



2025年 7月 8日 (火)

[illegible]

2025年 7月 9日 (水)

エネルギー量：724kcal	g
牛乳	
ジューシー（まぜごはん）	
ゴーヤチャンプルー	
沖縄もずくのスープ	
【牛乳】	
牛乳	206
【ジューシー（まぜごはん）】	
金賞健康米	85
豚モモ（脂身付き）	20
にんじん	15
ぶなしめじ	5
刻み昆布	1
糸かまぼこ	10
しょうが	1
うすくちしょうゆ	3
こいくちしょうゆ	3
清酒	1
本みりん	3
とりがらスープ	3
【ゴーヤチャンプルー】	
豚モモ（脂身付き）	60
にがうり	28
上白糖	0
食塩	0
絹厚揚げ	35
玉葱	25
りよくとうもやし	37
にんじん	15
糸かつお	1
ごま油	1
こいくちしょうゆ	4
オイスターソース	2
食塩	0
上白糖	2
鶏がらだし	0
清酒	1
白こしょう	0
【沖縄もずくのスープ】	
沖縄もずく	20
えのきたけ	10
木綿豆腐	30
たけのこ	10
葉ねぎ	2
とりがらスープ	3
鶏がらだし	1
うすくちしょうゆ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	190

2025年 7月10日(木)

[illegible]

2025年 7月11日(金)

エネルギー量：738kcal	g
牛乳	
アップルパン	
白身魚のラタトゥイユ	
ジュリエンスープ	
洋なし(缶詰)	
【牛乳】	
牛乳	206
【アップルパン】	
アップルパン	70
【白身魚のラタトゥイユ】	
メルルーサ	60
白ワイン	2
食塩	0
白こしょう	0
かたくり粉	5
米粉	2
揚げ油	6
なす	10
赤ピーマン	7
黄ピーマン	7
玉葱	20
にんにく	0
オリーブ油	1
トマト缶詰	18
トマトケチャップ	3
白ワイン	0
上白糖	1
こいくちしょうゆ	1
食塩	0
コンソメ	0
水	10
【ジュリエンスープ】	
ショルダーベーコン	5
だいこん	40
玉葱	35
にんじん	10
パセリ	0
とりがらスープ	2
コンソメ	2
食塩	0
白こしょう	0
水	170
【洋なし(缶詰)】	
西洋なし(缶詰)	50

2025年 7月14日(月)

[illegible]

※使用量は小数点以下を切り捨てて表示しています。「0g」と表示される食材の使用量は1g以下です。

※物資調達の都合により、献立を変更する場合があります。献立に表示している使用量およびエネルギー量は中学部・高等部の値です。小学部は0.7倍です。

[illegible][illegible][illegible]

＜段階食について＞ パンがゆは、大パン1/2個と牛乳150mlで作ります。 おかずの調理に「おかゆ」を使用することがあります。