令和6年5月 学校給食予定(アレルギー詳細)献立表 (中学校)読谷給食調理場 EL982-8081

★アレルギー表示について

★詳細<u>献立表では、食品名の後ろ( )内にアレルゲンを表示しています。表示義務</u>があるもの・表示が推奨されているものを合わせて28品目の表示をしています。

特定原材料(義務表示)8品目	特定原材料に準ずるもの(推奨表示)20品目
卵 乳 小麦 そば くるみ	アーモンド あわび いか いくら さけ さば 牛肉 鶏肉 豚肉 ゼラチン 大豆 ごま
落花生(ピーナッツ) えび かに	カシューナッツ オレンジ キウイフルーツ バナナ もも りんご マカダミアナッツ やまいも

※海藻類(もずく等)・小魚(チリメン等)・二枚貝(あさり等)は漁獲時などに、えび・かにが混入している 可能性があります。

★加工食品は、原材料や調味料ではなく、アレルゲンのみを表示しています。

★鶏がらには、にわとりの卵巣と部位が近いため、処理加工で卵の成分が付着する可能性があります。

★調理場での揚げ油は2~3回続けて使用することがあります。

★調味料欄に表示がなくても、塩、こしょう、砂糖、酒、みりん、でんぷんを使用する場合があります。

	(O) <b>*T *1 1 1</b>		亦雨オス悍仝がおいまオ 💥	性に 単物や解节 角箱け工	<b>候や価投によって亦再オスニ</b> )	こが多いので、ご理解ください。	
		配膳図	変更する場合があります。※ 献立名	村に、未初り野来、黒頬は大 赤の食品 (血や肉、骨を作る)	候や画格によって変更すること 黄の食品 (熱や力になる)		調味料
		さばのゆかり焼き	牛乳 麦ごはん	牛乳	米 麦	, ,	
	1日		麦こはん みそ肉じゃが	豚肉 麦みそ(大豆)	じゃが芋 三温糖 こめ油	人参 玉ねぎ いんげん しいたけ	醤油(小麦・大豆) みりん 酒
	(水)	麦ごはん みそ肉じゃが		, ,	しゃが子 二温格 こめ油	糸こんにゃく	塩花かつお
	(35)		さばのゆかり焼き くだもの	さば		シードレス(予定)	ゆかり粉 酒
			一食当たりの栄養価(中)	エネルキ"- 709 kcal	たんぱく質 31.8 g	脂質 20.1 g	炭水化物   04.1 g
		五目揚げ	牛乳	牛乳		たけのこ 人参 ねぎ 生姜	酒 醤油(小麦・大豆) みりん
		かしわもち 豆腐 牛乳	たけのこごはん	鶏肉 白かまぼこ	米 麦 白ごま 三温糖 こめ油	しいたけ	塩 花かつお
	2日	具だくさん	具だくさんすまし汁	豚肉 油揚げ(大豆)		大根 人参 ごぼう えのき 小松菜	醤油(小麦・大豆) みりん 塩
	(木)	たけのこごはん すまし汁		五目揚げ豆腐			だし昆布 花かつお
	(11)		五目揚げ豆腐	(小麦・大豆・豚肉・さけ)	大豆油 場げ油①		
			かしわもち		かしわもち (大豆・ごま・くるみ・乳)		
			一食当たりの栄養価(中)		たんぱく質 28.6 g	脂質 26.9 g	炭水化物 99.4 g
		カルシウム 牛乳	牛乳 コッペパン	牛乳	コッペパン(小麦・乳・大豆)		
		あかね芋 オムレツ			じゃが芋 三温糖 こめ油	玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ	ケチャップ ウスターソース
	7日	JAP (M)	野菜のトマト煮	鶏肉 大豆	コーンスターチ	ブロッコリー トマトダイス トマトピューレ	デミグラスソース(小麦・鶏肉) 赤ワイン コショウ 塩 鶏だし
	(火)	野菜のトマト煮	カルシウムオムレツ	カルシウムオムレツ			Was to a part of the way of the w
		¬ aº 11º>.		(たまご・大豆)	あかね芋 グラニュー糖		していまけ
			あかね芋ジャム	T-711+"	乳不使用マーガリン(大豆)		レモン果汁
-		±△Zの用粧生芒炒土	一食当たりの栄養価(中) 牛乳	エネルキ゛- 747 kcal  牛乳	たんぱく質 30.3 g	脂質 26.7 g	炭水化物 96.8 g
		まぐろの黒糖生姜焼き	麦ごはん		米 麦	<b>加州 14 山地 · · · · · · ·</b>	
	8日		シブインブサー	鶏肉 昆布 厚揚げ(大豆)	三温糖	冬瓜 人参 生姜 いんげん こんにゃく	醤油(小麦・大豆) みりん 酒 塩 花かつお
	(水)	ゴーヤー 麦ごはん みそ シブインブサー	 まぐろの黒糖生姜焼き	まぐろ	はちみつ 黒糖		醤油(小麦・大豆) みりん
	( - )		ゴーヤーみそ	赤・白みそ(大豆) 糸けずり	三温糖 こめ油	ゴーヤー	おろし生姜 塩 おろし生姜 酒 みりん
			一食当たりの栄養価(中)	` '	たんぱく質 34.9 g		炭水化物 103.8 g
		/P/A	牛乳	牛乳			
		パイナップル	キムチごはん	豚肉	米 こめ油 ごま油	白菜キムチ(小麦・りんご・大豆・さば) きくらげ しいたけ 人参 ねぎ	おろしにんにく 酒 醤油(小麦・大豆) 鶏豚だし 塩 花かつお
	9日	ナ , <sub>エ ごけ ,</sub> もずくの	もずくの中華スープ	鶏肉 もずく	かたくり粉 ごま油	人参 玉ねぎ えのき 長ねぎ	醤油(小麦・大豆) 花かつお 塩
	(木)	中華スープ	春巻き	絹ごし豆腐(大豆) 春巻き(小麦・大豆・豚肉) 大豆	揚げ油②	生姜 コーン	チキンブイヨン(鶏肉)
			冷凍パイナップル	100(1) //12 //13/ //12		冷凍パイナップル	
			一食当たりの栄養価(中)		たんぱく質 25.7 g	脂質 24.4 g	炭水化物 95.7 g
		大根の梅大学芋酢和え	牛乳	牛乳	  米		
	10日	[豚丼]	<b>豚丼</b>	豚肉	三温糖 かたくり粉 こめ油	にんにく 生姜 人参 玉ねぎ にら たけのこ こんにゃく しいたけ	酒 花かつお 醤油(小麦・大豆) みりん 塩
	(金)		大学芋		大学芋	ואין אין אין אין אין אין אין אין אין אין	みりん 塩
	<b>\_</b>	・ごはん・豚丼具	大根の梅酢和え	ツナ 糸けずり	すりごま 三温糖	大根 きゅうり 人参 梅肉(大豆・りんご)	酢(小麦) 醤油(小麦・大豆)
			一食当たりの栄養価(中)		たんぱく質 <b>27</b> g	脂質 18.1 g	炭水化物 110.3 g
		くだもの	牛乳 食パン	牛乳	食パン(小麦・乳・大豆)		
		くだもの	及バン				
		13-741	ヘルラケイット	鶏肉 豆乳(大豆)	じゃが芋 コーンスターチ	人参 玉ねぎ コーン	おろしにんにく 塩 こしょう
		チーズドライカレー	ヘルネケイット	鶏肉 豆乳(大豆) 白いんげん豆ペースト	, ,	人参 玉ねぎ コーン 裏ごしグリーンピース	ポークブイヨン(豚肉)
	13日	チーズドライカレー		白いんげん豆ペースト 豚ひき肉 牛ひき肉	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆)	裏ごしグリーンピース 人参 玉ねぎ ピーマン	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・
	(月)	<del>1-</del> \	ヘルネケイット ドライカレー	白いんげん豆ペースト	じゃが芋 コーンスターチ	裏ごしグリーンピース	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・ 豚肉・りんご) ケチャップ 塩
		食パン ヘルネケイット	ドライカレースライスチーズ	白いんげん豆ペースト 豚ひき肉 牛ひき肉	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆)	裏ごしグリーンピース 人参 玉ねぎ ピーマン プルーンピューレ	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・
		<del></del>	ドライカレー スライスチーズ くだもの	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉  豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油	裏ごしグリーンピース 人参 玉ねぎ ピーマン プルーンピューレ りんご(予定)	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・ 豚肉・りんご) ケチャップ 塩 カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)
		食パン ヘルネケイット	ドライカレースライスチーズ	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉  豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  エネルギー 779 kcal	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆)	裏ごしグリーンピース 人参 玉ねぎ ピーマン プルーンピューレ りんご(予定) 脂質 26.8 g	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g
