[献立表]

В	, <u> </u>		大田区立羽田小学校			
	献立名	牛乳	赤の仲間血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	I礼f - たんぱく 脂質 食塩相当
	ごはん		豚肉(挽肉),鶏肉(挽肉),豆腐(しぼり),干ひじき,鶏卵,削り節	*		648 kd
1 水	豆腐ハンバーグのきのこあんかけ ポテトサラダ	$ \circ$	(EU)	油、生パン粉、砂糖、でん粉 じゃがいも、油、砂糖	たまねぎ,しょうが,しめじ,えのきたけ,万能ねぎ にんじん,冷凍ホールコーン,きゅうり	27.1 g 23.4 g
717	野菜スープ		島がら、ベーコン	油	しょうが、セロリー、にんじん、たまねぎ、キャベツ	1.9 g
	中華風豆おこわ			** 米,もち米,ごま油,油	にんじん,干しいたけ,ねぎ,グリンピース(冷凍)	657 k
2	魚のねぎソースかけ		★鯖(40g),★鯖(50g),★鯖(60g)	砂糖,★白いりごま	ねぎ,しょうが	32.4 g
木	カリポリサラダ			油,砂糖	だいこんにんじんきゅうり	24.4 g
	すまし汁		削り節(だし),木綿豆腐,乾燥わかめ		小松菜ねぎ	3.5 g
	きんぴらごはん		昆布(だし),豚肉(挽肉)	米,麦,油,しらたき,砂糖,ごま油	ごぼう,にんじん,さやいんげん	619 k
7	かつおの揚げ煮	0	★かつお 角切り	でん粉,油,砂糖,★白いりごま	しょうが	30.6 g
火	昆布サラダ		塩昆布	油,ごま油,砂糖	キャベツ,もやし,にんじん,小松菜	18.9 g
	かきたま汁		削り節(だし),鶏卵	でん粉	にんじん,たまねぎ	2.1 g
	パンプキン食パン			パンプキン食パン(40g),パンプキン食パン(50g),パンプキン食パン(60g)		689 kd
8 水	マカロニグラタン	$ \circ$	鶏小間肉,調理用牛乳,ミックスチーズ	油,じゃがいも,マカロニ,バター,小麦粉	にんじん,たまねぎ,しめじ,パセリ	28.9 g
小	ミネストローネスープ	_	ベーコン,鳥がら,乾燥いんげん豆	油, じゃがいも	にんにく、にんじん、たまねぎ、しょうが、キャベツ	26.0 g
	くだもの(清見オレンジ) こぎつねごはん		油揚げ	米麦砂糖.★白いりごま	清見オレンジ にんじん・干ししいたけ、小松菜	3.0 g
9	メンチカツ			砂糖生パン粉小麦粉油	たまねぎ、にんしんにんにく、キャベツ	27.9 g
木	なめこのみそ汁		削り節(だし),絹ごし豆腐	5 45.1 1 5 45.5 S.4574	なめこ、だいこん。ねぎ	28.0 g
•	78.09.20307 (71					3.7 g
	春キャベツタンメン		鳥がら,豚肩ロース脂身付き薄切り	冷凍ラーメン,油,ごま油	しょうがにんにく,にんじん,キャベツ,もやし,ねぎ,にら	668 kg
10	新じゃがのそぼろ煮		豚肉(挽肉),削り節(だし)	油,じゃがいも,砂糖,でん粉	 にんじん.たまねぎ,さやいんげん	23.7 g
金	抹茶スコーン	0	調理用牛乳	強力粉,小麦粉,砂糖,バター,チョコチップ		28.5 g
						2.9 g
	わかめごはん		炊き込みわかめ	米.麦		654 kd
11	名古屋風甘辛から揚げ		鶏もも肉切り身($40g$),鶏もも肉切り身($50g$),鶏もも肉切り身($60g$)	でん粉,油,砂糖,★白いりごま	にんにく,しょうが	22.5 g
\pm	フレンチサラダ	0		油,砂糖	キャベツ,きゅうり,にんじん,パインアップルチビット缶	23.4 g
	じゃが芋のみそ汁		削り節(だし),カットわかめ	じゃがいも	はくさい	2.9 g
	セルフハンバーガー		大豆 乾燥,おから(新製法),豚肉(挽肉),鶏卵	ショートニング・パン柏(4Og),ショートニング・パン柏(5Og),ショートニング・パン柏 (6Og),油,生パン粉,砂糖	たまねぎ	687 kd
14	ポトフ	0	ベーコン,豚肩ロース脂身付き薄切り,鳥がら	油,じゃがいも	セロリー,にんじん,たまねぎ,しょうが,キャベツ,パセリ	30.4 g
火	コーンサラダ			油,砂糖	キャベツ,きゅうり,にんじん,冷凍ホールコーン	34.3 g
						3.4 g
. –	高野めし		削り節(だし),油揚げ,鶏若胸ひき肉,高野豆腐(細切り)	米,麦,油,砂糖	ごぼう,にんじん	601 kd
15 7k	きびなごのから揚げ	0	★きびなご 	でん粉、小麦粉、油	しょうが	27.3 g
37	キャベツのみそ汁くだもの(美生柑)		削り節(だし)	じゃがいも	キャベツ、小松菜美生柑	28.1 g
	ポークカレーライス		島がら,豚肩ロース脂身付き薄切り	米麦油、じゃがいもパター、小麦粉	しょうが,にんにく,にんじん,たまねぎ,福神漬	2.4 g
16	海藻サラダ	0	海藻サラダ	砂糖、ごま油	キャベツ、もやしきゅうり、にんじん	21.6 g
木	海深り プラ		粉寒天.調理用牛乳	砂糖		21.0 g
•						3.1 g
	上海めん		豚肩ロース脂身付き薄切り,鳥がら,★いか(短冊),★むきえび	蒸し中華めん、油、でん粉、ごま油	にんじん,干ししいたけ,たけのこ(水煮),たまねぎ,しょうが,キャベツ, もやし,チンゲンツァイ	626 kg
17	レバーとポテトのケチャップあえ	0	鶏レバー	油,小麦粉,でん粉,じゃがいも,砂糖	しょうが,たまねぎ,ピーマン	30.3 g
金 ———	わかめスープ		鳥がら,乾燥わかめ	★白いりごま,ごま油	しょうが,にんじん,たまねぎ	25.0 g
						3.3 g
	ピザトースト	0	ベーコン,ミックスチーズ	食パン(40g),食パン(50g),食パン(60g),油	にんにく,たまねぎ,ピーマン,マッシュルーム(缶)	600 kd
20	グリーンサラダ			サラダ油,砂糖,マヨネーズ	キャベツ,きゅうり,枝豆(冷凍)	26.9 g
月	レンズ豆のスープ		鶏肉(薄切り),レンズまめ(乾),鳥がら	油	セロリー,にんじん,たまねぎ,しめじ,しょうが,キャベツ,パセリ,小松菜	31.8 g
						3.1 g
	麦ごはん	0	1 H-74/40 \ 1 H-74/70 \ 1 H-74/70 \ 1	米,麦		604 kd
21 火	魚の南部焼き 切干大根の煮物		★生鮭(40g),★生鮭(50g),★生鮭(60g) 油揚げ,削り節(だし)	★白すりごま、★黒いりごま 油.砂糖	にんじん切干し大根干ししいたけ、小松菜	29.6 g
火	豆腐のみそ汁			/出,19/#8	えのきたけれざ	17.3 g
					2006/210,486	22 ~
			削り節(だし)、木綿豆腐、生わかめ		n hi	2.2 g
	くだもの(りんご)		例り即いこの、本緒豆腐、生わかめ 豚肉(挽肉)、鶏卵	米麦油	りんご にんじんねぎはくさいキムチ漬	
