除去副食用

脂質



令和5年 5月分 学校給食除去副食献立表

1太

10

25 15

0.8

0.6

0.4

1 =

1.5 砂糖

0.5

0. 2

25

0. 5

0.5

1.8

0.05 0.5

kcal

g

ぎゅうにゅう

食パン

善通生到

新じゃがいも

新玉ねぎ

新キャベツ

ブロッコリー

淡口しょうゆ

0.2 白身魚のフリッター(30g)

ソテードオニオン

ポークブイヨン

豚肉

人参

食塩

こしょう

揚げ油

人参

食酢

食塩

なたね油

新玉ねぎ

ピーマン

レモン(単計)

濃口しょうゆ

クリームゴールド(15g) 1コ

23. 2

28. 6

(乳含む)

はるやさいのポトフ

クリームゴールド

しろみざかなのマリネ

ぎゅうにゅう

けんちんじる

こまつなのにびたし

かきあげ

1コ 精白米

1本 普通牛乳

豆腐

人参 ささがきごぼう

れんこん

削り節

だし昆布

片栗粉

揚げ油

みりん

片栗粉

小松菜

人参

みりん

削り節

淡口しょうゆ

かき揚げ(50g)

濃口しょうゆ

鶏肉 細切れ

濃口しょうゆ

20.5

25. 2

20 油揚げ

0.4 食塩

20 大根

15 里芋

0 02

0.5

0.5

0.1

0.5

kcal

g

ぎゅうにゅう

ブロッコリーのナムル

チャプチェ

チヂミ

精白米

鶏ひき肉

はるさめ

玉ねぎ

小松菜

エリンギ

ピーマン

0.3 濃口しょうゆ

日本酒

なたね油

チヂミ(50g)

濃口しょうゆ

コチジャン

ブロッコリー

白すりごま

濃口しょうゆ

21.4

19.1

ごま油

みりん

食酢

砂糖

人参 白いりごま

食塩

ごま油

片栗粉

食塩

砂糖

干しいたけ

冷凍おろししょうが 0.2

人参

1本 普通牛乳

30

10

20

10

2 0. 2

1=

25

0.5

0.3

0.02

池田市教育委員会 池田市立学校給食センター

> キーマカレー チンゲンサイのソテー

フルーツヨーグルト

館の日 ぎゅうにゅう

精白米

豚ひき肉

じゃがいも

カットポテト

カレールウA

カレールウB

濃口しょうゆ

なたね油

0.1

1=

2 4

0.9

0.3

3.03

kcal

ナイスアイデアポイント! 食物アレルギーで卵が 食べられない人のために 鄭を扱いたわかめスープを 考えました。

ポークブイヨン

ささみフレーク

チンゲン菜

淡口しょうゆ

0.06

0.01

0.5

人参

食塩

なたね油

黄桃(缶詰)

みかん(缶詰)

ヨーグルト

冷凍おろしにんにく

1本 普通牛乳

19 (金)

ぎゅうにゅう

セルフとりめし

あじのうめふうみやき

ヒカドふう

精白米

普诵牛乳

さつまいも

こんにゃく

淡口しょうゆ

さつまいもペースト

豚肉

大相

玉ねぎ

青ねぎ

食塩 削り節

だし昆布

1コ あじ切身(50g)

みりん

片栗粉

玉ねぎ

人参

砂糖

日本酒

鶏肉 細切れ

干しいたけ

濃口しょうゆ

冷凍おろししょうが 0.2

食育の日

長崎県

33.8

梅肉

人参

1本

10

15

0.3

2 0. 2

4. 5 砂糖

2. 3

0.3

0.6

0.5

kcal

g

|に調理しています。<直送>は業者から学校へ直接配送する食品です。 15 (月)

