

[詳細献立表]

0:通常献立

2024年11月 1日 ~ 2024年11月30日

船橋市立坪井小学校

11月 1日(金)		11月 5日(火)		11月 6日(水)		11月 7日(木)		11月 8日(金)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
【キムチご飯】		【青大豆のおこわ】		【ご飯】		【スラッピージョーサンド】		【麦ご飯】	
水稲穀粒(精白米)	66.00	水稲穀粒(精白米)	37.00	水稲穀粒(精白米)	67.00	★給食用 コッペパン40gスライス	0.00	水稲穀粒(精白米)	69.00
水	81.53	水稲穀粒(精白米、もち米)	35.00	水	82.62	★給食用 コッペパン50gスライス	74.00	水	79.57
清酒(上撰)	0.97	だし用昆布	0.50	清酒(上撰)	0.97	豚かた(脂身付き)挽き肉	30.00	清酒(上撰)	0.94
豚かた皮下脂肪なし千切り	15.00	水	84.00			マメプラスM	1.12	白麦 米粒麦	5.00
しょうが	0.60	清酒(上撰)	2.00	【牛乳】		レンズまめ(乾)	10.00		
こいくちしょうゆ	1.03	食塩	0.08	★牛乳(飲)	206.00	サラダ油	1.00		
上白糖	0.60	大豆(国産、乾) 青	6.50			にんにく(りん茎)	0.30		
清酒(上撰)	0.30	花むすび	1.30	【鯖のねぎ味噌焼き】		むき玉葱	28.00	【牛乳】	
はくさい(キムチ漬け)	11.30			まさば 30g	0.00	にんじん	15.00	★牛乳(飲)	206.00
にんじん	10.00			まさば 40g	40.00	トマトケチャップ	8.00	【鯛のかば焼き風】	
ごま油	0.40			まさば 50g	0.00	トマト缶詰(ホール)	3.50	まいわし 30gフィーレ	0.00
こいくちしょうゆ	2.41			ねぎ	6.00	チリパウダー	0.03	まいわし 40g開き	0.00
食塩	0.05	【牛乳】		米みそ(淡色辛みそ)	2.20	ナツメグ(粉)	0.02	まいわし 50g開き	50.00
ごま(いり) 白	1.00	★牛乳(飲)	206.00	こいくちしょうゆ	2.20	食塩	0.35	こいくちしょうゆ	0.30
		【生揚げの茸あんかけ】		本みりん	2.00	白こしょう	0.02	清酒(上撰)	1.00
【牛乳】		生揚げ 1/3切	0.00	上白糖	0.45	中濃ソース	1.20	でんぶん	5.00
★牛乳(飲)	206.00	生揚げ 1/2切	75.00	ごま(いり)	1.70	赤ワイン	1.20	米粉	4.00
【鱈と野菜の揚げ煮】		生揚げ 1/4切	0.00			コク鶏スープ	2.20	大豆油	3.00
すけとうだら角切り	35.00	若鶏肉モモ(皮付き)挽肉	6.00	【納豆和え】				こいくちしょうゆ	2.00
にんにく(りん茎)	0.10	えのきたけ	3.78	挽きわり納豆	15.00	【牛乳】		しょうが	1.00
清酒(上撰)	0.60	生しいたけ(菌床栽培、生)	1.89	にんじん	5.00	★牛乳(飲)	206.00	上白糖	2.00
こいくちしょうゆ	1.03	こねぎ	1.89	こまつな	22.00			水	15.00
食塩	0.15	サラダ油	0.25	キャベツ	22.00	【マセドニアポテト】		清酒(上撰)	1.00
でんぶん	5.00	水	12.60	こいくちしょうゆ	0.30	むきじゃがいも	25.00	本みりん	1.00
むきじゃがいも	40.00	削り節(だし用)	0.25	こいくちしょうゆ	1.80	にんじん	5.00	でんぶん	0.30
大豆油	4.50	上白糖	1.51	からし(粉)	0.05	きゅうり	7.00	水	0.60
