

6月1日

6月2日

6月3日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏のガーリック揚げ】		
	鶏胸肉	45
	ガーリックパウダー	0.4
	食塩	0.1
	清酒(上撰)	1
	うすくちしょうゆ	0.8
	かたくり粉	5
	白絞油	4
【きんぴらごぼう】		
	豚モモ	8
	冷凍 千切ごぼう	16
	突きこんにやく(黒)	12
	にんじん	5
	きくらげ(スライス)	0.6
	いんげん(すじなし)	3
	ごま(いり)	1.5
	三温糖	1
	こいくちしょうゆ	2.2
	うすくちしょうゆ	0.6
	清酒(上撰)	0.4
	本みりん	0.6
	サラダ油(ペットボトル)	0.2
【高野豆腐のみそ汁(鳥栖北)】		
	凍り豆腐(乾)	5
	国産カット油揚げ	5
	だいこん	25
	にんじん	5
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	2.2
	花かつお	1
	合わせみそ	8

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【さばのねぎ塩焼き】		
	さば 40g	1
	たまねぎ	5
	中ねぎ	1.5
	ハオイルドレうま塩	4
	すりごま	0.5
	うすくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.02
【コーンサラダ】		
	ササミ水煮無添加	6
	キャベツ	22
	カットほうれん草	16
	ホールコーン(スーパースイート)	8
	にんじん	4
	青じそドレッシング	4
	食塩	0.1
【春雨スープ】		
	無塩せきパスタ(コンスライス)	8
	たまねぎ	17
	きくらげ(スライス)	0.5
	冷凍チンゲンサイ	8
	緑豆はるさめ	5
	がらスープチキンゴールド	3
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	1.8
	清酒(上撰)	0.5
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【厚揚げのそぼろ煮】		
	豚ひき肉	30
	たまねぎ	12
	じゃがいも	45
	冷凍枝豆むき身	3
	にんじん	12
	突きこんにやく(黒)	12
	絹厚揚げ	40
	椎茸国産細切スライス	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	清酒(上撰)	1
	三温糖	2.2
	本みりん	0.8
	こいくちしょうゆ	3.5
	うすくちしょうゆ	1.5
【昆布和え】		
	キャベツ	25
	きゅうり	15
	りょくとうもやし	10
	にんじん	5
	塩っぺ	1.5
	こいくちしょうゆ	0.2

6月4日

6月5日

6月8日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【きびなごのカリカリフライ】		
	きびなごのカリカリフライ	3
	白絞油	3
【ほうれんそうの和え物】		
	オジャンキングほぐし身(N)	5
	キャベツ	18
	りよくとうもやし	17
	カットほうれん草	14
	野菜いっぱいトレ(和風)	4
	食塩	0.1
【けんちん汁】		
	鶏モモ肉	8
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	15
	だいこん	15
	(冷)里芋	12
	突きこんにゃく(黒)	10
	にんじん	5
	椎茸国産細切スライス	0.5
	中ねぎ	2
	うすくちしょうゆ	1.8
	本みりん	0.5
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.1
	だし昆布	1
	花かつお	1
	サラダ油(ペットボトル)	0.2

【献立名】	食品名	1人分量
【チキンカレー(ご飯)】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【チキンカレー】		
	鶏モモ肉	30
	じゃがいも	40
	たまねぎ	20
	ソテーオニオン	20
	にんじん	10
	国産おろしにんにく	0.3
	カレールー(フレーク)	6
	給食用カレーフレーク	4
	粉チーズ(クヌイト)	1.07
	スキムミルク	1.05
	トマトケチャップ	3
	赤ワイン	1
	ウスターソース	0.5
	こいくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ビーンズサラダ】		
	ライトツナ油漬チャンクR	5
	キャベツ	25
	国産ミックスビーンズ(大豆他)	10
	冷凍枝豆むき身	5
	ホールコーン粒(スーパーソフト)	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	4
	うすくちしょうゆ	0.3
	穀物酢	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【焼き餃子】		
	ギョーザ25	2
【キャベツの中華炒め】		
	鶏モモ肉	12
	キャベツ	15
	りよくとうもやし	15
	にんじん	5
	青ピーマン	5
	ホールコーン粒(スーパーソフト)	5
	こいくちしょうゆ	0.6
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	ごま油	0.3
【豆腐とえのきのスープ】		
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	17
	たまねぎ	17
	冷凍ほぐしエノキ茸	7
	きくらげ(スライス)	1
	国産小松菜カット	7
	がらスープチキンゴールド	3
	うすくちしょうゆ	3
	こいくちしょうゆ	0.3
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

6月9日

6月10日

6月11日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【ハンバーグ 照焼ソース】		
	牛ひき肉	15
	豚ひき肉	30
	ソテーオニオン	20
	まめプラスM(ミンチ)	6
	パン粉	1
	かたくり粉	0.5
	食塩	0.3
	こいくちしょうゆ	2
	本みりん	0.65
	三温糖	0.7
	かたくり粉	0.2
【小松菜の炒め物】		
	国産小松菜カット	15
	りょくとうもやし	18
	キャベツ	10
	ホールコーン粒(スパーサイト)	5
	にんじん	5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【オニオンスープ】		
	無塩せきパペーコンスライス	7
	たまねぎ	30
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	パセリ	0.3
	がらスープチキンゴールド	4
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	うすくちしょうゆ	1.3
	白ワイン	1
	サラダ油(ペットボトル)	0.4