		くお願い>	・アレル	ギーをお持ちの方は、使	用している食品を必ずご	"確認	図ください。★印は除去食	として代替調理した献立で	す。※揚げ物、焼き物は
日・曜日	1 (月)	2 (火)		8 (月)	9 (火)	пред	10 (水)	11 (木)	12 (金)
·	ごはん	ごはん		ごはん	ごはん		コッペパン	ごはん	ごはん
z	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう
ん	かんとうに	はるさめスープ		わかたけじる	ちゃんこふう		たいわんまぜそば	きりぼしだいこんのみそしる	ポークカレー
だ	さばのしおやき	ヤンニョムチキン		かつおフライ	てりやきハンバーグ		こまつなのいためもの	ささみフライ	えだまめコーン
て	もやしのいためもの	きゅうりのちゅうか	あえ	ブロッコリーのあえもの	だいこんサラダ		くろまめきなこクリーム	ちくわといんげんのごまいため	かたぬきチーズ
-			-	かしわもち					
	精白米	75 精白米	75	精白米 75	5 精白米	75	コッペパン 1コ	精白米 75	精白米 7
	普通牛乳 1	本 普通牛乳	1本	普通牛乳 12	本 普通牛乳	1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 12
	鶏肉 細切れ 2	25 ボンレスハム	20	鶏肉 細切れ 25	5 鶏肉 細切れ	30	中華そば 40	豚肉 20	豚肉 3
	さつま揚げ	5 はるさめ	4	焼きかまぼこ 10		20	豚ひき肉 25		玉ねぎ 3
		20 玉ねぎ	15	乾燥わかめ 0.		10	玉ねぎ 25		じゃがいも 1
		85 緑豆もやし	10	たけのこ 1		20	緑豆もやし 20		カットポテト 1
	じゃがいも 2	25 │ 小松菜	10	人参 13	3 白菜	20	人参 10	人参 10	人参 1
	人参	0 人参	7	えのきたけ 5	人参	15	たけのこ 10	青ねぎ 3	冷凍おろしにんにく 0.
	こんにゃく	0 えのきたけ	5	淡口しょうゆ 3	ささがきごぼう	15	えのきたけ 8	信州みそ 5.5	カレールウA 1
	淡口しょうゆ 4	.5 ガラスープ	15	食塩 0.	1 こんにゃく	10	にら 5	赤みそ 5	カレールウB 1
	砂糖	2 淡口しょうゆ	4	削り節 2	! ガラスープ	10	冷凍おろしにんにく 0.2	5 削り節 2.5	ポークブイヨン
	日本酒 1	.5 食塩	0.35	だし昆布 0.	2 淡口しょうゆ	6	濃口しょうゆ 4	だし昆布 0.15	濃口しょうゆ 1
ざ	みりん 1	.5 こしょう	0.02			1.5	みりん 3		なたね油
<u>-</u>		2				0.1	オイスターソース 3		
_	111 7 241	-		かつおフライ(40g) 1:		•	日本酒 1	ささみフライ(50g) 1コ	1
い		とり天(40g)	1⊐	揚げ油 4			中華スープの素 0.5		カットウインナー
	さば切身(50g) 1	揚げ油	4			1=	トウバンジャン 0.1		むきえだまめ 1
IJ				濃厚ソース 4				展序ノーへ 4	
	ト 精製塩 0	.3 冷凍おろしにんにく		- TD w - 11 01		2	ごま油 1 	体本体验 10	ホールコーン 5 人参 5
ょ		トマトケチャップ	2	ブロッコリー 25		1.4		焼き竹輪 10	
		5 砂糖	1	人参 5		0.6	42.1.7.1	さやいんげん 15	濃口しょうゆ 1
う		20 みりん	1	濃口しょうゆ 1.		0. 3	ボンレスハム 10		砂糖 0.
,		5 濃口しょうゆ	1	砂糖 0.	6		小松菜 15		なたね油 0.
	M2C	1 ごま油	.1		1		玉ねぎ 10		
		05 コチジャン	0.4	かしわ餅(40g) 1:		10	人参 5	濃口しょうゆ 2.25	
	片栗粉 0	. 3 片栗粉	0.4	<直送>	大根	30	濃口しょうゆ 0.2		
	なたね油 0	. 5			青じそドレッシング	4	食塩 0.2	みりん 0.5	
				₩			こしょう 0.0	1	
		まぐろ油漬	10	10332			なたね油 0.5		
		きゅうり	20						
		人参	5				黒豆きなこクリーム(10g) 1コ	7	
		食酢	1.5				(乳含む)		
		砂糖	1. 2		\ \		(,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		
		濃口しょうゆ	1. 2	たんご せっくこんだて]				
		一	0.8	端午の節句献立	II				
		C 57/M	0.0		ال				
-1"1"	700			700	070		504	015	040
Iネルギー 蛋白質		g 25.5	kcal g	700 kc: 26. 5 g	29. 4	kcal g	564 kca 23.5 g	30 g	649 kc 24. 2 g
脂質		g 23. 4	g	19. 3 g		g	23. 4 g	17. 1 g	23. 3 g
日・曜日	23 (火)	24 (水)		25 (木)	26 (金)		29 (月)		
_	なめし			_0,1,0	.—.			30 (火)	31 (水)
Ę.	ぎゅうにゅう	コッペパン		ごはん	ごはん		ごはん	ಪೆಡ <i>ನ</i>	しょくパン
6		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	ごはん ぎゅうにゅう		ごはん はっこうにゅう (アシドミルク)	ごはん ぎゅうにゅう	しょくパン ぎゅうにゅう
だ	とうふのみそしる	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ		ぎゅうにゅう ニラスープ	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに		ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー
/-		ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう	ごはん ぎゅうにゅう	ージ	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク)	ごはん ぎゅうにゅう	しょくパン ぎゅうにゅう
てて	とうふのみそしる	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ ブロッコリーのマヨ		ぎゅうにゅう ニラスープ	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに		ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ ブロッコリーのマヨ		ぎゅうにゅう ニラスープ あげしゅうまい	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセ-		ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ ブロッコリーのマヨ みかんジャム		ぎゅうにゅう ニラスープ あげしゅうまい	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチーズ		ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとッナのしおこんぶいため	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ ブロッコリーのマヨ みかんジャム	サラダ	ぎゅうにゅう ニラスープ あげしゅうまい ビビンバ 精白米 7:	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチーズ 精白米	もの 75	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1:
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ ブロッコリーのマヨ みかんジャム /5 コッペパン 音通牛乳	サラダ 1コ 1本	ぎゅうにゅう ニラスープ あげしゅうまい ビビンバ 精白米 7:	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチーズ 5 精白米	もの 75 1本	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとッナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 普通牛乳 17
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ ブロッコリーのマヨ みかんジャム 5 コッペパン 普通牛乳 ミートボール(小)	サラダ 1コ 1本 40	ぎゅうにゅう ニラスープ あげしゅうまい ビビンバ 精白米 7: 普通牛乳 12	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチーズ 5 精白米	もの 75 1本 35	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとッナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 普通牛乳 12
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素 1	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ ブロッコリーのマヨ みかんジャム 5 コッペパン 普通牛乳 ミートボール(小) 玉ねぎ	サラダ 1コ 1本 40 25	ぎゅうにゅう ニラスープ あげしゅうまい ビビンバ 精白米 75 普通牛乳 12 鶏肉 細切れ 20 白菜 15	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチーズ 5 精白米	もの 75 1本 35 35	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとッナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 普通牛乳 17 鶏肉 細切れ 1! 玉ねぎ 2
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素 1	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ ブロッコリーのマヨ みかんジャム つ ッペパン 普通牛乳 ミートボール(小) 玉ねぎ キャベツ	サラダ 1コ 1本 40 25 20	ぎゅうにゅう ニラスープ あげしゅうまい ビビンバ 精白米 75 普通牛乳 12 鶏肉 細切れ 20 ラ 15 玉ねぎ 15	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセー さばかとやさいのいためも ハイチーズ 精白米 普通牛乳 3 3 3 3 3 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	もの 75 1本 35 35 20	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 普通牛乳 12 鶏肉 細切れ 1: 玉ねぎ 2: キャペツ 2i
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素 1	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ ブロッコリーのマ みかんジャム 5 コッペパン 普通牛乳 ミートボール(小) 玉ねさべい じゃがいも	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15	ぎゅうにゅう ニラスーウ あげしゅうまい ビビンバ 精白米 75 普通牛乳 12 鶏肉 細切れ 26 白菜 15 人参 16	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチーズ 5 精白米 * 普通牛乳 0 鶏ひき肉 ことを 5 じゃがいも カットポテト	もの 75 1本 35 35 20 20	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 ア揚げ 10	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 玉ねぎ 14	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1:
