○ 揚げ物に使用する油には、アレルギー物質が含まれている場合があります

○ 牛乳は毎日あります ○ しらす干し、いりこ、あさり、わかめなどの海産物は、「えび」「かに」「いか」が生息している海域で採集しています □ 2022/5/2 2022/5/6 2022/5/9 2022/5/10 2022/5/11 2022/5/12 2022/5/13 2022/5/16 2022/5/17 2022/5/17 2022/5/18 2022/5/18 2022/5/18 2022/5/18 2022/5/19 2022/5/9 2022

日	2022/5/2	2022/5/6	2022/5/9	2022/5/10	2022/5/11	2022/5/12	2022/5/13	2022/5/16	2022/5/17	2022/5/18
曜	月 麦ご飯	金麦ご飯	月 麦ご飯	火 麦ご飯	水 普通パン★78	木 わかめ麦ご飯	金麦ご飯	月 麦ご飯	火麦ご飯	水 胚芽パン★84
	こめ むぎ 若竹汁	こめ むぎ みそ汁	こめ むぎ ポテトスープ	こめ むぎ 八宝菜	ビーンズシチュー 鶏肉	こめ むぎ わかめ	こめ むぎ みそ汁	こめ むぎ じゃがもちのすまし汁		肉団子のスープ 肉団子★9
	わかめ えのきたけ	にんじん ごぼう	鶏肉 菜種油	豚肉 菜種油	赤ワイン 赤いんげん豆	うどん うどん麺★2	ミニ絹厚揚げ★14 キャベツ	じゃがもち★4 ほうれん草	鶏肉 菜種油	キャベツ エリンギ
	たけのこ たまねぎ	だいこん キャベツ	たまねぎ じゃがいも	生姜うす切りかまぽこ	白いんげん豆 うずら豆	うす切りかまぼこ イトヨリ	えのきたけ 葉ねぎ	しめじ 酒	絹厚揚げ 豆乳	ほうれん草 にんじん
	<u>葉</u> ねぎ 酒	ミニ絹厚揚げ★14 葉ねぎ	にんじん エリンギ	イトヨリ すけそうだら	ひよこ豆 じゃがいも	すけそうだら でん粉(馬鈴薯)	天拝みそ★41 いりこ(だし用)	塩 しょうゆ★32	デキストリン でん粉(コーン)	コンソメ★49 塩
	しょうゆ★32	いりこ(だし用)	白いんげん豆	でん粉(馬鈴薯)	にんじん	砂糖	かつおとたけのこの煮物	昆布(だし用)	ぶどう糖	白こしょう
	昆布(だし用) 鰹節(だし用)	天拝みそ★41 フライドチキン	コンソメ★49 塩	砂糖 塩	たまねぎ マッシュルーム★17		かつお角切り粉付 かつお		植物油脂 豆腐用凝固剤	鶏と大豆のケチャップ煮 鶏肉
	塩 さばみそホイル	鶏肉 でん粉(とうもろこし)	白こしょう パセリ	本みりん 着色料	ハヤシルウ★29 トマト水煮★44	着色料 調味料(アミノ酸)	馬鈴薯でん粉 菜種油	大豆 豚肉	酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄	菜種油 たまねぎ
	さば 砂糖	小麦粉	ハンバーグ デミソースかけ	調味料(アミノ酸) たまねぎ	トマト トマトケチャップ★43	にんじん	にんじん	酒 たまねぎ	大豆 じゃがいも	大豆 トマトケチャップ★43
	みそ	香辛料	ハンバーグ★8	キャベツ	砂糖	しょうゆ★32	むき枝豆★18	にんじん	にんじん	ウスターソース★34
	本みりん 米粉	デキストリン 砂糖	菜種油 赤ワイン	チンゲン菜 にんじん	塩 白こしょう	うすくちしょうゆ★33 塩	砂糖	にら にんにく	たまねぎ むき枝豆★18	砂糖 塩
	さば・大豆 ほうれん草のごま和え	大豆粉 粉末状大豆たんぱく	トマトケチャップ★43 デミグラスソース★45		ブロッコリーと キャベツのサラダ	ー みりん★42 酒	しょうゆ★32 みりん★42	生姜テンメンジャン	しょうゆ★32 砂糖	しょうゆ★32 赤ワイン
献	ほうれん草 もやし	粉末油脂 異性化液糖	トマト 砂糖	しょ う ゆ★32 塩	キャベツ ブロッコリー	いりこ(だし用) 肉うどんの具	酒 だし汁(いりこ)	みそ	みりん★42 酒	ポテトサラダ じゃがいも
立	にんじん	酵母エキス調味料(アミノ酸等)	塩白こしょう	白こしょう でん粉(馬鈴薯)	ノンエッグマヨネーズ★55	豚肉	しそひじき★61	ごま油	きびなご	とうもろこし
	しょうゆ★32 みりん★42	重曹 PH調整剤	キャベツとツナの炒め物	揚げ焼売	塩 白こしょう	菜種油 たまねぎ		菜種油 しょうゆ	菜種油	むき枝豆★18 ノンエッグマヨネーズ★55
び	白ごま かしわもち	ソルビット 増粘剤 香辛料抽出物	<u>ほうれん草</u> キャベツ	たまねぎ しょうが	レモン汁 オレンジ	砂糖 しょうゆ★32		大豆・ごま 小麦	海藻サラダ きゅうり	塩 白こしょう
材		小麦大豆 鶏肉 菜種油	ツナ★16 塩	豚肉 鶏肉		酒 ごぼうのごまだれ和え		米みそ★38 しょうゆ★32	もやし 海藻サラダ★27	
料	寒天 上新粉	じゃがじゃこ じゃがいも	ー /ンエッグマヨネーズ★55 白こしょう			ごぼう ほうれん草		砂糖 でん粉(馬鈴薯)	青じそドレッシング★52	
	砂糖	しらす干し	ПССХУ	砂糖		とうもろこし		切干大根のかぼす和え		
	<u>酵素</u> ※小麦·大豆	<u>塩</u> 白ごま		塩しょうゆ		白ごま ごまドレッシング★53		切干大根 水菜		
		ごま油		酵母エキス こしょう		うすくちしょうゆ★33		油揚げ★12 かぼす果汁		
				小麦粉 小麦·大豆				純米酢★36 砂糖		
				豚肉・鶏肉 菜種油				塩 うすくちしょうゆ★33		
				中華サラダ				ファイカレよりは東は3		
				もやし とうもろこし						
				きゅうり 純米酢★36						
				しょうゆ★32 砂糖						
				白ごま						
				ごま油						
エネルギー (koal) たんぱく質 (g)	653 25.5	621 24.4		621 21.9		626 23.2				675 28.5
(g) 職實 (g)	19.4					15.5				30.1
日	2022/5/19	2022 /E /20	0000/5/00						0000/5/01	•
	2022/0/10	2022/5/20	2022/5/23	2022/5/24	2022/5/25	2022/5/26	2022/5/27	2022/5/30	2022/5/31	
曜	木	金	月	火	水	木	金	月	火	
	木 麦ご飯 こめ むぎ	金 麦ご飯 こめ むぎ	月 麦ご飯 こめ むぎ	火 麦ご飯 こめ むぎ	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの	木 麦ご飯 こめ むぎ	金 麦ご飯 こめ むぎ	月 麦ご飯 こめ むぎ	火 麦ご飯 こめ むぎ	
	木 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨スープ 緑豆春雨	火 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ スパゲッティ★1	木 麦ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11	火 麦ご飯 こめ むぎ トック トック	
	木 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ	金 麦ご飯 こめ むぎ ボークカレー 豚肉 生姜 にんにく	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨スープ 緑豆春雨 豚肉	火 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ	木 麦ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベツ えのきたけ	火 麦ご飯 こめ むぎ トック トック 米粉 塩	
	木 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41	金 麦ご飯 こめ むぎ ボークカレー 豚肉 生 にんにく レンズ豆 たまねぎ	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲン菜	火 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用)	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ	木 麦ご飯 こめ むぎ 高野豆腐→15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベツ えのきたけ 葉ねぎ 天拝みそ★41	火 麦ご飯 こめ むぎ トック トック 米粉 塩 pH調整剤 干ししいたけ	
	木 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用)	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★51	火 麦ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん草	木 麦ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベツ えのきたけ 葉ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用)	火 麦ご飯 こめ むぎ トック トック 米粉 塩 pH調整剤	
	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩	火 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまねぎ	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん草 トマト水煮★44	木 麦ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベツ えのきたけ 葉ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) さばのかば焼き	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 pH調整剤 干ししいたけ たけのこ キンゲン菜 わかめ	
	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 藁葉種油	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 白こしょう 肉団子の甘酢あん	火 表ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまねぎ にんじん ねぎ	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん草 トマト水煮★44 トマト トマトケチャップ★43 デミグラスソース★45	本 麦ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しょうゆ★32 みりん★42	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベツ えのきたけ 葉ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) さばのかば焼き さば切身粉付 さば コーンスターチ	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 pH調整剤 干ししいたけ たけのこ チンゲン菜 わかめ 繋がらスープ★51 しようゆ★32	
