

1月10日水曜日					1月11日木曜日					1月12日金曜日					1月15日月曜日					1月16日火曜日									
材 料 名	1人分量 小学校	1人分量 中学校			材 料 名	1人分量 小学校	1人分量 中学校			材 料 名	1人分量 小学校	1人分量 中学校			材 料 名	1人分量 小学校	1人分量 中学校			材 料 名	1人分量 小学校	1人分量 中学校							
牛乳					牛乳					牛乳					牛乳					牛乳					牛乳				
揚げパン(小型ロール)					ごはん					ごはん					ごはん					ごはん					ごはん				
スパゲッティ(イタリアン)					チキンカツの変わりソースかけ					たらの銀紙巻き					かぼちゃひき肉フライ					かぼちゃひき肉フライ					はんぺんのお好み揚げ				
野菜サラダ					白玉雑煮					関東煮					みそけんちん汁					みそけんちん汁					吉野汁				
乾燥小魚					紅白あえ					キャベツとちくわのおかかあえ					ひじきとツナのサラダ					ひじきとツナのサラダ					チンゲン菜のじゃこドレあえ				
牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個		
小型ロールパン 1～6年	30				白飯1～2年	60				白飯1～2年	60				白飯1～2年	60				白飯1～2年	60				白飯1～2年	60			
小型ロールパン 1～3年		40			白飯3年～4年	70				白飯3年～4年	70				白飯3年～4年	70				白飯3年～4年	70				白飯3年～4年	70			
なたね白絞油	5	6			白飯5年	80				白飯5年	80				白飯5年	80				白飯5年	80				白飯5年	80			
グラニュー糖	3	3.6			白飯6年	90				白飯6年	90				白飯6年	90				白飯6年	90				白飯6年	90			
シナモン	0.03	0.04			白飯 1～2年		100			白飯 1～2年		100			白飯 1～2年		100			白飯 1～2年		100			白飯 1～2年		100		
					白飯 3年		90			白飯 3年		90			白飯 3年		90			白飯 3年		90			白飯 3年		90		
スパゲッティ	22	30																											
豚ひき肉 脂身10% 以内	15	18			チキンカツ 50g	1個	0個			たら銀紙巻き(みそマヨ味)50g	1個	0個			かぼちゃひき肉フ ライ40g	1個	0個			白はんぺん 蒸し 50g	1個	0個			白はんぺん 蒸し 50g	1個	0個		
ウィンナー(5カット・ 乳卵対)	15	20			チキンカツ 60g	0個	1個			たら銀紙巻き(みそマヨ味)60g	0個	1個			かぼちゃひき肉フ ライ60g	0個	1個			白はんぺん 蒸し 60g	0個	1個			白はんぺん 蒸し 60g	0個	1個		
たまねぎ	30	36			なたね白絞油	5	6								なたね白絞油	5	6			てんぷら粉 2kg入 り	7	8.4			てんぷら粉 2kg入 り	7	8.4		
にんじん 秀L	15	18			国産トマトケ チャップ	2	2.4			豚もも肉 脂身10% 以内愛知	15	20								青のり 上質 国産 100g	0.15	0.23			青のり 上質 国産 100g	0.15	0.23		
ピーマン 秀L共選	5	6			ウスターソース 1.8%	2	2.4			酒 18%	1	1.2			若鶏肉(皮付)	10	12			紅しょうが みじ ん切	0.7	1.1			紅しょうが みじ ん切	0.7	1.1		
キャベツ 秀2L	15	18			三温糖	1.5	1.8			はんぺん(玉)	20	24			木綿豆腐	20	25			なたね白絞油	5	6			なたね白絞油	5	6		
しめじ 石づき無	5	6			米酢 1.8%	0.7	0.84			生揚げ(絹揚げ)	20	24			つきこんにやく	10	12												
国産トマトケ チャップ	12	14.4			ごま油 1.8%	0.3	0.36			だいこん 葉5cm以 下2L	40	48			さといも 皮付1/4 カットサイズ	10	12			若鶏肉(皮付)	12	14.4			若鶏肉(皮付)	12	14.4		
トマトダイス缶	15	18			カレー粉	0.06	0.07			だいこん 葉なし 市内産	20	24			にんじん 秀L	8	9.6			木綿豆腐	12	14.4			木綿豆腐	12	14.4		