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素 1 ごはんに まざっています	ぎゅうにゅう ミートボールのマコ みかんジャム 5 コッペパン 普通 牛乳 ミートボール(小) 玉ねマがい ポテト カット ポート カット ポート カット カット カット	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15	ぎゅうにゅう ニラスープ あげしゅう ドビンバ 精白米 7: 精白米 12 鶏肉 細切れ 20 白菜 1: 玉ねぎ 1: にら 55	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチーズ 5 精白米	もの 75 1本 35 35 20	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エザー 10 こんにゃく 10	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 玉ねぎ 14 青ねぎ 5	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 普通牛乳 12 鶏肉 細切れ 1: 玉ねぎ 2: キャベツ 2: じゃがいも 1: 人参 10
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素 1 ごはんに まざっています	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ ブロッコリーのマ みかんジャム 5 コッペパン 普通牛乳 ミートボール(小) 玉ねさべい じゃがいも	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15	ぎゅうにゅう ニラスーウ あげしゅうまい ビビンバ 精白米 75 普通牛乳 12 鶏肉 細切れ 26 白菜 15 人参 16	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチーズ 5 精白米	もの 75 1本 35 35 20 20	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 ア揚げ 10	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 玉ねぎ 14	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 普通牛乳 1: 鶏肉 細切れ 1 玉ねぎ 2 キャベツ 2 じゃがいも 1 人参 1
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素 1 ごはんに まざっています 1 豆腐	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ ブロッかんジャム 5 コッペパン 普通牛乳 ミートボール(小) 玉ねギャッがいも カットポテト	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15	ぎゅうにゅう ニラスープ あげしゅう ドビンバ 精白米 7: 精白米 12 鶏肉 細切れ 20 白菜 1: 玉ねぎ 1: にら 55	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチーズ 5 精白米 本 普通牛乳 0 鶏ひき肉 玉ねぎ じゃがいも カット 人参	もの 75 1本 35 35 20 20 15	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エザー 10 こんにゃく 10	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 玉ねぎ 14 青ねぎ 5	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 普通牛乳 1: 鶏肉 細切れ 1 玉ねぎ 2 キャベツ 2 じゃがいも 1 人参 1 小松菜 5
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素 1 ごはんに まざっています 普通牛乳 1 豆腐 油揚げ	ぎゅうにゅう ミートボールのトマ ブロッかんジャム つ みかんジャム 音 通 牛乳 ミートボール(小) 玉ねゃゃがトポート カカ	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15	ぎゅうにゅう ニラスープ あげしいバ 精白米 7: 精白米 12 鶏肉 細切れ 2: 現本 1: 玉ねぎ 1: 人参 1: にら 5: 生しいたけ 3	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチズ 5 精白米	もの 75 1本 35 35 20 20 15	ではん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 里芋 10 こんにゃく 10 人参 7	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 玉ねぎ 14 青ねぎ 5 ガラスープ 5	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパブジャム 食パン 1: 普通牛乳 17 鶏肉 細切れ 1 玉ねぎ 2 キャベツ 2 じゃがいも 1 人が菜 5 豆乳(無調整) 2