	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※大豆・ごま	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄カ粉 菜種油 カレー粉 カレールウ★30	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干しいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 白こしょう 肉団子かり ピーマン	火 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまねぎ にんじん ねぎ だけのこ	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん草 トマト水煮★44 トマト トマトケチャップ★43 デミグラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34	木 麦ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みりん★42 酒 砂糖	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 繋がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白月魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯)	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベツ えのきたけ 葉ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) さばのかば焼き さば切身粉付 さば コーンスターチ	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 pH調整剤 干しいたけ たけのこ チンゲン菜 わかめ 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 デジプルコギ	
	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※大豆・ごま 菜種油 五目きんびら にんじん	金 表ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄カ粉 菜種油 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32	月 表ご飯 こめ むぎ 春雨 スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★51 うすぐちしょうゆ★33 塩 白こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねぎ にんじん	火 麦ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまねぎ にんじん ねぎ ごぼう たけのこ 散状植物性たんぱく 販脂	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん草 トマト水煮★44 トマト トマトナチャップ★43 デミグラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 塩 白こしょう	本 麦ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しょうゆ★32 みりん★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかめの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベツ えのきたけ 葉ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) さばのかば焼き さば切身粉付 さば コーンスターチ	火 麦ご飯 こめ むぎ トック トック 米粉 塩 ウH調整剤 干ししいたけ たけのこ チンゲン菜 わかめ 繋がらスーブ★51 しようゆ★32 塩 デジプルコギ 豚肉 菜種油	
	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・ハか・さけ・さば ※大豆・ごま 菜種油 五目きんびら にんじん ごぼう	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうiゆ★32 塩	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 白こしょう 肉団子かり 肉団子★9 ピーマン たまねぎ	火 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまねぎ にんじん ねぎ だけのこ 粒状植物性たんぱく	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん草 トマト水煮★44 トマト トマトケチャップ★43 ゴンソメ★49 ウスターソース★34 塩 しこしょう 菜種油	木 麦ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しょうゆ★32 みりん★42 酒 酒	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベツ えのきたけ 葉オライ★41 いりこ(だし用) さばのかば焼き さば切身粉付 さば、カッぱ焼き さば切りを付けるば、カーシスターチ さば、************************************	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 pH調整剤 干ししいたけ たけのこ チンゲン菜 わかめ 鶏がらスープ★51 しようゆ★32 塩 デジブルコギ 豚肉	
	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ ※小麦・いか・さけ・さば ※ 大豆・ごま 菜種油 五目きんびら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄カ粉 菜種油 カレールウ★30 ウスターソース★34 しようゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨スープ 緑原肉 酒 干しいたけ チンゲン菜 繋がらスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 白こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねぎ にんじん 菜種油 砂糖 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりにだし用) お魚ハンバーグ あじ たまぬどん ねぎにんじん ねぎにんじん なぎう たけのこ 粒状植物性たんぱく 豚脂 粉末状植物性たんぱく でん粉(馬鈴薯) 植物油脂	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん草 トマト水煮★44 トマトケチャップ★43 デミグラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 塩 白こしょう 菜種油 揚げラビオリ 小麦粉	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むきがし★18 じゃがい★ 18 じゃがい★42 酒 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの 酢の物 きゅうり	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 推理ねぎ 生姜	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきたけ 葉ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) さばのかば焼き さば切身粉付 さばコーンスターチ さば、コーンスターチ では、シーナ・いか 砂糖 しょうゆ★32 酒 直ごま 菜種油	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 pH調整剤 干しいたけ たけのこ チンゲン菜 わかめ 繋がらスープ★51 しようゆ★32 塩 デジプルコギ 豚肉 菜種油 たまわば たまわば をまわば たまわば をまわば とようゆ★32 生	
曜	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※大豆・ごま 菜種油 東種油 こしらす干し 干しいたけ 大豆 菜種油 エ目さんびら しらず干し 干しいたけ 大豆 菜種油	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄丸粉 東種油 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神賞★64 フルールトト★67	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 白こしょう 肉団子の甘酢あん 肉団子★9 ピーマン たまねざ にんじん 菜種油 砂糖 しようゆ★32 総米酢★36 酒	火 麦ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまねざ にんじん ねぎ ごぼう たけ状植物性たんぱく 板脂 粉末状植物性たんぱく でん粉(馬鈴薯) 植物油脂 みようゆ	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん草 トマト水煮★44 トマト トマトケチャップ★43 デミグラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 塩こしょう 菜種油 揚げラビオリ 小裏肉 豚肉	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しょうゆ★32 みりん★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかめの きゅうり もやし わかめ 純米酢★36	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深わぎ 生生 にんにく 砂糖	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベツ えのきたけ 葉月みそ★41 いりこばのかば焼き さば切身粉付 さばのりがは焼き さば切りを さばりりかする2 では、シスターチ さば、シオー・りか 砂糖 しょうゆ★32 酒 白ごま 東種油 切干大根	火 麦ご飯 こめ むぎ トック トック 米粉 塩 ドリー調整剤 干ししいたけ たけのこ チンゲン カがらスープ★51 しょうゆ★32 塩 デジブルコギ 豚種油 たまねぎ しょうゆ★32 生姜 にんにく 砂糖	