【献立名】	食品名	1人分量
【タコライス(ご飯)】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【タコライス(具)】		
	豚ひき肉	37
	まめプラスM(ミンチ)	3
	たまねぎ	15
	ソテーオニオン	15
	国産おろしにんにく	0.2
	トマトケチャップ	10
	ホルトマト カット3kgパック	6
	中濃ソース	2.4
	オイスターソース	1
	こいくちしょうゆ	0.3
	三温糖	0.3
	ポッカレモン100	0.2
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	北海道シュレッドチーズ	5
【牛乳】		
	牛乳	1
【もやしのスープ】		
	鶏モモ肉	8
	りょくとうもやし	15
	たまねぎ	12
	にんじん	5
	冷凍ほぐしエノキ茸	3
	中ねぎ	2
	カットわかめ	0.5
	がらスープチキンゴールド	3
	ヘルシーファーム 野菜ブイヨン	0.5
	うすくちしょうゆ	1.2
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【いわしの梅煮】		
	いわし梅煮	1
【磯和え】		
	キャベツ	20
	カットほうれん草	15
	りょくとうもやし	15
	きざみのり	0.5
	上白糖	0.4
	こいくちしょうゆ	1.5
	本みりん	0.3
	食塩	0.1
【沢煮碗】		
	豚モモ	7
	たまねぎ	12
	冷凍 干切ごぼう	6
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	にんじん	5
	椎茸国産細切スライス	0.3
	国産カット油揚げ	5
	中ねぎ	2
	だし昆布	0.8
	花かつお	1.2
	清酒(上撰)	0.4
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	2
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

6月12日

6月16日

6月17日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【ユーリンチー】		
	鶏モモ肉	45
	食塩	0.1
	清酒(上撰)	1
	国産おろしにんにく	0.2
	国産おろししょうが	0.2
	かたくり粉	6
	白絞油	4.5
	根深ねぎ	3
	こいくちしょうゆ	2
	穀物酢	1.1
	上白糖	1
	ごま油	0.8
【ナムル】		
	カットほうれん草	20
	りょくとうもやし	16
	キャベツ	16
	ドレッシング韓国ナムル	4
	すりごま	0.5
	食塩	0.1
【五目スープ】		
	豚モモ	15
	たまねぎ	12
	たけのこ(水煮缶詰)	5
	にんじん	5
	きくらげ(スライス)	0.3
	中ねぎ	2
	がらスープチキンゴールド	3
	食塩	0.2
	うすくちしょうゆ	1.2
	清酒(上撰)	0.3
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【少なめご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	60
	強化米(鉄分プラス)	0.18
【牛乳】		
	牛乳	1
【焼きうどん】		
	国産小麦のカットうどん	55
	豚モモ	30
	冷凍切りイカ(むき)	8
	たまねぎ	25
	キャベツ	15
	りょくとうもやし	15
	国産小松菜カット	10
	にんじん	8
	中濃ソース	3
	こいくちしょうゆ	3
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	あおのり	0.05
	サラダ油(ペットボトル)	0.5
【フルーツ和え】		
	みかん缶(果肉)	25
	ミックスフルーツ 冷凍	35
	ドイツ国産シャインマスカット(鉄Ca)	10
	上白糖	2.8
	水	10
	食塩	0.01
【ふりかけ】		
	ふりかけ のりかつお	1

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【白身魚の香草焼き】		
	ホキ 40g	1
	香草焼きシーズニング(魚用)	0.6
	うすくちしょうゆ	0.2
	清酒(上撰)	1.2
	サラダ油(ペットボトル)	1
【ほうれんそうの炒め物】		
	カットほうれん草	20
	りょくとうもやし	20
	ホールコーン(スーパースイート)	10
	にんじん	5
	うすくちしょうゆ	0.5
	食塩	0.15
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【鶏団子のみそ汁(田代小)】		
	桜島どり肉団子	24
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐしエノキ茸	8
	にんじん	5
	カットわかめ	0.5
	だし昆布	1
	花かつお	1
	調合赤出みそ	4
	米みそ(甘みそ)	4

6月18日

6月19日

6月22日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のつくね焼き】		
	鶏ひき肉	45
	ソテーオニオン	15
	まめプラスM(ミンチ)	4
	冷凍ほぐしエノキ茸	3
	パン粉	2.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	こいくちしょうゆ	0.5
	うすくちしょうゆ	0.5
	清酒(上撰)	1
	本みりん	1
	三温糖	0.5
	かたくり粉	0.5
	水	1
【おかか炒め】		
	かつお節(碎片)	1
	りょくとうもやし	17
	カットほうれん草	13
	にんじん	5
	突きこんにゃく(黒)	10
	こいくちしょうゆ	0.8
	本みりん	0.3
	三温糖	0.2
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【キャベツのみそ汁】		
	ミニ絹厚揚げ	12
	キャベツ	15
	たまねぎ	15
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	合わせみそ	8

