献立材料一覧表

5年度7月3日月曜日　北部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ロウカット玄米ごはん								
※ロウカット玄米ごはん（小）　７０ｇ	158.00							
※ロウカット玄米ごはん（中）　１００ｇ		226.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
キーマカレー								
豚肉（もも・ひき）	35.00	42.00						
大豆（水煮・ひき割り）　１ｋｇ袋	15.00	18.00						
にんじん	25.00	30.00						
赤パプリカ	5.00	6.00						
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
たまねぎ	70.00	84.00						
にんにく（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.50	0.60						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.50	0.60						
オリーブオイル　０．９ｋｇ	0.80	0.96						
洋風だし　１ｋｇ袋	0.70	0.84						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	3.50	4.20						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.07	0.08						
ウスターソース　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.40	1.68						
※カレールウ（Ｎ・小麦抜き・甘口）　１ｋｇ袋	10.00	12.00						
カレー粉　４００ｇ	0.40	0.48						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
海そうサラダ								
きゅうり	20.00	24.00						
とうもろこし（ホール・缶）	10.00	12.00						
※海そうミックス（乾）　１００ｇ袋	2.00	2.40						
※青じそドレッシング　１ﾘｯﾄﾙ	5.70	6.84						
さつまいもスティック								
※さつまいもスティック　５ｇ	5.00	5.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	621	22.9	20.2	302	115	2.4	3.7	281	0.74	0.51	24	2.1	6.5		
中学校	771	27.0	22.9	319	139	3.0	4.7	320	0.93	0.55	26	2.5	7.9		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度7月4日火曜日　北部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
麦ごはん								
※麦ごはん（小）　７０ｇ	160.00							
※麦ごはん（中）　１００ｇ		228.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
海鮮中華飯の具								
鶏肉（むね・皮付・平切）	15.00	18.00						
※いか（冷凍・皮なし胴・短冊切）　１ｋｇ袋	15.00	18.00						
食塩（ゆで塩）　１ｋｇ袋	0.38	0.46						
あさり（冷凍）　１ｋｇ袋	15.00	18.00						
食塩（ゆで塩）　１ｋｇ袋	0.38	0.46						
にんじん	15.00	18.00						
キャベツ	30.00	36.00						
たまねぎ	30.00	36.00						
チンゲンサイ	20.00	24.00						
黒きくらげ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
※鶏豚湯（缶）	3.00	3.60						
オイスターソース　１ｋｇ袋	2.00	2.40						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	2.40	2.88						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.50	0.60						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.50	1.80						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.40	0.48						
水	25.00	30.00						
揚げぎょうざ								
※ぎょうざ　１８ｇ	36.00	54.00						
なたね油（ローリー）	3.60	5.40						
☆フローズンヨーグルト								
※フローズンヨーグルト（プレーン）　６０ｇ	60.00	60.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	653	26.0	19.5	414	86	6.2	3.3	279	0.48	0.52	37	1.9	4.1		
中学校	832	31.2	23.6	432	103	7.8	3.9	309	0.63	0.57	45	2.4	5.2		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度7月5日水曜日　北部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
サンドイッチロールパン								
※サンドイッチロールパン（小）５０ｇ	82.00							
※サンドイッチロールパン（中）７０ｇ		114.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
コーンスープ（乳除去食）								
ベーコン（ショルダー・短冊切）	10.00	12.00						
とうもろこし（冷凍・裏ごし）　１ｋｇ袋	30.00	36.00						
とうもろこし（冷凍・ホール）１ｋｇ袋	8.00	9.60						
じゃがいも（だんしゃく）	25.00	30.00						
たまねぎ	25.00	30.00						
にんじん	8.00	9.60						
グリンピース（冷凍）　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
牛乳（調理用）　１ﾘｯﾄﾙ	40.00	48.00						
脱脂粉乳　１ｋｇ袋	3.00	3.60						
オリーブオイル　０．９ｋｇ	1.00	1.20						
洋風だし　１ｋｇ袋	1.20	1.44						
※ホワイトルウ（小麦抜き）　１ｋｇ袋	6.00	7.20						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.15	0.18						
スラッピージョー								
豚肉（もも・ひき）	30.00	36.00						
たまねぎ	30.00	36.00						
パン粉（乾）	2.40	2.88						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	8.40	10.08						
ウスターソース　１．８ﾘｯﾄﾙ	7.20	8.64						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.80	2.16						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.06	0.07						
からし粉　３５０ｇ袋	0.12	0.14						
冷凍みかん								
みかん（冷凍・Ｓ）	70.00							
みかん（冷凍・Ｍ）		90.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (ｇ)	脂質 (ｇ)	Ca (ｍｇ)	Mg (ｍｇ)	Fe (ｍｇ)	Zn (ｍｇ)	VA (μｇ)	VB1 (ｍｇ)	VB2 (ｍｇ)	VC (ｍｇ)	食塩 (ｇ)	食物繊維 (ｇ)
小学校	677	27.8	23.4	399	97	1.8	3.6	220	0.69	0.72	43	2.7	7.2
中学校	835	33.4	27.2	446	117	2.4	4.2	252	0.82	0.84	54	3.6	9.1
園													
他													