献	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 下りにだし用) あじの塩焼き あじ 塩※大豆・ごま 菜種油 五目きんびら にごぼう しらす干し 干ししいたけ 大豆 菜種油 しらす干し 干ししいたけ 大豆 菜種油 しらす干し モリントンは 大豆 大豆 では しらす干し 大豆 大豆 大豆 しまう しまう しまう しまう しまう しまう しまう しまっ しまっ しまっ しまっ しまっ しまっ しまっ しまっ	金 表ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄カ粉 菜種油 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 白こしょう 肉団子かり 大のじん 大のじんで たまねぎ にんじん 変種 しょうゆ★32 純末節★36 酒 でんが、32 純末のでは、32 に、32 に、43 でいたが、32 に、43 でいたが	火 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹原揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハーグ あじ たまんじん ねおぼう たけのも だけが植物性たんぱく 豚脂 粉末状植物性たんぱく 豚脂より でん粉油脂 みそしようゆ 砂油 香辛料	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん草 トマト水煮★44 トマトケチャップ★43 デミグラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 塩白こしょう 葉種油 揚げラビオリ 小麦粉 豚肉 豚肉	本 麦ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しょうゆ★32 みりん★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかめの 酢の物 きゅうり きゅうり きゅうり きゅうり もやし わかめ	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にらにんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキキ でん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※立叶・さば 菜種油 程度装 にんにく 砂糖 しょうゆ★32	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベツ えのきたけ 葉ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) さばの身粉付 さばい身粉付 さば、シーチ さばいりまでしまうゆ★32 酒 酒ごま 薬性・いか 砂糖 しようゆ★32 酒 面ごま 薬種油 切干大根の炒め煮 切干大根 にんじん 油揚げ★12	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 pH調整剤 干しいたけ たけのこ チンゲン菜 わかめ 鶏 がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 デジプルコギ 豚肉 菜種油 たまらゆ★32 生姜 にんにく みりん★42 のんごすりおろし	
献立	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこだし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※大豆・ごま 菜種油 五目きんびら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大豆種油 砂糖	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★51 うずくちしょうゆ★33 塩 白こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねぎ にんじん 菜種油 砂糖 しょうゆ★32 純米酢★36 酒 中華スープ★50 でん粉(馬鈴客) じゃこふりかけ	火 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこだし用) お魚ハンバーグ あじ おんじん たまんじん だばう たけ状植物性たんぱく 形脂 粉末状植物性たんぱく でん粉油脂 しょうゆ 砂糖 塩	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん草 トマト水煮★44 トマト トマトケチャップ★43 マトケチャップ★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 塩 ロこしょう 菜種油 揚げラビオリ 小麦粉 鶏肉 玉ねぎ	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しようゆ★32 塩 自身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯) ※支げ・むば 菜種油 根深ねぎ 生姜 にんにく 砂糖 しようゆ★32	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベツ えのきたけ 葉拜みそ★41 いりこ(だし用) さば切身粉付 さば切り場が付 さばりりでは カーンスターチ さばりまかけ ではます 大きが、またいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 白ごま 種油 切干大根の炒め煮 切干大根 にんじん 油揚げ★12 むき枝豆★18	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 川調整剤 干ししいたけ たけのこ チンゲン わかめらスープ★51 しょうゆ★32 塩 デジブルコギ 豚肉 菜種油 たまねぎ しょうゆ★32 生姜 にんにく 砂糖 みりにく	
献立	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ ナンゲン菜 鶏がらスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしよう 肉団子★9 ピーマン たまねぎ にんじん 菜種油 砂糖 しょうゆ★32 純瀬 や地 しょうの★32 純瀬 でんがしん でんがしたが でんがいまする。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがい。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんが、 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいまる。 でんがいながらながらながらながらながらながらながらながらながらながらながらながらながらな	火 麦ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこだし用) お魚ハンバーグ あじ ねざん たおじん だまがいも たまがいも たまがいも だまがいたがにあが たまがいたがは をでんがは をでんがは をでんがは をでんがは をでんがは をでんがは をでんがは をでんがは をでんがは をでんがは をでんがな	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれんじん エリンギ ほうれんで トマト水煮★44 トマトケチャップ★43 デミグラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 塩白こしょう 菜種油 撮げラビオリ 小夷粉 類豚肉 玉ねぎ パン状植物性たん白 酵母エキス	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しようゆ★32 塩 自身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯) ※支び・いか ※さけ・さば 菜種油 根深ねぎ 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 押リソース★48 純米酢★36	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉月拝みぞ★41 いりこばの身粉付 さば切身粉付 さばつりまです。 さば切りをする。 さばがりまです。 さばがりまです。 では、スターチ さばかりまです。 では、スターチ では、スター	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 ドリク 米粉 塩 デリー ボーレしいたけ たけのこ チンゲンめ 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 デジブルコギ 豚種 灌油 たまれぎ しょうゆ★32 生姜 にんにく のんごすりおろし りんごすりおろし りる料 藤味料	
献立及び	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※ 水麦・いか・さけ・さは ※ 大豆・ごま 菜種油 東種油 こんじん ごぼう しらす干し 干しこいたけ 大豆 菜種油 ひしいたけ 大豆 菜種油 ひしいたけ 大豆 菜種油 しいっとがら ないっとがら しいっとがら ないっとがら ないっとがら ないっとがら しいっとがら ないらがら ないらがら	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★51 うすぐちしょうゆ★33 塩 白こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねぎ にんじん 菜種油 しょうにんじん 菜種油 しょうか★36 酒 中華スープ★50 でん粉(馬かけ)がけ しゅうけいけ しょういた。 でんりのは、 でんりいが、 でんりのは、 でんりのは、 でんりいが、 でんりいが、 でんりいが、 でんりのは、 でんりいが、 でんりのは、 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんりのは、 でんりのは、 でんりのは、 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんしい。 でんりのは、 でん	火 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹原場げ★14 じゃがいち キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじまねじん ねぎう たけんでも物性たんぱく 豚脂 粉末状植物性たんぱく をもいんが でも物油 かそしよ糖 かそしより か音辛料 トレカニシャ サーウ出外 カルシー・ 大型・大豆・豚肉 東種油	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん遣 トマトナ水煮★44 トマト トマトケチャップ★43 デミグラスソース★45 コンメ★49 ウスターソース★34 塩 白こしょう 菜種油 揚げラビオリ 小麦粉 鶏肉 豚肉 玉ねぎ が表わり 大きがラスソース★34 は塩 白こしょう 菜種油 おりたまか 素粉 鶏肉 を表わり 大きが 大きが 大きが 大きが 大きが 大きが 大きが 大きが	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にらんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深ねぎ 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米酢★36 ガリノース★48 純米酢★36 ガリノース★48 純米酢★36 ガリノーストラもろこし	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さばり身粉付 さばし用) さば切り さばしまうゆ★32 酒 西ごま 種油 切干大根の炒め煮 切干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたしん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 中間整剤 干ししいたけ たけのこ 菜 わかめ 熟がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 デジプルコギ 豚肉 菜種油 たまらゆ★32 生姜 にんにく 砂糖 みりん★42 りんご すりのご すりんご 香料 酸化防止剤	