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【ポークビーンズ】		
	豚モモ	30
	ゆで大豆(レトルト)	12
	国産ミックスビーンズ(大豆他)	7
	ソテーオニオン	30
	じゃがいも	25
	たまねぎ	16
	にんじん	12
	国産おろしにんにく	0.5
	パセリ	0.2
	ホルトマト カット3kgパック	20
	トマトケチャップ	6
	赤ワイン	0.8
	こいくちしょうゆ	1
	三温糖	0.5
	ウスターソース	1
	食塩	0.4
	こしょう混合	0.01
	ベリオオリーブ油	0.5
【ごぼうサラダ】		
	ふんわり炒りたまご	6
	ライトツ油漬ファンク	6
	冷凍 千切ごぼう	16
	こいくちしょうゆ	0.7
	本みりん	0.3
	三温糖	0.3
	キャベツ	17
	にんじん	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	6
	すりごま	1.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【あじフライ】		
	あじフライ(佐賀 長崎産)	1
	白絞油	4
【切干大根のサラダ】		
	ロース火腿タンザク	5
	国産小松菜カット	16
	キャベツ	16
	ホールコーン粒(スーパーサイズ)	5
	切干大根(国産)	2
	笑顔でラフレ 香りごま	5
	ごま(いり)	1.2
【豆腐とわかめのすまし汁】		
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	20
	たまねぎ	15
	冷凍ほぐしエノキ茸	3
	カットわかめ	0.7
	だし昆布	0.8
	花かつお	1.2
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	2.2

6月23日

6月24日

6月25日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【厚揚げのピリカラ煮】		
	豚モモ	30
	絹厚揚げ	40
	じゃがいも	20
	乱切れんこん	10
	突きこんにやく(黒)	10
	ごぼう	7
	にんじん	7
	凍り豆腐(乾)	5
	椎茸国産細切スライス	0.5
	冷凍枝豆むき身	5
	こいくちしょうゆ	4.5
	本みりん	1
	三温糖	2
	トウバンジャン	0.05
	サラダ油(ペットボトル)	0.4
【ほうれん草のごま酢あえ】		
	苺ささみ水煮無添加	8
	カットほうれん草	16
	りょくとうもやし	15
	きゅうり	10
	にんじん	5
	すりごま	1
	ごま(いり)	0.5
	上白糖	0.7
	うすくちしょうゆ	1.5
	穀物酢	1.5
	食塩	0.1

【献立名】	食品名	1人分量
【中華風混ぜご飯(ご飯)】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【中華風混ぜご飯(具)】		
	無塩せき 焼き豚	20
	鉄分強化 ソフトいり玉子	20
	たまねぎ	30
	ソテーオニオン	15
	たけのこ(水煮缶詰)	10
	にんじん	5
	冷凍枝豆むき身	3
	国産おろしにんにく	0.2
	中ねぎ	2
	こいくちしょうゆ	3.5
	三温糖	1
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ビーフンスープ】		
	豚モモ	15
	ビーフン	3.5
	たまねぎ	15
	にんじん	5
	きくらげ(スライス)	0.2
	国産小松菜カット	5
	がらスープチキンゴールド	3
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	うすくちしょうゆ	2.2
	清酒(上撰)	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のレモン煮】		
	鶏モモ肉	20
	鶏胸肉	30
	清酒(上撰)	1
	水	0.5
	こいくちしょうゆ	1
	国産おろししょうが	0.3
	かたくり粉	7
	白絞油	5
	ポッカレモン100	3
	こいくちしょうゆ	2.7
	上白糖	1.6
	水	2.5
【ひじきとツナのサラダ】		
	ライトツナ漬チャンクR	5
	干ひじき	0.5
	国産小松菜カット	15
	りょくとうもやし	15
	ホールコーン粒(スーパーソフト)	5
	にんじん	3
	野菜いっぱいドレ(和風)	4
	食塩	0.1
【かぼちゃのみそ汁】		
	国産カット油揚げ	5
	かぼちゃ	20
	たまねぎ	15
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	合わせみそ	8

6月26日

6月29日

6月30日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【魚のマヨネーズ焼き】		
	ホキ 50g	1
	食塩	0.1
	うすくちしょうゆ	1
	白ワイン	1
	ノンエッグマヨネーズタイプ	8
【野菜炒め】		
	キャベツ	20
	りょくとうもやし	20
	国産小松菜カット	8
	にんじん	5
	うすくちしょうゆ	0.5
	白ワイン	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【ソーキ汁】		
	豚モモ	20
	だいこん	25
	にんじん	5
	椎茸国産細切スライス	0.5
	野菜こんぶ1cm角切	0.6
	中ねぎ	2
	だし昆布	1
	花かつお	1
	清酒(上撰)	1
	こいくちしょうゆ	1.5
	うすくちしょうゆ	1
	本みりん	1
	食塩	0.3
	サラダ油(ペットボトル)	0.6

【献立名】	食品名	1人分量
【食パン】		
	食パン1枚	1
【牛乳】		
	牛乳	1
【なすとひき肉のスパゲティ】		
	スパゲッティ(ミニ)	30
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	まめプラスM(ミンチ)	3
	豚ひき肉	25
	牛ひき肉	5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	たまねぎ	18
	ソテーオニオン	10
	なす	5
	ズッキーニ	5
	にんじん	5
	国産おろしにんにく	0.3
	ホルムトカット3kgパック	12
	トマトケチャップ	5.6
	マイルドデミグラスソース	5
	赤ワイン	1
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	ウスターソース	0.8
	こいくちしょうゆ	0.8
	ベリオオリーブ油	0.8
【イタリアンサラダ】		
	ライトツア油漬チンクル	4
	キャベツ	18
	きゅうり	15
	にんじん	7
	冷凍枝豆むき身	7
	ホルムトカット(スーパー-スイート)	7
	イタリアンドレッシング	4
	食塩	0.1