7	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素 1 ごはんに まざっています 普通牛乳 1 豆腐 油揚げ 乾燥わかめ 0	ぎゅうにゅう ミートボールのトマヨ みかんジャム フロッペパン 普通牛乳 ミートぎ キャャがいポテト カット 人参 トマ・水煮	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10	ぎゅうにゅう ニラスしゅうまい ビビンバ 精白米 75 精白米 12 鶏肉 細切れ 20 白菜 15 玉ねぎ 15 人参 10 にら 5 ちとしいたけ 3 ガラスープ 15	ごはん ぎゅうにゅう そぼろに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチズ 5 精白米 *	もの 75 1本 35 35 20 20 15 15 5	ではん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 里芋 10 こんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3	ごはんぎゅうにゅう プレット とりにくのカレーしょうゆやきとうみょうとッナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 玉ねぎ 14 青ねぎ 5 ブラスープ うしょうゆ 4 食塩 0.4	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 普通牛乳 12 鶏肉 細切れ 2: キャベツ 2: じゃがいも 1: 人参 11 小松菜 5: 豆乳(無調整) ホワイトルウ(乳・小麦除去) 9
	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素 1 ごはんに まざっています 普通牛乳 1 豆腐 油揚げ 乾燥わかめ 0 玉ねぎ	ぎゅうにゅう ミートボールのママ みかんジャム つ みかんジャム	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 10 5	ぎゅうにゅう ニラスしゅう ドビンバ 精白米 75 精白米 12 発育 15 15 16 17 18 18 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19	ごはん ぎゅうにゅう そぼろンクマンルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチーズ 5 普通牛乳 0 3 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	もの 75 1本 35 35 20 20 15 15 5 0.5	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 厚揚げ(小) 15 里芋 10 こんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 次ロしょうゆ 4 食塩 0.3	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 青ねぎ 14 青ねぎ 5 ガラスープ 5 淡塩 0.4 こしょう 0.02	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 3
7	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素 1 ごはんに まざっています 1 豆腐 油揚げ 乾燥わかめ 0 ねおぎ 人参	ぎゅうにゅう ミートッコのトマコ みかんジャム 5 コッペパン	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 10 5 1	ぎゅうにゅう ニラスーウうまい ビビンバ 精白米 7:	ごはん ぎゅうに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチーズ 5 精白米	75 1本 35 35 20 20 15 15 5 0.5 5.5	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 人根 10 こんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 次にようゆ 4 食塩 0.3	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 青ねぎ 14 青ねぎ 5 ガラスしょうゆ 4 食塩しょう 0.02 片栗粉 0.5	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 3
て	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素 1 ごはんに まざっています 普通牛乳 1 豆腐 油揚げかめ 0 玉ねぎ 白ねぎ	ぎゅうにゅう ミーロッかのママラかかんパン 一を通います。 一を変している。 では、またいではでは、またいでは、またいでは、またいではでは、またいでは、またいでは、またいでは、またいでは、またいでは、またいでは、またいでは、またいでは、またいでは、またいでは、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 11 1	ぎゅうにゅう ニラスーウうまい ビビンバ 精白米 7:	ごはん ぎゅうに ★フランクフルトソーセー さばかんとやさいのいためも ハイチス 5 精通牛乳 5 3 3 4 5 8 6 6 6 7 8 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	75 1本 35 35 20 20 15 15 5 5.5 1.75	ではん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 こんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡 塩 0.3 削り節 2	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 青ねぎ 14 青ねぎ 5 ガラスしょうゆ 4 食塩しょう 0.02 片栗粉 0.5	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 3
