○ 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、昆布(だし用)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

	00011:15	0001/1/1		0004/:/:-		1 000111		
日 曜	2024/4/9	2024/4/10	2024/4/11 木	2024/4/12 \$	2024/4/15	2024/4/16	2024/4/17	2024/4/18 木
唯	麦ご飯	水 麦ご飯		麦ご飯	麦ご飯	かかめ麦ご飯	水 普通パン★79	麦ご飯
	こめ むぎ みそ汁	こめ むぎ じゃが芋のカレー煮		こめ むぎ ハヤシ	こめ むぎ 厚揚げの煮物	こめ むぎ わかめ うどん	春野菜のポトフ 鶏肉	こめ むぎ ビーフカレー
	ミニ絹厚揚げ★14	豚肉	ת	豚肉	豚肉	うどん麺★2	じゃがいも	牛肉
	じゃがいも にんじん	じゃがいも にんじん	人	赤ワイン たまねぎ	生姜 絹厚揚げ★13	鶏肉 たまねぎ	たまねぎ ごぼう	生姜にんにく
	えのきたけ	たまねぎ		にんじん	じゃがいも	干ししいたけ	にんじん	レンズ豆
		干ししいたけ むき枝豆★17	-	ソテードオニオン	にんじん たまねぎ	しょうゆ★33	キャベツ グリーンアスパラガス	たまねぎ にんじん
	いりこ(だし用)	砂糖	1	たまねぎ 大豆油	こんにゃく	<u>塩</u> 酒	グリンピース	じゃがいも
	鶏の和風レモンソース煮		-	マッシュルーム★16 グリンピース	むき枝豆★17	いりこ(だし用) 油揚げ	コンソメ★49 塩	グリンピース 薄カ粉
	鶏肉 菜種油	酒	<u> </u>	トマト	しょうゆ★33 砂糖	油揚げ★12	白こしょう	菜種油
	しょうゆ★33	お魚ハンバーグ	学	トマトケチャップ★43	みりん★42	砂糖	ローリエ	カレ一粉
	砂糖 レモン汁	あじ たまねぎ		薄力粉 菜種油	酒 さばの塩焼き	しょうゆ ★ 33 酒	菜種油 あじフライ	カレールウ★30 ウスターソース★35
	白ワイン	にんじん		ハヤシルウ★29	さば文化干し	にんじんとツナのソテー	あじ	しょうゆ★33
	でん粉★32 ほうれんそうのサラダ	ねぎ ごぼう		ウスターソース★35 しょうゆ★33	さば 塩	にんじん キャベツ	パン粉 小麦粉	<u>塩</u> 白こしょう
	ほうれん草	たけのこ		塩	さば	ツナ★18	塩 乳化剤	福神漬★64
献	キャベツ とうもろこし	】粒状植物性たんぱく 豚脂		白こしょう ローリエ	菜種油 ほうれん草のごま和え	塩 コンソメ★49	_乳化削 _増粘多糖類	フルーツミックス みかんレトルト★67
<u></u>	ノンエッグマヨネーズ★55		式	フライドポテト	ほうれん草	白こしょう	小麦·大豆	パインレトルト★68
立	しょうゆ★33 りんご酢★37	」でん粉(馬鈴薯) 植物油脂	70	ナチュラルカットポテト じゃがいも	しょ う ゆ★33	菜種油	菜種油 りんご	黄桃レトルト★69 アセロラジュレ★71
及	塩	みそ		植物油脂	みりん★42			
び	白こしょう	しょうゆ 砂糖 塩		菜種油 塩	白ごま			
++		香辛料		キャベツとコーンのサラダ				
材		トレハロース 貝カルシウム		キャベツ ほうれん草				
料		香辛料抽出物		とうもろこし				
		<u>小麦・大豆・豚肉</u> 菜種油	=	レモン汁 純米酢(米)				
		もやしのごまみそ和え		塩				
		パプリカ(赤) もやし	-	白こしょう 砂糖				
		白ごま		菜種油				
		みそだれ★54 ノンエッグマヨネーズ★55	-					
		みりん★42						
		レモン汁	-					
]					
			_					
			-					
			1					
			-					
エネルギー	0.57	050	1	050	747	500	000	0.77
(kcal) たんぱく質	657 24.0	659 25.5		659 19.8		596 23.8		679 17.5
(g) 脂質 (g)	23.6			22.5			23.0	17.4
日	2024/4/19	2024/4/22	2024/4/23	2024/4/24	2004/4/25	0004/4/00	0004/4/00	
<u></u> 曜			, , , , - , - , , , , , , , , , , , , ,	/()/4/4//4	/11/4/4//5	2024/4/26	7()74/4/30	
		月	火	水	2024/4/25 木	2024/4/26 金	2024/4/30 火	
	金 麦ご飯 こめ むぎ	<u>月</u> 麦ご飯	火麦ご飯	水 キャロットパン★88	木麦ご飯	<u>金</u> 麦ご飯	火麦ご飯	
	こめ むぎ 豚汁	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐	水 キャロットパン★88 スパゲッティミートソース スパゲッティ★1	木 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉	火 麦ご飯 こめ むぎ	水 キャロットパン★88 スパゲッティミートソース スパゲッティ★1 牛肉	木 麦ご飯 こめ むぎ	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン	水 キャロットパン★88 スパゲッティミートソース スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆	木 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいこん	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし)	水 キャロットパン★88 スパゲッティミートソース スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ	木 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし)	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう ミニ絹厚揚げ★14	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン	木 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用)	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干ししいたけ むき枝豆★17 しらす干し	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう ミニ絹厚揚げ★14 こんにゃく	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん	木 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用)	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干ししいたけ むき枝豆★17	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう ミニ絹厚揚げ★14 こんにゃく ねぎ 米みそ★38	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆	水 キャロットパン★88 スパゲッティミートソース スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ハンバーグ ケチャップソース ハンバーグ★8 菜種油	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干ししいたけ むき枝豆★17 しらす干し しょうゆ★33 みりん★42 砂糖	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう ミニ絹厚揚げ★14 こんにゃく ねぎ 米みそ★38 麦みそ★39	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ハンバーグ ケチャップソース ハンバーグ★8 菜種油 トマトケチャップ★43	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆 油揚げ★12	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干ししいたけ むき枝豆★17 しらす干し しょうゆ★33 みりん★42 砂糖	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう ミニ絹厚揚げ★14 こんにゃく ねぎ 米みそ★38 麦みそ★39 いりこ(だし用) いわしの梅煮	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆 豚肉 にんにく	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ハンバーグ ケチャップソース ハンバーグ★8 菜種油 トマトケチャップ★43 ウスターソース★35 赤ワイン	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆 油揚げ★12 さといも れんこん水煮	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干ししいたけ むき枝豆★17 しらす干し しょうゆ★33 みりん★42 砂糖 みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう ミニ絹厚揚げ★14 こんにゃく ねぎ 米みそ★38 麦みそ★39 いりこ(だし用) いわしの梅煮 いわし	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆 豚肉 にんにく 生姜	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ハンバーグ ケチャップソース ハンバーグ★8 菜種油 トマトケチャップ★43 ウスターソース★35 赤ワイン 砂糖	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆 油揚げ★12 さといも れんこん水煮 れんこん	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干ししいたけ むき枝豆★17 しらす干し しょうゆ★33 みりん★42 砂糖 みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 キャベツ 小松菜	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう ミニ絹厚揚げ★14 こんにゃく ねぎ 米みそ★38 麦みそ★39 いりこ(だし用) いわしの梅煮 いわし 砂糖 しそ抽出液	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆 豚肉 にんにく 生姜 たまねぎ にんじん	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ハンバーグ ケチャップソース ハンバーグ★8 菜種油 トマトケチャップ★43 ウスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆 油揚げ★12 さといも れんこん水煮 れんこん ビタミンC クエン酸	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干しいたけ むき枝豆★17 しらす干し しょうゆ★33 みりん★42 砂糖 みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 キャベツ 小松菜 えのきたけ ねぎ	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう ミニ絹厚揚げ★14 こんにゃく ねぎ ※みそ★38 麦みそ★39 いりこ(だし用) いわしの梅煮 いわし 砂糖 しそ抽出液 しょうゆ	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆 豚肉 にんにく 生姜 たまねぎ にんじん ねぎ	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ハンバーグ ケチャップソース ハンバーグ★8 菜種油 トマトケチャップ★43 ウスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化ウリン酸第二鉄 大豆 油揚げ★12 さといも れんこん ドタミンC クエン酸 塩	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干しいたけ むき枝豆★17 しらす干し しょうゆ★33 みりん★42 砂糖 みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 キャベツ 小松菜 えのきたけ ねぎ 天拝みそ★41	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう ミニ絹厚揚げ★14 こんにゃく ねぎ *** *** *** *** *** *** *** *** ***	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でんの でんの での の での の での の での の の で の の の の	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ハンバーグ ケチャップソース ハンバーグ★8 菜種油 トマトケチャップ★43 ウスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐関力ルシウム 酸カルシウム 酸ロリン酸第二鉄 大豆 油揚げ★12 さといこん ビタミンC クエン酸 塩 にんじん ごぼう	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干しいたけ むき枝豆★17 しらす干し しょうゆ★33 みりん★42 砂糖 みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 キャベツ 小松菜 えのきたけ ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) 和風フライドチキン	