玉葱	19.00	こいくちしょうゆ	2.27	糸削り	0.50	食塩	0.05	【大根の和え物】	
にんじん	10.00	清酒(上撰)	0.50			ボンレスハム0.8色紙切り	3.00	ブラックマッパ もやし	14.00
青ピーマン	4.00	でんぶん	0.88	【筑前煮】		レタス	6.00	こまつな	15.00
上白糖	1.40	水	1.76	若鶏肉モモ(皮付き)1.5角	0.00	★プロセスチーズ 角	5.00	こいくちしょうゆ	0.20
こいくちしょうゆ	2.30	【白菜の甘酢和え】		若鶏肉胸(皮付き)1.5cm角	13.00	食塩	0.15	だいこん	20.00
清酒(上撰)	1.30	はくさい	32.00	若鶏肉胸(皮なし)1.5cm角	0.00	白こしょう	0.01	食塩	0.11
水	1.00	こまつな	20.00	清酒(上撰)	1.00	穀物酢	0.90	にんじん	3.00
【卵と豆腐のスープ】		にんじん	7.00	サラダ油	0.50	サラダ油	1.30	ボンレスハム千切り	3.00
たまご 2Lサイズ	20.00	ごま(いり) 白	1.58	たけのこ(水煮缶詰)	12.00	上白糖	0.23	こいくちしょうゆ	1.65
若鶏肉モモ(皮付き)千切	9.00	三温糖	2.00	板こんにゃく	12.00	玉葱	0.90	上白糖	0.33
清酒(上撰)	0.80	こいくちしょうゆ	1.50	にんじん	8.00	【ABCスープ】		食塩	0.05
木綿豆腐 押し30%	21.00	穀物酢	3.00	ごぼう	10.00	マカロニ ABC	6.00	サラダ油	1.20
干し椎茸 スライス	0.30	食塩	0.15	穀物酢	0.80	ショルダーベーコン	2.00	とうがらし(粉) 一味	0.02
たけのこ(水煮缶詰)	4.03	【豚汁】		干し椎茸 スライス	0.50	若鶏肉胸(皮付き)千切り	0.00		
にんじん	5.00	豚かた(脂身付き)小間	8.00	じゃがいも	33.00	若鶏肉胸(皮なし)千切り	3.00		
はくさい	10.00	生揚げ 1/2切	18.00	生揚げ 1/2切	18.00	清酒(上撰)	0.41	【さつま汁】	
ねぎ	5.00	れんこん	4.00	れんこん	4.00	白こしょう	0.01	若鶏肉胸(皮付き)小間	5.00
こまつな	16.00	穀物酢	0.00	穀物酢	0.00	マッシュルーム(水煮缶詰)	3.00	しょうが	0.40
カットわかめ	0.20	さやいんげん	5.00	三温糖	1.70	玉葱	15.00	にんじん	10.00
食塩	0.45	こいくちしょうゆ	3.80	こいくちしょうゆ	3.80	キャベツ	18.00	だいこん	13.00
白こしょう	0.02	本みりん	1.50	本みりん	1.50	こまつな	8.00	ごぼう	5.00
こいくちしょうゆ	0.65	清酒(上撰)	1.60	清酒(上撰)	1.60	食塩	0.45	板こんにゃく	5.00
でんぶん	0.60	水	5.00	水	5.00	白こしょう	0.02	さつまいも	30.00
水	1.20	削り節(だし用)	0.16	削り節(だし用)	0.16	サラダ油	0.50	こまつな	20.00
コク鶏スープ	7.00	【オレンジ】		【オレンジ】		カレー粉	0.06	米みそ(淡色辛みそ)	2.80
しょうが(香味)	0.20	オレンジ	32.00	オレンジ	32.00	でんぶん	0.65	米みそ(赤色辛みそ)	2.80
ねぎ(香味)	0.66					水	80.00	水	85.00
清酒(上撰)	0.66					コク鶏スープ	8.10	削り節(だし用)	2.20
【りんご】						ローリエ	0.01		
りんご	23.40					玉葱(香味)	1.22		
						にんじん(香味)	0.81		
						セロリ(香味)	0.24		
						【りんご】			
						りんご	41.60		