て	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりぼしだいこんのにも 精白米 なめしの素 1 ごまざったいます 普通牛乳 1 豆腐 油揚わかめ 玉ねぎ 人りおもぎ 信州みそ	ぎゅうにゅう うの ママー かから ドー・カー ママー かかん ママー かっかん アマー かっかん アマー カー・カー・カー・カー・ ボール (小) まなべが トー・ボール (小) カー・ママー しっかん トママー しょう (を) できる (の)	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 10 5 1 1	ぎゅうにゅう ニラスーウうまい ビビンバ 精白米 7:	ごはん がにゆう ではない ではない ではない ではない ではない できない できない できない できない できない できない できない でき	75 1本 35 35 20 20 15 15 5 0.5 5.5 1.75 0.5	ではん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 こんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡 塩 0.3 削り節 2	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 玉ねぎ 14 青ねぎ 5 ガラスープ 5 淡口しょう 0.4 こしょう 0.02 片栗粉 0.5	しょくパン ぎゅうにゅう クリーパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 普通牛乳 12 鶏肉 細切れ 2! キャベツ 2! じゃがいも 1! 人参 11 小松菜 豆乳(無調整) ホワイトルウ(乳・小麦除去) 9 ポークブイヨン 食塩 0.
て	とうふのみそしる さわらのゆうあんやき きりばしたいこんのにも 精なめしの素 1 ごまざいます 音通 牛乳 1 豆腐 温揚げ 乾燥わかめ 0 玉ねぎ 人参 白信州みそ 5	ぎょうにゅうの ママラ かっか ママラ かっか ママラ かっか で マラ かっか で で で で で で で で で で で で で で で で で で	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 10 5 1 1 0.5	ぎゅうにゅう ニラスーウうまい ビビンパ 精白米 75 強体乳 12 鶏肉 細切れ 26 発素 15 にらいたけ 3 ガラスしょうゆ 3. 食塩しょう 0.6	ごはん ぎはん ではかうに ★ではたりでする。 大ではたりでする。 ではないが、できる。 ではないが、できる。 できる。	75 1本 35 35 20 20 15 15 5 0.5 5.5 1.75 0.5 1	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 上半 10 こんにゃく 10 人参ねぎ 3 ロしょうゆ 4 食塩 いころ はり節 2 だし昆布 0.2	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 大きをもからります。 乗れます 14 青ねぎ 14 青ねぎ 5 ガラスープ 5 淡塩 0.4 こしょう 0.02 片栗粉 0.5 鶏肉切身(50g) 1コ 玉ねぎ 10	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパラガスのソテー りんごジャム 食パン 1: 3 本年 乳 17 3 本年 乳 17 3 本年 乳 2 じゃがいも 1 人参 11 人参 11 大参 11 大参 11 大松 菓 豆乳(無調整) ポワイトルウ(乳・小麦除去) ポークブイヨン 食塩 0.
て ざい	とうふのみやきもおんやきもりにしたいこんのにも 精白米 ない はんしています	ぎょうの かっ マョウ が で で で で で で で で で で で で で で で で で で	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4	ぎゅうにゅう ニラスーウラまい ビビンパ 精白米 75 強体乳 12 鶏肉 細切れ 26 白菜 15 玉ね参 15 にら 5 生しいたけ 3 ガラスープ 15 ブラスープ 3. グロしょう 0.6	ごはん ぎはん ではかうに ★ではたりでする。 大ではたりでする。 ではないが、できる。 ではないが、できる。 できる。	75 75 35 35 20 20 15 15 5 0.5 5.5 1.75 0.5	ではん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 こんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡 塩 0.3 削り節 2	ごはん ぎゅうにゅう ★わかめスートしょうゆやき とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 青ねぎ 5 ガラスープ 5 淡塩塩よう 0.02 片栗粉 0.4 ここする 0.02 片栗粉 0.5 鶏肉切身(50g) 1コ 玉ねぎ 10 赤ピーマン 1	しょくパン ぎゅうにゅう クリームラフュー アスパラガスム 食パン 1: 普通牛乳 1: 鶏肉 細切れ 1 玉ねぎ 2 キャペツ 2 じゃがいも 1 人参 1: 小松菜 5 豆乳(無調整) ホワイトルブイヨン 食塩 0.