		食パン ヘルネケイット	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中)	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉  豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  エネルギー 779 kcal	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油	裏ごしグリーンピース 人参 玉ねぎ ピーマン プルーンピューレ りんご(予定)	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・ 豚肉・りんご) ケチャップ 塩 カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)
		食パン ヘルネケイット 2色芋のマヨ和え 中乳 はんぺん	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  Iネルギー 779 kcal 牛乳 豚肉 油揚げ(大豆)	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン プルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけ	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g
	(月)	食パン ヘルネケイット クルネケイット マヨ和え キ乳はんぺん 揚げ	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  Iネルギー 779 kcal 牛乳 豚肉 油揚げ(大豆) なると	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 あかね芋 紅芋 ねりごま 三温糖	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけ きくらげ にんにく 生姜	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし 花かつお
	(月)	食パン ヘルネケイット 2色芋のマヨ和え 中乳 はんぺん	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  Iネルギー 779 kcal 牛乳 豚肉 油揚げ(大豆) なると	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 割 あかね芋 紅芋 ねりごま 三温糖 すりごま ノンエッグマヨネーズ	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  易げ油③	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g
	(月)	食パン ヘルネケイット クルネケイット マヨ和え キ乳はんぺん 揚げ	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え アーモンド 一食当たりの栄養価(中)	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  エネルギー 779 kcal 牛乳 豚肉 油揚げ(大豆) なると 黒はんぺん(小麦・たまご・乳成	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 あかね芋 紅芋 ねりごま 三温糖	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  易げ油③	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし 花かつお
	(月)	食パン ヘルネケイット クルネケイット マヨ和え 中乳 場ばんべん 揚げ 塩うどん	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え アーモンド 一食当たりの栄養価(中) 牛乳	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  Iネルギー 779 kcal 牛乳 豚肉 油揚げ(大豆) なると 黒はんぺん(小麦・たまご・乳成	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 数かね芋 紅芋 ねりごま 三温糖 すりごま ノンエッグマヨネーズ アーモンド たんぱく質 25.3 g	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  続げ油③  きゅうり 人参 コーン	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし 花かつお  醤油(小麦・大豆) 酢(小麦)
	(月)	食パン ヘルネケイット クルネケイット マヨ和え 中乳 場はんべん 揚げ 塩うどん 野菜の ピクルス (学)	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え アーモンド 一食当たりの栄養価(中)	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  エネルギー 779 kcal 牛乳 豚肉 油揚げ(大豆) なると 黒はんぺん(小麦・たまご・乳成	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 割 あかね芋 紅芋 ねりごま 三温糖 すりごま ノンエッグマヨネーズ アーモンド	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  が油③  きゅうり 人参 コーン  脂質 36.4 g	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし花かつお  醤油(小麦・大豆) 酢(小麦)  炭水化物 58.2 g
	14日(火)	食パン ヘルネケイット クルネケイット マヨ和え キ乳 はんべん 揚げ 塩うどん 野菜の ピクルス キ乳	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え アーモンド 一食当たりの栄養価(中) 牛乳	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  エネルギー 779 kcal 牛乳 豚肉 油揚げ(大豆) なると 黒はんぺん(小麦・たまご・乳成	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 数かね芋 紅芋 ねりごま 三温糖 すりごま ノンエッグマヨネーズ アーモンド たんぱく質 25.3 g	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  続げ油③  きゅうり 人参 コーン	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし花かつお  醤油(小麦・大豆) 酢(小麦)  炭水化物 58.2 g  赤ワイン ウスターソース ケチャップ おろしにんにく 塩 鶏豚だしハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉)
	14日 (火)	食パン ヘルネケイット クルネケイット クリー・ クリー・ クリー・ クリー・ クリー・ クリー・ クリー・ クリー・	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え アーモンド 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ハヤシルー	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  「ネルギー 779 kcal 牛乳  豚肉 油揚げ(大豆) なると 黒はんぺん(小麦・たまご・乳成  「ネルギー 674 kcal	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 数かね芋 紅芋 ねりごま 三温糖 すりごま ノンエッグマヨネーズ アーモンド たんぱく質 25.3 g 米 麦	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  が油③  きゅうり 人参 コーン  脂質 36.4 g  玉ねぎ 人参 ピーマン マッシュルーム	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・ 豚肉・りんご) ケチャップ 塩 カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし 花かつお  醤油(小麦・大豆) 酢(小麦)  炭水化物 58.2 g  赤ワイン ウスターソース ケチャップ おろしにんにく 塩 鶏豚だし ハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉) デミグラスソース(小麦・鶏肉)