[詳細献立表]

0: 通常献立

2024年11月 1日 ~ 2024年11月30日

船橋市立坪井小学校

11月11日(月)		11月12日(火)		11月13日(水)		11月14日(木)		11月15日(金)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
【ご飯】		【ソフト麺】		【ご飯】		【お赤飯】		【ご飯】	
水稲穀粒(精白米)	70.00	ソフト麺 70g	0.00	水稲穀粒(精白米)	67.00	水稲穀粒(精白米)	40.60	水稲穀粒(精白米)	70.00
水	82.54	ソフト麺 80g	160.00	水	85.00	水稲穀粒(精白米、もち米)	29.00	水	82.50
清酒(上撰)	0.97	ソフト麺 90g	0.00	清酒(上撰)	0.94	水	86.10	清酒(上撰)	1.07
【牛乳】		【カレーうどん(汁)】		【牛乳】		食塩	0.12	【牛乳】	
★牛乳(飲)	206.00	豚かた(脂身付き)小間	15.00	★牛乳(飲)	206.00	清酒(上撰)	1.16	★牛乳(飲)	206.00
		豚かた皮下脂肪なし小間	0.00	【麻婆豆腐(具)】		ささげ(乾)	0.00		
【鱧の香味焼き】		清酒(上撰)	1.65	木綿豆腐	65.00	あずき(乾)	5.80	【ぼらの葱ごまマヨ焼き】	
さわら 30g	0.00	玉葱	21.00	豚かた(脂身付き)挽き肉	17.00	水	0.00	ぼら	0.00
さわら 40g	0.00	にんじん	8.00	こいくちしょうゆ	0.85	ごま(いり)黒	1.00	ぼら 40g	0.00
さわら 50g	50.00	干し椎茸 スライス	1.00	清酒(上撰)	0.85	食塩	0.35	ぼら 50g	50.00
さわら 60g	0.00	油揚げ	7.00	上白糖	0.17	【牛乳】		清酒(上撰)	1.50
こいくちしょうゆ	2.70	カレー粉	0.80	にんにく(りん茎)	0.30	★牛乳(飲)	206.00	食塩	0.12
上白糖	1.00	こいくちしょうゆ	4.80	しょうが	0.43	【からあげ】		黒こしょう	0.02
葉ねぎ 万能ねぎ	2.40	本みりん	1.00	干し椎茸 スライス	0.43	若鶏肉モモ(皮付き)30g	0.00	ねぎ	5.00
にんにく(りん茎)	0.16	食塩	0.65	たけのこ(水煮缶詰)	5.35	若鶏肉モモ(皮付き)40g	40.00	ごま(いり)白すりごま	2.60
しょうが	0.08	水	85.00	にんじん	8.00	若鶏肉モモ(皮付き)50g	0.00	エッグフリーマヨネーズ	6.00
ごま油	0.24	だし用昆布	1.00	ねぎ	13.00	若鶏肉胸(皮付き)30g	0.00	こいくちしょうゆ	1.03
とうがらし(粉) 一味	0.01	削り節(だし用)	1.50	にら	6.00	若鶏肉胸(皮付き)40g	0.00		
ごま(いり)白すりごま	0.80	なると	2.00	サラダ油	1.02	しょうが	0.50	【きんぴら炒め】	
【五色和え】		ねぎ	7.00	トウバンジャン	0.26	にんにく(りん茎)	0.30	豚かた(脂身付き)千切り	10.00
とうもろこし缶詰(ホ-ル)	6.69	でんぷん	4.00	上白糖	1.90	こいくちしょうゆ	2.00	豚もも脂身つき千切り	0.00
まぐろ缶詰(油漬フレーク)	8.00	米粉	0.00	こいくちしょうゆ	3.79	清酒(上撰)	1.20	ごぼう	20.00
冷凍細切り茎わかめ	5.95	水	8.00	米みそ(赤色辛みそ)	3.40	でんぷん	5.00	穀物酢	2.00