献	こめ むぎ 豚内 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう ミニ絹厚揚げ★14 こんにゃく ねぎ 米みそ★38 麦みそ★39 いりこ(だし用) いわしの梅煮 いわしの 砂糖 しょうゆ 本みりん	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン での腐用がしい での腐用がしたのでである。 では、 大豆 大豆 大豆 下の肉 にくく 生まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ まればん ないたけ ないたけ ないたけ ないたけ ないたけ ないたけ ないたけ ないたけ	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ハンバーグ ケチャップソース ハンバーグ★8 菜種油 トマトケチャップ★43 ウスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉(とうもろこし) 豆腐開凝カルシウム 酸カルシウム 酸カルシウム 酸カルシウム 酸カルシウム とつリン酸第二鉄 大豆 油揚げ★12 さといも れんこん水煮 れんこんと ドカールの にした にしたし たっし たっし たっし たっし たっし たっし たっし たっし たっし	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干ししいたけ むき枝豆★17 しらす干し しょうゆ★33 みりん★42 砂糖 みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 キャベツ 小松菜 えのきたけ ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) 乳肉	
	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう ミニ絹厚揚げ★14 こんにぎ ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン で腐けがある でのでは でのでは でのでは でのでは でのでは でのでは でのでは でので	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ハンバーグ ケチャップソース ハンバーグ★8 菜種油 トマトケチャップ★43 ウスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン で放用が での腐酸カルシウム 酸ロリン酸 サーリン酸 大豆 油揚げ★12 さといこん ドカルシンと カールのこと カーに カーに カーと カーと カーと カーと カーと カーと カーと カーと カーと カーと	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干しいたけ むき枝豆★17 しらす干し しょうゆ★33 みりん★42 砂糖 みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 キャベツ 小松菜 えのきたけ ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) 和風フライドチキン	
立	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいこん ごぼう ミニ絹厚揚げ★14 こんにゃく ねぎ *** *** *** *** *** *** *** *** ***	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化(とうもろこし) 豆肉酸カルシウム 砂水のでは、 でのでは、 大豆 下りのでは、 大豆 下ののでは、 大豆 下ののでは、 大豆 下ののでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 大豆 下のでは、 たっし、 たっし、 たっし、 たっし、 たっし、 たっし、 たっし、 たっし	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ハンバーグ ケチャップソース ハンバーグ★8 菜種油 トマトケチャップ★43 ウスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン での腐りが での腐りが での腐りが での腐りが での腐りが での腐りが での腐りが での腐りが での腐りが での腐りが での腐りが での腐りが での腐りが でのない。 でのない。 でのない。 でのでする。 でのでのでする。 でのでする。 でのでする。 でのでする。 でのでする。 でのでする。 でのでする。 でのでする。 でのでする。 でのでする。 でのでする。 でのでする。 でのでする。 でのでする。 でのでする。 でのででのです。 でのでです。 でのです。 でのでです。 でのでです。 でのででのでです。 でのででです。 でのででしていででです。 でのででのででです。 でのでです。 でのででしているでででしてでです。 でのででしている。 でのでででしている。 でのでででしている。 でのででしている。 でのでででしている。 でのでででででしている。 でのでででしている。 でのでででしている。 でのででした。 でのででででしていででででででででででででででででででででででででででででででで	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干しいたけ むき枝 17 しらす干し しょうゆ★33 みりん★42 砂糖 みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 キャベツ 小松菜 えのきたけ ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) 和風フライドチキン 鶏肉 でん粉(とうもろこし) 小麦粉 塩	