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【春巻き】		
	春巻Fe(米粉入り)	1
	白絞油	3
【中華サラダ】		
	オーシャンキングほぐし身(N)	8
	りょくとうもやし	16
	カットほうれん草	16
	きゅうり	7
	ホルムトカット(スーパー-スイート)	7
	ドレッシング韓国ナムル	3
	すりごま	0.5
	食塩	0.1
【鶏肉とチゲンサイのスープ】		
	鶏モモ肉	15
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	10
	たまねぎ	15
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	にんじん	5
	きくらげ(スライス)	0.5
	冷凍チンゲンサイ	6
	がらスープチキンゴールド	3
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	うすくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

6月1日

6月2日

6月3日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稲穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【厚揚げのそぼろ煮】		
	豚ひき肉	30
	たまねぎ	12
	じゃがいも	45
	冷凍枝豆むき身	3
	にんじん	12
	突きこんにやく(黒)	12
	絹厚揚げ	40
	椎茸国産細切スライス	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	清酒(上撰)	1
	三温糖	2.2
	本みりん	0.8
	こいくちしょうゆ	3.5
	うすくちしょうゆ	1.5
【昆布和え】		
	キャベツ	25
	きゅうり	15
	りょくとうもやし	10
	にんじん	5
	塩っぺ	1.5
	こいくちしょうゆ	0.2

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稲穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏のガーリック揚げ】		
	鶏胸肉	45
	ガーリックパウダー	0.4
	食塩	0.1
	清酒(上撰)	1
	うすくちしょうゆ	0.8
	かたくり粉	5
	白絞油	4
【きんぴらごぼう】		
	豚モモ	8
	冷凍 干切ごぼう	16
	突きこんにやく(黒)	12
	にんじん	5
	きくらげ(スライス)	0.6
	いんげん(すじなし)	3
	ごま(いり)	1.5
	三温糖	1
	こいくちしょうゆ	2.2
	うすくちしょうゆ	0.6
	清酒(上撰)	0.4
	本みりん	0.6
	サラダ油(ペットボトル)	0.2
【高野豆腐のみそ汁(鳥栖北)】		
	凍り豆腐(乾)	5
	国産カット油揚げ	5
	だいこん	25
	にんじん	5
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	2.2
	花かつお	1
	合わせみそ	8

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稲穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【さばのねぎ塩焼き】		
	さば 40g	1
	たまねぎ	5
	中ねぎ	1.5
	ノオールドレウマ塩	4
	すりごま	0.5
	うすくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.02
【コーンサラダ】		
	チンさみ水煮無添加	6
	キャベツ	22
	カットほうれん草	16
	ホールコーン粒(スーパーソフト)	8
	にんじん	4
	青じそドレッシング	4
	食塩	0.1
【春雨スープ】		
	無塩せきパラペ-コンスライス	8
	たまねぎ	17
	きくらげ(スライス)	0.5
	冷凍チンゲンサイ	8
	緑豆はるさめ	5
	がらスープチキンゴールド	3
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	1.8
	清酒(上撰)	0.5
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

6月4日

6月5日

6月8日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【焼き餃子】		
	ギョーザ25	2
【キャベツの中華炒め】		
	鶏モモ肉	12
	キャベツ	15
	りょくとうもやし	15
	にんじん	5
	青ピーマン	5
	ホールコーン粒(スーパースイート)	5
	こいくちしょうゆ	0.6
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	ごま油	0.3
【豆腐とえのきのスープ】		
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	17
	たまねぎ	17
	冷凍ほぐしエノキ茸	7
	きくらげ(スライス)	1
	国産小松菜カット	7
	がらスープチキンゴールド	3
	うすくちしょうゆ	3
	こいくちしょうゆ	0.3
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【きびなごのかりかりフライ】		
	きびなごのかりかりフライ	3
	白絞油	3
【ほうれんそうの和え物】		
	オーシャンキングほぐし身(N)	5
	キャベツ	18
	りょくとうもやし	17
	カットほうれん草	14
	野菜いっぱいドレ(和風)	4
	食塩	0.1
【けんちん汁】		
	鶏モモ肉	8
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	15
	だいこん	15
	(冷)里芋	12
	突きこんにゃく(黒)	10
	にんじん	5
	椎茸国産細切スライス	0.5
	中ねぎ	2
	うすくちしょうゆ	1.8
	本みりん	0.5
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.1
	だし昆布	1
	花かつお	1
	サラダ油(ペットボトル)	0.2

【献立名】	食品名	1人分量
【チキンカレー(ご飯)】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【チキンカレー】		
	鶏モモ肉	30
	じゃがいも	40
	たまねぎ	20
	ソテーオニオン	20
	にんじん	10
	国産おろしにんにく	0.3
	カレールー(フレーク)	6
	給食用カレーフレーク	4
	粉チーズ(クヌメイト)	1.07
	スキムミルク	1.05
	トマトケチャップ	3
	赤ワイン	1
	ウスターソース	0.5
	こいくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ビーンズサラダ】		
	ライトオイル漬チンゲン	5
	キャベツ	25
	国産ミックスビーンズ(大豆他)	10
	冷凍枝豆むき身	5
	ホールコーン粒(スーパースイート)	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	4
	うすくちしょうゆ	0.3
	穀物酢	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01

