



E班 春日・伏見・富雄・都南・田原・興東館柳生・京西・富雄南
 月ヶ瀬・都祁・富雄第三

[illegible]

日	献立名	食品名	1人分 (g)	特定 原材料 8品目	日	献立名	食品名	1人分 (g)	特定 原材料 8品目	日	献立名	食品名	1人分 (g)	特定 原材料 8品目
D 18日(金)	ご飯 牛乳 だしまき卵 かぼちゃのそぼろ煮	米(奈良市産)	110	乳 卵 小麦	D 21日(月)	ご飯 牛乳 きびなごの ゆずじょうゆあえ ぐる煮 高知県 食育の日  わかめのみそ汁	米(奈良市産)	110	乳 小麦 小麦 小麦	D 22日(火)	パン 牛乳 フランクフルトの ケチャップあえ スープ煮 キャンディチーズ 小魚	パン	1個	小麦・乳 乳 小麦
		牛乳	1本				牛乳	1本						
		だしまき卵(50g)	1個				チキンフランク(40g)	1本						
		豚ミンチ	26				トマトペースト	3						
		かぼちゃ	39				トマトケチャップ	3						
		にんじん	19.5				ウスターソース	0.3						
		土しょうが	1.3				トンカツソース	0.4						
		砂糖	2.34				砂糖	0.2						
		酒	1.3				洋がらし	0.04						
		濃口しょうゆ	3.25				豚肉	26						
		みりん	1.95				にんじん	26						
		かたくり粉	0.65				玉ねぎ	52						
E 17日(木)	キャベツのみそ汁 アセロラゼリー	水	26	小麦	E 21日(月)	豆腐	32.5	小麦 小麦	E 23日(水)	セロリ	2.6	小麦 小麦 乳		
		キャベツ	32.5				サラダ油				0.39			
		油揚げ	6.5				コンソメ				1.69			
		玉ねぎ	26				こしょう				0.03			
		にんじん	6.5				淡口しょうゆ				0.26			
		青ねぎ	3.9				水				52			
		うるめ節	4.29				キャンディチーズ(1個5g)				2個			
		みそ	9.1				小魚				11			
		白みそ	1.3											
		水	143											
		アセロラゼリー(40g)	1個											
		D 23日(水)	ご飯 牛乳 春日中の生徒が 考えました!! ひじきカレー コールスローサラダ 福神漬				米(奈良市産)				110		乳 小麦 乳 乳 小麦 小麦 乳	D 24日(木)
牛乳	1本			牛乳	1本									
豚ミンチ	26			豚肉	39									
サラダ油	0.39			ごま油	0.65									
土しょうが	0.39			土しょうが	1.04									
おろしにんにく	0.1			おろしにんにく	0.07									
塩	0.07			玉ねぎ	45.5									
こしょう	0.03			にんじん	13									
赤ぶどう酒	1.3			濃口しょうゆ	4.55									
じゃがいも	58.5			柿ピューレ	3.25									
玉ねぎ	58.5			みりん	1.3									
にんじん	26			砂糖	1.3									
ひじき	1.3	かたくり粉	0.39											
E 22日(火)	ひじきカレー コールスローサラダ 福神漬	トマトピューレ	7.8	小麦 小麦 乳 乳 小麦 乳	E 25日(金)	中華スープ	中華スープ(粉末)	0.2	小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 乳	E 24日(木)	ちりめんキャベツ	油揚げ	6.5	小麦
		りんごピューレ	7.8				大根	26						
		コンソメ	1.82				玉ねぎ	32.5						
		チャツネ	1.04				えのきたけ	10.4						
		脱脂粉乳	3.9				青ねぎ	3.9						
		角チーズ	3.9				うるめ節	4.29						
		バター	5.2				みそ	9.1						
		小麦粉	5.2				白みそ	1.3						
		砂糖	0.26				水	143						
		湯	39				ちりめんじゃこ	3.9						
		カレー粉	1.17				キャベツ	39						
		トマトケチャップ	2.6				きざみたくあん	9.1						
ウスターソース	3.12	ごま油	0.39											
濃口しょうゆ	0.78	砂糖	0.65											
ヨーグルト(無糖)	2.6	みりん	1.3											
