

アレルギー確認献立表

| 2/2 (月) |            |    |       | アレルギー    |    |            |    | 2/3 (火) |          |    |                    | アレルギー |        |          |    | 2/4 (水)          |      |        |       | アレルギー |            |      |        | 2/5 (木)  |    |     |    | アレルギー |  |    |     | 2/6 (金) |      |  |  | アレルギー |  |  |  |
|---------|------------|----|-------|----------|----|------------|----|---------|----------|----|--------------------|-------|--------|----------|----|------------------|------|--------|-------|-------|------------|------|--------|----------|----|-----|----|-------|--|----|-----|---------|------|--|--|-------|--|--|--|
| No      | 食品名        | 個数 | 純使用g  |          | No | 食品名        | 個数 | 純使用g    |          | No | 食品名                | 個数    | 純使用g   |          | No | 食品名              | 個数   | 純使用g   |       | No    | 食品名        | 個数   | 純使用g   |          | No | 食品名 | 個数 | 純使用g  |  | No | 食品名 | 個数      | 純使用g |  |  |       |  |  |  |
| 1       | ごはん        |    | 70.00 |          | 1  | ごはん        |    | 70.00   |          | 1  | コッペパン              | 1.00  | 45.00  | 小麦 乳     | 1  | 精白米              |      | 75.00  |       | 1     | 精白米        |      | 70.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
| 2       | ぎゅうにゅう     |    |       | 乳        | 2  | ぎゅうにゅう     |    |         | 乳        | 2  | 普通牛乳               | 1.00  | 206.00 | 乳        | 2  | 普通牛乳             | 1.00 | 206.00 | 乳     | 2     | 普通牛乳       | 1.00 | 206.00 | 乳        |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
| 3       | ぶたじゃが      |    |       | 豚肉 小麦 大豆 | 3  | おによけじる     |    |         | 豚肉 大豆    | 3  | アルファベットマカロニ        |       | 4.00   | 小麦       | 3  | 牛肉               |      | 30.00  | 牛肉    | 3     | 鶏肉 細切れ     |      | 20.00  | 鶏肉       |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
| 4       | ささみフライ     |    |       | 鶏肉 小麦 大豆 | 4  | *いわしのしょうがに |    |         | 小麦 魚卵 大豆 | 4  | 鶏肉 細切れ             |       | 20.00  | 鶏肉       | 4  | 玉ねぎ              |      | 30.00  |       | 4     | なると        |      | 10.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
| 5       | ブロッコリーのサラダ |    |       | 大豆       | 5  | セルフてまきのぐ   |    |         | 小麦 鶏肉 大豆 | 5  | キャベツ               |       | 20.00  |          | 5  | じゃがいも            |      | 15.00  |       | 5     | 乾燥わかめ      |      | 0.30   |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
| 6       |            |    |       |          | 6  | てまきのり      |    |         | 小麦 鶏肉 大豆 | 6  | 玉ねぎ                |       | 20.00  |          | 6  | カットポテト           |      | 15.00  |       | 6     | 玉ねぎ        |      | 15.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 7  | じゃがいも              |       | 10.00  |          | 7  | 人参               |      | 10.00  |       | 7     | 白菜         |      | 15.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 8  | 人参                 |       | 5.00   |          | 8  | 冷凍おろしにんにく        |      | 0.15   |       | 8     | 人参         |      | 10.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 9  | パセリ(乾)             |       | 0.04   |          | 9  | カレールウA           |      | 8.00   | 小麦    | 9     | ガラスープ      |      | 18.00  | 鶏肉       |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 10 | ボークブイヨン            |       | 5.00   | 豚肉       | 10 | カレールウB           |      | 8.00   | 小麦    | 10    | 淡口しょうゆ     |      | 3.50   | 小麦 大豆    |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 11 | 淡口しょうゆ             |       | 4.00   | 小麦 大豆    | 11 | ボークブイヨン          |      | 6.00   | 豚肉    | 11    | 食塩         |      | 0.20   |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 12 | 食塩                 |       | 0.30   |          | 12 | 濃口しょうゆ           |      | 0.50   | 小麦 大豆 | 12    | 食塩         |      | 0.02   |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 13 | こしょう               |       | 0.02   |          | 13 | なたね油             |      | 1.00   |       | 13    | こしょう       |      | 0.02   |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 14 | 水x                 |       | 105.00 |          | 14 | 水x               |      | 90.00  |       | 14    | 水x         |      | 100.00 |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 15 | ハンバーグ(50g)         | 1.00  | 50.00  | 鶏肉 豚肉 大豆 | 15 | フランフルトソーセージ(40g) | 1.00 | 40.00  | 豚肉    | 15    | 春巻き(50g)   | 1.00 | 50.00  | 小麦 豚肉 大豆 |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 16 | トマトケチャップ           |       | 5.00   |          | 16 | まぐろ油漬            |      | 10.00  |       | 16    | 揚げ油        |      | 4.00   |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 17 | 濃厚ソース              |       | 2.00   |          | 17 | キャベツ             |      | 15.00  |       | 17    | 豚肉         |      | 25.00  | 豚肉       |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 18 | 水x                 |       | 0.50   |          | 18 | ホールコーン           |      | 3.00   |       | 18    | 白菜キムチ      |      | 10.