ブラックマッパ もやし	22.00	こまつな	8.00	食塩	0.05	薄力粉	5.00	板こんにやく黒つき	20.00
にんじん	5.70	【牛乳】		ごま油	0.30	大豆油	2.00	れんこん	15.00
こまつな	12.00	★牛乳(飲)	206.00	粉さんしょう	0.02	【磯香和え】		穀物酢	1.50
サラダ油	1.20	【辛し和え】		でんぷん	1.70	こまつな	20.00	にんじん	15.00
穀物酢	0.90	こまつな	25.00	水	2.55	ブラックマッパ もやし	35.00	青ピーマン	3.00
こいくちしょうゆ	1.00	にんじん	3.00	水	30.00	にんじん	5.00	サラダ油	0.80
上白糖	1.30	ブラックマッパ もやし	10.00	湯菜譜	3.00	こいくちしょうゆ	0.30	三温糖	2.00
食塩	0.25	キャベツ	12.00	しょうが(香味)	0.30	こいくちしょうゆ	1.70	清酒(上撰)	2.00
からし(粉)	0.02	こいくちしょうゆ	0.30	ねぎ(香味)	0.50	焼きのり きざみ	0.80	本みりん	1.00
		こいくちしょうゆ	1.80	清酒(上撰)	0.12	【具沢山味噌汁】		こいくちしょうゆ	3.00
		からし(粉)	0.03			だいこん	25.00	とうがらし(粉) 一味	0.02
				【干草あえ】		にんじん	7.00		
【すいとん汁】		【ししゃもの磯辺揚げ】		キャベツ	23.00	じゃがいも	25.00		
薄力粉	22.00	ししゃも(生干し) 2L	0.00	にんじん	3.50	豚かた皮下脂肪なし小間	0.00	【のっぺい汁】	
水	11.50	ししゃも(生干し) L	19.00	きゅうり	12.00	豚かた(脂身付き)小間	6.00	豚もも皮下脂肪なし	9.28
食塩	0.06	清酒(上撰)	1.00	とうもろこし缶詰(ホ-ル)	6.00	木綿豆腐	22.00	こいくちしょうゆ	0.23
にんじん	8.00	薄力粉	6.60	こまつな	16.10	油揚げ	6.30	しょうが	0.18
こまつな	20.00	水	6.60	こいくちしょうゆ	0.39	わかめ(乾燥、水戻し)	0.30	ごぼう	8.00
だいこん	16.00	水	6.60	ポンスレスハム千切り	4.00	ねぎ	5.00	干し椎茸 スライス	0.58
干し椎茸 スライス	0.30	あおのり	0.18	緑豆はるさめ	2.00	こまつな	5.00	水	0.00
水	0.00	大豆油	2.00	水	6.60	米みそ(淡色辛みそ)	2.80	板こんにやく	8.12
板こんにやく黒	10.00			上白糖	1.20	米みそ(赤色辛みそ)	2.80	にんじん	10.00
若鶏肉胸(皮付き)小間	0.00	【みかん】		食塩	0.25	削り節(だし用)	2.00	だいこん	17.00
若鶏肉モモ(皮付き)小間	10.00	みかん L	54.00	こいくちしょうゆ	2.20	水	85.00	じゃがいも	22.00
清酒(上撰)	1.00			ごま油	0.77	【オレンジ】		油揚げ	5.20
食塩	0.45			穀物酢	1.55	オレンジ	26.00	ねぎ	9.00
こいくちしょうゆ	1.70			からし(粉)	0.03			こまつな	8.00
削り節(だし用)	3.00			【おさつチップ&ビーンズ】				サラダ油	1.16
水	85.00			さつまいも	35.00			食塩	0.40
				いり大豆(黄大豆)	7.00			こいくちしょうゆ	0.95
				大豆油	2.00			水	89.00
				食塩	0.10			だし用昆布	0.58
								削り節(だし用)	2.32