水	39	濃口しょうゆ	1.56											
D 28日(月)	ご飯 さばのしょうが煮 大和まなと厚揚げの煮物 にゅうめん	米(奈良市産)	110	小麦 小麦 小麦 小麦 小麦	D 29日(火)	パン 牛乳 春巻 小松菜の中華炒め スーミータン スナックレバー	パン	1個	小麦・乳 乳 小麦 卵 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦	D 30日(水)	ご飯 牛乳 デジカルビ わかめスープ 魚ふりかけ	米(奈良市産)	110	乳 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦
		牛乳	1本				牛乳	1本						
		さば(40g)	1切				豚肉	26						
		土しょうが	1.2				ごま油	0.65						
		濃口しょうゆ	3				おろしにんにく	0.05						
		砂糖	3				濃口しょうゆ	1.3						
		みりん	2				酒	0.65						
		酒	1				塩	0.04						
		水	15				トッポギ	26						
		厚揚げ	39				キャベツ	45.5						
		大和まな	32.5				玉ねぎ	26						
		にんじん	13				にんじん	13						
うるめ節	1.3	にら	3.9											
濃口しょうゆ	3.9	白菜キムチ	5.2											
淡口しょうゆ	0.65	中華スープ(粉末)	0.26											
みりん	1.95	砂糖	1.04											
砂糖	0.65	みりん	0.39											
水	13	みそ	2.6											
ふしそうめん	7.8	赤みそ	0.65											
油揚げ	7.8	コチジャン	0.26											
玉ねぎ	26	ベーコン	6.5											
にんじん	13	干わかめ	0.65											
かまぼこ	6.5	豆腐	39											
青ねぎ	3.9	チンゲン菜	13											
うるめ節	4.29	玉ねぎ	26											
みそ	6.5	中華スープ(粉末)	2.21											
白みそ	1.3	濃口しょうゆ	0.26											
水	169	酒	0.65											
D 31日(木)	パン 牛乳 ハンバーグの ケチャップ煮 じゃがいもと ツナの炒め物 コンソメスープ	パン	1個	小麦・乳 乳 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦	E 31日(木)	ご飯 牛乳 ハンバーグの ケチャップ煮 じゃがいもと ツナの炒め物 コンソメスープ	米(奈良市産)	110	乳 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦 小麦	食育の日 テーマ 日本の郷土料理に ついて知ろう 今月は『高知県』 毎月19日は 食育の日				
		牛乳	1本				牛乳	1本						
		ハンバーグ(かぼちゃ型)(60g)	1個				ハンバーグ(かぼちゃ型)(60g)	1個						
		トマトケチャップ	4				トマトケチャップ	4						
		トマトペースト	5				トマトペースト	5						
		ウスターソース	2.5				ウスターソース	2.5						
		砂糖	0.25				砂糖	0.25						
		洋がらし	0.02				洋がらし	0.02						
		水	20				水	20						
		じゃがいも	39				じゃがいも	39						
		にんじん	6.5				にんじん	6.5						
		まぐろ油漬	19.5				まぐろ油漬	19.5						
淡口しょうゆ	0.13	淡口しょうゆ	0.13											
塩	0.03	塩	0.03											
こしょう	0.04	こしょう	0.04											
ノンエッグマヨネーズ	6.5	ノンエッグマヨネーズ	6.5											
ベーコン	7.8	ベーコン	7.8											
キャベツ	39	キャベツ	39											
玉ねぎ	32.5	玉ねぎ	39											
にんじん	13	にんじん	6.5											
コンソメ	2.08	コンソメ	2.08											
淡口しょうゆ	0.39	淡口しょうゆ	0.39											
こしょう	0.01	こしょう	0.01											
水	143	水	143											