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 19 | ボンレスハム             |       | 10.00  | 豚肉       | 19 | 淡口しょうゆ           |      | 0.50   | 小麦 大豆 | 19    | 人参         |      | 5.00   |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 20 | かぼちゃ               |       | 18.00  |          | 20 | 食塩               |      | 0.03   |       | 20    | にら         |      | 2.00   |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 21 | 玉ねぎ                |       | 10.00  |          | 21 | こしょう             |      | 0.01   |       | 21    | みりん        |      | 0.25   |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 22 | ノンエッグマヨ            |       | 5.00   | 大豆       | 22 | なたね油             |      | 0.50   |       | 22    | 日本酒        |      | 0.25   |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 23 | 砂糖                 |       | 0.50   |          | 23 | 濃口しょうゆ           |      | 0.10   | 小麦 大豆 | 23    | 濃口しょうゆ     |      | 0.10   | 小麦 大豆    |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 24 | 食酢                 |       | 0.20   |          | 24 | 食塩               |      | 0.01   |       | 24    | 食塩         |      | 0.01   |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 25 | 食塩                 |       | 0.04   |          | 25 | なたね油             |      | 0.50   |       | 25    | なたね油       |      | 0.50   |          |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |
|         |            |    |       |          |    |            |    |         |          | 26 | クリームゴールド(15g)(乳含む) | 1.00  | 15.00  | 乳 大豆     | 26 | ミニゼリー(りんご)(16g)  | 1.00 | 16.00  | りんご   | 26    | ミニゼリー(りんご) | 1.00 | 16.00  | りんご      |    |     |    |       |  |    |     |         |      |  |  |       |  |  |  |

アレルギー確認献立表

| 2/9 (月) |             |      |       | アレルギー       |    |          |    | 2/10 (火) |                 |    |           | アレルギー |        |          |    | 2/12 (木)    |      |       |          | アレルギー |              |      |        | 2/13 (金) |    |     |    | アレルギー |  |    |     | 2/16 (月) |      |  |  | アレルギー |  |  |  |
|---------|-------------|------|-------|-------------|----|----------|----|----------|-----------------|----|-----------|-------|--------|----------|----|-------------|------|-------|----------|-------|--------------|------|--------|----------|----|-----|----|-------|--|----|-----|----------|------|--|--|-------|--|--|--|
| No      | 食品名         | 個数   | 純使用g  |             | No | 食品名      | 個数 | 純使用g     |                 | No | 食品名       | 個数    | 純使用g   |          | No | 食品名         | 個数   | 純使用g  |          | No    | 食品名          | 個数   | 純使用g   |          | No | 食品名 | 個数 | 純使用g  |  | No | 食品名 | 個数       | 純使用g |  |  |       |  |  |  |
| 1       | ごはん         |      | 70.00 |             | 1  | ごはん      |    | 70.00    |                 | 1  | ごはん       |       | 70.00  |          | 1  | わかめごはん      |      | 75.00 |          | 1     | ごはん          |      | 70.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 2       | ぎゅうにゅう      |      |       | 乳           | 2  | ぎゅうにゅう   |    |          | 乳               | 2  | はっ酵乳(ジョア) | 1.00  | 125.00 | 乳        | 2  | ぎゅうにゅう      |      | 1.50  |          | 2     | ぎゅうにゅう       | 1.00 | 206.00 | 乳        |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 3       | にくだんごのすぶたふう |      |       | 鶏肉 小麦 豚肉 大豆 | 3  | ごもくじる    |    |          | 小麦 鶏肉 大豆        | 3  | とんじる      |       |        | 豚肉 大豆    | 3  | ふくめに        |      |       |          | 3     | ほうれんそうのすましじる |      |        | 豚肉 小麦 大豆 |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 4       | いんげんのごまいため  |      |       | ごま 豚肉 小麦 大豆 | 4  | にしんのにつけ  |    |          |                 | 4  | かきあげ      |       |        | 小麦 大豆    | 4  | *だしまきたまご    |      |       | 卵        | 4     | とりにくのからあげ    |      |        | 鶏肉       |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 5       | ぶどうゼリー      |      |       |             | 5  | かぶのサラダ   |    |          | りんご ごま 豚肉 小麦 大豆 | 5  | ひじきのあえもの  |       |        | 小麦 大豆 ごま | 5  | にくやさしいため    |      |       | 豚肉 小麦 大豆 | 5     | にんじんしりしりー    |      |        | 小麦 大豆    |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 6       | かたぬきチーズ     |      |       | 乳           |    |          |    |          |                 | 6  | きらずあげ     |       |        | 小麦 大豆    |    |             |      |       |          |       |              |      |        |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 17      | 豚肉          |      | 10.00 | 豚肉          | 16 | ボンレスハム   |    | 8.00     | 豚肉              | 16 | かき揚げ(50g) | 1.00  | 50.00  | 小麦 大豆    | 17 | 濃厚しょうゆ      |      | 2.30  | 小麦 大豆    | 17    | 鶏肉切身         |      | 40.00  | 鶏肉       |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 18      | さやいんげん      |      | 15.00 |             | 17 | かぶ       |    | 25.00    |                 | 17 | 揚げ油       |       | 4.00   |          | 18 | みりん         |      | 1.00  |          | 18    | 冷凍おろしにんにく    |      | 0.15   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 19      | 人参          |      | 7.00  |             | 18 | ホールコーン   |    | 5.00     |                 | 18 | 片栗粉       |       | 0.30   |          | 19 | 削り節         |      | 0.50  |          | 19    | 日本酒          |      | 1.50   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 20      | 白すりごま       |      | 0.25  | ごま          | 19 | ごまドレッシング |    | 4.00     | りんご 小麦 大豆 ごま    | 19 | 水×        |       | 3.50   |          | 20 | *だし巻き卵(60g) | 1.00 | 60.00 | 卵        | 20    | 食塩           |      | 0.25   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 21      | 白いりごま       |      | 0.25  | ごま          |    |          |    |          |                 | 20 | まぐろ油漬     |       | 10.00  |          | 21 | 豚肉          |      | 20.00 | 豚肉       | 21    | こしょう         |      | 0.01   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 22      | 砂糖          |      | 1.00  |             |    |          |    |          |                 | 21 | 干しひじき     |       | 0.50   |          | 22 | キャベツ        |      | 15.00 |          | 22    | 片栗粉          |      | 0.25   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 23      | 濃厚しょうゆ      |      | 0.66  | 小麦 大豆       |    |          |    |          |                 | 22 | きゅうり      |       | 12.00  |          | 23 | 玉ねぎ         |      | 5.00  |          | 23    | なたね油         |      | 0.50   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 24      | みりん         |      | 0.30  |             |    |          |    |          |                 | 23 | 人参        |       | 5.00   |          | 24 | 濃厚しょうゆ      |      | 0.50  | 小麦 大豆    | 24    | 和風だし         |      | 0.40   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 25      | ごま油         |      | 0.50  | ごま          |    |          |    |          |                 | 24 | ホールコーン    |       | 5.00   |          | 25 | 食塩          |      | 0.08  |          | 25    | 濃口しょうゆ       |      | 0.30   | 小麦 大豆    |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 26      | ダイスゼリー(ぶどう) |      | 40.00 |             |    |          |    |          |                 | 25 | 食酢        |       | 1.70   |          | 26 | こしょう        |      | 0.02  |          | 26    | 食塩           |      | 0.01   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 27      | 型抜きチーズ(10g) | 1.00 | 10.00 | 乳           |    |          |    |          |                 | 26 | 濃口しょうゆ    |       | 1.30   | 小麦 大豆    | 27 | 片栗粉         |      | 0.25  |          | 27    | なたね油         |      | 0.50   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|         |             |      |       |             |    |          |    |          |                 | 27 | 砂糖        |       | 1.00   |          | 28 | 水×          |      | 0.50  |          |       |              |      |        |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|         |             |      |       |             |    |          |    |          |                 | 28 | ごま油       |       | 0.80   | ごま       |    |             |      |       |          |       |              |      |        |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|         |             |      |       |             |    |          |    |          |                 | 29 | きらず揚げ(8g) | 1.00  | 8.00   | 小麦 大豆    |    |             |      |       |          |       |              |      |        |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |

アレルギー確認献立表

| 2/17 (火) |           |      |        | アレルギー |    |             |      | 2/18 (水) |       |    |            | アレルギー |        |          |    | 2/19 (木)   |      |        |             | アレルギー |           |      |        | 2/20 (金) |    |     |    | アレルギー |  |    |     | 2/24 (火) |      |  |  | アレルギー |  |  |  |
|----------|-----------|------|--------|-------|----|-------------|------|----------|-------|----|------------|-------|--------|----------|----|------------|------|--------|-------------|-------|-----------|------|--------|----------|----|-----|----|-------|--|----|-----|----------|------|--|--|-------|--|--|--|
| No       | 食品名       | 個数   | 純使用g   |       | No | 食品名         | 個数   | 純使用g     |       | No | 食品名        | 個数    | 純使用g   |          | No | 食品名        | 個数   | 純使用g   |             | No    | 食品名       | 個数   | 純使用g   |          | No | 食品名 | 個数 | 純使用g  |  | No | 食品名 | 個数       | 純使用g |  |  |       |  |  |  |
| 1        | ごはん       |      | 70.00  |       | 1  | コッペパン       | 1.00 | 45.00    | 小麦 乳  | 1  | 精白米        |       | 70.00  |          | 1  | 精白米        |      | 70.00  |             | 1     | ごはん       |      | 75.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 2        | ぎゅうにゅう    | 1.00 | 206.00 | 乳     | 2  | 普通牛乳        | 1.00 | 206.00   | 乳     | 2  | 普通牛乳       | 1.00  | 206.00 | 乳        | 2  | 普通牛乳       | 1.00 | 206.00 | 乳           | 2     | 普通牛乳      | 1.00 | 206.00 | 乳        |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 3        | はっぼうさい    |      | 40.00  | 豚肉    | 3  | 中華めん        |      | 40.00    | 小麦    | 3  | 豚肉         |       | 25.00  | 豚肉       | 3  | 豚肉         |      | 25.00  | 豚肉          | 3     | 鶏肉 細切れ    |      | 25.00  | 鶏肉       |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 4        | たらのゆずふうみに |      | 35.00  |       | 4  | 鶏肉 細切れ      |      | 20.00    | 鶏肉    | 4  | 豆腐         |       | 10.00  | 大豆       | 4  | 厚揚げ(小)     |      | 45.00  | 大豆          | 4     | 玉ねぎ       |      | 35.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
| 5        | トッポギ      |      | 35.00  |       | 5  | なると         |      | 4.00     |       | 5  | 油揚げ        |       | 5.00   | 大豆       | 5  | 玉ねぎ        |      | 40.00  |             | 5     | じゃがいも     |      | 15.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 15.00  |       | 6  | キャベツ        |      | 15.00    |       | 6  | じゃがいも      |       | 10.00  |          | 6  | 人参         |      | 20.00  |             | 6     | カットポテト    |      | 15.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 15.00  | 大豆    | 7  | 緑豆もやし       |      | 10.00    | 大豆    | 7  | つきごんにやく    |       | 5.00   |          | 7  | たけのこ       |      | 5.00   |             | 7     | 人参        |      | 10.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 5.00   |       | 8  | 人参          |      | 10.00    |       | 8  | ささがきごぼう    |       | 5.00   |          | 8  | 白ねぎ        |      | 5.00   |             | 8     | 冷凍おろしにんにく |      | 0.15   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 3.00   |       | 9  | 青ねぎ         |      | 3.00     |       | 9  | 人参         |       | 5.00   |          | 9  | 冷凍おろししょうが  |      | 1.00   |             | 9     | カレールウA    |      | 8.00   | 小麦       |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 3.50   | 小麦 大豆 | 10 | ポークパイオン     |      | 20.00    | 豚肉    | 10 | 白ねぎ        |       | 5.00   |          | 10 | 冷凍おろしにんにく  |      | 0.10   |             | 10    | カレールウB    |      | 8.00   | 小麦       |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 0.60   | 小麦 大豆 | 11 | 淡口しょうゆ      |      | 5.00     | 小麦 大豆 | 11 | 生しいたけ      |       | 3.00   |          | 11 | 八丁味噌       |      | 4.50   | 大豆          | 11    | ポークパイオン   |      | 6.00   | 豚肉       |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 0.30   |       | 12 | 食塩          |      | 0.05     |       | 12 | 赤みそ        |       | 6.00   | 大豆       | 12 | 濃口しょうゆ     |      | 2.50   | 小麦 大豆       | 12    | 濃口しょうゆ    |      | 0.50   | 小麦 大豆    |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 0.04   |       | 13 | こしょう        |      | 0.03     |       | 13 | 白みそ        |       | 6.00   | 大豆       | 13 | 砂糖         |      | 1.00   |             | 13    | なたね油      |      | 1.00   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 2.50   |       | 14 | なたね油        |      | 0.50     |       | 14 | 削り節        |       | 2.50   |          | 14 | 