立 及	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんいこん ごぼう ミニんに がまる ★38 表みそ★39 いしんが いわしの 梅煮 いわしの もまから は かま は は から は かっと は から は から は かっと は から は から は から は かき が は から は	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 難パ(とうもう) 豆乳 (大豆) 一点でのでは、 一点ででは、 大豆ででは、 大豆では、 大して、 大きでは、 たまでは、 たまでして たまで、 たまで、 たまで、 たまで、 たまで、 たまで、 たまで、 たまで、	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン 豆腐 難消化性 でもうし) 豆腐酸カル剤 リン・ の は は は は は は は は は は か と は は は か と は は は な と な と な と な と な と な と な と な と	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干ししいたけ むらす★17 しようゆ★33 みりん★42 砂糖 みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 キャベ菜 えのきたけ ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) 和風フライドチキン 鶏肉 で小麦 等料 デキストリン	
立 及	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじこん ごぼう 黒げ★14 こんじぎ 編厚 は ★38 表みそ★39 いりこ(だし用) いわしの もまうりん はまうりん 梅の の で塩 小麦・大豆 切干大根の煮つけ 切割揚げ★12 むき枝 17	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 難での腐 豆乳 (性デ・もう) 豆乳 (大き) (大き) (大き) (大き) (大き) (大き) (大き) (大き)	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★35 ウスターソース★35 ウニしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	まご飯 まご飯 さがまだ。 をがまた。 をである。 をである。 をである。 をはいまます。 をはいまます。 をはいまます。 をはいまます。 をはいまます。 をはいまます。 をはいまます。 をはいまます。 をはいまます。 にはいままます。 にはいまます。 にはいまます。 にはいまます。 にはいまます。 にはいまます。 にはいまます。 にはいままます。 にはいままます。 にはいままます。 にはいままます。 にはいままます。 にはいままます。 にはいままます。 にはいままます。 にはいままます。 にはいままます。 にはいまままます。 にはいままます。 にはいまままます。 にはいまままままままままままままままままままままままままままままままままままま	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこご飯の具 鶏内のこ にんじん 干しもす★17 しようゆ★33 みりん★42 砂糖 みそ汁 ミニャベ菜 キャベ菜 キャベ菜 キャベ菜 たけれず まかそ★41 いりこ(だし用) 和風フライドチキン 鶏の が粉 塩辛キストリン 砂糖	
立 及 び	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆鶏 豆乳 (性) (と) もうしい 一点のでは、 大豆 大豆 大豆 大豆 大豆 大豆 大豆 大豆 大豆 大豆	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	金 麦ご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆乳 難パ化(とうもろし) 豆乳が大力 での腐酸カルション の腐酸カルション かかしい からしい 油揚いも れんこんと とって クエ はんじう こんにぞって クエ にんじう こんにでく ねぎ にんじう こんにでく など など など など など など など など など など など など など	火 麦ご飯 こめ むぎ たけのこご飯の具 鶏けのこしん 下したが大け しますゆ★33 みりか★42 砂糖 このが大け とうりの大 ミニャをはまたけ おきたけ おきたけ おきたし用) 一名ので 一。 一る 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。 一。	
立 及 び	こめ むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじこん ごご 編 下	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 難での腐 豆乳 (性だうも) 豆乳 (大豆) 一点 (大豆) 一点 (大豆) 一点 (大豆) 下の (大豆)	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	まご飯 まご飯 まがまが をがまがまする。 をである。 をである。 をである。 をできますが、また。 をはいまする。 をはいまずる。 をはいまする。 をはいまななる。 をはいまなる。 をはいる。 をはいまなる。 をはいまなる。 をはいまなる。 をはいまなる。 をはいまなる。 をはいまなる。 をはいまなる。 をはいまなる。 をはななる。 をはなる。 をはななる。 をはなる。 をなる。 をなる。 をなる。 をなる。 をなる。 をなる。 をなる。 をなる。 をな	火 麦ご飯 たけのこご飯の具 鶏けのこご飯の具 たけのこご飯の具 たけいでは大けりでは、 たけりでは、 たけりでは、 たけりでは、 たけりでは、 たけりでは、 たけりでは、 たけりでは、 たけりでは、 たけりでは、 たけりでは、 たけりでは、 たけりでは、 たけりでは、 たりに、 、 にりに、 にし、 にし、 にし、 にし、 にし、 にし、 にし、 に	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (1) (1) (2) (2) (3) (3) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	まご飯 まご飯 さがまだけんちん汁 豆腐 豆乳 (性だうも) 豆乳 (はたいでは、) 一型 (はいまでは、) 一型 (はいまでは、) 一型 (はいまでは、) 一型 (はいまでは、) 一型 (はいまでは、) 一型 (はいまでは、) 一型 (はいまでは、) にごんいでは、) にごんができまざい。 はいまでものできまざい。 はいまでものできまがいる。 まがいまでものできまがいる。 まがいまでものできまがいる。 まがいまでものできまがいる。 まがいる。	火 麦ご飯 さけのこご飯の具 窓はよりのことでは、 大けいでは、 でいますり、 でいますり、 をはますり、 をはますり、 をはますり、 をはますり、 をはますり、 をはますり、 をはますり、 でいますり、 でいますり、 でいますり、 でいますり、 でいますり、 でいますり、 でいますり、 でいますり、 でいますり、 でいますが、 でいまが、 で	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 (()) (()) (()) (()) (()) (()) (()) ((水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	金 麦ご飯 まが おがまがけんちん汁 豆腐 豆乳 (他とうも) 一型 (では、) 一型 (では、) では、	火 麦ご飯 たけのこご飯の具 たけのこご飯の具 たけのこがか★ またけんしいでは、 たいしいでは、 たいしますり。 