ウスターソース 1.8%	5	6								にんじん 秀L	10	12			だいこん 葉5cm以 下2L	8	9.6			にんじん 秀L	10	12			にんじん 秀L	10	12		
塩(調理用)	0.1	0.12			白玉もち	22	26.4			板こんにやく 2cm 角切り	20	24			ねぎ 秀L共選	8	9.6			だいこん 葉5cm以 下2L	10	12			だいこん 葉5cm以 下2L	10	12		
こしょう(白、粉)	0.03	0.04			にんじん 秀L	5	6			角切昆布 1cm角 上質	0.5	0.6			ささがきごぼう 無漂白	5	6			じゃがいも 男爵	10	12			じゃがいも 男爵	10	12		
					花型かまぼこ	10	12			むろ削り 中厚削 りパック入	2	2.5			油揚げ	3	3.6			みつば 秀 愛知 共選	5	6			みつば 秀 愛知 共選	5	6		
サバ(ぼくし身(ボイ ンクパック))	10	12			はくさい 2L秀共 選	10	12			三温糖	1.1	1.32			みそ(赤)	5	6			ばれいしょでんぷ ん	0.8	0.96			ばれいしょでんぷ ん	0.8	0.96		
だいこん 葉5cm以 下2L	20	24			はくさい(市内 産)	10	12			本みりん1.8%	1.2	1.44			みそ(白)	3.2	3.84			しょうゆ(薄口) 10%	4.1	4.92			しょうゆ(薄口) 10%	4.1	4.92		
きゅうり	10	12			こまつな 秀L	8	9.6			しょうゆ(濃口) 20%	4.5	5			むろ削り 中厚削 りパック入	3	3.6			酒 18%	1	1.2			酒 18%	1	1.2		
スイートコーン缶 (ホル)	5	6			ねぎ 秀L共選	1	1.2			だし粉 100g	0.01	0.01								塩(調理用)	0.15	0.18			塩(調理用)	0.15	0.18		
塩(調理用)	0.2	0.24			しょうゆ(薄口) 10%	4	5			水	40	48			まぐろ油漬フレー ク	10	12			むろ削り 中厚削 りパック入	3.5	4.2			むろ削り 中厚削 りパック入	3.5	4.2		
しょうゆ(濃口) 20%	2.4	2.88			むろ削り 中厚削 りパック入	3	3.6								キャベツ 秀2L	15	18			水	100	120			水	100	120		
三温糖	0.85	1.02			塩(調理用)	0.2	0.24			キャベツ 秀2L	30	36			きゅうり	5	6												
米酢 1.8%	2	2.4			本みりん1.8%	2	2.4			ほうれんそう 秀L	12	14.4			赤パプリカ 秀	5	6			チンゲンサイ	20	24			チンゲンサイ	20	24		



1月17日水曜日					1月18日木曜日					1月19日金曜日					1月22日月曜日					1月23日火曜日									
材料名	1人分量 小学校	1人分量 中学校			材料名	1人分量 小学校	1人分量 中学校			材料名	1人分量 小学校	1人分量 中学校			材料名	1人分量 小学校	1人分量 中学校			材料名	1人分量 小学校	1人分量 中学校							
牛乳					牛乳					牛乳					牛乳					牛乳					牛乳				
クロスロールパン					ごはん					ごはん					ごはん					ごはん					ごはん				
フランクフルト					ヘルシーバーグのきのこあんかけ					牛丼					愛知の野菜春巻					鮭の白しょうゆ焼									
豚肉と野菜のチャップ煮					大根と豚肉の煮物					呉汁					キムタクごはん					みそおでん									
フルーツポンチ					ゆかりあえ					小松菜のごまあえ					わかめスープ					土佐あえ									
					コーヒー牛乳の素					鬼まんじゅう					みかん														
牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個		
クロスロールパン 1～3年	45				白飯1～2年	60				白飯1～2年	60				白飯1～2年	60				白飯1～2年	60				白飯1～2年	60			
クロスロールパン 4～6年	55				白飯3年～4年	70				白飯3年～4年	70				白飯3年～4年	70				白飯3年～4年	70				白飯3年～4年	70			
クロスロールパン 1～3年		65			白飯5年	80				白飯5年	80				白飯5年	80				白飯5年	80				白飯5年	80			