[詳細献立表]

0: 通常献立

2024年11月 1日 ~ 2024年11月30日

船橋市立坪井小学校

11月18日(月)		11月19日(火)		11月20日(水)		11月22日(金)		11月25日(月)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
【ご飯】		【ご飯】		【パプリカライス】		【ご飯】		【ご飯】	
水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	66.00	水稲穀粒(精白米)	70.00	水稲穀粒(精白米)	70.00
水	86.00	清酒(上撰)	0.96	白ワイン	0.97	水	86.00	水	83.21
清酒(上撰)	1.28	水	88.41	パプリカ(粉)	0.30	清酒(上撰)	1.28	清酒(上撰)	0.99
				食塩	0.39				
				水	81.96	【牛乳】		★牛乳(飲)	206.00
【牛乳】		【ルーロー飯(具)】		【牛乳】		【チーズタッカルビ】		【牛乳】	
★牛乳(飲)	206.00	豚もも脂身つき1.5角	20.00	★牛乳(飲)	206.00	若鶏肉胸(皮付き)1.5cm角	0.00	★牛乳(飲)	206.00
		豚かた(脂身付き)1.5角	25.00			若鶏肉胸(皮なし)1.5cm角	32.00		
		清酒(上撰)	2.00	【ヴィナーシュニツェル】		食塩	0.10	【厚焼き卵】	
【生揚げのソテー炒め】		サラダ油	0.50	豚かたロース脂身つき30g	0.00	白こしょう	0.02	たまご 2Lサイズ*	46.00
生揚げ 1/2切	45.00	玉葱	15.00	豚かたロース脂身つき40g	40.00	清酒(上撰)	1.00	水	8.00
豚もも皮下脂肪なし小間	20.00	たけのこ(水煮缶詰)	10.00	豚かたロース脂身つき50g	0.00	サラダ油	0.60	削り節(だし用)	0.40
豚かた(脂身付き)小間	0.00	干し椎茸 スライス	0.60	食塩	0.20	さつまいも	13.00	こいくちしょうゆ	1.60
清酒(上撰)	0.59	吸水	20.00	白こしょう	0.01	玉葱	15.00	上白糖	1.60
こいくちしょうゆ	0.47	にんにく(りん茎)	0.40	薄力粉	5.70	にんじん	6.00	清酒(上撰)	0.40
ごま油	0.70	しょうが	0.40	無調整豆乳	5.00	キャベツ	20.00	食塩	0.25
トウバンジャン	0.23	ねぎ	12.00	水	5.00	ぶなしめじ	10.00	にんじん	5.00
にんにく(りん茎)	0.22	上白糖	2.30	パン粉(生)	6.80	しょうが	0.50	たけのこ(水煮缶詰)	3.00
しょうが	0.28	こいくちしょうゆ	3.00	パン粉(乾燥)	4.50	にんにく(りん茎)	0.30	玉葱	6.40
ねぎ	4.22	清酒(上撰)	1.30	大豆油	2.00	ごま油	0.50	若鶏肉モモ(皮付き)挽肉	0.00
干し椎茸 スライス	0.40	オイスターソース	1.00	レモン果汁	2.00	食塩	0.05	若鶏肉胸(皮なし)挽肉	11.00
キャベツ	16.00	穀物酢	0.30	【森の茸サラダ】		本みりん	1.60	サラダ油	0.64
玉葱	16.00	でんぶん	0.60	こまつな	23.30	三温糖	1.80	グリーンピース(冷凍)	3.00
にんじん	7.00	水	10.00	キャベツ	15.00	コチュジャン	1.40	穀物酢	1.44
たけのこ(水煮缶詰)	3.00	こまつな	10.00	玉葱	4.00	こいくちしょうゆ	1.50	こいくちしょうゆ	1.44
こまつな	4.00	【牛乳】		ボンレスハム千切り	3.50	★プロセステーズ シュレット*	12.00	トマトケチャップ	1.44
トマトケチャップ	7.03	★牛乳(飲)	206.00	えのきたけ	2.00	紙皿	1.00	上白糖	2.00
本みりん	2.70	【春雨サラダ】		ぶなしめじ	2.00	【水菜とごぼうのサラダ】		食塩	0.02