	14日(火)	食パン ヘルネケイット (金) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え アーモンド 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ハヤシルー コーン	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  「ネルギー 779 kcal 牛乳  豚肉 油揚げ(大豆) なると 黒はんぺん(小麦・たまご・乳成  「ネルギー 674 kcal	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 数かね芋 紅芋 ねりごま 三温糖 すりごま ノンエッグマヨネーズ アーモンド たんぱく質 25.3 g 米 麦	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  が油③  きゅうり 人参 コーン  脂質 36.4 g  エねぎ 人参 ピーマン マッシュルーム とうもろこし	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩 カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし 花かつお  醤油(小麦・大豆) 酢(小麦)  炭水化物 58.2 g  赤ワイン ウスターソース ケチャップ おろしにんにく 塩 鶏豚だし ハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉) デミグラスソース(小麦・鶏肉) 塩
	14日(火)	食パン ヘルネケイット クルネケイット クリー・ クリー・ クリー・ クリー・ クリー・ クリー・ クリー・ クリー・	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え アーモンド 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ハヤシルー コーン 野菜のピクルス 一食当たりの栄養価(中)	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  「ネルギー 779 kcal 牛乳  豚肉 油揚げ(大豆) なると 黒はんぺん(小麦・たまご・乳成)  「ネルギー 674 kcal 牛乳  豚肉	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 がいてまる アーモンド たんぱく質 25.3 g 米 麦	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  が油③  きゅうり 人参 コーン  脂質 36.4 g  玉ねぎ 人参 ピーマン マッシュルーム	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・ 豚肉・りんご) ケチャップ 塩 カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし 花かつお  醤油(小麦・大豆) 酢(小麦)  炭水化物 58.2 g  赤ワイン ウスターソース ケチャップ おろしにんにく 塩 鶏豚だし ハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉) デミグラスソース(小麦・鶏肉)
T+	(月) 14日 (火) 15日 (水)	食パン ヘルネケイット 2色学の マヨ和え 中乳 黒はんべん 揚げ 塩うどん 野菜の ピクルス コーン 「ハヤシライス」・麦ごはん	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え アーモンド 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ハヤシルー コーン 野菜のピクルス 一食当たりの栄養価(中) 牛乳	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  「ネルギー 779 kcal 牛乳  豚肉 油揚げ(大豆) なると 黒はんぺん(小麦・たまご・乳成)  「ネルギー 674 kcal 牛乳  豚肉	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 あかね芋 紅芋 ねりごま 三温糖 すりごま ノンエッグマヨネーズ アーモンド たんぱく質 25.3 g 米 麦 小麦粉 こめ油	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  明質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  が油③  きゅうり 人参 コーン  脂質 36.4 g  玉ねぎ 人参 ピーマン マッシュルーム とうもろこし 大根 人参 きゅうり 脂質 21.8 g	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩 カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし 花かつお  醤油(小麦・大豆) 酢(小麦)  炭水化物 58.2 g  赤ワイン ウスターソース ケチャップ おろしにんにく 塩 鶏豚だし ハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉) デミグラスソース(小麦・鶏肉) 塩 りんご酢(りんご) こしょう 鷹の爪  炭水化物 121.2 g
	(月) 14日(火)	食パン ヘルネケイット 2色学のマヨ和え 中乳 黒はんべん 揚げ 塩うどん サネのピクルス コーン 「ハヤシライス」・麦ごはん	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え アーモンド 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ハヤシルー コーン 野菜のピクルス 一食当たりの栄養価(中)	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  「ネルギー 779 kcal 牛乳  豚肉 油揚げ(大豆) なると 黒はんぺん(小麦・たまご・乳成)  「ネルギー 674 kcal 牛乳  豚肉	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 あかね芋 紅芋 ねりごま 三温糖 すりごま ノンエッグマヨネーズ アーモンド たんぱく質 25.3 g 米 麦 小麦粉 こめ油	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  が油③  きゅうり 人参 コーン  脂質 36.4 g  玉ねぎ 人参 ピーマン マッシュルーム とうもろこし 大根 人参 きゅうり	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩 カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし 花かつお  醤油(小麦・大豆) 酢(小麦)  炭水化物 58.2 g  赤ワイン ウスターソース ケチャップ おろしにんにく 塩 鶏豚だし ハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉) デミグラスソース(小麦・鶏肉) 塩 りんご酢(りんご) こしょう 鷹の爪 炭水化物 121.2 g  醤油(小麦・大豆) みりん 酒塩 花かつお
球	(月) 14日(火) 15日(水) 16日	食パン ヘルネケイット 2色芋の マヨ和え 中乳 はんぺん 揚げ 塩うどん サネの ピクルス コーン 「ハヤシライス」・麦ごはん くだもの いか天ぷら 中乳	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え アーモンド 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ハヤシルー コーン 野菜のピクルス 一食当たりの栄養価(中) 牛乳	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  「ネルギー 779 kcal 牛乳 豚肉 油揚げ(大豆) なると 黒はんぺん(小麦・たまご・乳成)  「ネルギー 674 kcal 牛乳  豚肉	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油 たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 あかね芋 紅芋 ねりごま 三温糖 すりごま ノンエッグマヨネーズ アーモンド たんぱく質 25.3 g 米 麦 小麦粉 こめ油	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  明質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  が油③  きゅうり 人参 コーン  脂質 36.4 g  玉ねぎ 人参 ピーマン マッシュルーム とうもろこし 大根 人参 きゅうり 脂質 21.8 g	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩 カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし 花かつお  醤油(小麦・大豆) 酢(小麦)  炭水化物 58.2 g  赤ワイン ウスターソース ケチャップ おろしにんにく 塩 鶏豚だし ハヤシルウ(小麦・大豆・牛肉) デミグラスソース(小麦・鶏肉) 塩 りんご酢(りんご) こしょう 鷹の爪 灰水化物 121.2 g  醤油(小麦・大豆) みりん 酒