献立及び材	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子の甘酢あん 肉団子マン たまねじん 菜種油 砂糖 しょ光酢★32 純酒 中華スープ★50 でん粉(馬鈴等) じらず干し 鰹節のよりかけしらず干し 鰹節のり しき節のり のり しき変わります。	火 麦ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまじん たまじん おじばずう たけ状植物性たんぱく をでん粉(馬等) 様物油脂 しょうゆ 砂糖 塩 香半料 トレルース しカカルース しカカルース しカカルース しカカルース しカカルース しカカルース しカカルース しカカルース しカカルース しカカルース しカカルース しカルカース 大きで、下下的 本で、下下の 本で、下下の 本で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の 本で、下で、下下の ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	水 黒糖パン★81 デキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマト トマトケチャップ★43 デミグラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 塩こしょう 菜種油 揚げラビオリ 小鶏肉肉 玉カン粉 粒脂 おもぎん ない はい はい はい はい はい はい はい はい はい は	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯) ※支げ・むば 菜種油 根深ねぎ 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 デリソース★48 純米酢★36 ブロッコリーの中華和え とうもろこし 純米酢★36	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さばり身粉付 さばし用) さば切り さばしまうゆ★32 酒 西ごま 種油 切干大根の炒め煮 切干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたしん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック トック メ粉 塩 デリレいたけ たけのこ チンゲン カかめの 乳がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 デジブルコギ 豚菜種油 たまおりか★32 生姜 にんにく 砂糖 みりん★42 りんごすりおろし りんごすりおろし りんごすりおろし りんごすりおろし りんごすりたご を破化防止剤 しょうれん草	
献立及び	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 白こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねぎ にんじん 菜種油 砂・数32 純本36 一でんがも、32 純米酢★36 酒 中華スープ★50 でん粉(馬ふりかけ しらす干し 鰹節 のりごま ごま油	火 表ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいり ミニ絹原揚げ★14 じゃがいり にもがいり だし用り お魚ハンバーグ あじ おきにん おきにんじん おぎるがしたけ状態 粉末状植物性たんぱく でも物油 はいりにもいばくでも物・ をするが、 をが、 をが、 をが、 をが、 をが、 をが、 をが、 を	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマトトナトマトケチャップ★43 デミグラスソース★45 コンスターソース★34 コンスターソース★34 コンスターソース★34 前よう 東種油 満げラビオリ 小麦粉 鶏肉 下まか 野肉 大きか 大きが 大きが 大きが 大きが 大きが 大きが 大きが 大きが	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にらにんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 自身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深ねぎ 生にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米酢★36 ブロッコリーの中華和え とうもろこし ブロッコリー	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 ドック 米粉 塩 ボジウン 大いたけ たけのこ 菜 カかめ 大のか ★32 塩 デジプルコギ 豚肉 菜種油 たまうゆ★32 生姜 にんじく 砂糖 たまうゆ★32 生姜 にんじく 砂糖 よりんごすりおろし りんごすりおろし りんごすりおろし りんごすりたご 大ムル にようれんご まやしにんじん	
献立及び材	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねざしん 菜種油 砂はんじん 菜種油 砂はようゆ★32 純末のようのでんが(馬鈴薯) しゃす干し 鰹節のり しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしている。 でんりのは、このものものものものものものものものものものものものものものものものものものも	火 表ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいり モキャベツ 大手みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ おにんぎ ごはがいる だけ状脂 粉末状態(馬鈴 でん物治 しょうゆ 香半料 トレハシ曲出物 小を手を トレカルシ曲出物 小を子・豚肉 素種油 小松菜 もやし にんじん しょうゆ★32	水 黒糖パン★81 デキンとトマトの スパゲッティ スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマト トマトル素★44 トマト トマトカチャップ★43 デミグラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 塩 ロこしょう 薬種油 撮げラビオリ 小鶏肉 豚肉 玉れン粉 物性たん白 豚酵田エキス ポ塩 が表別 が表別 が表別 が表別 が表別 が表別 が表別 が表別	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 自身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さい・さば 菜種油 根深表 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米酢★36 ブロッコリーの中華和え とうもろコーの中華和え とうもろコーの中華和え とうもカーの一章和え とうもか一分一数一分一分一数一分一分一分一分一分一分一分一分一分一分一分一分一分一分一	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック メ粉 塩 ドック メ粉 塩 ドック メ粉 塩 ドリク 大リカがら 大リルコギ 大リルコギ 大リルコギ 大大リルコ 大大リルコ 大大リル もたし にんしし しょうゆト 大大リル しょうけん 大大リル もたし にんしし しょうけん 大大リル しょうけん しょうけん しょうけん しょうけんし しょうけん しょうけん しょうけん しょうけん しょうけん しょうけん しょうけん しょうけん しょう しょう 大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大大	
献立及び材	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねざしん 菜種油 砂はんじん 菜種油 砂はようゆ★32 純末のようのでんが(馬鈴薯) しゃす干し 鰹節のり しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしている。 でんりのは、このものものものものものものものものものものものものものものものものものものも	火 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹がいす キャペツ 大手かそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじまんじん おじまんじん おきさいがしたがしたがしたができる。 だけが植物性たんぱく 豚脂 粉末状植物性たんぱく をもったが、 はな、 でもったが、 はな、 でもったが、 はな、 でもったが、 はな、 でもったが、 はな、 はな、 はな、 はな、 はな、 はな、 はな、 はな	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマトケラスメ★45 マトケラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★35 温しよう 藁樹 勝肉肉 おりだけったから 大きがある。 がおりたから 大きがある。 がいまれる。 はいまする。 はいまなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいななる。 はい	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 薬種油 根深ねぎ 生姜 にんにく や糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★8 総米酢★36 プロッコリーの中華和え とうもろこし ブロッコリー にがまる6 プロッコリー にがまる6 プロッコリーの中華和え とうもろこし ブロッコリー にようゆ★32 ご出来である6 プロッコリーの中華和え とうもろこし ブロッコリー にようゆ★32 ごようゆ★32 ごようの★32 ごようの★32 ごようの★32 ごようの★32 ごまうの★32 ごまうの★32	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 ゆけ調整 かった カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな 大きな しょうゆ★32 生姜 にんにく あがした。 カック 大きな しょうゆ★32 生姜 にんにく のんご 香酸 ないで カック カック 大きな カック 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック カック カック 大きな カック カック カック カック カック カック カック カック	