たいした。 たいした。 たいした。 たいでは、 には、 には、 には、 には、 には、 には、 には、 に	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (単で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	まご飯 を動むがある汁 豆腐 豆乳 (性) (は) (は) (は) (は) (は) (は) (は) (は) (は) (は	変ごりかけることでは、 大けのこででは、 大けのこででは、 大は、 大は、 大は、 大は、 大は、 大は、 大は、 大	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (単で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	まご飯 を動むがある汁 豆腐 豆乳 (性) (は) (は) (は) (は) (は) (は) (は) (は) (は) (は	変ごりかけることでは、 大けのこででは、 大けのこででは、 大は、 大は、 大は、 大は、 大は、 大は、 大は、 大	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (単で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	まご飯 まご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 (性デキストリン) 豆乳 (性デキカー) 一切 (大)	変ごりかけることでは、 大けのこででは、 大けのこででは、 大は、 大は、 大は、 大は、 大は、 大は、 大は、 大	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (単で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	金 麦ご飯 さが おがけんちん汁 豆腐 豆難がでした。 豆難ができる剤 リ酸にできる剤 リ酸にのはいかがらめ でできるが はいこんができるが にごんができるが にごんができるが にごんができるが にごんができるが にできるが にできるが はいまぐらの切りで まがいるが まがいるが まがいるが はいまがらめ まがいるが まがいがらめ まがいるが まがいるが はいまがらめ まがいるが まがいるが はいまがらめ まがいるが はいまがらめ まがいるが はいまがらめ まがいるが はいまがらめ まがいるが はいまがらめ まがいるが はいまがらめ まがいるが はいまがらめ まがいるが はいまがらめ まがいるが はいまがらめ まがいる。 ま	火飯 まだけのここで 肉ののにに下むししなすか★ 1 しいではますり ★ 42 のではいでは、 1 というのでは、 2 のでは、 2 のでは、 3 のでは、 3 のでは、 4 のででは、 4 をするが、 4 をするが、 4 をするが、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のでいた。 5 の	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (単で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	金 まご飯 こめ おぎ けんちん汁 豆腐 豆難パとは、	火飯 まだけのここで 肉ののにに下むししなすか★ 1 しいではますり ★ 42 のではいでは、 1 というのでは、 2 のでは、 2 のでは、 3 のでは、 3 のでは、 4 のででは、 4 をするが、 4 をするが、 4 をするが、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のでいた。 5 の	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (単で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	金 まご飯 こめ おぎ けんちん汁 豆乳 (1) (1) (1) (2) (2) (3) (3) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4	火飯 まだけのここで 肉ののにに下むししなすか★ 1 しいではますり ★ 42 のではいでは、 1 というのでは、 2 のでは、 2 のでは、 3 のでは、 3 のでは、 4 のででは、 4 をするが、 4 をするが、 4 をするが、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のでいた。 5 の	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (単で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	まご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆乳 難化性 デもろ剤 リン化 で	火飯 まだけのここで 肉ののにに下むししなすか★ 1 しいではますり ★ 42 のではいでは、 1 というのでは、 2 のでは、 2 のでは、 3 のでは、 3 のでは、 4 のででは、 4 をするが、 4 をするが、 4 をするが、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のでいた。 5 の	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (単で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	金 まご飯 こめ むぎ けんちん汁 豆腐 豆難パ化性でうも剤 リンで では かかり では かかり では かかり では かかり では かかり できます かって から できます かって から まべら できます から まぐ の では から	火飯 まだけのここで 肉ののにに下むししなすか★ 1 しいではますり ★ 42 のではいでは、 1 というのでは、 2 のでは、 2 のでは、 3 のでは、 3 のでは、 4 のででは、 4 をするが、 4 をするが、 4 をするが、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 4 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のででは、 5 のでいた。 5 の	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (単で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	まご飯 このではいけんちん汁 豆のではいりではいかではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいい	大い飯 まさけのこご飯のの具 鶏けんしいでは、たけのこでののののでは、たけのでは、たけのでは、たけのでは、たけででは、まままでは、まままでは、まままで、まままで、まままで、まままで、ままま	