球料理の	(月) 14日(火)	食パン ヘルネケイット  2色芋の マヨ和え アーモンド 黒はんぺん 揚げ 塩うどん  野菜の ピクルス コーン  【ハヤシライス】 ・麦ごはん  くだもの いか天ぷら 中乳 クーブジューシー クーリジシ	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え アーモンド 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ハヤシルー コーン 野菜のピクルス 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 クーブジューシー	白いんげん豆ペースト   「いき肉 牛ひき肉 下です。 大豆 チーズ (乳成分)  「ボルギー 779 kcal 牛乳  「ボルギー 779 kcal キ乳  「ボルギー 674 kcal キ乳  「ボルギー 783 kcal キ乳  「ボルギー 783 kcal キ乳  「ボルギー 783 kcal キ乳	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油  たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 基糖すりごま ノンエッグマヨネーズアーモンド たんぱく質 25.3 g 米 麦 小麦粉 こめ油 グラニュー糖 たんぱく質 25.3 g 米 三温糖 こめ油	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  が油③ きゅうり 人参 コーン  脂質 36.4 g  玉ねぎ 人参 ピーマン マッシュルーム とうもろこし 大根 人参 きゅうり  脂質 21.8 g  ごぼう 人参 ねぎ	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩 カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし 花かつお  醤油(小麦・大豆) 酢(小麦)  炭水化物 58.2 g  赤ワイン ウスターソース ケチャップ おろしにんにく 塩 鶏豚だし ハヤシルウ(小麦・大豆) キ肉) デミグラスソース(小麦・鶏肉) 塩 りんご酢(りんご) こしょう 鷹の爪 炭水化物 121.2 g  醤油(小麦・大豆) みりん 酒 塩 花かつお 塩 醤油(小麦・大豆) 花かつお
球料理	(月) 14日(火) 15日(水) 16日	食パン ヘルネケイット  2色芋の マヨ和え アーモンド 黒はんぺん 揚げ 塩うどん 野菜の ピクルス 「ハヤシライス] ・麦ごはん くだもの いか天ぷら 牛乳	ドライカレー スライスチーズ くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 塩うどん 黒はんぺん揚げ 2色芋のマヨ和え アーモンド 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ハヤシルー コーン 野菜のピクルス 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 クーブジューシー クーリジシ	白いんげん豆ペースト  豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆  チーズ(乳成分)  「ネルギー 779 kcal 牛乳 豚肉 油揚げ(大豆) なると 黒はんぺん(小麦・たまご・乳成)  「ネルギー 674 kcal 牛乳  豚肉 豚三枚肉 細切り昆布 チキアギ  豚肉 豚三枚肉 細切り昆布 チキアギ  豚肉 黄かまぼこ たまご いか天ぷら(小麦・たまご・いか)	じゃが芋 コーンスターチ 乳不使用マーガリン(大豆) 三温糖 こめ油  たんぱく質 38.2 g うどん(小麦) ごま油 分・大豆・魚介類) 大豆油 基糖すりごま ノンエッグマヨネーズアーモンド たんぱく質 25.3 g 米 麦 小麦粉 こめ油 グラニュー糖 たんぱく質 25.3 g 米 三温糖 こめ油	裏ごしグリーンピース  人参 玉ねぎ ピーマン ブルーンピューレ  りんご(予定)  脂質 26.8 g  白菜 人参 しめじ しいたけきくらげ にんにく 生姜  が油③ きゅうり 人参 コーン  脂質 36.4 g  玉ねぎ 人参 ピーマン マッシュルーム とうもろこし 大根 人参 きゅうり  脂質 21.8 g  ごぼう 人参 ねぎ	ポークブイヨン(豚肉) 赤ワイン おろしにんにく ドライカレーペースト(乳・小麦・牛肉・豚肉・りんご) ケチャップ 塩 カレールウ(小麦・牛肉・鶏肉・大豆)  炭水化物 97.4 g  みりん 塩 花かつお 鶏豚だし 花かつお  醤油(小麦・大豆) 酢(小麦)  炭水化物 58.2 g  赤ワイン ウスターソース ケチャップ おろしにんにく 塩 鶏豚だし ハヤシルウ(小麦・大豆) キ肉) デミグラスソース(小麦・鶏肉) 塩 りんご酢(りんご) こしょう 鷹の爪 炭水化物 121.2 g  醤油(小麦・大豆) みりん 酒 塩 花かつお 塩 醤油(小麦・大豆) 花かつお

	配膳図	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料
	小松菜の ししゃもの 和え物 みりん焼き 牛乳	牛乳 麦ごはん	牛乳	米 麦		
食育の日		旬野菜のみそ汁	豚肉 赤・白みそ(大豆)	じゃが芋	キャベツ 人参 にら	花かつお
(金)	麦こはん 旬野菜のみそ汁	ししゃものみりん焼き	ししゃも			酒 みりん
		小松菜の和え物	ツナ	三温糖 すりごま ねりごま ごま油	もやし 小松菜 人参 きゅうり	醤油(小麦・大豆) 酢(小麦) 塩
		一食当たりの栄養価(中)		たんぱく質 31.3 g	脂質 18.1 g	炭水化物 92.6 g
	さつま芋 ハンバーグ スティック	うっちんライス	生乳 鶏肉	米 こめ油	人参 玉ねぎ あお豆(大豆) コーン	白ワイン おろしにんにく うっちん粉 チキンブイヨン(鶏肉) カレー粉 醤油(小麦・大豆) 塩 こしょう
20日 (月)	オートミール うっちんライス ポタージュ	オートミールポタージュ	ベーコン(豚肉) 脱脂粉乳 白いんげん豆ペースト 生クリーム(乳) 国産ミートハンバーグ	オートミール じゃが芋 こめ油	人参 玉ねぎ セロリ パセリ マッシュルーム	塩 こしょう 鶏豚だし
		ハンバーグ	(大豆·鶏肉·豚肉)	さつま芋スティック		
		三点標に一クス 一食当たりの栄養価(中)	エネルキ゛- 723 kcal	たんぱく質 30.2 g	脂質 22.2 g	  炭水化物   01.5 g
	ホキのアーサ ミニトマト あんかけ <sup>牛乳</sup>	牛乳 玄米入りごはん	牛乳	米 もち玄米		
		がんもどきと根菜の	がんもどぎ(大豆)	里芋 じゃが芋 三温糖	大根 人参 ごぼう 小松菜	醤油(小麦・大豆) みりん 酒
<b>21日</b> (火)	玄米入りごはん かんもときと	煮付け	かんもとき(人豆)	こめ油 小麦粉 かたくり粉 (カルバントの)	こんにゃく しいたけ	塩 花かつお 塩 醤油(小麦・大豆)
	根菜の煮付け	ホキのアーサあんかけ	ホキ	三温糖 大豆油 揚げ油④	人参	9んご酢(りんご)
		ミニトマト 一食当たりの栄養価(中)	エネルキ - 685 kcal	たんぱく質 26.7 g	ミニトマト 脂質 19.5 g	
	チリコンカン (ア)	牛乳	中乳		加良 17.5 g	灰水16-10 1 0 0 . 8 g
	フルーツ ヨーグルト キ乳	コッペパン		コッペパン(小麦・乳・大豆)	コーン 玉ねぎ 人参	醤油(小麦・大豆) 塩 こしょう
22日		あさりと野菜のスープ	あさり		キャベツ パセリ	チキンブイヨン(鶏肉) 白ワイン
(水)	野菜のスープ	チリコンカン	金時豆 豚ひき肉 豚レバー 大豆	こめ油	玉ねぎ にんにくの芽 人参	ケチャップ チリソース チリパウダー ウスターソース 赤ワイン 塩
	コッペパン (	フルーツヨーグルト	ヨーグルト(乳)	カラフルもち	みかん缶 黄桃缶(もも) パイン缶	おろしにんにく
		一食当たりの栄養価(中)		たんぱく質 37.3 g	脂質 19.8 g	炭水化物 109.6 g
	野菜と厚揚げ 照り焼き 年乳	牛乳 麦ごはん	牛乳	米 麦		
		大根のみそ汁	油揚げ(大豆) わかめ 赤・白みそ(大豆)		大根 人参 えのき	花かつお
23日 (木)	麦ごはん 大根のみそ汁	 鶏の照り焼き	鶏肉	  三温糖 はちみつ		おろし生姜 おろしにんにく みりん
(717)		野菜と厚揚げの炒め物	<b>厚揚げ(大豆) ツナ</b>	こめ油 ごま油	キャベツ 人参 にら もやし	醤油(小麦·大豆) 酒 塩 醤油(小麦·大豆) 塩
		一食当たりの栄養価(中)	チキアギ エネルギ- 696 kcal	たんぱく質 32.6 q	脂質 22.2 g	炭水化物 91 g
	くだもの 枝豆しゅうまい	牛乳 麦ごはん	牛乳	米 麦	S	3
		マーボーじゃが	豚ひき肉 大豆 豚レバー	じゃが芋 かたくり粉	人参 玉ねぎ ねぎ きくらげ 生姜	酒 テンメンジャン(小麦・大豆・ごま) オイスターソース(大豆) 豆板醤
(金)	マーボーじゃが		赤みそ(大豆)	こめ油 ごま油	しいたけ たけのこ にんにく	醤油(小麦・大豆) 塩 鶏豚だし
()		枝豆しゅうまい くだもの	枝豆しゅうまい(大豆・鶏肉・豚豚	<b>肉・小麦・乳成分)</b>	ネーブル(予定)	
		一食当たりの栄養価(中)		たんぱく質 24.3 g	脂質 19.1 g	炭水化物 114.3 g
	くだもの	牛乳かやくごはん	牛乳    鶏肉 油揚げ(大豆)	米 麦 三温糖 白ごま	人参 ごぼう こんにゃく	花かつお 醤油(小麦・大豆)