献立及び材	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねざしん 菜種油 砂はんじん 菜種油 砂はようゆ★32 純末のようのでんが(馬鈴薯) しゃす干し 鰹節のり しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしている。 でんりのは、このものものものものものものものものものものものものものものものものものものも	火 表ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまじん たはじん にんぎ ごはがした。 だけ状植物性たんぱく でん物油 がま状も物(無い) を変えが、 をでした。 にんじん にんじん にんじんが、 をでんが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 をない。 をない、 をな、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、	水 黒糖パン★81 デキンとトマトの スパゲッティ スパゲッティ スパゲッティ スパゲッティ 1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマト トマトケチャップ★43 デミグラスソース★34 コンソメ★49 ウュンリメ★49 ウュと は直こは油 撮げラビオリ 小鶏肉肉 まが 物性たん白 藤子、大 が下した。 がた。 がた。 がた。 がた。 がた。 がた。 がた。 が	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキでん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深わき 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米ッコリーの中華和え とうもろコリー 純米がかまつ にんじん ブロッコ・コーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッコ・カーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッゴ・大ク・カーの・サース・カーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オ	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 畑川調整剤 干ししいたけ たけのこ チンゲンが カがらスープ★51 しょうゆ★32 塩 デジブルコギ 豚菜種油 たまねぎ しょうゆ★32 生姜 にんにく の糖 みりん★42 りんごすりおろし りんごすりおろし りんごすりれんですりおろし りんごすりれんでした。 しょうか★32 大きもした。 しょうかか の語 なりんごすりおろし りんごすりおろし しんごかん またした。 しんごかん またした。 しんごものは とした。 しんごかんと しんごかん。 とした。 しんごものは とした。 しんごかん。 とした。 しんごかん。 とした。 しんごさかん。 とした。 しんごさから とした。 しんごさから とした。 しんごさかられた。 とした。 しんにく ときまないた。 ともした。 しんごさからないこと しんごさかん。 とした。 しんごさかん。 とした。 しんごかん。 とした。 しんごかん。 とした。 しんごかん。 とした。 しんごかん。 とした。 しんごかん。 とした。 しんごかん。 とした。 しんごかん。 とした。 しんごかん。 とした。 とした。 しん。 とした。 しん。 とした。	
献立及び材	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねざしん 菜種油 砂はんじん 菜種油 砂はようゆ★32 純末のようのでんが(馬鈴薯) しゃす干し 鰹節のり しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしている。 でんりのは、このものものものものものものものものものものものものものものものものものものも	火 表ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまじん たはじん にんぎ ごはがした。 だけ状植物性たんぱく でん物油 がま状も物(無い) を変えが、 をでした。 にんじん にんじん にんじんが、 をでんが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 をない。 をない、 をな、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマトケラスメ★45 マトケラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★35 温しよう 藁樹 勝肉肉 おりだけったから 大きがある。 がおりたから 大きがある。 がいまれる。 はいまする。 はいまなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいななる。 はい	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキでん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深わき 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米ッコリーの中華和え とうもろコリー 純米がかまつ にんじん ブロッコ・コーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッコ・カーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッゴ・大ク・カーの・サース・カーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オ	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 ゆけ調整 かった カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな 大きな しょうゆ★32 生姜 にんにく あがした。 カック 大きな しょうゆ★32 生姜 にんにく のんご 香酸 ないで カック カック 大きな カック 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック カック カック 大きな カック カック カック カック カック カック カック カック	
献立及び材	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねざしん 菜種油 砂はんじん 菜種油 砂はようゆ★32 純末のようのでんが(馬鈴薯) しゃす干し 鰹節のり しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしている。 でんりのは、このものものものものものものものものものものものものものものものものものものも	火 表ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまじん たはじん にんぎ ごはがした。 だけ状植物性たんぱく でん物油 がま状も物(無い) を変えが、 をでした。 にんじん にんじん にんじんが、 をでんが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 をない。 をない、 をな、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマトケラスメ★45 マトケラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★35 温しよう 藁樹 勝肉肉 おりだけったから 大きがある。 がおりたから 大きがある。 がいまれる。 はいまする。 はいまなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいななる。 はい	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキでん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深わき 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米ッコリーの中華和え とうもろコリー 純米がかまつ にんじん ブロッコ・コーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッコ・カーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッゴ・大ク・カーの・サース・カーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オ	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 ゆけ調整 かった カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな 大きな しょうゆ★32 生姜 にんにく あがした。 カック 大きな しょうゆ★32 生姜 にんにく のんご 香酸 ないで カック カック 大きな カック 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック カック カック 大きな カック カック カック カック カック カック カック カック	
献立及び材	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねざしん 菜種油 砂はんじん 菜種油 砂はようゆ★32 純末のようのでんが(馬鈴薯) しゃす干し 鰹節のり しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしている。 でんりのは、このものものものものものものものものものものものものものものものものものものも	火 表ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまじん たはじん にんぎ ごはがした。 だけ状植物性たんぱく でん物油 がま状も物(無い) を変えが、 をでした。 にんじん にんじん にんじんが、 をでんが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 をない。 をない、 をな、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマトケラスメ★45 マトケラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★35 温しよう 藁樹 勝肉肉 おりだけったから 大きがある。 がおりたから 大きがある。 がいまれる。 はいまする。 はいまなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいななる。 はい	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキでん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深わき 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米ッコリーの中華和え とうもろコリー 純米がかまつ にんじん ブロッコ・コーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッコ・カーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッゴ・大ク・カーの・サース・カーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オ	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 ゆけ調整 かった カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな 大きな しょうゆ★32 生姜 にんにく あがした。 カック 大きな しょうゆ★32 生姜 にんにく のんご 香酸 ないで カック カック 大きな カック 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな しょうか 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック 大きな カック カック カック 大きな カック カック カック カック カック カック カック カック	