					白飯6年	90				白飯6年	90				白飯6年	90				白飯6年	90				白飯6年	90			
フランクフルト30g	1個	0個			白飯 1～2年		100			白飯 1～2年		100			白飯 1～2年		100			白飯 1～2年		100			白飯 1～2年		100		
フランクフルト40g ポーク	0個	1個			白飯 3年		90			白飯 3年		90			白飯 3年		90			白飯 3年		90			白飯 3年		90		
豚もも肉 脂身10% 以内愛知	25	30			ヘルシーバーグ (新) 50g	1個	0個			牛もも肉 オーストラ 7産	30	36			愛知の野菜春巻5 0g	1個	0個			さけ白醤油焼 40 g	1個	0個							
じゃがいも 男爵	40	48			ヘルシーバーグ (新) 60g	0個	1個			しょうが	0.5	0.6			愛知の野菜春巻6 0g	0個	1個			さけ白醤油焼 50 g	0個	1個							
にんじん 秀L	20	24			えのきたけ 共選	2	2.4			糸こんにゃく	15	18			なたね白絞油	5	6												
たまねぎ	40	48			しめじ 石づき無	3	3.6			たまねぎ	35	42								豚もも肉 脂身10% 以内愛知	15	18							
キャベツ 秀2L	20	24			国産干しいたけ スライス	0.3	0.36			にんじん 秀L	10	12			豚もも肉 脂身10% 以内愛知	20	24			ちくわ 乳卵対 煮 物汁物用	10	12							
国産トマトケ チャップ	25	30			しょうゆ(濃口) 20%	3	3.6			ねぎ 市内産	5	6			キムチ(白菜系)	20	24			はんぺん(玉)	15	18							
トマトジュース	8	9.6			三温糖	2	2.4			しょうゆ(濃口) 20%	5.1	6.12			つぼ漬	7	8.4			板こんにゃく 短 冊	20	24							
コンソメスープの 素	1.2	1.44			本みりん1.8%	1	1.2			三温糖	2.7	3.24			ねぎ 秀L共選	8	9.6			にんじん 秀L	20	24							
赤ワイン1.8%	0.5	0.6			はれいしよでんぶ ん	0.3	0.36			酒 18%	1	1.2			ごま油 1.8%	0.5	0.6			だいこん 葉5cm以 下2L	50	60							
塩(調理用)	0.15	0.18			むろ削り 中厚削 り ハック入	1	1.2			本みりん1.8%	0.7	0.84								さといも 皮1/4 カットサイズ	20	24							
こしょう(白、粉)	0.02	0.02			だし粉 100g	0.1	0.12			こしょう(白、粉)	0.01	0.01			木綿豆腐	15	18			みそ(赤)	8	9.6							
水	50	60			水	10	12								たまねぎ	20	24			三温糖	3	3.6							
										愛知県産蒸し大豆 (ドライパッ ク)	12	14.4			緑豆もやし	15	18			本みりん1.8%	2.5	3							
いちごゼリー(ダ イス)	15	18			豚もも肉 脂身10% 以内愛知	30	36			だいこん 葉なし 市内産	10	12			たけのこ(水煮)	10	12			だし粉 100g	0.1	0.12							
メロンゼリー(ダ イス)	15	18			にんじん 秀L	15	18			にんじん 秀L	10	12			にんじん 秀L	10	12			水	20	24							
ナタデココ 600g 入り	10	12			だいこん 葉5cm以 下2L	30	36			ねぎ 秀L共選	10	12			カットわかめ	0.4	0.5												
パイナップル缶 (カット)	15	18			だいこん 葉なし 市内産	30	36			さといも 皮1/4 カットサイズ	10	12			鶏豚湯1号缶	1	1.2			はくさい(市内 産)	20	24							
黄桃缶(ダイス)	10	12			さといも 皮1/4 カットサイズ	20	24			木綿豆腐	15	18			しょうゆ(薄口) 10%	3	3.6			ほうれんそう 秀L	15	18							
					はんぺん(玉)	20	24			油揚げ	3	3.6			ごま油 1.8%	0.3	0.4			緑豆もやし	10	12							
					しょうゆ(濃口) 20%	4	4.8			みそ(赤)	3.2	3.84			こしょう(白、粉)	0.02	0.02			花かつお	0.3	0.36							