6月9日

6月10日

6月11日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【いわしの梅煮】		
	いわし梅煮	1
【磯和え】		
	キャベツ	20
	カットほうれん草	15
	りょくとうもやし	15
	きざみのり	0.5
	上白糖	0.4
	こいくちしょうゆ	1.5
	本みりん	0.3
	食塩	0.1
【沢煮碗】		
	豚モモ	7
	たまねぎ	12
	冷凍 干切ごぼう	6
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	にんじん	5
	椎茸国産細切スライス	0.3
	国産カット油揚げ	5
	中ねぎ	2
	だし昆布	0.8
	花かつお	1.2
	清酒(上撰)	0.4
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	2
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【ハンバーグ 照焼ソース】		
	牛ひき肉	15
	豚ひき肉	30
	ソテーオニオン	20
	まめプラスM(ミンチ)	6
	パン粉	1
	かたくり粉	0.5
	食塩	0.3
	こいくちしょうゆ	2
	本みりん	0.65
	三温糖	0.7
	かたくり粉	0.2
【小松菜の炒め物】		
	国産小松菜カット	15
	りょくとうもやし	18
	キャベツ	10
	ホルコナーネ(スパーサイト)	5
	にんじん	5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【オニオンスープ】		
	無塩せきパペーコンスライス	7
	たまねぎ	30
	冷凍ほぐしエノキ茸	5
	パセリ	0.3
	がらスープチキンゴールド	4
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	うすくちしょうゆ	1.3
	白ワイン	1
	サラダ油(ペットボトル)	0.4

【献立名】	食品名	1人分量
【タコライス(ご飯)】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【タコライス(具)】		
	豚ひき肉	37
	まめプラスM(ミンチ)	3
	たまねぎ	15
	ソテーオニオン	15
	国産おろしにんにく	0.2
	トマトケチャップ	10
	ホルマト カット3kgパック	6
	中濃ソース	2.4
	オイスターソース	1
	こいくちしょうゆ	0.3
	三温糖	0.3
	ポッカレモン100	0.2
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	北海道シュレッドチーズ	5
【牛乳】		
	牛乳	1
【もやしのスープ】		
	鶏モモ肉	8
	りょくとうもやし	15
	たまねぎ	12
	にんじん	5
	冷凍ほぐしエノキ茸	3
	中ねぎ	2
	カットわかめ	0.5
	がらスープチキンゴールド	3
	ヘルシーファーム 野菜ブイヨン	0.5
	うすくちしょうゆ	1.2
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

6月12日

6月16日

6月17日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【白身魚の香草焼き】		
	ホキ 40g	1
	香草焼きソース(魚用)	0.6
	うすくちしょうゆ	0.2
	清酒(上撰)	1.2
	サラダ油(ペットボトル)	1
【ほうれんそうの炒め物】		
	カットほうれん草	20
	りよくとうもやし	20
	ホールコーン(スーパーソフト)	10
	にんじん	5
	うすくちしょうゆ	0.5
	食塩	0.15
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【鶏団子のみそ汁(田代小)】		
	桜島どり肉団子	24
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐしエノキ茸	8
	にんじん	5
	カットわかめ	0.5
	だし昆布	1
	花かつお	1
	調合赤出みそ	4
	米みそ(甘みそ)	4

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【ユーリンチー】		
	鶏モモ肉	45
	食塩	0.1
	清酒(上撰)	1
	国産おろしにんにく	0.2
	国産おろししょうが	0.2
	かたくり粉	6
	白絞油	4.5
	根深ねぎ	3
	こいくちしょうゆ	2
	穀物酢	1.1
	上白糖	1
	ごま油	0.8
【ナムル】		
	カットほうれん草	20
	りよくとうもやし	16
	キャベツ	16
	ドレッシング韓国ナムル	4
	すりごま	0.5
	食塩	0.1
【五目スープ】		
	豚モモ	15
	たまねぎ	12
	たけのこ(水煮缶詰)	5
	にんじん	5
	きくらげ(スライス)	0.3
	中ねぎ	2
	がらスープチキンゴールド	3
	食塩	0.2
	うすくちしょうゆ	1.2
	清酒(上撰)	0.3
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【少なめご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	60
	強化米(鉄分プラス)	0.18
【牛乳】		
	牛乳	1
【焼きうどん】		
	国産小麦のカットうどん	55
	豚モモ	30
	冷凍切りイカ(むき)	8
	たまねぎ	25
	キャベツ	15
	りよくとうもやし	15
	国産小松菜カット	10
	にんじん	8
	中濃ソース	3
	こいくちしょうゆ	3
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	あおのり	0.05
	サラダ油(ペットボトル)	0.5
【フルーツ和え】		
	みかん缶(果肉)	25
	ミックスフルーツ 冷凍	35
	ドイツ国産ソイマスカット(鉄Ca)	10
	上白糖	2.8
	水	10
	食塩	0.01
【ふりかけ】		
	ふりかけ のりかつお	1

6月18日

6月19日

6月22日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【あじフライ】		
	あじフライ(佐賀 長崎産)	1
	白絞油	4
【切干大根のサラダ】		
	ロースハムタンザク	5
	国産小松菜カット	16
	キャベツ	16
	ホルコンカーネル(スーパーサイト)	5
	切干大根(国産)	2
	笑顔でソフドレ 香りごま	5
	ごま(いり)	1.2
【豆腐とわかめのすまし汁】		
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	20
	たまねぎ	15
	冷凍ほぐしエノキ茸	3
	カットわかめ	0.7
	だし昆布	0.8
	花かつお	1.2
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	2.2