献立材料一覧表

5年度7月6日木曜日　北部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
豚肉と野菜の細切り炒め								
豚肉（もも・千切）	30.00	36.00						
キャベツ	40.00	48.00						
にんじん	20.00	24.00						
もやし（緑豆）	20.00	24.00						
ピーマン	7.00	8.40						
たけのこ（水煮・千切）	25.00	30.00						
黒きくらげ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.50	0.60						
にんにく（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.30	0.36						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	6.60	7.92						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.20	2.64						
酒　１．８㍑	2.00	2.40						
ごま油　１．６５ｋｇ	1.00	1.20						
でんぷん　５ｋｇ袋	1.50	1.80						
さばのおかか煮								
※さばのおかか煮（冷凍・Ｐ）　４０ｇ	40.00							
※さばのおかか煮（冷凍・Ｐ）　６０ｇ		60.00						
さっぱりきゅうり								
きゅうり	30.00	36.00						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.22	0.26						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	601	26.3	20.1	375	79	2.0	3.3	254	0.71	0.63	31	2.0	3.6		
中学校	781	33.3	24.6	434	95	2.6	4.1	295	0.91	0.73	37	2.5	4.3		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度7月7日金曜日　北部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
天の川汁								
鶏肉（むね・皮付・平切）	15.00	18.00						
※型抜きかまぼこ（冷蔵）	12.00	14.40						
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
チンゲンサイ	15.00	18.00						
にんじん	12.00	14.40						
オクラ	8.00	9.60						
しいたけ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
しょうゆ（薄口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	2.56	3.07						
かつおだしパック　５００ｇ袋	2.00	2.40						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
星形コロッケ								
※コロッケ（星型）　４０ｇ	40.00							
※コロッケ（星型）　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	4.00	6.00						
のり酢あえ								
キャベツ	20.00	24.00						
もやし（緑豆）	15.00	18.00						
※焼きのり（素干し）　５０ｇ袋	0.50	0.60						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.40	1.68						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.80	2.16						
酢（米酢）　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.50	0.60						
☆七夕ゼリー								
※七夕ゼリー　３８ｇ	38.00	38.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	601	20.7	17.5	336	75	3.4	2.1	211	0.48	0.46	64	1.6	3.3		
中学校	781	24.9	21.6	374	89	4.1	2.9	237	0.68	0.47	70	1.8	4.0		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度7月10日月曜日　北部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
生揚げとなすのオイスターソース炒め								
豚肉（もも・ひき）	15.00	18.00						
生揚げ（冷蔵）	45.00	54.00						
たまねぎ	40.00	48.00						
なす	30.00	36.00						
にんじん	15.00	18.00						
たけのこ（水煮）	15.00	18.00						
黒きくらげ（乾・スライス）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.20	1.44						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	2.00	2.40						
オイスターソース　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
中華だし　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.50	1.80						
でんぷん　５ｋｇ袋	0.50	0.60						
にらまんじゅう								
※にらまんじゅう　３０ｇ	30.00	60.00						
もやしのナムル								
もやし（緑豆）	30.00	36.00						
きゅうり	10.00	12.00						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.32	0.38						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.60	1.92						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.24	0.29						
アセロラミニゼリー								
※アセロラミニゼリー　２２ｇ	22.00							
小魚								
※小魚（乾）　５ｇ		5.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	594	24.0	17.8	375	93	5.2	3.5	213	0.66	0.48	50	1.6	4.3		
中学校	780	33.1	21.4	492	125	4.6	4.7	255	0.91	0.55	19	2.2	5.3		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度7月11日火曜日　北部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
うずら卵入りすまし汁（卵除去食）								
鶏肉（むね・皮付・平切）	15.00	18.00						
うずら卵（パック）	25.00	30.00						
たまねぎ	25.00	30.00						
にんじん	10.00	12.00						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	5.00	6.00						
かつおだしパック　５００ｇ袋	2.00	2.40						
和風だし　１ｋｇ袋	0.50	0.60						
しょうゆ（薄口）　１．８㍑	2.50	3.00						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.27	0.32						
あじフライ								
※あじフライ　５０ｇ	50.00							
※あじフライ　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	5.00	6.00						
チンゲンサイのあえ物								
チンゲンサイ	20.00	24.00						
もやし（緑豆）	10.00	12.00						
にんじん	5.00	6.00						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	2.15	2.58						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.15	1.38						
卓上ソース								
卓上中濃ソース　２００ｍｌ	5.00	5.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	623	25.9	19.9	305	70	3.5	3.0	351	0.50	0.53	13	2.2	2.2		
中学校	776	30.4	22.5	319	83	4.4	3.5	404	0.66	0.57	15	2.6	2.7		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度7月12日水曜日　北部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