27日				こめ油		
			, ,		しいたけ あお豆(大豆)	みりん 酒 塩 塩 醤油(小麦・大豆) みりん
(月)	かやくごはん つみれ汁	つみれ汁	いわつみれ(小麦・大豆)	ノンエッグマヨネーズ	人参 大根 ねぎ 生姜	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば)
		つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの	いわつみれ(小麦·大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉	ノンエッグマヨネーズ	人参 大根 ねぎ 生姜 紅甘夏(予定)	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)
	かやくごはん つみれ汁	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中)	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉 エネルギー 668 kcal	ノンエッグマヨネーズ たんぱく質 31.3 g	人参 大根 ねぎ 生姜	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば)
	かやくごはん つみれけ	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの	いわつみれ(小麦·大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉	·	人参 大根 ねぎ 生姜 紅甘夏(予定)	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆) 炭水化物 85.2 g
(月)	かやくごはん つみれ汁 黄桃 牛乳 ・麦ごはん	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉 <b>I ネルギー 668 kcal</b> 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油	人参 大根 ねぎ 生姜 紅甘夏(予定)	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)
(月)	かやくごはん つみれ汁 (カッカー) 黄桃 (ガパオ)	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ガパオライス	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉 <b>エネルギー 668 kcal</b> 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆 <b>目玉焼き風オムレツ(たまご・乳</b>	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油	人参 大根 ねぎ 生姜 紅甘夏(予定) 脂質 21.5 g 玉ねぎ 人参 ピーマン	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆) 炭水化物 85.2 g  おろしにんにく こしょう みりん オイスターソース(大豆) バジル粉 醤油(小麦・大豆)レモン果汁 鷹の爪
(月)	かやくごはん つみれ汁 黄桃 「ガパオ」 ・麦ごはん ・ガパオ具 ジュリエンヌ	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ガパオライス ガパオ具	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉 <b>I ネルギー 668 kcal</b> 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油	人参 大根 ねぎ 生姜  紅甘夏(予定)  脂質 21.5 g  玉ねぎ 人参 ピーマン  玉ねぎ えのき 人参 キャベツ	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆) 炭水化物 85.2 g おろしにんにく こしょう みりん オイスターソース(大豆) バジル粉
(月)	かやくごはん つみれ汁 黄桃 「ガパオ」 ・麦ごはん ・ガパオ具 ジュリエンヌ	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ガパオライス	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「礼キー 668 kcal 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  目玉焼き風オムレツ(たまご・乳 鶏肉	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油	人参 大根 ねぎ 生姜 紅甘夏(予定) 脂質 21.5 g 玉ねぎ 人参 ピーマン	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)   炭水化物 85.2 g  おろしにんにく こしょう みりん オイスターソース(大豆) バジル粉 醤油(小麦・大豆)レモン果汁 鷹の爪   鶏豚だし 塩 醤油(小麦・大豆)
28日(火)	かやくごはん つみれ汁 黄桃 牛乳 ジュリエンヌ スープ	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 ガパオライス ガパオ見 ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  I ネルギ- 668 kcal 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  目玉焼き風オムレツ(たまご・乳 鶏肉	たんぱく質 31.3 g 米 麦 三温糖 かたくり粉 こめ油 ・大豆・ゼラチン)	人参 大根 ねぎ 生姜 紅甘夏(予定) 脂質 21.5 g  玉ねぎ 人参 ピーマン  玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)
28日 (火)	かやくごはん つみれ汁 黄桃 牛乳 ジュリエンヌ スープ からし菜と麩の から揚げ いりちー	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ガパオライス ガパオ具 ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中)	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  目玉焼き風オムレツ(たまご・乳 鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆)	たんぱく質 31.3 g 米 麦 三温糖 かたくり粉 こめ油 ・大豆・ゼラチン) たんぱく質 34.5 g 米 麦	人参 大根 ねぎ 生姜 紅甘夏(予定) 脂質 21.5 g  玉ねぎ 人参 ピーマン  玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)
28日 (火)	かやくごはん つみれ汁 黄桃 牛乳 ジュリエンヌ スープ からし菜と麩の から揚げ いりちー	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ガパオライス ガパオ具 ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  目玉焼き風オムレツ(たまご・乳 鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆) 赤・白みそ(大豆)	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油         ・大豆・ゼラチン)       たんぱく質       34.5       g         米麦	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)   炭水化物 85.2 g  おろしにんにく こしょう みりん オイスターソース(大豆) バジル粉 醤油(小麦・大豆)レモン果汁 鷹の爪   鶏豚だし 塩 醤油(小麦・大豆) こしょう  炭水化物 100.1 g
28日 (火)	がやくごはん つみれ汁  「ガパオ」 ・麦ごはん ・ガパオ具  ジュリエンヌ スープ  からし菜と麩の から揚げ 中乳 いりちー  麦ごはん ゆし豆腐入りみそ汁	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ガパオライス ガパオ具 ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁 スルルーから揚げ	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  目玉焼き風オムレツ(たまご・乳 鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆) 赤・白みそ(大豆) きびなご	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油         ・大豆・ゼラチン)       たんぱく質       34.5       g         米麦       小麦粉 かたくり粉 大豆油 揚げ油(5)	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g         ねぎ	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)   炭水化物 85.2 g  おろしにんにく こしょう みりん オイスターソース(大豆) バジル粉 醤油(小麦・大豆)レモン果汁 鷹の爪   鶏豚だし 塩 醤油(小麦・大豆) こしょう  炭水化物 100.1 g