22	くだもの(りんご) キムチチャーハン			米.麦油 油きょうざの皮(16cm),ごま油でん粉/小麦粉		655 kd
 22 水	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ	0	豚肉(兔肉),鶏卵		にんじん。ねぎ、はくさいキムチ漬	655 kg
	くだもの(りんご) キムチチャーハン	0	豚肉(挽肉),鷄卵 豚肉(挽肉)	油.ぎょうざの皮(16cm),ごま油.でん粉,小麦粉	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ演 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら	
	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ	0	豚肉(挽肉),鷄卵 豚肉(挽肉)	油.ぎょうざの皮(16cm),ごま油.でん粉,小麦粉	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ演 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら	655 kg 23.3 g 24.5 g 3.4 g
水 23	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ		豚肉(挽肉),鶏卵 豚肉(挽肉) 鳥がら,ベーコン	油.ぎょうざの皮(16cm),ごま油.でん粉.小麦粉 ごま油	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ潰 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ,干ししいたけ,しめじ,小松菜	655 kg 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 kg
水	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん	0	豚肉(挽肉),鶏卵 豚肉(挽肉) 鳥がら,ベーコン 鶏肉(角切り),鶏卵,きざみのり	油・ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米・麦、三温糖,水あめ(酵素糖化),油	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ,干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ	655 kg 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 kg 24.1 g
水 23	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁		豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉) 鳥がら、ベーコン 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米表,三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖,油 じゃがいも	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン	655 kg 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 kg 24.1 g 19.9 g
水 23 木	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁		豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉) 鳥がら、ベーコン 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米,麦,三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖,油	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン	655 kk 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 kk 24.1 g 19.9 g 3.1 g
水 23 木 24	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き		豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉) 鳥がら、ベーコン 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし)	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米.麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖,油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, グラニュー糖 油.パター,じゃがいも	にんじん,ねぎはくさいキムチ漬 しょうが、にんにく、キャベツ、たまねぎ、にら しょうが、にんじん、かぶ、干ししいたけ、しめじ、小松菜 ねぎ 小松菜、にんじん、きゅうり、冷凍ホールコーン にんじん、だいこん、しめじ、小松菜	655 k 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 19.9 g 3.1 g 619 k 23.6 g
水 23 木	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁	0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉) 鳥がら、ベーコン 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひしき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし)	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米.麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, グラニュー糖	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ,干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜	655 k 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 19.9 g 3.1 g 619 k 23.6 g 28.1 g