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のつくね焼き】		
	鶏ひき肉	45
	ソテーオニオン	15
	まめプラスM(ミンチ)	4
	冷凍ほぐしエノキ茸	3
	パン粉	2.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	こいくちしょうゆ	0.5
	うすくちしょうゆ	0.5
	清酒(上撰)	1
	本みりん	1
	三温糖	0.5
	かたくり粉	0.5
	水	1
【おかか炒め】		
	かつお節(碎片)	1
	りよくとうもやし	17
	カットほうれん草	13
	にんじん	5
	突きこんにやく(黒)	10
	こいくちしょうゆ	0.8
	本みりん	0.3
	三温糖	0.2
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【キャベツのみそ汁】		
	ミニ絹厚揚げ	12
	キャベツ	15
	たまねぎ	15
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	合わせみそ	8

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【ポークビーンズ】		
	豚モモ	30
	ゆで大豆(レトルト)	12
	国産ミックスビーンズ(大豆他)	7
	ソテーオニオン	30
	じゃがいも	25
	たまねぎ	16
	にんじん	12
	国産おろしにんにく	0.5
	パセリ	0.2
	ホルトマト カット3kgパック	20
	トマトケチャップ	6
	赤ワイン	0.8
	こいくちしょうゆ	1
	三温糖	0.5
	ウスターソース	1
	食塩	0.4
	こしょう混合	0.01
	ペリオオリーブ油	0.5
【ごぼうサラダ】		
	ふんわり炒りたまご	6
	ライトオイル漬ファンクR	6
	冷凍 千切ごぼう	16
	こいくちしょうゆ	0.7
	本みりん	0.3
	三温糖	0.3
	キャベツ	17
	にんじん	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	6
	すりごま	1.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01

6月23日

6月24日

6月25日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のレモン煮】		
	鶏モモ肉	20
	鶏胸肉	30
	清酒(上撰)	1
	水	0.5
	こいくちしょうゆ	1
	国産おろししょうが	0.3
	かたくり粉	7
	白絞油	5
	ポッカレモン100	3
	こいくちしょうゆ	2.7
	上白糖	1.6
	水	2.5
【ひじきとツナのサラダ】		
	ライトツナ漬チャンR	5
	干ひじき	0.5
	国産小松菜カット	15
	りょくとうもやし	15
	ホルコーカーネ(スーパーサイト)	5
	にんじん	3
	野菜いっぱいドレ(和風)	4
	食塩	0.1
【かぼちゃのみそ汁】		
	国産カット油揚げ	5
	かぼちゃ	20
	たまねぎ	15
	冷凍ほぐしエノケ茸	5
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	合わせみそ	8

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【厚揚げのピリカラ煮】		
	豚モモ	30
	絹厚揚げ	40
	じゃがいも	20
	乱切れんこん	10
	突きこんにやく(黒)	10
	ごぼう	7
	にんじん	7
	凍り豆腐(乾)	5
	椎茸国産細切スライス	0.5
	冷凍枝豆むき身	5
	こいくちしょうゆ	4.5
	本みりん	1
	三温糖	2
	トウバンジャン	0.05
	サラダ油(ペットボトル)	0.4
【ほうれん草のごま酢あえ】		
	残ささみ水煮無添加	8
	カットほうれん草	16
	りょくとうもやし	15
	きゅうり	10
	にんじん	5
	すりごま	1
	ごま(いり)	0.5
	上白糖	0.7
	うすくちしょうゆ	1.5
	穀物酢	1.5
	食塩	0.1

【献立名】	食品名	1人分量
【中華風混ぜご飯(ご飯)】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【中華風混ぜご飯(具)】		
	無塩せき 焼き豚	20
	鉄分強化 ソフトいり玉子	20
	たまねぎ	30
	ソテーオニオン	15
	たけのこ(水煮缶詰)	10
	にんじん	5
	冷凍枝豆むき身	3
	国産おろしにんにく	0.2
	中ねぎ	2
	こいくちしょうゆ	3.5
	三温糖	1
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ビーフンスープ】		
	豚モモ	15
	ビーフン	3.5
	たまねぎ	15
	にんじん	5
	きくらげ(スライス)	0.2
	国産小松菜カット	5
	がらスープチキンゴールド	3
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	うすくちしょうゆ	2.2
	清酒(上撰)	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

6月1日

6月2日

6月3日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【さばのねぎ塩焼き】		
	さば 40g	1
	たまねぎ	5
	中ねぎ	1.5
	ノオールドレうま塩	4
	すりごま	0.5
	うすくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.02
【コーンサラダ】		
	チンさみ水煮無添加	6
	キャベツ	22
	カットほうれん草	16
	ホールコンカーネル(スーパーソフト)	8
	にんじん	4
	青じそドレッシング	4
	食塩	0.1
【春雨スープ】		
	無塩せきパラペ-コンスライス	8
	たまねぎ	17
	きくらげ(スライス)	0.5
	冷凍チンゲンサイ	8
	緑豆はるさめ	5
	がらスープチキンゴールド	3
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	1.8
	清酒(上撰)	0.5
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【厚揚げのそぼろ煮】		
	豚ひき肉	30
	たまねぎ	12
	じゃがいも	45
	冷凍枝豆むき身	3
	にんじん	12
	突きこんにやく(黒)	12
	絹厚揚げ	40
	椎茸国産細切スライス	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	清酒(上撰)	1
	三温糖	2.2
	本みりん	0.8
	こいくちしょうゆ	3.5
	うすくちしょうゆ	1.5
【昆布和え】		
	キャベツ	25
	きゅうり	15
	りょくとうもやし	10
	にんじん	5
	塩っぺ	1.5
	こいくちしょうゆ	0.2