28日 (火)	かやくごはん つみれ汁 横桃 牛乳 ジュリエンヌ スープ グラレ菜と麩の から揚げ いりちー から揚げ 中乳 かりまけ からし菜と	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳  ガパオライス  ガパオライス  ガパオ具  ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁 スルルーから揚げ からし菜と麩いりちー 一食当たりの栄養価(中)	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  目玉焼き風オムレツ(たまご・乳 鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆) 赤・白みそ(大豆) きびなご  豚肉  「ネルギー 732 kcal	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油         ・大豆・ゼラチン)       たんぱく質       34.5       g         米麦	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)   炭水化物 85.2 g  おろしにんにく こしょう みりん オイスターソース(大豆) バジル粉 醤油(小麦・大豆)レモン果汁 鷹の爪   鶏豚だし 塩 醤油(小麦・大豆) こしょう  炭水化物 100.1 g
28日 (火)	がやくごはん つみれ汁 横桃 中乳 ジュリエンヌ スープ グランド 大きごはん・ガパオ具 ジュリエンヌ スープ からり 東と麩の から揚げ 中乳 しいりちー 麦ごはん ゆし豆腐入りみそ汁	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳  ガパオライス  ガパオライス  ガパオ見  ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁 スルルーから揚げ からし菜と麩いりちー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  目玉焼き風オムレツ(たまご・乳 鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆) 赤・白みそ(大豆) きびなご 豚肉	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油         ・大豆・ゼラチン)       たんぱく質       34.5       g         米麦       小麦粉 かたくり粉 大豆油 揚げ油⑤       撮げ油⑤         湿っぷ(小麦・大豆) こめ油 たんぱく質       35.6       g	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g         ねぎ         からし菜 人参 もやし	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)   炭水化物 85.2 g  おろしにんにく こしょう みりん オイスターソース(大豆) バジル粉 醤油(小麦・大豆)レモン果汁 鷹の爪   鶏豚だし 塩 醤油(小麦・大豆)   炭水化物 100.1 g  花かつお 塩 塩 醤油(小麦・大豆) みりん
28日 (火)	がやくごはん つみれ汁  「ガパオ」 ・麦ごはん ・ガパオ具  ジュリエンヌ スープ  からし菜と麩の から揚げ 中乳 いりちー  麦ごはん ゆし豆腐入りみそ汁	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳  ガパオライス  ガパオライス  ガパオ具  ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁 スルルーから揚げ からし菜と麩いりちー 一食当たりの栄養価(中)	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  目玉焼き風オムレツ(たまご・乳 鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆) 赤・白みそ(大豆) きびなご  豚肉  「ネルギー 732 kcal	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油         ・大豆・ゼラチン)       たんぱく質       34.5       g         *** 表       小麦粉 かたくり粉 大豆油 揚げ油⑤       大豆油 場け油⑤         湿っぷ(小麦・大豆)       こめ油	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g         ねぎ         からし菜 人参 もやし	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)
28日(火)	がやくごはん つみれ汁 (ガパオ) ・麦ごはん ・ガパオ具 ジュリエンヌ スープ スルルーの から場ば (いりちー まごはん ゆし豆腐入りみそ汁 大ンウー 中華風うま煮 キ乳 まごはん	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳  ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁 スルルーから揚げ からし菜と麩いりちー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  目玉焼き風オムレツ(たまご・乳 鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆) 赤・白みそ(大豆) きびなご  豚肉 「ネルギー 732 kcal 牛乳	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油         ・大豆・ゼラチン)       たんぱく質       34.5       g         米麦       小麦粉 かたくり粉 大豆油 揚げ油(5)       湿っぷ(小麦・大豆) こめ油 たんぱく質       35.6       g         米麦       ・       ※麦       ・	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g         ねぎ         からし菜 人参 もやし         脂質 22.4 g         人参 白菜 玉ねぎ しめじ 小松菜	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)   炭水化物 85.2 g  おろしにんにく こしょう みりん オイスターソース(大豆) バジル粉 醤油(小麦・大豆)レモン果汁 鷹の爪   鶏豚だし 塩 醤油(小麦・大豆)   炭水化物 100.1 g  花かつお 塩 醤油(小麦・大豆) みりん  炭水化物 95.5 g
28日(火)	がやくごはん つみれ汁 横桃 中乳 ジュリエンヌ スープ マーガパオ具 ジュリエンヌ スープ から場ば 中乳 から場ば 中乳 から場ば 中乳 がらし菜と麩の から場ば 中乳 ボンウー 中華風うま煮 キ乳 スー	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ガパオライス ガパオ具 ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁 スルルーから揚げ からし菜と麩いりちー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん 中華風うま煮	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  目玉焼き風オムレツ(たまご・乳 鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆) 赤・白みそ(大豆) きびなご  豚肉  「ネルギー 732 kcal 牛乳  豚肉 豆腐(大豆) こぼうパオシュウハム(豚肉・大豆)	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油         ・大豆・ゼラチン)       たんぱく質       34.5       g         米麦       小麦粉 かたくり粉 大豆油       揚げ油(5)         湿っぷ(小麦・大豆) こめ油       たんぱく質       35.6       g         米麦       かたくり粉 こめ油 ごま油	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g         ねぎ         からし菜 人参 もやし         脂質 22.4 g         人参 白菜 玉ねぎ しめじ 小松菜	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)   炭水化物 85.2 g  おろしにんにく こしょう みりん オイスターソース(大豆) バジル粉 醤油(小麦・大豆)レモン果汁 鷹の爪   鶏豚だし 塩 醤油(小麦・大豆)  こしょう   炭水化物 100.1 g  花かつお 塩 塩 醤油(小麦・大豆) みりん  炭水化物 95.5 g  酒 おろしにんにく醤油(小麦・大豆) オイスターソース(大豆) 塩  チキンブイヨン(鶏肉)   醤油(小麦・大豆) ミツカン酢(小麦)