献立及び材	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねざしん 菜種油 砂はんじん 菜種油 砂はようゆ★32 純末のようのでんが(馬鈴薯) しゃす干し 鰹節のり しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしている。 でんりのは、このものものものものものものものものものものものものものものものものものものも	火 表ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまじん たはじん にんぎ ごはがした。 だけ状植物性たんぱく でん物油 がま状も物(無い) を変えが、 をでした。 にんじん にんじん にんじんが、 をでんが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 をない。 をない、 をな、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマトケラスメ★45 マトケラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★35 温しよう 藁樹 勝肉肉 おりだけったから 大きがある。 がおりたから 大きがある。 がいまれる。 はいまする。 はいまなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいななる。 はい	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキでん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深わき 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米ッコリーの中華和え とうもろコリー 純米がかまつ にんじん ブロッコ・コーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッコ・カーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッゴ・大ク・カーの・サース・カーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オ	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 ゆけ調整 かった サールルにけたけたけたけがらこ、 乗った。 たいがら、 乗った。 大きがブルコギ 豚種連 たしょうゆ★32 生姜 にんにく のんごすりがよる。 のんごすりがからですりある。 はいたけがから、 乗った。 でがブルコギ 下を重ねさでしょうゆ 大きにくいである。 のんごすりがからですりのかです。 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 しょうかし、 のんごは、 しょうかし、 しょうかし、 しょうかし、 のんごは、 しょうかした。 しょうかした。 しょうかした。 のんごは、 しょうかした。 しょうなななななななななななななななななななななななななななななななななななな	
献立及び材	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねざしん 菜種油 砂はんじん 菜種油 砂はようゆ★32 純末のようのでんが(馬鈴薯) しゃす干し 鰹節のり しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でん粉(馬鈴薯) しらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしたまりかけしらず でんりのしている。 でんりのは、このものものものものものものものものものものものものものものものものものものも	火 表ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまじん たはじん にんぎ ごはがした。 だけ状植物性たんぱく でん物油 がま状も物(無い) を変えが、 をでした。 にんじん にんじん にんじんが、 をでんが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 をない。 をない、 をな、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマトケラスメ★45 マトケラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★35 温しよう 藁樹 勝肉肉 おりだけったから 大きがある。 がおりたから 大きがある。 がいまれる。 はいまする。 はいまなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいななる。 はい	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキでん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深わき 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米ッコリーの中華和え とうもろコリー 純米がかまつ にんじん ブロッコ・コーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッコ・カーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッゴ・大ク・カーの・サース・カーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オ	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 ゆけ調整 かった サールルにけたけたけたけがらこ、 乗った。 たいがら、 乗った。 大きがブルコギ 豚種連 たしょうゆ★32 生姜 にんにく のんごすりがよる。 のんごすりがからですりある。 はいたけがから、 乗った。 でがブルコギ 下を重ねさでしょうゆ 大きにくいである。 のんごすりがからですりのかです。 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 しょうかし、 のんごは、 しょうかし、 しょうかし、 しょうかし、 のんごは、 しょうかした。 しょうかした。 しょうかした。 のんごは、 しょうかした。 しょうなななななななななななななななななななななななななななななななななななな	
献立及び材	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねざしん 菜種油 砂はんじん 菜種油 砂はようゆ★32 純末 10 一本ングをはんしん ・スをである。 でんが(馬鈴薯) しょす干し とのり しらのでした。 でんが(馬鈴薯) しゃす干し とのり のりつままさい。 でんが(馬鈴薯) しらず のりつままさい。 しいものり しいものり しいものり しいものり でんがした。 でんが(馬鈴薯) しいものり のりつままさい。 でんがした。 でんがり、 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがし。 でんがし、 でんがした。 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがした。 でんがし、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり にんがり でんがり でんがり でんがし、 でんがり でんがし、 でんがしいがし、 でんがしいがし、 でんがしいがしたがしがし、 でんがし、 でんがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがし	火 表ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまじん たはじん にんぎ ごはがした。 だけ状植物性たんぱく でん物油 がま状も物(無い) を変えが、 をでした。 にんじん にんじん にんじんが、 をでんが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 をない。 をない、 をな、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマトケラスメ★45 マトケラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★35 温しよう 藁樹 勝肉肉 おりだけったから 大きがある。 がおりたから 大きがある。 がいまれる。 はいまする。 はいまなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいななる。 はい	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキでん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深わき 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米ッコリーの中華和え とうもろコリー 純米がかまつ にんじん ブロッコ・コーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッコ・カーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッゴ・大ク・カーの・サース・カーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オ	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 ゆけ調整 かった サールルにけたけたけたけがらこ、 乗った。 たいがら、 乗った。 大きがブルコギ 豚種連 たしょうゆ★32 生姜 にんにく のんごすりがよる。 のんごすりがからですりある。 はいたけがから、 乗った。 でがブルコギ 下を重ねさでしょうゆ 大きにくいである。 のんごすりがからですりのかです。 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 しょうかし、 のんごは、 しょうかし、 しょうかし、 しょうかし、 のんごは、 しょうかした。 しょうかした。 しょうかした。 のんごは、 しょうかした。 しょうなななななななななななななななななななななななななななななななななななな	