					三温糖	2.5	3			みそ(白)	5	6			塩(調理用)	0	0			古式みりん 20%	1.8	2.16							



1月24日水曜日					1月25日木曜日					1月26日金曜日					1月29日月曜日					1月30日火曜日									
牛乳 きしめん めひかりの南蛮漬け きしめん汁 プチヴェールのサラダ ういろう					牛乳 あいちの大根葉ごはん ごぼう入りつくね かきたま汁 きりぼしだいこんのみそきんぴら					牛乳 ごはん【小学校】 にんじんごはん【中学校】 キャベツ入りメンチカツ つみれ汁 れんこんサラダ					牛乳 ごはん 厚焼たまご ひきずり ツナとプチヴェールのレモンサラダ					牛乳 にんじんごはん【小学校】 ごはん【中学校】 さば八丁味噌煮 沢煮わん 即席漬け 蒲郡みかんプチゼリー									
材 料 名	1人分量 小学校	1人分量 中学校			材 料 名	1人分量 小学校	1人分量 中学校			材 料 名	1人分量 小学校	1人分量 中学校			材 料 名	1人分量 小学校	1人分量 中学校			材 料 名	1人分量 小学校	1人分量 中学校							
牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個			牛乳	1個	1個		
きしめん 1,2年	160				大根葉ごはん1,2年	60				精白米 市内産 10kg入	0	72			白飯1～2年	60				精白米 市内産 10kg入	60	0							
きしめん 3,4年	180				大根葉ごはん3,4年	70				若鶏肉(皮付)	0	14.4			白飯3年～4年	70				若鶏肉(皮付)	12	0							
きしめん 5,6年	200				大根葉ごはん5年	80				ちくわ 乳卵対煮物汁物用	0	7.2			白飯5年	80				ちくわ 乳卵対煮物汁物用	6	0							
きしめん 1～3年		250			大根葉ごはん6年	90				油揚げ	0	4			白飯6年	90				油揚げ	3	0							
					大根葉ごはん1,2年		100			つきこんにやく	0	7.2			白飯 1～2年		100			つきこんにやく	6	0							
メヒカリ澱粉付 1尾 約10g	3尾	4尾			大根葉ごはん3年		90			ささがきごぼう 無漂白	0	6			白飯 3年		90			ささがきごぼう 無漂白	5	0							
なたね白絞油	4	4.8								にんじん 秀L	0	20								にんじん 秀L	15	0							
一味唐辛子 300g 入り	0.01	0.02			ごぼう入りつくね 1個 20g	2個	3個			国産干しいたけ スライス	0	0.96			厚焼たまご 50g	1個	0個			国産干しいたけ スライス	0.8	0							
たまねぎ	5	6								古式みりん 20%	0	1.4			厚焼たまご 60g	0個	1個			古式みりん 20%	2.4	0							
にんじん 秀L	5	6			若鶏肉(皮付)	12	15			三温糖	0	0.04								三温糖	0.1	0							
三温糖	2	2.4			酒 18%	0.8	1			しょうゆ(濃口) 20%	0	7.2			若鶏肉(皮付)	25	30			しょうゆ(濃口) 20%	6	0							
米酢 1.8%	1.2	1.44			塩(調理用)	0.2	0.24			酒 18%	0	3			酒 18%	1.5	2			酒 18%	2.3	0							
本みりん1.8%	1.5	1.8			にんじん 秀L	10	12			なたね白絞油	0	0.84			三温糖	1.5	1.8			なたね白絞油	0.7	0							
しょうゆ(濃口) 20%	2.5	3			たまねぎ	10	12			水	0	91.44			本みりん1.8%	1	1.2			水	67	0							
					蒸かまぼこ	10	12								しょうゆ(濃口) 20%	3	3.6												
若鶏胸肉(皮付)	20	24			しょうゆ(薄口) 10%	3	3.6			白飯1～2年	60				糸こんにやく	30	36			白飯 1～2年		100							
油揚げ	5	6			しょうゆ(濃口) 20%	0.8	0.96			白飯3年～4年	70				にんじん 秀L	15	18			白飯 3年		90							
雪だるま型かまぼこ	8	9.6			ばれいしょでんぶ	0.7	0.84			白飯5年	80				焼き豆腐	20	25												