水 23 木 24	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ	0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵の 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, 油パター,じゃがいも でん粉	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,パセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜	655 k 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 19.9 g 3.1 g 619 k 23.6 g 28.1 g
水 23 木 24 金	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ	0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉) 鳥がら、ベーコン 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, グラニュー糖 油.バター,じゃがいも でん粉 米麦,バター,油	にんじん,ねぎはくさいキムチ漬 しょうが、にんにく、キャベツ、たまねぎ、にら しょうが、にんじん、かぶ、干ししいたけ、しめじ、小松菜 ねぎ 小松菜、にんじん、きゅうり、冷凍ホールコーン にんじん、だいこん、しめじ、小松菜	655 k 23.3 & 24.5 & 3.4 & 628 k 24.1 & 19.9 & 3.1 & 619 k 23.6 & 28.1 & 2.8 & 653 k
水 23 木 24 金 27	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ	0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵 腸がら、ベーコン 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひしき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, カラニュー糖 油.バター,じゃがいも でん粉 米麦.バター,油 油.でん粉,じゃがいも,砂糖	にんじん,ねぎはくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ,干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,パセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,たまねぎ,にんじん,グリンピース	655 k 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 3.1 g 619 k 23.6 g 28.1 g 28.1 g 653 k 26.1 g
水 23 木 24 金	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ	0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉) 鳥がら、ベーコン 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, グラニュー糖 油.バター,じゃがいも でん粉 米麦,バター,油	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,パセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜	655 k 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 19.9 g 3.1 g 619 k 23.6 g 28.1 g 28.8 g 653 k 26.1 g
水 23 木 24 金 27	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ	0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵 腸がら、ベーコン 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひしき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, カラニュー糖 油.バター,じゃがいも でん粉 米麦.バター,油 油.でん粉,じゃがいも,砂糖	にんじん,ねぎはくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ,干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,パセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,たまねぎ,にんじん,グリンピース	655 k 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 19.9 g 3.1 g 619 k 23.6 g 28.1 g 28.8 g 653 k 26.1 g 20.9 g 2.3 g