こいくちしょうゆ	2.70	きゅうり	10.00	マッシュルーム(水煮缶詰)	3.00	みずな	18.00	でんぶん	0.20
清酒(上撰)	1.00	緑豆はるさめ	3.00	サラダ油	1.00	ごぼう	10.00	水	0.80
三温糖	1.35	水	9.00	ぶどう酢	0.25	こいくちしょうゆ	0.93	【ごま和え】	
食塩	0.15	にんじん	5.00	白こしょう	0.02	穀物酢	0.58	こまつな	15.00
でんぶん	0.47	上白糖	0.60	上白糖	0.25	にんじん	5.00	にんじん	4.00
水	0.94	穀物酢	0.60	きゅうり	6.00	きゅうり	6.00	ブラックマッパ* もやし	35.00
【ツナとわかめのサラダ】		ブラックマッパ* もやし	10.00	とうもろこし缶詰(ホル)	4.64	エッグフリーマヨネーズ	4.50	こいくちしょうゆ	0.50
まぐろ缶詰(油漬フレーク付)	8.00	こまつな	25.00	こいくちしょうゆ	0.25	こいくちしょうゆ	1.39	上白糖	1.00
きゅうり	7.00	こいくちしょうゆ	0.40	【レゾ*豆とキャベツのスープ】		ごま(いり)白	0.93	米みそ(淡色辛みそ)	2.00
キャベツ	16.00	ごま油	1.00	ショルダーベーコン	2.90	ごま(ねり・白)	0.93	こいくちしょうゆ	0.60
にんじん	5.10	穀物酢	3.30	レンズまめ(乾)	4.20			ごま(いり)白すりごま	1.50
こまつな	12.00	上白糖	1.70	にんじん	5.88				
カットわかめ	0.30	こいくちしょうゆ	2.10	玉葱	12.00				
サラダ油	1.00	からし(粉)	0.02	とうもろこし缶詰(ホル)	3.00	【わかめスープ】			
上白糖	0.14	ごま(いり)白	1.50	マッシュルーム(水煮缶詰)	4.00	わかめ(乾燥、水戻し)	0.30		
食塩	0.09	【豆乳スープ】		キャベツ	20.00	ねぎ	7.00		
穀物酢	1.87	サラダ油	0.50	セロリー	4.20	こまつな	15.00		
こいくちしょうゆ	1.72	若鶏肉胸(皮付き)小間	6.00	こまつな	17.00	にんじん	5.00	【根菜汁】	
玉葱	1.45	にんじん	7.00	食塩	0.60	えのきたけ	10.00	じゃがいも	33.00
		じゃがいも	22.00	白こしょう	0.02	たまご 2Lサイズ*	22.00	豚かた(脂身付き)千切り	15.00
		こまつな	6.00	サラダ油	0.40	食塩	0.45	清酒(上撰)	0.40
		食塩	0.55	水	84.00	白こしょう	0.02	ごぼう	5.00
		白こしょう	0.02	ココ鶏スープ	8.39	こいくちしょうゆ	1.00	穀物酢	0.50
【スイートポテト】		水	60.00	にんじん(香味)	0.84	でんぶん	1.00	干し椎茸 スライス	0.30
むきさつまいも	38.00	ブイヨン	8.00	玉葱(香味)	1.68	水	1.41	吸水	2.07
いんげんまめ(ゆで)ペースト	10.00	にんじん(香味)	0.92	ローリエ	0.01	水	90.00	にんじん	6.00
上白糖	4.00	玉葱(香味)	1.72	【りんご】		ブイヨン	8.00	だいこん	12.00
食塩	0.20	ローリエ	0.01	りんご	41.60	清酒(上撰)	0.82	生揚げ 1/2切	23.00
★有塩バター	2.00	いんげんまめ(乾)	11.00			しょうが(香味)	0.81	ねぎ	5.00
バニラエッセンス	0.01	無調整豆乳	25.00			ねぎ(香味)	1.74	こまつな	8.00
紙皿	1.00					ごま油	0.50	水	85.00
		【みかん】						削り節(だし用)	3.00
		みかん M	40.00			【グレープフルーツ】		こいくちしょうゆ	1.70
						グレープフルーツ	44.80	食塩	0.35
								でんぶん	0.80
								水	2.00
								【オレンジ】	
								オレンジ	50.00