28日(火)	がやくごはん つみれ汁  「ガパオ] ・麦ごはん・ガパオ具 ジュリエンヌ スーブ からし菜と麩の から揚げ 牛乳 からし菜と麩の から揚げ 牛乳 がつウー 中華風うま煮 牛乳 スー	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳  ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁 スルルーから揚げ からし菜と麩いりちー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん 中華風うま煮 ごぼうパオシュウ	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「礼十一 668 kcal 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  目玉焼き風オムレツ(たまご・乳 鶏肉  「礼十一 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆) 赤・白みそ(大豆) きびなご  豚肉  「礼十一 732 kcal 牛乳  豚肉 豆腐(大豆)  にぼうパオシュウハム(豚肉・大豆) 錦糸たまご	たんぱく質 31.3 g      米 麦     三温糖 かたくり粉 こめ油  ・大豆・ゼラチン)      たんぱく質 34.5 g      米 麦  小麦粉 かたくり粉 大豆油 揚げ油⑤     湿っぷ(小麦・大豆) こめ油     たんぱく質 35.6 g      米 麦  かたくり粉 こめ油 ごま油  ・(小麦・豚肉・大豆)	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g         ねぎ         からし菜 人参 もやし         脂質 22.4 g         人参 白菜 玉ねぎ しめじ 小松菜 きくらげ しいたけ たけのこ	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)   炭水化物 85.2 g  おろしにんにく こしょう みりん オイスターソース(大豆) バジル粉 醤油(小麦・大豆)レモン果汁 鷹の爪   鶏豚だし 塩 醤油(小麦・大豆)  こしょう   炭水化物 100.1 g  花かつお 塩 塩 醤油(小麦・大豆) みりん  炭水化物 95.5 g  酒 おろしにんにく醤油(小麦・大豆) オイスターソース(大豆) 塩  チキンブイヨン(鶏肉)
28日(火)	がやくごはん つみれ汁 (ガパオ) ・麦ごはん ・ガパオ具 ジュリエンヌ スープ スルルーの から揚げ 牛乳 からし菜と麩の から揚げ 中乳 表ごはん ゆし豆腐入りみそ汁 まごはん でぼう パオシュウ	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳  ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁 スルルーから揚げ からし菜と麩いりちー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん 中華風うま煮 ごぼうパオシュウ バンウースー	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「礼十一 668 kcal 牛乳  豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  目玉焼き風オムレツ(たまご・乳 鶏肉  「礼十一 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆) 赤・白みそ(大豆) きびなご  豚肉  「礼十一 732 kcal 牛乳  豚肉 豆腐(大豆)  にぼうパオシュウハム(豚肉・大豆) 錦糸たまご	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油         ・大豆・ゼラチン)       たんぱく質       34.5       g         米麦       小麦粉 かたくり粉 大豆油       揚げ油⑤         湿っぷ(小麦・大豆) こめ油       たんぱく質       35.6       g         米麦       かたくり粉 こめ油 ごま油         (小麦・豚肉・大豆)       春雨 白ごま ごま油 三温糖         たんぱく質       25.7       g	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g         ねぎ         からし菜 人参 もやし         脂質 22.4 g         人参 白菜 玉ねぎ しめじ 小松菜 きくらげ しいたけ たけのこ         きゅうり 人参	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)
28日(火)	がやくごはん つみれ汁 横桃 中乳 ジュリエンヌ スープ ジュリエンヌ スープ からし菜と麩の から揚げ 中乳 から場げ 中型 風うま煮 キ乳 オシュウ まずくり	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 ガパオライス ガバオ具 ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁 スルルーから揚げ からし菜と麩いりちー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん 中華風うま煮 ごぼうパオシュウ バンウースー 一食当たりの栄養価(中)	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  「豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  「田玉焼き風オムレツ(たまご・乳)  鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  「カレ豆腐(大豆) まびなご  「豚肉 豆腐(大豆) まびなご  「豚肉 豆腐(大豆) こぼうパオシュウハム(豚肉・大豆) 錦糸たまご  「エネルギー 744 kcal 牛乳	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油         ・大豆・ゼラチン)       たんぱく質       34.5       g         米麦       小麦粉 かたくり粉 大豆油       揚げ油⑤         湿っぷ(小麦・大豆) こめ油       たんぱく質       35.6       g         米麦       かたくり粉 こめ油 ごま油         (小麦・豚肉・大豆)       春雨 白ごま ごま油 三温糖         たんぱく質       25.7       g         スパゲティ麺(小麦・大豆)	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g         ねぎ         からし菜 人参 もやし         脂質 22.4 g         人参 白菜 玉ねぎ しめじ 小松菜 きくらげ しいたけ たけのこ         きゅうり 人参	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)