にんじん 秀L	10	12			鶏卵 2L	25	30			白飯6年	90				はくさい 2L秀共選	20	24			さば味噌煮(八丁みそ) 50g	1個	0個							
たまねぎ	10	12			みつば 秀 愛知共選	5	6								はくさい(市内産)	30	36			さば味噌煮(八丁みそ) 60g	0個	1個							
ほうれんそう 秀L	10	12			むろ削り 中厚削り バック入	3	3.6			キャベツ入りメンチカツ50g	1個	0個			えのきたけ 共選	10	12												
ねぎ 秀L共選	8	9.6			水	100	120			キャベツ入りメンチカツ60g	0個	1個			三温糖	1.5	1.8			豚もも肉 脂身10%以内愛知	20	24							
しょうゆ(薄口) 10%	4.3	5.16								なたね白絞油	5	6			しょうゆ(濃口) 20%	4	4.8			木綿豆腐	15	18							
しょうゆ(濃口) 20%	2	2.4			豚肉細切7mm×2mm×3cm	20	24								ねぎ 秀L共選	10	12			さといも 皮1/4カットサイズ	10	12							
むろ削り 中厚削り バック入	3.5	4.2			切り干しだいこん 市	2	2.4			えのきたけ 共選	10	12			ねぎ 市内産	10	12			えのきたけ 共選	12	14.4							
本みりん1.8%	1	1.2			にんじん 秀L	5	6			木綿豆腐	20	24								ねぎ 秀L共選	10	12							
三温糖	0.3	0.36			ちくわ 乳卵対煮物汁物用	5	6			にんじん 秀L	8	9.6			まぐろ油漬フレーク	10	12			しょうゆ(薄口) 10%	3.8	4.56							
塩(調理用)	0.1	0.12			酒 18%	1	1.2			愛知のいわし入つみれ団子	20	24			プチヴェール 市内産	8	9.6			しょうゆ(濃口) 20%	0.5	0.6							



[ 詳細献立表 ]

本表は、アレルギー物質を明記するものではありません。詳しくは学校から配布されるアレルギー物質一覧表  
をご覧ください。  
単位・・・ [g]

1月31日水曜日																				
材 料 名	1人分量 小学校	1人分量 中学校				材 料 名					材 料 名					材 料 名				
牛乳	1個	1個																		
麦ごはん																				
ハムステーキ																				
カレーライス																				
ごぼうサラダ																				
麦ごはん1～2年	60																			
麦ごはん3年～4年	70																			
麦ごはん5年	80																			
麦ごはん6年	90																			
麦ごはん1～2年		100																		
麦ごはん3年		90																		
ハムステーキ 50g	1枚	0枚																		
ハムステーキ 60g	0枚	1枚																		
豚もも肉 脂身10% 以内愛知	25	30																		
塩 (調理用)	0.15	0.18																		
こしょう (白、粉)	0.01	0.01																		
にんじん 秀L	15	18																		
たまねぎ	50	60																		
じゃがいも 男爵	35	42																		
カレールウ (甘口)	10	6																		
カレールウ (辛口)	0	6																		
にんにく (おろし) 1kg入り	0.25	0.25																		
トマトピューレ 3kg袋	5	6																		
ウスターソース 1.8kg	5	6																		
チャツネ	3	3.6																		
チキンピヨン 500g	6	7.2																		
水	60	72																		
サラダ用ごぼう 無漂白	16	19.2																		
きゅうり	10	12																		
にんじん 秀L	5	6																		

[ 詳細献立表 ]

本表は、アレルギー物質を明記するものではありません。詳しくは学校から配布されるアレルギー物質一覧表  
をご覧ください。