献立及び材	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねざしん 菜種油 砂はんじん 菜種油 砂はようゆ★32 純末 10 一本ングをはんしん ・スをである。 でんが(馬鈴薯) しょす干し とのり しらのでした。 でんが(馬鈴薯) しゃす干し とのり のりつままさい。 でんが(馬鈴薯) しらず のりつままさい。 しいものり しいものり しいものり しいものり でんがした。 でんが(馬鈴薯) しいものり のりつままさい。 でんがした。 でんがり、 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがし。 でんがし、 でんがした。 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがした。 でんがし、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり にんがり でんがり でんがり でんがし、 でんがり でんがし、 でんがしいがし、 でんがしいがし、 でんがしいがしたがしがし、 でんがし、 でんがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがし	火 表ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまじん たはじん にんぎ ごはがした。 だけ状植物性たんぱく でん物油 がま状も物(無い) を変えが、 をでした。 にんじん にんじん にんじんが、 をでんが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 をない。 をない、 をな、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、 をない、	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマトケラスメ★45 マトケラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★35 温しよう 藁樹 勝肉肉 おりだけったから 大きがある。 がおりたから 大きがある。 がいまれる。 はいまする。 はいまなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいななる。 はい	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキでん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深わき 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米ッコリーの中華和え とうもろコリー 純米がかまつ にんじん ブロッコ・コーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッコ・カーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッゴ・大ク・カーの・サース・カーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オーの・オ	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 ゆけ調整 かった サールルにけたけたけたけがらこ、 乗った。 たいがら、 乗った。 大きがブルコギ 豚種連 たしょうゆ★32 生姜 にんにく のんごすりがよる。 のんごすりがからですりある。 はいたけがから、 乗った。 でがブルコギ 下を重ねさでしょうゆ 大きにくいである。 のんごすりがからですりのかです。 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 しょうかし、 のんごは、 しょうかし、 しょうかし、 しょうかし、 のんごは、 しょうかした。 しょうかした。 しょうかした。 のんごは、 しょうかした。 しょうなななななななななななななななななななななななななななななななななななな	
献立及び材	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねざしん 菜種油 砂はんじん 菜種油 砂はようゆ★32 純末 10 一本ングをはんしん ・スをである。 でんが(馬鈴薯) しょす干し とのり しらのでした。 でんが(馬鈴薯) しゃす干し とのり のりつままさい。 でんが(馬鈴薯) しらず のりつままさい。 しいものり しいものり しいものり しいものり でんがした。 でんが(馬鈴薯) しいものり のりつままさい。 でんがした。 でんがり、 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがし。 でんがし、 でんがした。 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがした。 でんがし、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり にんがり でんがり でんがり でんがし、 でんがり でんがし、 でんがしいがし、 でんがしいがし、 でんがしいがしたがしがし、 でんがし、 でんがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがし	火 表ご飯 こめ むぎ み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも キャベツ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) お魚ハンバーグ あじ たまじん たはじん にんぎ ごはがした。 だけ状植物性たんぱく でん物油 がま状も物(無い) を変えが、 をでした。 にんじん にんじん にんじんが、 をでんが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 を変えが、 をない。 を変えが、 をない。 をな、 をない。 をない。 をない。 をな、 をない。 をない。 をない。 をない。 をない。 をない。 をない。 をない。 をない。 をない。 をな	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマトケラスメ★45 マトケラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★35 温しよう 藁樹 勝肉肉 おりだけったから 大きがある。 がおりたから 大きがある。 がいまれる。 はいまする。 はいまなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいななる。 はい	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキでん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深わき 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米ッコリーの中華和え とうもろコリー 純米がかまつ にんじん ブロッコ・コーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッコ・カーの中華和え とうものカーリーの中華和ま	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 ゆけ調整 かった サールルにけたけたけたけがらこ、 乗った。 たいがら、 乗った。 大きがブルコギ 豚種連 たしょうゆ★32 生姜 にんにく のんごすりがよる。 のんごすりがからですりある。 はいたけがから、 乗った。 でがブルコギ 下を重ねさでしょうゆ 大きにくいである。 のんごすりがからですりのかです。 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごすりがは、 はいでは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 のんごは、 のんごは、 のんごは、 のんじん。 しょうかは、 しょうかし、 しょうかし、 のんごは、 しょうかし、 しょうかし、 しょうかし、 のんごは、 しょうかした。 しょうかした。 しょうかした。 のんごは、 しょうかした。 しょうなななななななななななななななななななななななななななななななななななな	
献立及び材料	本 麦ご飯 こめ むぎ みと汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆腐★11 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ 塩 ※小麦・いか・さけ・さば ※ 木豆・ごま 菜種油 五目きんぴら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大夏 連 砂まりかき は でもいっさけ・さば ※大豆・ごま でもいっさけ・さば ※小麦・ショウト でもいっさけ・さば ※小麦 でもいっさが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいっなが でもいが でもいが でもいが できなが でもい でもいが でもいが でもいが でもいが でもいが	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 ピーマン たまねざしん 菜種油 砂はんじん 菜種油 砂はようゆ★32 純末 10 一本ングをはんしん ・スをである。 でんが(馬鈴薯) しょす干し とのり しらのでした。 でんが(馬鈴薯) しゃす干し とのり のりつままさい。 でんが(馬鈴薯) しらず のりつままさい。 しいものり しいものり しいものり しいものり でんがした。 でんが(馬鈴薯) しいものり のりつままさい。 でんがした。 でんがり、 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがした。 でんがりかけし。 でんがし。 でんがし、 でんがした。 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがし、 でんがした。 でんがし、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり、 でんがり にんがり でんがり でんがり でんがし、 でんがり でんがし、 でんがしいがし、 でんがしいがし、 でんがしいがしたがしがし、 でんがし、 でんがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがしがし	火まご飯 こめ むき み・そ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃかべツ 天拝みそ★41 いりこだし用) お魚ハンバーグ あじ ねぎん だにんぎ だけ状植 物性たんぱくでん物油脂 しょう 塩料 ロシカ田 土 ス しカリカ 本 半 1 しカース 東 2 本 1 大 2 大 2 大 3 を 4 と と 1 に 1 と 5 と 5 と 5 と 5 と 5 と 5 と 5 と 5 と 5 と	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマトケラスメ★45 マトケラスソース★45 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★34 コンソメ★49 ウスターソース★35 温しよう 藁樹 勝肉肉 おりだけったから 大きがある。 がおりたから 大きがある。 がいまれる。 はいまする。 はいまなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいななる。 はい	本 表ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごぼう にんじん 干ししいたけ むき枝豆★18 じゃがいも しようゆ★32 みり★42 酒 砂糖 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうり もやし わかめ か もれます。 ものものものものものものものものものものものものものものものものものものもの	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキでん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深わき 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米ッコリーの中華和え とうもろコリー 純米がかまつ にんじん ブロッコ・コーの中華和え とうものコリー 純米 36 ブロッコ・カーの中華和え とうものカーリーの中華和ま	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャペツ えのきだけ 葉ね拝みそ★41 いりこばの身粉付 さば切り さば切り さばし用) さば切り さばしまうけ 大はにかいば焼き さばしまうけ ではしまうけ ではでかいがけ さばったいか 砂糖 しょうゆ★32 酒 百二ま 瀬干大根の炒め煮 切干大根のがけ はがけたいん 油揚枝豆★18 菜種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 トック 米粉 塩 トック 大 大 か か か まる 大 か か まる 大 か か まる 大 か か まる 大 まる か ★ 32 生 表 に く 砂糖 たまる か ★ 32 生 に く 砂糖 み り ん ご すり お る し と ま き し に く 砂糖 か か ご すり か まる と し よう か まる と し と き に ん じ ん じ よ う か まる と し と き と し に ん じ ん じ よ う か まる と に ん じ ん し し と う か まる と に る で か まる と し こ で ま油 砂糖	