立 及 び 材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (単で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	まご飯 このではいけんちん汁 豆のではいりではいかででででは、 ではいりではいりではいかででででは、 ではいりではいりではいかでででは、 ではいりではいかでは、 ではいりでは、 ではいりでは、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	大い飯 まさけのこご飯のの具 鶏けんしいでは、たけのこでののののでは、たけのでは、たけのでは、たけのでは、たけででは、まままでは、まままでは、まままで、まままで、まままで、まままで、ままま	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (単で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	まご飯 こがではいちん汁 豆乳 (いちん) (で豆乳 (おん) (おん) (で豆乳 (おん) (おん) (で豆乳 (おん) (ない) (ない) (ない) (ない) (ない) (ない) (ない) (ない	大い飯 まさけのこご飯のの具 鶏けんしいでは、たけのこでののののでは、たけのでは、たけのでは、たけのでは、たけででは、まままでは、まままでは、まままで、まままで、まままで、まままで、ままま	
立及び材	こめ おがいも にんんだい では は がい も にんいこう	月 まご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 きびなごカリカリフライ★5 菜種油 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆乳 (単で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (で) (水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★45 ウスターソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ケチャップソース ハンバーグ ケチャップメース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油	までいます。 を動きでは、たちん汁 「豆型乳のでは、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、	大い飯 まさけのこご飯のの具 鶏けんしいでは、たけのこでののののでは、たけのでは、たけのでは、たけのでは、たけででは、まままでは、まままでは、まままで、まままで、まままで、まままで、ままま	
立 立 及 び 材 料	正め むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも にんじん だいごう ミニ絹厚揚げ★14 こんにゃく ねぎ *** *** *** *** *** *** *** *** ***	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しようゆ★33 みりん★42 酒 菜種油 ・小松菜のごま和え ・小松菜 もやし しようゆ★33 みりん★42 白ごま	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン での腐酸防力ム 酸防力が 大豆 大豆 下水のにく 生姜 たんにく 生きおどん ねモしいたけ 赤砂糖 しようがも大きながらし 豆板じやん★40 砂糖 しようがらよると 豆板じやん★47 塩 焼き春巻き★7 菜種油 海藻サラダ きゆりし 海でマング★52	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ たみ回油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34 白ごま オレンジ	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ハンバーグ ケチャップメ 8 菜種油 トマトケチャップ★43 ウスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんしん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油 コンソメ★49	まご飯 まご けんちん汁 豆腐 まご けんちん汁 豆腐 まご けんちん汁 豆乳 () () () () () () () () () (大きご飯 たけのこご飯の具 たけのこご飯の たけのこにしたけ *** *** *** *** *** *** *** *** *** *	
立及び材料	あむぎ 下海 できがいも にんじん だいにん ごに	月 麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ★13 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒菜種油 ・ か松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42 白ごま	火 麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆鶏 豆乳、難化性デキストリン での腐用剤リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆 豚肉にんく 生姜 たまねぎにんじん ねぎ 干しいたけ 赤みそ 40 砂糖 しょうゆ★33 菜種油 での粉★32 一味とうがらし 豆板じゃん★47 塩 焼き春巻き★7 菜種油 海藻サラダ きゆうり もやし 海藻サラダ★27 青じそドレッシング★52	水 キャロットパン★88 スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 マッシュルーム★16 トマトケチャップ★43 トマト デミグラスソース★35 白こしょう コンソメ★49 パセリ 塩 ごぼうサラダ ごぼう むき枝豆★17 とうもろこし ごまドレッシング★53 うすくちしょうゆ★34 白ごま オレンジ	本 麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 じゃがいも 小松菜 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ハンバーグ ケチャップメース ハンバーグ ケチャップサース ハンバーグ ケチャップサース カスターソース★35 赤ワイン 砂糖 でん粉★32 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ グリーンアスパラガス 塩 白こしょう 菜種油 コンソメ★49	まできます。 また	大きご飯 たけのこご飯の具 たけのこご飯の具 たけのこご飯の たけのこに	