クロスロールパン								
※クロスロールパン（小）　５５ｇ	93.00							
※クロスロールパン（中）　６５ｇ		110.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
キャベツのツナ煮								
※まぐろ油漬（レトルト）	25.00	30.00						
キャベツ	50.00	60.00						
じゃがいも（だんしゃく）	35.00	42.00						
たまねぎ	20.00	24.00						
にんじん	15.00	18.00						
コンソメ　５００ｇ	1.30	1.56						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.15	0.18						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.01	0.01						
水	25.00	30.00						
ハンバーグのマリアナソースかけ								
※ハンバーグ（小麦抜き）　５０ｇ	50.00							
※ハンバーグ（小麦抜き）　６０ｇ		60.00						
トマトケチャップ　３ｋｇ袋	8.00	9.60						
ウスターソース　１．８ﾘｯﾄﾙ	2.80	3.36						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	1.84	2.21						
水	6.40	7.68						
カラフルマリネ								
青パパイヤ（冷凍・カット）　５００ｇ袋	20.00	24.00						
赤パプリカ	5.00	6.00						
とうもろこし（ホール・缶）	7.00	8.40						
レモン果汁　１ﾘｯﾄﾙ	1.00	1.20						
オリーブオイル　０．９ｋｇ	0.50	0.60						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.10	0.12						
さとう（上白）　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
酢（米酢）　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.70	0.84						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	683	31.5	27.3	369	91	2.9	2.4	212	0.35	0.54	56	3.1	9.5		
中学校	791	36.1	31.0	398	105	3.5	2.7	239	0.40	0.57	66	3.9	11.5		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度7月13日木曜日　北部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
ラーメン								
※ラーメン（小）　１８０ｇ	180.00							
※ラーメン（中）　２２０ｇ		220.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
みそラーメンの汁								
豚肉（もも・平切）	15.00	12.00						
とうもろこし（冷凍・ホール）１ｋｇ袋	10.00	12.00						
もやし（緑豆）	15.00	21.60						
キャベツ	10.00	12.00						
チンゲンサイ	10.00	12.00						
にんじん	5.00	6.00						
※メンマ（カット・味付）　１ｋｇ袋	10.00	12.00						
※わかめ（乾）　２００ｇ袋	0.30	0.36						
ラーメンの素（みそ）　１ｋｇ袋	13.00	15.60						
赤みそ	1.50	1.80						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.00	1.20						
ショーロンポー								
※ショーロンポー（冷凍・トレー）　２５ｇ	25.00	50.00						
きゅうりのごまじょうゆあえ								
きゅうり	30.00	36.00						
炒りごま（白・皮あり）　１ｋｇ袋	1.00	1.20						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	0.40	0.48						
しょうゆ（濃口）　１．８㍑	1.60	1.92						
みりん　１．８㍑	1.00	1.20						
ごま油　１．６５ｋｇ	0.40	0.48						
アーモンド小魚								
※小魚（アーモンド入り）　８ｇ	8.00							
カシューナッツ								
※カシューナッツ　１５ｇ		15.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	590	25.9	19.9	369	98	2.3	2.7	143	0.39	0.49	15	3.6	4.1		
中学校	762	29.2	28.4	320	130	2.9	3.4	156	0.46	0.49	20	4.6	5.3		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度7月14日金曜日　北部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
里いものそぼろ煮								
鶏肉（むね・ひき）	20.00	24.00						
酒　１．８ﾘｯﾄﾙ	1.00	1.20						
※はんぺん（冷蔵・角）	10.00	12.00						
板こんにゃく	20.00	24.00						
里いも（冷凍・ＳＳ）　５００ｇ袋	45.00	54.00						
たまねぎ	30.00	36.00						
にんじん	10.00	12.00						
さやいんげん（冷凍）　５００ｇ袋	10.00	12.00						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	2.00	2.40						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	3.00	3.60						
みりん　１．８ﾘｯﾄﾙ	0.80	0.96						
和風だし　１ｋｇ袋	0.80	0.96						
水	18.00	21.60						
米粉ししゃもフライの香味ソースかけ								
※米粉ししゃもフライ　２０ｇ	40.00	40.00						
なたね油（ローリー）	4.00	4.00						
ねぎ（葉：11～4月　白：5～10月）	3.00	3.00						
しょうが（冷蔵・おろし）　５００ｇ	0.60	0.60						
しょうゆ（濃口）　１．８ﾘｯﾄﾙ	3.20	3.20						
さとう（三温）　１ｋｇ袋	3.60	3.60						
レモン果汁　１ﾘｯﾄﾙ	1.00	1.00						
水	2.00	2.00						
和風サラダ								
キャベツ	30.00	36.00						
にんじん	5.00	6.00						
卓上和風クリーミードレッシング								
※卓上和風クリーミードレッシング３００ｍｌ	7.50	7.50						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	637	23.4	19.4	367	83	2.1	2.8	227	0.48	0.49	24	2.0	3.4		
中学校	763	26.8	20.0	377	94	2.4	3.3	249	0.63	0.52	29	2.2	4.0		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度7月18日火曜日　北部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量							
	小	中	園	他				
ごはん								
※ごはん（小）　７０ｇ	157.00							
※ごはん（中）　１００ｇ		224.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
夏野菜の豚汁								
豚肉（もも・平切）	15.00	18.00						
油揚げ（冷凍・きざみ）　１ｋｇ袋	5.00	6.00						
とうがん	25.00	30.00						
かぼちゃ（生・１．５ｃｍ角）	15.00	18.00						
なす	12.00	14.40						
※ミックスみそ	9.00	10.80						
かつおだしパック　５００ｇ袋	3.00	3.60						
いかの香味揚げ								
※いかの香味揚げ　５０ｇ	50.00							
※いかの香味揚げ　６０ｇ		60.00						
なたね油（ローリー）	5.00	6.00						
キャベツのしそひじきあえ								
キャベツ	25.00	30.00						
にんじん	5.00	6.00						
※しそひじき　５００ｇ袋	5.00	6.00						
さかなふりかけ								
※ふりかけ（Ｃａ・さかな）　２．８ｇ		2.80						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	601	24.2	19.2	294	92	4.1	2.7	172	0.58	0.43	29	2.3	3.2		
中学校	763	29.3	22.0	509	190	5.2	3.6	189	0.74	0.46	36	2.9	3.9		
園															
他															