水 23 木 24 金 27 月	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ	0 0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵、 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひしき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏肉(挽肉) 大豆 乾燥、★かえり煮干し 鳥がら、鶏小間肉	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖,油 しゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, グラニュー糖 油,パター,じゃがいも でん粉 米麦,バター,油 油,でん粉,じゃがいも、砂糖 マロニー,ごま油	にんじん,ねぎはくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ,干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,パセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,たまねぎ,にんじん,グリンピース	655 k 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 3.1 g 619 k 23.6 g 28.1 g 28.1 g 653 k 26.1 g 20.9 g 2.3 g 602 k
水 23 木 24 金 27	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ	0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉) 鳥がら、ベーコン 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏卵	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, グラニュー糖 油パター,じゃがいも でん粉 米麦.バター,油 油.でん粉,じゃかいも,砂糖 マロニー,ごま油	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,パセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,たまねぎ,にんじん,グリンピース	655 k 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 3.1 g 619 k 23.6 g 28.1 g 653 k 26.1 g 20.9 g 2.3 g 602 k 27.7 g
水 23 木 24 金 27 月 28	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ ぶどうパン ホワイトシチュー	0 0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵、 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひしき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏肉(挽肉) 大豆 乾燥、★かえり煮干し 鳥がら、鶏小間肉	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 こま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 しゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, グラニュー糖 油バター,じゃがいも でん粉 米麦,バター,油 油,でん粉,じゃがいも,砂糖 マロニー,ごま油 ぶどうパン(40g),ぶどうパン(50g),ぶどうパン(60g) 油.じゃがいも,バター,小麦粉	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,バセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,たまねぎ,にんじん,グリンピース しょうが,にんじん,たまねぎ,干ししいたけ,たけのこ(水煮),ねぎ	655 k 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 3.1 g 619 k 23.6 g 28.1 g 28.1 g 653 k 26.1 g 20.9 g 2.3 g 602 k 27.7 g 21.7 g
水 23 木 24 金 27 月 28	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ ぶどうパン ホワイトシチュー	0 0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵、 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひしき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏肉(挽肉) 大豆 乾燥、★かえり煮干し 鳥がら、鶏小間肉	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 こま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 しゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, グラニュー糖 油バター,じゃがいも でん粉 米麦,バター,油 油,でん粉,じゃがいも,砂糖 マロニー,ごま油 ぶどうパン(40g),ぶどうパン(50g),ぶどうパン(60g) 油.じゃがいも,バター,小麦粉	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,バセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,たまねぎ,にんじん,グリンピース しょうが,にんじん,たまねぎ,干ししいたけ,たけのこ(水煮),ねぎ	655 k 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 3.1 g 619 k 23.6 g 28.1 g 28.1 g 653 k 26.1 g 20.9 g 2.3 g 602 k 27.7 g 21.7 g