て ざい	とうふのみやきもおんやきもりにしたいこんのにも 精白米 ない はんしています	ぎょうにゅうの ママラ かっか ママラ かっか ママラ かっか で マラ かっか で で かっか で で で で で で で で で で で で で で	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4	ぎゅうにゅう ニラスーウまい ビビンバ 精白米 75 精白米 12 鶏肉 細切れ 20 鶏肉菜 15 玉も参 15 上しいたけ 3 大らら 5 生しいスーナラウ 3. 食塩しよう 0.0 しょう 0.0 しゅうまい(18g) 25 揚げ油 4	ごはん がいまった はいかん にゅう ではない かいためも では アランクフルトソーセー さばかんと ズ 精 通 牛 半 ま なわ がいま かん ピース しょうが しゅう かみ りり 乗り りゅう かりり かかり り かん は かん は かん じん しょうが しゅう かん ピース しょうが しゃ はん でん はん しょうが しゃ かん じん アース しょうが しゃ かん にん アース しょうが しゃ はん でん はん しょうが しゃ なん はん しょうが しゃ なん はん しょうが しゃ なん はん しょうが しゃ はん はん しょうが しゃ なん はん しょうが しゃ なん はん しょうが しゃ なん はん しょうが しゃ はん しょうが しゃ はん しょうがん はん しょうかん しょうかん しょうかん しょうかん しょう はん しょん しょう はん しょん しょう はん しょう はん しょん しょん しょん しょん しょん しょん しょん しょん しょん しょ	75 1本 35 35 20 20 15 15 5 0.5 5.5 1.75 0.5 1	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	だはんぎゅうにゅう ★わかめスープとりにくのカレーしょうゆやきとうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 玉ねぎ 14 青カスようゆ 4 食塩しよう 0.02 片栗粉 0.5 第 肉切身(50g) 1コ まなぎ 10 の 5 まなどーマン 1 歳 ロしょうゆ 1	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシチュー アスパブジャム 食パン 1: 養殖 牛乳 1: 鶏肉 細切れ 1 玉ねぎ 2 キャペツ 2 じゃがいも 1 小松菜 5 豆乳(無調整) ホワイトルウ(乳・小麦除去) 5 ポークブイョン 6 食塩 0.
て ざいり	とうふのみうあんやき さわらばしたいます	ぎミブか つい で マコ か か い が い か い か い か い が い か い が い か い が い か か い が い か か い が い か ト・ト・レ い か か か な 食な た ト・レ カ 人 ト・カ 人 ト・カ 人 ト・カ 人 ト・カ カ ト・カ ス 食な た な は た ね 油 い か か か か な 食 な た い か か な 食 な た い か か な 食 な か る な か る な か る な か る な か る な か る な か る な か る な か る な か る な か る な か る な か る な か る な か る な か る な な か る な か る な な か る な な か る な な な な	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5	ぎゅうにゅう ニラスしゅう ピピンパ 精白米 7: 精白米 7: 発面牛乳 12 鶏肉 2: 鶏肉 2: 乳肉 1: 小の 1: 大の 1: 大の 1: 大の 1: が、 1: が、1: が、1: が、1: が、1: が、1: が、1: が、1: が、	ごはんのでは、	1本 35 35 20 20 15 5 0.5 5.5 1.75 0.5 10.5	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 上半 10 こんにゃく 10 人参ねぎ 3 ロしょうゆ 4 食塩 いころ はり節 2 だし昆布 0.2	ごはん ぎゅうにゅう プ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとツナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥かか 0.3 人参 14 玉ねぎ 14 青カラスしょうゆ 4 食塩しょう 0.02 片栗粉 0.5 鶏肉切身(50g) 1コ 玉かピーマン 1 温中酒 10.5	しょくパン ぎゅうにシチュー アスパン 1: 普通牛乳 1: 強体 1: 強体 1: 強体 1: 強体 2: 大本ペツ 2: じゃがいも 1: 人松 2: しゃがいも 1: 人松 1: 大松 (1) 大小 (1) 大 (
て ざいりょ	とうふのみきもあんやききりばしたいことのにも 精白との素 1 にはついます 音通 牛乳 1 豆腐 は帰れかめ 2 にはつかめ 2 にはから 2 にからず 2 にからず 3 にからが 4 になった 5 にからが 5 にもが 5 にはもが 5 にもが	が まっかい か	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5	ぎゅうにゅう ニラスしゅうまい ビビンパ 精白米 75 精白米 12 鶏肉 細切れ 20 白菜 15 玉丸参 15 にらいたけ 3 ガラスしょう 0.0 しょう 0.0 しゅうまい(18g) 25 揚げ油 4	ごはん ぎゅうにゆう ★ではからにから ★ではかんとでする。 「おっかんとでする。」 「おっかんとでする。」 「おっかんとでする。」 「おっかんとでする。」 「おっかんとでする。」 「おっかんでする。」 「はっかんでする。 「はっかんでする。 「はっ	1本 35 35 20 20 15 5 0.5 5.5 1.75 0.5 10.5	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	ごはん ぎゅうにゅう プ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとッナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 大ねぎ 14 青ねぎ 5 ガラロしょうゆ 4 食塩 0.4 こしょう 0.02 片栗粉 0.5 鶏肉切身(50g) 1コ 玉ねぎーマン 1 農本酒 2.5 カースターソース 0.5	しょくパン ぎゅうカー クリームラチュー アスパジシャム 食パン 1: 普通 牛乳 12 鶏肉 細切れ 1: 鶏肉 細切れ 2: キャポッツ 2: じゃがいも 1: 人参 1: 人参 1: 大松県無調整) ボークブイヨン 食塩 0. ベーコン 7 スパールフイスパールコン 食 0. こしょう 0.