28日(火) 29日(水) 30日(木)	がやくごはん つみれ汁 横桃 「牛乳」 ・麦ごはん ・ガパオ具 ジュリエンヌ スープ	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳  ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁 スルルーから揚げ からし菜と麩いりちー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん 中華風うま煮 ごぼうパオシュウ バンウースー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  「豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  「田玉焼き風オムレツ(たまご・乳) 鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆) 赤・白みそ(大豆) きびなご  「豚肉 「ネルギー 732 kcal 牛乳  「豚肉 豆腐(大豆) こぼうパオシュウハム(豚肉・大豆) 錦糸たまご 「ネルギー 744 kcal	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油         ・大豆・ゼラチン)       たんぱく質       34.5       g         米麦       小麦粉 かたくり粉 大豆油       揚げ油⑤         湿っぷ(小麦・大豆) こめ油       たんぱく質       35.6       g         米麦       かたくり粉 こめ油 ごま油         (小麦・豚肉・大豆)       春雨 白ごま ごま油 三温糖         たんぱく質       25.7       g         スパゲティ麺(小麦・大豆)       三温糖       こめ油	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g         ねぎ         からし菜 人参 もやし         脂質 22.4 g         人参らげ しいたけ たけのこ         きゅうり 人参         脂質 25.9 g	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)
28日(火)	がやくごはん つみれ汁  「ガパオ」 ・麦ごはん ・ガパオ具  ジュリエンヌ スープ  からし菜と麩の から揚げ 中乳 いりちー 麦ごはん ゆし豆腐入りみそ汁  ボンウー 中華風うま煮  大パオシュウ  手ゴスコーン いんげんソテー	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳  ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁 スルルーから揚げ からし菜と麩いりちー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん 中華風うま煮 ごぼうパオシュウ バンウースー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  「豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  「田玉焼き風オムレツ(たまご・乳)  鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  「カレ豆腐(大豆) まびなご  「豚肉 豆腐(大豆) まびなご  「豚肉 豆腐(大豆) こぼうパオシュウハム(豚肉・大豆) 錦糸たまご  「エネルギー 744 kcal 牛乳	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油         ・大豆・ゼラチン)       たんぱく質       34.5       g         米麦       小麦粉 かたくり粉 大豆) こめ油 たんぱく質       35.6       g         米麦       かたくり粉 こめ油 ごま油       で、水麦・豚肉・大豆)         春雨 白ごま ごま油 三温糖 たんぱく質       25.7       g         スパゲティ麺(小麦・大豆)       三温糖 こめ油         こめ油       こめ油	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g         ねぎ         からし菜 人参 もやし         脂質 22.4 g         人参らげ しいたけ たけのこ         きゅうり 人参         脂質 25.9 g         玉ねぎ にんじん セロリトマトダイス	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)
(月) 28日(火) 30日(木) 31日	がやくごはん つみれ汁 横桃 「井乳」 ・表ごはん ・ガパオ具 ジュリエンヌ スープ 「小りちー」 「カらし菜と麩の から揚げ 「牛乳」 「カウー 中華風うま煮 「キ乳」 スープ 「オシュウ 「ナスー」 「ハンウー 中華風うま煮 「ボオシュウ 「トマトスパゲティ」 ・スパゲティ動	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 ガパオライス ガパオ具 ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし年乳 表ではん ゆし菜と麩いりちー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん 中華風うま煮 ごぼうパオシュウ バンウースー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  「豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  「田城き風オムレツ(たまご・乳) 鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆) 赤・白みそ(大豆) きびなご  「豚肉 豆腐(大豆) をびなご  「豚肉 豆腐(大豆) こぼうパオシュウスム(豚肉・大豆) 錦糸たまご 「ネルギー 744 kcal 牛乳  牛ひき肉 豚ひき肉 大豆	たんぱく質 31.3 g      米 麦     三温糖 かたくり粉 こめ油      ・大豆・ゼラチン)      たんぱく質 34.5 g      米 麦     小麦粉 かたくり粉	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g         ねぎ         からし菜 人参 もやし         脂質 22.4 g         人参 白菜 玉ねぎ しめじ 小松菜 きくらげ しいたけ たけのこ         きゆうり 人参         脂質 25.9 g         玉ねぎ にんじん セロリ トマトダイス マッシュルーム トマトピューレ	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)
(月) 28日(火) 30日(木) 31日	がやくごはん つみれ汁  「ガパオ」 ・麦ごはん ・ガパオ具  がらし菜と麩の から揚げ 中乳 いりちー  大ンウー 中華風うま煮  麦ごはん  「ボオシュウ  「ドマトスパゲティ」	つみれ汁 ちくわの磯辺焼き くだもの 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 ジュリエンヌスープ 黄桃 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん ゆし豆腐みそ汁 スルルーから揚げ からし菜と麩いりちー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 麦ごはん 中華風うま煮 ごぼうパオシュウ バンウースー 一食当たりの栄養価(中) 牛乳 トマトスパゲティ いんげんソテー	いわつみれ(小麦・大豆) ちくわ 糸けずり 青のり粉  「ネルギー 668 kcal 牛乳  「豚ひき肉 鶏ひき肉 大豆  「田焼き風オムレツ(たまご・乳) 鶏肉  「ネルギー 739 kcal 牛乳  ゆし豆腐(大豆) 赤・白みそ(大豆) きびなご  「豚肉 豆腐(大豆) こぼうパオシュウ ハム(豚肉・大豆) 錦糸たまご 「ネルギー 744 kcal 牛乳  牛ひき肉 豚ひき肉 大豆 ウィンナー(豚肉)  牛乳	たんぱく質       31.3       g         米麦       三温糖 かたくり粉 こめ油         ・大豆・ゼラチン)       表         たんぱく質       34.5       g         米麦       小麦・大豆)こめ油         たんぱく質       35.6       g         米麦       かたくり粉 こめ油 ごま油         (小麦・豚肉・大豆)       春雨 白ごま ごま油 三温糖         たんぱく質       25.7       g         スパゲティ麺(小麦・大豆)       三温糖 こめ油         こめ油       こめ油         ホットケーキミックス(小麦)	人参 大根 ねぎ 生姜         紅甘夏(予定)         脂質 21.5 g         玉ねぎ 人参 ピーマン         玉ねぎ えのき 人参 キャベツ 黄桃缶(もも)         脂質 22.9 g         ねぎ         からし菜 人参 もやし         脂質 22.4 g         人参 白菜 玉ねぎ しめじ 小松菜 きくらげ しいたけ たけのこ         きゆうり 人参         脂質 25.9 g         玉ねぎ にんじん セロリ トマトダイス マッシュルーム トマトピューレ	塩 醤油(小麦・大豆) みりん 花かつお 煮干しだし(さば) 醤油(小麦・大豆)