水 23木 24金 27月 28火	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ ぶどうパン ホワイトシチュー オニオンドレッシングサラダ	0 0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵、 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひしき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏肉(挽肉) 大豆 乾燥、★かえり煮干し 鳥がら、鶏小間肉	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, カラニュー糖 油パター,じゃがいも でん粉 米麦,バター,油 油.でん粉,じゃがいも,砂糖 マロニー,ごま油 ぶどうパン(40g),ぶどうパン(50g),ぶどうパン(60g) 油.じゃがいも,バター,小麦粉 砂糖,ごま油.油	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,バセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,たまねぎ,にんじん,グリンピース しょうが,にんじん,たまねぎ,干ししいたけ,たけのこ(水煮),ねぎ	655 k 23.3 i 24.5 i 3.4 i 628 k 24.1 i 19.9 i 3.1 i 619 k 23.6 i 28.1 i 20.9 i 602 k 27.7 i 21.7 i 2.5 i 633 k
水 23木 24金 27月 28火	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ ぶどうパン ホワイトシチュー オニオンドレッシングサラダ 麦ごはん	0 0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉) 鳥がら、ベーコン 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏小間肉 素苔鶏肉胸(皮なし)、鳥がら、乾燥いんげん豆、調理用牛乳、生 クリーム	 油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖,グラニュー糖 油パター,じゃがいも でん粉 米麦/バター,油 油・でん粉,じゃがいも、砂糖 マロニー,ごま油 ぶどうパン(40g),ぶどうパン(50g),ぶどうパン(60g) 油・じゃがいも,パター,小麦粉 砂糖,ごま油.油 米麦 	にんじん,ねぎ,はくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,バセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,たまねぎ,にんじん,グリンピース しょうが,にんじん,たまねぎ,干ししいたけ,たけのこ(水煮),ねぎ	655 k 23.3 i 24.5 i 3.4 i 628 k 24.1 i 19.9 i 3.1 i 619 k 23.6 i 28.1 i 20.9 i 2.3 i 602 k 27.7 i 2.5 i 633 k 29.9 i
水 23木 24金 27月 28火 29	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ ぶどうパン ホワイトシチュー オニオンドレッシングサラダ 麦ごはん 白身魚のフライ	0 0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏肉(挽肉) 大豆 乾燥、★かえり煮干し 鳥がら、鶏小間肉 鶏若鶏肉胸(皮なし)、鳥がら、乾燥いんげん豆、調理用牛乳、生 クリーム ★ホキ(40g)、★ホキ(50g)、★ホキ(60g)、鶏卵 カットわかめ、★ちりめんじゃこ 削り節(だし)、厚揚げ	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, グラニュー糖 油パター,じゃがいも でん粉 米麦.バター,油 油でん粉,じゃがいも,砂糖 マロニー,ごま油 ぶどうパン(40g),ぶどうパン(50g),ぶどうパン(60g) 油,じゃがいも,バター,小麦粉 砂糖,ごま油,油 米麦	にんじん,ねぎはくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎにら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじんだいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,パセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,たまねぎ,にんじん,グリンピース しょうがにんじん,たまねぎ,干ししいたけ,たけのこ(水煮).ねぎ にんじん,たまねぎ,しょうが,しめじ,パセリ キャベツ,ブロッコリー,もやし,にんじん,★りんご,たまねぎ	655 23.3 24.5 3.4 628 24.1 19.9 3.1 619 23.6 28.1 20.9 2.3 602 27.7 21.7 2.5 633 29.9 20.9
水 23 木 24 金 27 月 28 火 29	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ ぶどうパン ホワイトシチュー オニオンドレッシングサラダ 麦ごはん 白身魚のフライ じゃことわかめのあえもの 厚揚げのみそ汁 五目うどん	0 0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉) 鶏肉(挽肉) 鶏肉(挽肉) 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ボーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏外間肉 泉がら、鶏小間肉 泉若鶏肉胸(皮なし)、鳥がら、乾燥いんげん豆、調理用牛乳、生クリーム ★ホキ(40g)、★ホキ(50g)、★ホキ(60g)、鶏卵 カットわかめ、★ちりめんじゃこ 削り節(だし)、厚湯げ 民宿(だし)、厚湯げ 見宿(だし)、厚湯げ	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, グラニュー糖 油パター,じゃがいも でん粉 米麦.バター,油 油でん粉,じゃがいも,砂糖 マロニー,ごま油 ぶどうパン(40g),ぶどうパン(50g),ぶどうパン(60g) 油,じゃがいも,バター,小麦粉 砂糖,ごま油,油 米麦	にんじん,ねぎはくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎにら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,バセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,たまねぎ,にんじん,グリンピース しょうが,にんじん,たまねぎ,干ししいたけ,たけのこ(水煮),ねぎ にんじん,たまねぎ,しょうが,しめじ,パセリ キャベツ,ブロッコリー,もやし,にんしん,★りんご,たまねぎ	655 k 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 3.1 g 619 k 23.6 g 28.1 g 28.1 g 653 k 20.9 g 21.7 g 21.7 g 25.5 g 633 k 29.9 g 3.1 g