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏のガーリック揚げ】		
	鶏胸肉	45
	ガーリックパウダー	0.4
	食塩	0.1
	清酒(上撰)	1
	うすくちしょうゆ	0.8
	かたくり粉	5
	白絞油	4
【きんぴらごぼう】		
	豚モモ	8
	冷凍 干切ごぼう	16
	突きこんにやく(黒)	12
	にんじん	5
	きくらげ(スライス)	0.6
	いんげん(すじなし)	3
	ごま(いり)	1.5
	三温糖	1
	こいくちしょうゆ	2.2
	うすくちしょうゆ	0.6
	清酒(上撰)	0.4
	本みりん	0.6
	サラダ油(ペットボトル)	0.2
【高野豆腐のみそ汁(鳥栖北)】		
	凍り豆腐(乾)	5
	国産カット油揚げ	5
	だいこん	25
	にんじん	5
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	2.2
	花かつお	1
	合わせみそ	8

6月4日

6月5日

6月8日

【献立名】	食品名	1人分量
【チキンカレー(ご飯)】		
	水稲穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【チキンカレー】		
	鶏モモ肉	30
	じゃがいも	40
	たまねぎ	20
	ソテーオニオン	20
	にんじん	10
	国産おろしにんにく	0.3
	カレールー(フレーク)	6
	給食用カレーフレーク	4
	粉チーズ(クラスメイト)	1.07
	スキムミルク	1.05
	トマトケチャップ	3
	赤ワイン	1
	ウスターソース	0.5
	こいくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ビーンズサラダ】		
	ライトオイル漬チンゲン菜	5
	キャベツ	25
	国産ミックスビーンズ(大豆他)	10
	冷凍枝豆むき身	5
	ホールコーン(スーパースイート)	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	4
	うすくちしょうゆ	0.3
	穀物酢	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稲穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【焼き餃子】		
	ギョーザ25	2
【キャベツの中華炒め】		
	鶏モモ肉	12
	キャベツ	15
	りょくとうもやし	15
	にんじん	5
	青ピーマン	5
	ホールコーン(スーパースイート)	5
	こいくちしょうゆ	0.6
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	ごま油	0.3
【豆腐とえのきのスープ】		
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	17
	たまねぎ	17
	冷凍ほぐしエノキ茸	7
	きくらげ(スライス)	1
	国産小松菜カット	7
	がらスープチキンゴールド	3
	うすくちしょうゆ	3
	こいくちしょうゆ	0.3
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稲穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【きびなごのかりかりフライ】		
	きびなごのかりかりフライ	3
	白絞油	3
【ほうれんそうの和え物】		
	オーシャンキングほぐし身(N)	5
	キャベツ	18
	りょくとうもやし	17
	カットほうれん草	14
	野菜いっぱいドレ(和風)	4
	食塩	0.1
【けんちん汁】		
	鶏モモ肉	8
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	15
	だいこん	15
	(冷)里芋	12
	突きこんにやく(黒)	10
	にんじん	5
	椎茸国産細切スライス	0.5
	中ねぎ	2
	うすくちしょうゆ	1.8
	本みりん	0.5
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.1
	だし昆布	1
	花かつお	1
	サラダ油(ペットボトル)	0.2

6月12日

6月16日

6月17日

【献立名】	食品名	1人分量
[少なめご飯]		
	水稻穀粒(精白米)	60
	強化米(鉄分プラス)	0.18
[牛乳]		
	牛乳	1
[焼きうどん]		
	国産小麦のカットうどん	55
	豚モモ	30
	冷凍切りイカ(むき)	8
	たまねぎ	25
	キャベツ	15
	りよくとうもやし	15
	国産小松菜カット	10
	にんじん	8
	中濃ソース	3
	こいくちしょうゆ	3
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	あおのり	0.05
	サラダ油(ペットボトル)	0.5
[フルーツ和え]		
	みかん缶(果肉)	25
	ミックスフルーツ 冷凍	35
	ドイツ国産ショイマスカット(鉄Ca)	10
	上白糖	2.8
	水	10
	食塩	0.01
[ふりかけ]		
	ふりかけ のりかつお	1

【献立名】	食品名	1人分量
[ご飯]		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
[牛乳]		
	牛乳	1
[白身魚の香草焼き]		
	ホキ 40g	1
	香草焼きソース(魚用)	0.6
	うすくちしょうゆ	0.2
	清酒(上撰)	1.2
	サラダ油(ペットボトル)	1
[ほうれんそうの炒め物]		
	カットほうれん草	20
	りよくとうもやし	20
	ホールコーン(スーパー)	10
	にんじん	5
	うすくちしょうゆ	0.5
	食塩	0.15
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
[鶏団子のみそ汁(田代小)]		
	桜島どり肉団子	24
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐしエノキ茸	8
	にんじん	5
	カットわかめ	0.5
	だし昆布	1
	花かつお	1
	調合赤出みそ	4
	米みそ(甘みそ)	4

【献立名】	食品名	1人分量
[ご飯]		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
[牛乳]		
	牛乳	1
[ユーリンチー]		
	鶏モモ肉	45
	食塩	0.1
	清酒(上撰)	1
	国産おろしにんにく	0.2
	国産おろししょうが	0.2
	かたくり粉	6
	白絞油	4.5
	根深ねぎ	3
	こいくちしょうゆ	2
	穀物酢	1.1
	上白糖	1
	ごま油	0.8
[ナムル]		
	カットほうれん草	20
	りよくとうもやし	16
	キャベツ	16
	ドレッシング韓国ナムル	4
	すりごま	0.5
	食塩	0.1
[五目スープ]		
	豚モモ	15
	たまねぎ	12
	たけのこ(水煮缶詰)	5
	にんじん	5
	きくらげ(スライス)	0.3
	中ねぎ	2
	がらスープチキンゴールド	3
	食塩	0.2
	うすくちしょうゆ	1.2
	清酒(上撰)	0.3
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

