

6月17日(月)	小646kcal 中802kcal	6月18日(火)	小602kcal 中744kcal	6月19日(水)	小649kcal 中792kcal	6月20日(木)	小632kcal 中783kcal	6月21日(金)	小617kcal 中720kcal
ハヤシライス 牛乳 ゼリー入り フルーツポンチ		ごはん 牛乳 厚揚げと豚肉の煮物 もやしのごま炒め		ごはん 牛乳 鯖の塩焼き ごぼうのきんぴら わかめのみそ汁		ごはん 牛乳 揚げじゃがいもの そばろ煮 かきたま汁		バターパン 牛乳 鶏肉のマスタード焼き じゃがいものスープ	
食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
米	74 g	米	80 g	米	80 g	米	80 g	バターパン	1 こ
麦	6 g	牛乳	1 本	牛乳	1 本	牛乳	1 本	牛乳	1 本
牛肉	20 g	厚揚げ	70 g	塩鯖		豚ミンチ	10 g	鶏肉	50 g
にんじん	20 g	豚肉	20 g	小学校(50g)	1 切	鶏ミンチ	10 g	たまねぎ(八幡産)	30 g
たまねぎ	60 g	にんじん	20 g	中学校(60g)	1 切	サラダ油	0.5 g	粒入りマスタード	1.2 g
じゃがいも	40 g	たけのこ(水煮)	15 g	サラダ油	0.3 g	じゃがいも	60 g	酒	1 g
マッシュルーム	10 g	板こんにゃく	10 g	ごぼう	30 g	揚げ油	4 g	オリーブ油	1 g
小麦粉	6 g	たまねぎ	30 g	にんじん	20 g	さつま揚げ	15 g	濃口しょうゆ	2.2 g
マーガリン	6 g	三度豆	10 g	突きこんにゃく	10 g	にんじん	20 g	さとう	1 g
塩	0.6 g	濃口しょうゆ	6 g	さつま揚げ	10 g	三度豆	10 g	塩	0.07 g
こしょう	0.02 g	酒	1 g	濃口しょうゆ	3 g	さとう	2 g	こしょう	0.02 g
オールスパイス	0.02 g	さとう	3 g	酒	1 g	濃口しょうゆ	3 g	おろしにんにく	0.2 g
ローリエ	0.03 g	みりん	2 g	さとう	1 g	みりん	3 g	豚肉	10 g
赤ワイン	1 g	けずりぶし	1 g	サラダ油	0.5 g	けずりぶし	1 g	じゃがいも	20 g
トマトケチャップ	10 g	水	40 g	ごま油	0.2 g	水	20 g	にんじん	10 g
トマトピューレ	5 g	太もやし	48 g	どうぶ	30 g	にんじん	10 g	たまねぎ(八幡産)	20 g
ウスターソース	2 g	にんじん	6 g	カットわかめ	0.3 g	たまねぎ(八幡産)	20 g	小松菜	10 g
デミグラスソース	10 g	白いりごま	1 g	はくさい	20 g	かまぼこ	8 g	薄口しょうゆ	3 g
チキンスープ	4 g	薄口しょうゆ	2.5 g	にんじん	5 g	液卵	20 g	チキンスープ	6 g
水	90 g	ごま油	0.5 g	八幡のみそ	9 g	青ねぎ(八幡産)	5 g	塩	0.5 g
牛乳	1 本			八幡の白みそ	3 g	塩	0.4 g	こしょう	0.02 g
マスカットゼリー	30 g			けずりぶし	2 g	薄口しょうゆ	3 g	水	100 g
みかん(パウチ)	20 g			水	100 g	片栗粉	1 g		
パイナップル(缶)	15 g					けずりぶし	2 g		
黄桃(缶)	15 g					水	100 g		
りんごジュース	20 g								



6月24日(月)	小636kcal 中789kcal	6月25日(火)	小576kcal 中636kcal	6月26日(水)	小627kcal 中778kcal	6月27日(木)	小553kcal 中681kcal	6月28日(金)	小604kcal 中705kcal
				カレーライス 牛乳 コロコロソテー		ごはん 牛乳 豚肉の塩こうじ炒め 五目汁 八幡のホワイトコーン		コップパン 牛乳 チリコンカン ベジタブルスープ	
1学期 期末考査 のため 給食なし		1学期 期末考査 のため 給食なし		食材名	分量(g)	食材名	分量(g)	食材名	分量(g)
				米	74 g	米	80 g	コップパン	1 こ
				麦	6 g	牛乳	1 本	牛乳	1 本
				牛肉	15 g	豚肉	30 g	豚ミンチ	30 g
				塩	0.3 g	たまねぎ	30 g	大豆(乾)	10 g
				こしょう	0.04 g	キャベツ	50 g	たまねぎ(八幡産)	50 g
				ジンジャーパウダー	0.04 g	土しょうが	1 g	にんじん	20 g
				ガーリックパウダー	0.04 g	おろしにんにく	0.1 g	サラダ油	1 g
				たまねぎ	60 g	酒	2 g	赤ワイン	1 g
				にんじん	20 g	塩麴	10 g	塩	0.3 g
				チキンスープ	5 g	濃口しょうゆ	1.5 g	こしょう	0.02 g
				水	10 g	サラダ油	3 g	オールスパイス	0.02 g
				じゃがいも	50 g	鶏肉	10 g	ローリエ	0.01 g
				マーガリン	6 g	土しょうが	1 g	カレー粉	0.4 g
				小麦粉	6 g	にんじん	10 g	トマトケチャップ	15 g
				ペーストチャツネ	1.5 g	たまねぎ	20 g	濃口しょうゆ	1.5 g
				塩	0.8 g	にら	5 g	チキンスープ	2 g
				こしょう	0.02 g	太もやし	20 g	米粉	1 g
				オールスパイス	0.02 g	薄口しょうゆ	4 g	キャベツ	30 g
				赤ワイン	2 g	塩	0.3 g	にんじん	10 g
トマトケチャップ	2 g	こしょう	0.02 g	小松菜	10 g				
ウスターソース	1 g	けずりぶし	2 g	鶏肉	5 g				
カレー粉	0.5 g	水	100 g	薄口しょうゆ	3 g				
カルダモン	0.01 g	ホワイトコーン (八幡産)	1/4 本	けずりぶし	2 g				
コリアンダー	0.01 g	※ホワイトコーンは 日程が変更になる 場合があります。		塩	0.5 g				
ローリエ	0.01 g			こしょう	0.02 g				
水	40 g			水	100 g				
牛乳	1 本								
チキンハム	15 g								
ホールコーン	15 g								
むき枝豆	10 g								
にんじん	10 g								
塩	0.1 g								
こしょう	0.02 g								
サラダ油	1 g								