水 23 木 24 金 27 月 28 火 29 水 30	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ ぶどうパン ホワイトシチュー オニオンドレッシングサラダ 麦ごはん 白身魚のフライ じゃことわかめのあえもの 厚揚げのみそ汁 五目うどん ひじきとコーンのかき揚げ	0 0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉) 鶏がら、ベーコン 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ベーコン・調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏卵 泉がら、鶏卵 東京 東京 東京 東京 東京 東京 東京	出きょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 こま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油,砂糖, ガラニュー糖 油,バター,じゃがいも でん粉 米麦,バター,油 油,でん粉,じゃがいも,砂糖 マロニー,ごま油 ぶどうパン(40g),ぶどうパン(50g),ぶどうパン(60g) 油,じゃがいも,パター,小麦粉 砂糖,ごま油.油 米麦 小麦粉,乾燥パン粉,油 ごま油砂糖,★白いりごま	にんじん,ねぎはくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,パセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,にんじん,たまねぎ,にんじん,グリンピース しょうが,にんじんたまねぎ,干ししいたけ,たけのこ(水煮),ねぎ にんじん,たまねぎ,しょうが,しめじ,パセリ キャベツ,ブロッコリー,もやし,にんじん,★りんごたまねぎ きゅうり,にんじん,キャベツ なめこ,小松菜,ねぎ	655 k 23.3 E 24.5 E 3.4 E 628 k 24.1 E 19.9 E 3.1 E 23.6 E 28.1 E 20.9 E 23.8 E 602 k 27.7 E 2.5 E 633 k 29.9 E 3.1 E 643 k
水 23 木 24 金 27 月 28 火 29 水	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ ぶどうパン ホワイトシチュー オニオンドレッシングサラダ 麦ごはん 白身魚のフライ じゃことわかめのあえもの 厚揚げのみそ汁 五目うどん	0 0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉) 鶏肉(挽肉) 鶏肉(挽肉) 鶏肉(角切り)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) ボーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏外間肉 泉がら、鶏小間肉 泉若鶏肉胸(皮なし)、鳥がら、乾燥いんげん豆、調理用牛乳、生クリーム ★ホキ(40g)、★ホキ(50g)、★ホキ(60g)、鶏卵 カットわかめ、★ちりめんじゃこ 削り節(だし)、厚湯げ 民宿(だし)、厚湯げ 見宿(だし)、厚湯げ	油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 **********************************	にんじん,ねぎはくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎにら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじんだいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,パセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,にんじん,たまねぎ,にんじん,グリンピース しょうが,にんじん,たまねぎ,にんじん,がリンピース にんじん,たまねぎ,しょうが,しめじ,パセリ キャベツ,ブロッコリー,もやしにんじん,★りんご,たまねぎ きゅうり,にんじん,キャベツ なめこ,小松菜ねぎ にんじん,干ししいたけ,たまねぎ,小松菜	655 kk 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 kk 24.1 g 19.9 g 3.1 g 619 kk 23.6 g 28.1 g 28.8 g 653 kk 26.1 g 20.9 g 21.7 g 2.5 g 633 kk 29.9 g 3.1 g 643 kk 27.4 g
水 23 木 24 金 27 月 28 火 29 水 30	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ ぶどうパン ホワイトシチュー オニオンドレッシングサラダ 麦ごはん 白身魚のフライ じゃことわかめのあえもの 厚揚げのみそ汁 五目うどん ひじきとコーンのかき揚げ フルーツヨーグルトかけ	0 0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵 霧肉(挽肉)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) 木つコン 湯がら、鶏卵 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏小間肉 木木キ(40g)、★ホキ(50g)、★ホキ(60g)、鶏卵 カットわかめ、★ちりめんじゃこ 削り節(だし)、厚削(かし、下湯) カットわかめ、大豆・乾燥、★さくらえび(素干し)、鶏卵 オフレーンヨーグルト ホーンコーグルト	 油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも カブラニュー糖 油パター,じゃがいも でん粉 米麦,バター,油 油,でん粉,じゃがいも,砂糖 マロニー,ごま油 ぶどうパン(40g),ぶどうパン(50g),ぶどうパン(60g) 油,じゃがいも,パター,小麦粉 砂糖,ごま油,油 米麦 小麦粉,乾燥パン粉.