献立材料一覧表

5年度7月19日水曜日　北部調理場　安城献立　日別献立

料理名／食品名	可食量 小	可食量 中	可食量 園	可食量 他				
麦ごはん								
※麦ごはん（小）　７０ｇ	160.00							
※麦ごはん（中）　１００ｇ		228.00						
牛乳								
牛乳（小・中）	206.00	206.00						
大豆とオクラのトマトスープ								
鶏肉（むね・皮付・平切）	12.00	14.40						
大豆（水煮）　１ｋｇ袋	15.00	18.00						
じゃがいも（だんしゃく）	20.00	24.00						
トマト（缶・ダイス）	20.00	24.00						
※トマトベースソース　３ｋｇ袋	20.00	24.00						
オクラ	10.00	12.00						
にんじん	10.00	12.00						
たまねぎ	20.00	24.00						
コンソメ　５００ｇ	2.00	2.40						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.20	0.24						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.02	0.02						
チーズ入りオムレツ								
※チーズオムレツ（冷凍・焼）　５０ｇ		50.00						
※チーズオムレツ（冷凍・焼）　４０ｇ	40.00							
えびピラフの具								
※むきえび（冷凍・Ｌ）	20.00	24.00						
食塩（ゆで塩）　１ｋｇ袋	0.50	0.60						
たまねぎ	20.00	24.00						
にんじん	10.00	12.00						
ピーマン	5.00	6.00						
オリーブオイル　０．９ｋｇ	0.60	0.72						
コンソメ　５００ｇ	1.80	2.16						
酒　１．８㍑	1.00	1.20						
食塩（味付け）　１ｋｇ袋	0.15	0.18						
こしょう（黒）　３５０ｇ	0.01	0.01						
水	10.00	12.00						
☆いちごクレープ								
※クレープ（いちご）　３５ｇ	35.00	35.00						

学校区分	Eng (kcal)	蛋白 (g)	脂質 (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	VA (μg)	VB1 (mg)	VB2 (mg)	VC (mg)	食塩 (g)	食物繊維 (g)		
小学校	669	27.0	23.8	398	87	2.7	3.2	304	0.54	0.60	22	2.6	7.6		
中学校	818	32.2	26.3	422	103	3.3	3.7	351	0.68	0.65	26	3.0	8.9		
園															
他															