6月18日

6月19日

6月22日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稲穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【ポークビーンズ】		
	豚モモ	30
	ゆで大豆(レトルト)	12
	国産ミックスビーンズ(大豆他)	7
	ソテーオニオン	30
	じゃがいも	25
	たまねぎ	16
	にんじん	12
	国産おろしにんにく	0.5
	パセリ	0.2
	ホルムト カット3kgパック	20
	トマトケチャップ	6
	赤ワイン	0.8
	こいくちしょうゆ	1
	三温糖	0.5
	ウスターソース	1
	食塩	0.4
	こしょう混合	0.01
	ベリオオリーブ油	0.5
【ごぼうサラダ】		
	ふんわり炒りたまご	6
	ライトオイル漬ファンクR	6
	冷凍 千切ごぼう	16
	こいくちしょうゆ	0.7
	本みりん	0.3
	三温糖	0.3
	キャベツ	17
	にんじん	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	6
	すりごま	1.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稲穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【あじフライ】		
	あじフライ(佐賀 長崎産)	1
	白絞油	4
【切干大根のサラダ】		
	ロースハムタンザク	5
	国産小松菜カット	16
	キャベツ	16
	ホルゴンカーネル(スーパーサイト)	5
	切干大根(国産)	2
	笑顔でラントレ 香りごま	5
	ごま(いり)	1.2
【豆腐とわかめのすまし汁】		
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	20
	たまねぎ	15
	冷凍ほぐしエノキ茸	3
	カットわかめ	0.7
	だし昆布	0.8
	花かつお	1.2
	清酒(上撰)	0.5
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	2.2

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稲穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のつくね焼き】		
	鶏ひき肉	45
	ソテーオニオン	15
	まめプラスM(ミンチ)	4
	冷凍ほぐしエノキ茸	3
	パン粉	2.5
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	こいくちしょうゆ	0.5
	うすくちしょうゆ	0.5
	清酒(上撰)	1
	本みりん	1
	三温糖	0.5
	かたくり粉	0.5
	水	1
【おなか炒め】		
	かつお節(碎片)	1
	りよくとうもやし	17
	カットほうれん草	13
	にんじん	5
	突きこんにゃく(黒)	10
	こいくちしょうゆ	0.8
	本みりん	0.3
	三温糖	0.2
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【キャベツのみそ汁】		
	ミニ絹厚揚げ	12
	キャベツ	15
	たまねぎ	15
	中ねぎ	2
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	合わせみそ	8

6月26日

6月29日

6月30日

【献立名】	食品名	1人分量
【食パン】		
	食パン1枚	1
【牛乳】		
	牛乳	1
【なすとひき肉のスパゲティ】		
	スパゲッティ(ミニ)	30
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	まめプラスM(ミンチ)	3
	豚ひき肉	25
	牛ひき肉	5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
	たまねぎ	18
	ソテーオニオン	10
	なす	5
	ズッキーニ	5
	にんじん	5
	国産おろしにんにく	0.3
	ホルトトマト 3kgパック	12
	トマトケチャップ	5.6
	マイルドデミグラスソース	5
	赤ワイン	1
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	ウスターソース	0.8
	こいくちしょうゆ	0.8
	ペリオオリーブ油	0.8
【イタリアンサラダ】		
	ライトオイル漬ファンクR	4
	キャベツ	18
	きゅうり	15
	にんじん	7
	冷凍枝豆むき身	7
	ホルンカーネル(スーパーソフト)	7
	イタリアンドレッシング	4
	食塩	0.1

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【春巻き】		
	春巻Fe(米粉入り)	1
	白絞油	3
【中華サラダ】		
	オニオンほぐし身(N)	8
	りよくとうもやし	16
	カットほうれん草	16
	きゅうり	7
	ホルンカーネル(スーパーソフト)	7
	ドレッシング韓国ナムル	3
	すりごま	0.5
	食塩	0.1
【鶏肉と揚げ物のスープ】		
	鶏モモ肉	15
	鉄豆腐 Fe-1000(国産)	10
	たまねぎ	15
	冷凍ほぐしエノケ茸	5
	にんじん	5
	きくらげ(スライス)	0.5
	冷凍チンゲンサイ	6
	がらスープチキンゴールド	3
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	うすくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.5
	サラダ油(ペットボトル)	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【魚のマヨネーズ焼き】		
	ホキ 50g	1
	食塩	0.1
	うすくちしょうゆ	1
	白ワイン	1
	ノンエッグマヨネーズタイプ	8
【野菜炒め】		
	キャベツ	20
	りよくとうもやし	20
	国産小松菜カット	8
	にんじん	5
	うすくちしょうゆ	0.5
	白ワイン	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油(ペットボトル)	0.3
【ソーキ汁】		
	豚モモ	20
	だいこん	25
	にんじん	5
	椎茸国産細切スライス	0.5
	野菜こんぶ1cm角切	0.6
	中ねぎ	2
	だし昆布	1
	花かつお	1
	清酒(上撰)	1
	こいくちしょうゆ	1.5
	うすくちしょうゆ	1
	本みりん	1
	食塩	0.3
	サラダ油(ペットボトル)	0.6