献立及び材料	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆戻拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ **水麦・いか・さけ・さば ※大豆・ごま 菜種油 五目きんびら にんじん ごぼう しようか★32 みりん★42 塩 白一味とうがらし	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄カ粉 菜種油 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 自こしよう 福神漬★64 フルーツミックス みかんレトルト★69 横桃レトルト★69	月 麦ご飯 こめ むぎ 春雨 豚肉 酒 干ししいたけ チンゲシ菜 鶏がらスープ★51 うすくちしょうゆ★33 塩 自こしょう 肉団子★9 たまるじん 菜種油 ひは一マン たんじん 菜種油 ひは、うでんが、32 純米 36 酒 中華 スク(馬参薯) じゃすいしょうのけいは、32 純米 36 酒 中華 37 かりのごま ごま油 砂は、32 純米 36 酒 中華 32 がもこようりかけしらが しょうのが、32 神番 36 酒 中華 37 がもこようりがは、32 神番 36 酒 中華 37 がらこようりがは、32 神番 36 酒 中華 37 かりが、32 神番 36 酒 中華 37 がらこようりがけしらがでんが、32 神番 36 酒 中華 37 がらこようりがけしらがでんが、32 神番 36 酒 でんがきまかりがけしらがでんが、32 酒 がもこま油 かは、32 本がしまうが、32 本がしまるが、32 がもこまりがけしらがでんが、32 本がしまるが、32 がもこまりがけしらがでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 がもこまりがけしらがでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 もがでんが、32 本がでんがくが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本がでんが、32 本が	火 表ご飯 こめ むぎ みを汁 ミニ絹がいす キャペツ 大打かき (だし用) お魚 (ハンバーグ あじまんじん おじまんじん おじまんじん おじまんじん おじまんじん おいじでもないである。 だけが植物性たんぱく 豚脂 粉えがも物語 かんが高い かもでも物きをいる。 のでも物を子のします。 かまれた。 はな菜 トレようゆ、 大型・ 大型・ 大型・ 大型・ 大型・ 大型・ 大型・ 大型・	水 黒糖パン★81 チキンとトマトの スパゲッティ スパゲッティ★1 鶏肉 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマトケチャップ★43 デミグリメ★49 ウスターソース★34 コンスターソース★34 自こしょう 菜棚 湯肉肉 玉ねが 粉間 大変 大変 大変 大変 大変 大変 大変 大変 大変 大変	本 麦ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごにぼう にんじん 干ししいたけ むきがいま しょうゆ★32 みりん★42 酒 しゃかいも しょうゆ★32 みりん★42 酒 しゃかいま しゃかのか 酢の物 きゅうりとわかの きゅうりとわかめ をゅうり もやし わかが 表子のもの をかいま もしようゆ★32 みりん をかいま しっかが をかいま しっかが をかいま しっかが をかいま しっかが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま しったが をかいま もいと もいと もいと もいと もいと もいと もいと もいと	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にらんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 白身魚のチリソース ホキ角切粉付 ホキ でん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 粟種油 根平装 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース本48 純米 新コメーの中華和え とうもろこし ブロッカスとうもろこし ブロッカスとうもろこし ブロッカスを とっちもろこし ブロッカスを とっちもろこし ブロッカスを 大きの 大きの 大きの 大きの 大きの 大きの 大きの 大きの	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベッ えのきたけ 葉天拝みそ★41 いりこ(だのかば焼き さば切身粉付 さば切り場が付 さば切り場が付 さば切りまかけ ではでするです。 ※さけ・いか 砂糖 しようゆ★32 酒 ロごま 重種油 切干大根 にんじん 油揚げ★12 むき枝直 地しようゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 トック 米粉 塩 トック 大 大 か か か 表 2 塩 デジプルコギ 豚肉 菜種油 たまうゆ★32 生姜 にくで 砂糖 たまうゆ★32 生姜 にくで 砂りんですりおろし りんごすりおろし りんごすりんですりおろし りんごすりんさ まやしようゆ★32 上まうれん はようか は 2 にんじん しょうゆ★32 ロックんですりおろし りんごすりがある。 のもでは、 はいにんじん しょうゆ★32 日ここま油 でんじん しょうゆ★32 日ここま油 でんじん しょうかまる。 ここま)の。 ここま)。 ここま 。 ここま 。 ここ。 ここま 。 、 ここま 。 ここ。 ここま 。 ここま 。 ここま 。 ここま 。 ここま 。 ここま 。 ここま 。 、 ここま 。 ここ。 ここ。 ここ。 ここ。 ここ。 ここ。 ここ。 こ	
職立及び材料	本表で飯 こめ むぎ みそ汁 じゃがいも 小松菜 わかめ 豆 天拝みそ★41 いりこ(だし用) あじの塩焼き あじ ※小麦・いか・さけ・さば ※大豆・ごま 菜 理油 ヨきんびら にんじん ごぼう しらす干し 干ししいたけ 大豆 種油 砂 地 しようゆ★32 みりん★42 塩白 二味とうがらし	金 麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリンピース 薄菜種油 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神・ツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★69 691 20.0 18.2	月 麦ご飯 こめ きず 春雨 下の 一で で で で で で で で で で で で で か で こ で で で で	火 表ご飯 こめ むぎ みを汁 ミニ絹がいす キャペツ 大打かき (だし用) お魚 (ハンバーグ あじまんじん おじまんじん おじまんじん おじまんじん おじまんじん おいじでもないである。 だけが植物性たんぱく 豚脂 粉えがも物語 かんが高い かもでも物きをいる。 のでも物を子のします。 かまれた。 はな菜 トレようゆ、 大型・ 大型・ 大型・ 大型・ 大型・ 大型・ 大型・ 大型・	水 黒糖パン★81 デキンとトマトの スパゲッティ スパゲッティ スパゲッティ スパゲッティ 発向 たまねぎ にんじん エリンギ ほうれん煮★44 トマト トマトナケラスソース★45 コンソメ★49 ウス 塩 ここ 塩 こしょう 菜種 撮げラビオリ 小鶏肉肉 玉れが植物性たん白 藤子の大 がは脂母カー 本名 でいとうもろこし) 「ととう では、まれ では、まれ では では、まれ で	本 麦ご飯 こめ むぎ 高野豆腐の煮物 高野豆腐★15 鶏肉 菜種油 ごにぼう にんじん 干ししいたけ むきがい★32 みりん★42 酒 でがい★32 みりん★42 酒 いわし佃煮★63 きゅうりとわかの きゅうりとわかめ をかい★32 砂糖 いわしようゆ★32 砂糖	金 麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ 豚肉 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★32 塩 自身魚のチリソース ホキ毎切粉付 ホキでん粉(馬鈴薯) ※えび・いか ※さけ・さば 菜種油 根深わぎ 生姜 にんにく 砂糖 しょうゆ★32 酒 トマトケチャップ★43 チリソース★48 純米アコリーの中華和え とうもろコリー 純米アコリーの中華和え とうものカコリー 純米アカコリー がま油 かっコリー がま油 かっコリー がまま油 かっコリー がきま油 かっコリー がっここし プロットケラマップ がっこっし プロットケラマップ がっこっし プロットケラでリー 大きもの でんが のここ でんが のここ のここ のここ のここ でが のここ のここ のここ のここ のここ のここ のここ のこ	月 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 豆腐★11 キャベツ えのきたけ 葉拝みぞ★41 いりこばの動粉付 さば切り動物付 さコーンスターチ さば切り動か付 さコーンスターチ さばいりまがけ・いか 砂糖しょうゆ★32 酒白ご種油 切干大根 にんじん 油揚枝豆★18 幸種油 しょうゆ★32	火 麦ご飯 こめ むぎ トック 米粉 塩 ドック トック 米粉 塩 ボーレしいたけ たけのこ チンゲン 数 わがらスープ★51 しょうゆ★32 塩 デジブルコギ 豚種連油 たまおしょうゆ★32 生養 にんにく 砂糖 みりん★42 りんごすりおろし りんごすりおろし しょうですりおろし しょうですりおろし しょうですりおろし しょうか★32 もたしにく のは、できないと もやし にんじん しょうですりまると しょうですりまると しょうですりまると しょうですりまると しょうですりまると しょうですりまると しょうですりまると しょうですりまると もやし にんじん しょうですかまると もんじん しょうでする。 もんじん しょうでする。 またまは もんじん しょうでする。 またまは もんじん しょうでする。 またまない。 またない。 またなない。	