日本酒        |      | 0.50   |             | 14    | 水×        |      | 90.00  |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 1.00   |       | 15 | ごま油         |      | 0.30     | ごま    | 15 | だし昆布       |       | 0.10   |          | 15 | トウバンジャン    |      | 0.10   |             | 15    | カットウインナー  |      | 10.00  | 豚肉       |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 10.00  |       | 16 | 水×          |      | 90.00    |       | 16 | なたね油       |       | 0.50   |          | 16 | 食塩         |      | 0.05   |             | 16    | むきえだまめ    |      | 10.00  | 大豆       |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 50.00  |       | 17 | ボンレスハム      |      | 5.00     | 豚肉    | 17 | 水×         |       | 110.00 |          | 17 | こしょう       |      | 0.01   |             | 17    | ホールコーン    |      | 5.00   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 25.00  |       | 18 | カットポテト      |      | 20.00    |       | 18 | お好み焼き(50g) | 1.00  | 50.00  | 小麦 豚肉 大豆 | 18 | 片栗粉        |      | 0.75   |             | 18    | 人参        |      | 5.00   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 5.40   |       | 19 | きゅうり        |      | 5.00     |       | 19 | 濃厚ソース      |       | 4.00   |          | 19 | 水×         |      | 12.00  |             | 19    | 濃口しょうゆ    |      | 0.40   | 小麦 大豆    |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 0.67   | 大豆    | 20 | ホールコーン      |      | 3.00     |       | 20 | あおのり       |       | 0.05   |          | 20 | 棒ぎょうざ(40g) | 1.00 | 40.00  | 鶏肉 小麦 豚肉 大豆 | 20    | 砂糖        |      | 0.20   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 0.56   | 小麦 大豆 | 21 | ノンエッグマヨ     |      | 7.00     | 大豆    | 21 | 揚げ油        |       | 4.00   |          | 21 | 揚げ油        |      | 4.00   |             | 21    | なたね油      |      | 0.50   |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 0.33   |       | 22 | 砂糖          |      | 0.50     |       | 22 | 焼き竹輪       |       | 10.00  |          | 22 | 鶏肉 細切れ     |      | 15.00  | 鶏肉          | 22    | ヨーグルト     |      | 10.00  | 乳        |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 0.33   |       | 23 | 食酢          |      | 0.50     |       | 23 | ほうれん草      |       | 15.00  |          | 23 | チンゲン菜      |      | 15.00  |             | 23    | 黄桃(缶詰)    |      | 20.00  | もも       |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      | 13.50  |       | 24 | 食塩          |      | 0.08     |       | 24 | 人参         |       | 5.00   |          | 24 | 玉ねぎ        |      | 10.00  |             | 24    | りんご(缶詰)   |      | 10.00  | りんご      |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      |        |       | 25 | りんごジャム(15g) | 1.00 | 15.00    | りんご   | 25 | 白すりごま      |       | 0.30   | ごま       | 25 | 人参         |      | 5.00   |             |       |           |      |        |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      |        |       | 26 |             |      |          |       | 26 | 練りごま       |       | 0.30   | ごま       | 26 | 濃口しょうゆ     |      | 0.40   | 小麦 大豆       |       |           |      |        |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      |        |       | 27 |             |      |          |       | 27 | 濃口しょうゆ     |       | 1.00   | 小麦 大豆    | 27 | 食塩         |      | 0.10   |             |       |           |      |        |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      |        |       | 28 |             |      |          |       | 28 | 砂糖         |       | 0.93   |          | 28 | こしょう       |      | 0.01   |             |       |           |      |        |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      |        |       | 29 |             |      |          |       | 29 | みりん        |       | 0.35   |          | 29 | 片栗粉        |      | 0.25   |             |       |           |      |        |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      |        |       |    |             |      |          |       | 30 |            |       |        |          | 30 | なたね油       |      | 0.50   |             |       |           |      |        |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |
|          |           |      |        |       |    |             |      |          |       | 31 |            |       |        |          | 31 | 水×         |      | 0.30   |             |       |           |      |        |          |    |     |    |       |  |    |     |          |      |  |  |       |  |  |  |