油 ごま油砂糖,★白いりごま,小麦粉,油 粉砂糖 	にんじん,ねぎはくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎにら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじんだいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,パセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,にんじん,たまねぎ,にんじん,グリンピース しょうが,にんじん,たまねぎ,にんじん,グリンピース にんじん,たまねぎ,しょうが,しめじ,パセリ キャベツ,ブロッコリー,もやし,にんしん,★りんご,たまねぎ きゅうり,にんじん,キャベツ なめこ,小松菜ねぎ にんじん,干ししいたけ,たまねぎ,小松菜 冷凍ホールコーン,たまねぎ パインアップルチピット缶,★黄桃(缶),みかん(缶)	655 kk 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 619 k 23.6 g 28.1 g 653 k 26.1 g 20.9 g 2.3 g 602 k 27.7 g 2.5 g 633 k 29.9 g 3.1 g 643 k 27.4 g 24.8 g
水 23木 24金 27月 28火 29水 30木	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ ぶどうパン ホワイトシチュー オニオンドレッシングサラダ 麦ごはん 白身魚のフライ じゃことわかめのあえもの 厚揚げのみそ汁 五目うどん ひじきとコーンのかき揚げ フルーツヨーグルトかけ	0 0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵 きさみのり モンしき、油揚げ、乾燥いんげん豆 割り節(だし) ボーコン、調理用牛乳、乾燥いんげん豆、ミックスチーズ 鳥がら、鶏卵	 油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも コッペパン(40g),コッペパン(50g),コッペパン(60g),油.砂糖,グラニュー糖 油パター,じゃがいも でん粉 米麦,バター,油 油.でん粉,じゃがいも,砂糖 マロニー,ごま油 ぶどうパン(40g),ぶどうパン(50g),ぶどうパン(60g) 油.じゃがいも,パター,小麦粉 砂糖,ごま油.油 米麦 小麦粉,乾燥パン粉,油 ごま油,砂糖,★白いりごま 冷凍うどん(給) ★白いりごま,小麦粉,油 粉砂糖 米麦,油,つきこんにゃく,砂糖 	にんじん,ねぎはくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎ,にら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじん,だいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,パセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,にんじんたまねぎ,にんじん,グリンピース しょうが,にんじんたまねぎ,にんじん,グリンピース しょうが,にんじんたまねぎ,にんじん,がりんごたまねぎ にんじん,たまねぎ,しょうが,しめじ,パセリ キャベツ,ブロッコリー,もやし,にんじん,★りんごたまねぎ きゅうり,にんじん,キャベツ なめこ,小松菜,ねぎ にんじん,干ししいたけ,たまねぎ,小松菜 冷凍ホールコーン,たまねぎ バインアップルチビット缶,★黄桃(缶),みかん(缶)	655 kk 23.3 g 24.5 g 3.4 g 628 k 24.1 g 619 k 23.6 g 28.1 g 653 k 26.1 g 653 k 26.1 g 653 k 26.1 g 653 k 27.7 g 2.5 g 633 k 29.9 g 3.1 g 643 k 27.4 g 24.8 g 643 k 27.4 g 24.8 g 6616 k
水 23木 24金 27月 28火 29水 30	くだもの(りんご) キムチチャーハン 揚げぎょうざ かぶときのこの中華スープ 焼き鳥ごはん バランスサラダ いなか汁 シュガーあげぱん ポテトのチーズ焼き 洋風かきたまスープ カレーピラフ 大豆と小魚の変わり揚げ マロニースープ ぶどうパン ホワイトシチュー オニオンドレッシングサラダ 麦ごはん 白身魚のフライ じゃことわかめのあえもの 厚揚げのみそ汁 五目うどん ひじきとコーンのかき揚げ フルーツヨーグルトかけ	0 0	豚肉(挽肉)、鶏卵 豚肉(挽肉)、鶏卵 霧肉(挽肉)、鶏卵、きざみのり 干ひじき、油揚げ、乾燥いんげん豆 削り節(だし) 木つコン 湯がら、鶏卵 鳥がら、鶏卵 鳥がら、鶏小間肉 木木キ(40g)、★ホキ(50g)、★ホキ(60g)、鶏卵 カットわかめ、★ちりめんじゃこ 削り節(だし)、厚削(かし、下湯) カットわかめ、大豆・乾燥、★さくらえび(素干し)、鶏卵 オフレーンヨーグルト ホーンコーグルト	 油ぎょうざの皮(16cm),ごま油,でん粉,小麦粉 ごま油 米麦.三温糖,水あめ(酵素糖化),油 つきこんにゃく,砂糖.油 じゃがいも カブラニュー糖 油パター,じゃがいも でん粉 米麦,バター,油 油,でん粉,じゃがいも,砂糖 マロニー,ごま油 ぶどうパン(40g),ぶどうパン(50g),ぶどうパン(60g) 油,じゃがいも,パター,小麦粉 砂糖,ごま油,油 米麦 小麦粉,乾燥パン粉.油 ごま油砂糖,★白いりごま,小麦粉,油 粉砂糖 	にんじん,ねぎはくさいキムチ漬 しょうが,にんにく,キャベツ,たまねぎにら しょうが,にんじん,かぶ、干ししいたけ,しめじ,小松菜 ねぎ 小松菜,にんじん,きゅうり,冷凍ホールコーン にんじんだいこん,しめじ,小松菜 たまねぎ,パセリ しょうが,にんじん,キャベツ,たまねぎ,小松菜 しょうが,にんじん,たまねぎ,にんじん,グリンピース しょうが,にんじん,たまねぎ,にんじん,グリンピース にんじん,たまねぎ,しょうが,しめじ,パセリ キャベツ,ブロッコリー,もやし,にんしん,★りんご,たまねぎ きゅうり,にんじん,キャベツ なめこ,小松菜ねぎ にんじん,干ししいたけ,たまねぎ,小松菜 冷凍ホールコーン,たまねぎ パインアップルチピット缶,★黄桃(缶),みかん(缶)	655 kg 23.3 g 24.5 g