸皮なし　国産	20	26		
むきえび(ＬＬ)	15	19.5			板こんにゃく　短冊	6	7.8			米サラダ油(ペットボトル)	0.8	1.04			にんじん（秀Ｌ）	10	13			干しいたけスライス	1	1.3		
いか短冊切　ペルーチリ産	15	19.5			豚もも肉薄切り　国産	15	19.5			三温（20kg袋）	1.5	1.95			ねぎ（国産秀Ｌ）	20	26			かまぼこ卵抜き	5	6.5		
清酒2ℓ	0.5	0.65			米サラダ油(ペットボトル)	0.08	0.1			しょうゆ10ℓ	4.8	6			はくさい（秀２Ｌ）	35	45.5			はくさい（秀２Ｌ）	20	26		
にんじん（秀Ｌ）	8	10.4			冷凍いんげん500gカット	3	3.9			本みりん1.8ℓ	1.2	1.56			かまぼこ卵抜き	10	13			しょうゆ10ℓ	5	6.5		
グリーンピース（冷凍）	3	3.9			三温（20kg袋）	2.5	3.25			清酒2ℓ	1	1.3			えのきたけ	10	13			かつお加工品(削り節)	2.7	2.7		
はくさい（秀２Ｌ）	25	32.5			豆みそ	4	5.2								三温（20kg袋）	3.2	4.16			清酒2ℓ	1	1.3		
玉葱（２Ｌ）	25	32.5			本みりん1.8ℓ	0.8	1.04			牛乳	1個	1個			清酒2ℓ	2	2.6			食塩	0.01	0.01		
たけのこレトルト１kg	5	6.5													本みりん1.8ℓ	1	1.3			本みりん1.8ℓ	1.5	1.95		
干しいたけスライス	1	1.3			キャベツ（秀２Ｌ）	25	32.5			にぎすフライ50g	1個	0個			しょうゆ10ℓ	6.5	8.45							
ごま油	0.8	1.04			きゅうり（Ａ級Ｌ）	25	32.5			にぎすフライ60g	0個	1個								ちくわ磯辺揚げ（２３）	2個	3個		
ブラックペッパー３００g	0.03	0.04			赤しそ粉グルソー抜き	0.65	0.85			米白絞油	5	6			だいこん（秀２Ｌ）	30	39			米白絞油	4.5	6.5		
食塩	0.4	0.52			食塩	0.01	0.01								にんじん（秀Ｌ）	5	6.5							
でんぶん	1	1.3								豚もも肉細切り　国産	15	19.5			きゅうり（Ａ級Ｌ）	12	15.6			切干しだいこん（国産）	3.5	4.55		
しょうゆ10ℓ	1.8	2.34			若鶏胸皮なし　国産	15	19.5			清酒2ℓ	1	1.3			塩吹こんぶ	1	1.3			にんじん（秀Ｌ）	3	3.9		
チキンブイヨン缶	3.5	4.55			米サラダ油(ペットボトル)	0.3	0.5			ねぎ（国産秀Ｌ）	10	13			食塩	0.5	0.65			きゅうり（Ａ級Ｌ）	20	26		
					清酒2ℓ	1	1.3			木綿豆腐	20	26								オイルツナ　フレーク	10	13		
小籠包（トレー入り）	2個	2個			ジャガボール	30	40			えのきたけ	5	6.5			いよかんL３００g	0.25個	0.25個			上白(1kg袋)	2.3	2.99		
					ねぎ（国産秀Ｌ）	8	10.4			根みつば（秀）	5	6.5								食塩	0.2	0.26		
キャベツ（秀２Ｌ）	28	36.4			はくさい（秀２Ｌ）	10	13			湯葉冷凍	2	2.6								しょうゆ10ℓ	1.9	2.47		
きゅうり（Ａ級Ｌ）	15	19.5			にんじん（秀Ｌ）	5	6.5			にんじん（秀Ｌ）	4	5.2								米酢1.8ℓ	2.2	2.86		
ロースハム短冊	10	13			干しいたけスライス	0.8	1.04			かつお加工品(削り節)	2.7	2.7								いりごま1kg	0.8	1.04		

2026年01月01日～2026年01月31日  
 予定献立 献立1 0:通常献立

[ 週 間 献 立 表 ]

2025-12-10 印刷

6 ページ

1月23日金曜日						1月26日月曜日						1月27日火曜日						1月28日水曜日						1月29日木曜日					
ごはん 牛乳 生揚げの中華炒め ショウロンポウ（小中2） かふうあえ						ごはん 牛乳 鉄火みそ あかしそあえ☆ だんごじる						ひじきごはん 牛乳 にぎすフライ さわにわん ◎お米のタルト（乳卵）						ごはん 牛乳 ひきずり ひとしおづけ いよかん1/4						袋入りきしめん 牛乳 五目きしめん ちくわの磯辺揚げ小2中3 切り干し大根のごま酢あえ					
		正味量						正味量						正味量						正味量						正味量			
材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校			材料名		小学校	中学校		
米酢1.8㍓		2	2.6			かつお加工品（削り節）		2.7	2.7			うすくちしょうゆ		3.4	4.42														
しょうゆ10㍓		2	2.6			しょうゆ10㍓		3	3			食塩		0.1	0.13														
米サラダ油（ペットボトル）		1.2	1.56			本みりん1.8㍓		1	1.3			しょうゆ10㍓		0.8	1.04														
食塩		0.1	0.13			食塩		0.3	0.39			水		100	130														
上白（1kg袋）		2	2.6																										
ごま油		0.3	0.39									お米のタルト乳卵あり		1個	1個														
												いちごのスティックケーキ		0.01個	0.01個														

2026年01月01日～2026年01月31日  
 予定献立 献立1 0:通常献立

[ 週 間 献 立 表 ]

2025-12-10 印刷

7 ページ

1月30日金曜日																								
ごはん																								
牛乳																								
キャベツいりつくね																								
千草和え																								
ぶたじる																								
コーヒー牛乳の素																								
	正味量					正味量					正味量					正味量					正味量			
材料名	小学校	中学校			材料名					材料名					材料名					材料名				
白飯（ライスパック）	1個	1個																						
牛乳	1個	1個																						
キャベツ入りつくね50	1個	0個																						
キャベツ入りつくね60	0個	1個																						
ほうれんそう（秀）	25	32.5																						
もやし	25	32.5																						
油揚げ（カット）	4	5.2																						
しょうゆ10㍺	0.51	0.66																						
三温（20kg袋）	0.4	0.52																						
本みりん1.8㍺	0.4	0.52																						
清酒2㍺	0.4	0.52																						
しょうゆ10㍺	2	2.6																						
上白（1kg袋）	0.9	1.17																						
豚もも肉薄切り 国産	20	26																						
木綿豆腐	20	26																						
にんじん（秀L）	8	10.4																						
だいこん（秀2L）	20	24																						
ねぎ（国産秀L）	8	10.4																						
切ごぼうさがき	8	10.4																						
豆みそ	7.8	10.14																						
かつお加工品（削り節）	2.7	2.7																						
水	130	169																						
コーヒー牛乳の素紙パッ	1個	1個																						