[詳細献立表]

0:通常献立

2024年11月 1日 ~ 2024年11月30日

船橋市立坪井小学校

11月26日(火)		11月27日(水)		11月28日(木)		11月29日(金)	
献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g	献立名/食品名	g
【ごま麦ご飯】		【にんじんご飯】		【ご飯】		【炒めそば】	
水稲穀粒(精白米)	67.00	水稲穀粒(精白米)	69.00	水稲穀粒(精白米)	70.00	蒸し中華めん	120.00
水	88.08	清酒(上撰)	1.00	水	79.57	サラダ油	1.65
清酒(上撰)	1.00	食塩	0.35	清酒(上撰)	0.94		
白麦 米粒麦	5.81	水	98.00			【あんかけ焼きそば(あん)】	
ごま(いり) 白	1.00	にんじん	18.00	【牛乳】		豚かた(脂身付き)小間	30.00
				★牛乳(飲)	206.00	しょうが	0.25
【牛乳】				【レバーのレモンソース】		清酒(上撰)	0.63
★牛乳(飲)	206.00			豚レバー 10g	40.00	こいくちしょうゆ	1.03
		【牛乳】		しょうが	0.90	サラダ油	1.30
【鰯の甘酢あんかけ】		★牛乳(飲)	206.00	清酒(上撰)	0.60	しょうが	1.00
さわら 30g	0.00	【鮭とチーズの春巻き】		こいくちしょうゆ	1.00	にんにく(りん茎)	0.55
さわら 40g	40.00	しろさけ 30g	30.00	でんぶん	6.00	干し椎茸 スライス	0.55
さわら 50g	0.00	★プロセスチーズ 15g	15.00	大豆油	2.00	にんじん	10.00
食塩	0.10	春巻の皮 18cm	20.00	むきじゃがいも	40.00	たけのこ(水煮缶詰)	5.00
白こしょう	0.02	薄力粉	1.00	大豆油	2.50	ブラックマッパ もやし	15.00
清酒(上撰)	0.70	大豆油	2.10	三温糖	2.00	はくさい	8.00
でんぶん	5.00			こいくちしょうゆ	1.80	食塩	0.44
大豆油	2.00	【中華ツナサラダ】		清酒(上撰)	0.80	白こしょう	0.02
にんにく(りん茎)	0.27	まぐろ缶詰(水煮フレーク)	8.00	本みりん	0.80	上白糖	0.20
しょうが	0.36	とうもろこし缶詰(ホ-ル)	6.00	レモン(果汁、生)	1.10	清酒(上撰)	0.50
ねぎ	5.20	にんじん	5.00	水	1.10	本みりん	0.50
上白糖	2.10	こまつな	20.00	【茎わかめの和え物】		オイスターソース	3.20
食塩	0.04	キャベツ	16.00	冷凍細切り茎わかめ	5.00	湯菜譜	2.00
トマトケチャップ	3.00	きゅうり	8.00	にんじん	8.00	水	22.00
こいくちしょうゆ	0.71	こいくちしょうゆ	1.80	ブラックマッパ もやし	32.49	清酒(上撰)	0.56
穀物酢	1.34	上白糖	1.20	こいくちしょうゆ	0.80	ねぎ(香味)	0.55
サラダ油	0.44	ごま油	0.50	こまつな	15.00	しょうが(香味)	0.55
水	8.94	ごま(いり) 白	1.30	きゅうり	7.00	冷凍むきえび L	15.00
でんぶん	0.36			サラダ油	1.20	清酒(上撰)	1.70
				穀物酢	0.72	でんぶん	0.50
【大根サラダ】		【かきたま汁】		上白糖	0.96	でんぶん	2.50
だいこん	12.00	干し椎茸 スライス	0.30	食塩	0.15	水	4.40
にんじん	3.00	吸水	1.62	こいくちしょうゆ	2.40	こまつな	18.00
きゅうり	7.00	にんじん	5.00	からし(粉)	0.02	ごま油	0.60
キャベツ	20.00	木綿豆腐	25.00			【牛乳】	
こまつな	15.00	たまご 2Lサイズ	20.00			★牛乳(飲)	206.00
ボンレスハム千切り	3.00	ねぎ	6.00			【コーンサラダ】	
サラダ油	1.00	こまつな	10.00			こまつな	21.00
穀物酢	1.35	食塩	0.45			にんじん	5.00
食塩	0.30	こいくちしょうゆ	1.00	【なめこ汁】		キャベツ	15.00
白こしょう	0.02	でんぶん	0.40	削り節(だし用)	2.00	きゅうり	8.00
上白糖	0.36	水	0.80	水	85.00	とうもろこし缶詰(ホ-ル)	12.00
からし(粉)	0.04	水	90.00	なめこ	8.00	サラダ油	1.00
玉葱	2.20	だし用昆布	1.00	油揚げ	4.00	ぶどう酢	2.00
		削り節(だし用)	2.00	木綿豆腐	30.00	白こしょう	0.02
【異汁】				わかめ(乾燥、水戻し)	0.30	上白糖	1.20
油揚げ	3.00			こまつな	20.00	食塩	0.30
木綿豆腐	25.00			ねぎ	10.00	玉葱	3.00
にんじん	5.00			米みそ(赤色辛みそ)	2.80		
だいこん	15.00			米みそ(淡色辛みそ)	2.80		
じゃがいも	28.00						
ねぎ	7.00						
こまつな	5.00						
大豆(国産、乾)	7.00					【フルーツポンチ】	
吸水	3.00					黄桃ダイス	20.00
無調整豆乳	20.36					温州蜜柑缶詰(果肉)	21.00
清酒(上撰)	1.00			【りんご】		パイン缶詰(果肉のみ)1号	21.00
米みそ(淡色辛みそ)	2.80			りんご	45.00	冷凍 白玉もち	22.00
米みそ(赤色辛みそ)	2.80					水	34.20
水	70.00					上白糖	8.15
削り節(だし用)	2.30					レモン果汁	0.30
だし用昆布	0.68					温州蜜柑缶詰(液汁)	17.10
						食塩	0.01