

[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		ごはん		(小) ごはん		(中) ①アセロラゼリー		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん	
牛乳		牛乳		(中) 中華おこわ		牛乳		牛乳		肉みそひじき丼		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
大根葉ふりかけ		みそおでん		牛乳		揚げようざ小2中3		キャベツとツナのあえ物		カレーライス(乳)		とうふじる		カレーライス(乳)		カレーライス(乳)		カレーライス(乳)	
具雑煮		うめおかかあえ		(小) きゅうりのごまじょうゆ						ポテトチップスサラダ						ポテトチップスサラダ		ポテトチップスサラダ	
塩こんぶあえ		きなこもち		中華コーンスープ						ミニトマト小1中2						ミニトマト小1中2		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		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	
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		でんぶん	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

[週 間 献 立 表]

2025-12-10 印刷

3 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 牛乳 いわしのうめに まなごまあえ 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(ハンバーグのケチャップソースかけ) 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		サンドイッチパンズパン 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	
牛乳	1個	1個		牛乳	1個	1個		サンドイッチパンズパン 70g	0個	1個		アルファー化もち米	17	0					
いわし梅煮(国産梅肉)40	1個	0個		さわら 50g	1切	0切						豚もも肉角切り1cm 国産	15	0		牛乳	1個	1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		米サラダ油(ペットボトル)	0.1	0					
				三温(20kg袋)	1	1.3		ハンバーグ(小麦抜き)60	0個	1個		むきえび(L)	12	0		だし巻きたまご40g	1個	0個	
まな	12	15.6		本みりん1.8ml	1.5	1.95		赤ワイン1.8ml	0.8	1.04		干しいたけスライス	0.8	0		だし巻きたまご50g	0個	1個	
こまつな(秀L)長久手	5	6.5		しょうゆ10ml	2.8	3.64		三温(20kg袋)	0.8	1.04		たけのコレトルト1kg	10	0		水	10	13	
こまつな(秀L)	5	6.5		清酒2ml	1	1.3		ウスターソース1.8ml	0.6	0.78		冷凍ブイヨン	8	0		しょうゆ10ml	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10ml	4	0		本みりん1.8ml	0.48	0.62	
にんじん(秀L)	5	6.5		でんぶん	0.3	0.39		ベースソース(トマソース)	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10ml	1.6	2.08						デミグラスソース1号缶	3	3.9		ごま油	0.5	0		でんぶん	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2ml	2	0					
上白(1kg袋)	1.2	1.56		清酒2ml	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	
だいす(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10ml	1.5	1.95	
ねぎ(国産秀L)	8	10.4		つきこんにやく	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10ml	2	2.6		米酢1.8ml	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1.8ml	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1.8ml	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10ml	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2ml	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

[週 間 献 立 表]

2025-12-10 印刷

5 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			
材料名				正味量				材料名				正味量				材料名			
小学校	中学校			小学校	中学校			小学校	中学校			小学校	中学校			小学校	中学校		
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			
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	
牛乳	1個	1個		牛乳	1個	1個		アルファー化もち米	16	20						きしめん 250g	0個	1個	
豚もも肉薄切り 国産	25	32.5		だいすき(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	15	19.5		牛乳	1個	1個	
清酒240ml	0.5	0.65		切ごぼうささがき	8	10.4		国産米ひじき	1.1	1.43		牛乳	10	13		牛乳	1個	1個	
しょうゆ10ml	1	1.3		にんじん (秀L)	8	10.4		油揚げ (カット)	6	7.8		若鶏モモ皮付き 国産	16	20		ねぎ (国産秀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	5	6.5		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	10	13		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)	15	19.5		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)	15	19.5		かまぼこ卵抜き	5	6.5	
清酒240ml	0.5	0.65		米サラダ油(ペットボトル)	0.08	0.1		しょうゆ10ml	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1.8ml	1.2	1.56		かまぼこ卵抜き	10	13		しょうゆ10ml	5	6.5	
グリンピース (冷凍)	3	3.9		三温 (20kg袋)	2.5	3.25		清酒240ml	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240ml	1	1.3		
玉葱 (2L)	25	32.5		本みりん1.8ml	0.8	1.04		牛乳	1個	1個		牛乳	2	2.6		食塩	0.01	0.01	
たけのコレトルト1kg	5	6.5									本みりん1.8ml	1	1.3		本みりん1.8ml	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10ml	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10ml	1.8	2.34		若鶏胸皮なし 国産	15	19.5		清酒240ml	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240ml	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		ジャガポール	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10ml	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1.8ml	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

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