てざいり	とうふのみやきもあんやきもりにいこんのにも 精白したいこんのにも ます はんしています	ぎョー で で で で で で で で で	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5	ぎゅうにゅう ニラスしゅう あげビンパ 精白米 7: 精白米 12 鶏肉菜 1: 鶏肉菜 1: スをらいたけ 3: 大きらいたけ 3: 大きしいスーようゆ 3: 大きしいスーようゆ 3: 大きしいスーようゆ 3: 大きしいスープ 3: 大きしいスープ 3: 大きしいスープ 4: がう口しょう 0.6	ごはん が に か う で は か う に か う に か う に か う に か う に ク フルトソーセー さ は か か か き こ ン か な に か よ り か き こ ン お し か か き こ ン お し に か る う か 凍 口 も が い も ト し の か か き こ ン お し に か み り り 節 ト な に か み り り 節 ト な に か か り 節 か り 節 か り 節 か か か か か か か か か か	75 1本 35 35 20 20 15 5 5.5 5.5 1.75 0.5 1 0.5	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	だはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとッナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参ねぎ 14 青ねぎ 5 ガラスしょうゆ 4 こしょう 0.02 片栗 0.4 こしまう 0.02 片栗 10 素ピーマン 1 濃ロースシーリース 0.5 カレスターソース 0.5 カレスターソース 0.5 カレスターソース 0.5 カレスターソース 0.5 カレスターソース 0.00	しょくパン きゅう ウリームラ シー マスパン ラー マスパン ラー アスパン ファー りんご 学 本 知
て ざいりょ	とうふのみやきもかんやききりばしたいます 精白	ぎミブか つ で 3 で 3 で 3 で 3 で 3 で 4 に が 3 で 3 で 4 に か 4 に か 4 に か か か が 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 4 に か 5 に 5 に 5 に 5 に 5 に 5 に 5 に 5 に 5 に	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 10 5 1 0.5 0.4 0.5 10 25 5	ぎゅうにゅう ニラスしゅう カげビンパ 精白米 7: 精白米 12 鶏肉菜 15 鬼肉菜 15 大らら 15 生しいスーようゆ 3. りたしいスーようゆ 3. りたしょう 0.4 ほしょう 2.5 場げ ひきも 16 小松菜 16	ごはん がんにゅう そぼフランクフルトソーセージ(40g) コート・マンフルトソーセージ(40g) コート・マンフルトソーセージ(40g) コート・マンス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス	75 1本 35 35 35 20 20 15 5 5.5 5.5 1.75 0.5 1 0.5	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	だはんでゆう ★わかめのカレーしょうゆやきとうみょうとツナのしおこんぶいため 精白 米 75 普通 牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 玉 おう ステープ は 2 し よう 0.02 片 明 3 は 5 で 3 で 3 で 3 で 3 で 3 で 3 で 3 で 4 で 3 で 4 で 3 で 5 で 3 で 4 で 4 で 5 で 5 で 5 で 5 で 5 で 5 で 5 で 5	しょくパン きゅう ウリームシブスー リル が リーム・ファイン リル が リーム・ファイン は
て ざいりょ	とうふのみやきもあんやきもりがいこんのにももりがいこんのにももりがいこんのにも特なができます。 精白がいったでいます ・	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 5 5 5	ぎゅうにゅう ニラボビンパ 精白 米 7: 精白 米 12 鶏肉菜 15 ハー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	ごはん が に かっさい で は かっさい かっさい かっさい かっかい かっかい かっかい かっかい かっかい	もの 75 1本 35 35 20 20 15 5 5 5 5 5 5 5 1 7 5 1 0 5 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	だはん ぎゅうにゅう ★わかめスープ とりにくのカレーしょうゆやき とうみょうとッナのしおこんぶいため 精白米 75 普通牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参ねぎ 14 青ねぎ 5 ガラスしょうゆ 4 こしょう 0.02 片栗 0.4 こしまう 0.02 片栗 10 素ピーマン 1 濃ロースシーリース 0.5 カレスターソース 0.5 カレスターソース 0.5 カレスターソース 0.00	しょくパン きゅう ウリームラ シー マスパン ラー マスパン ラー アスパン ファー りんご 学 本 知
て ざいりょ	とうかのかきもりがいたものにももりがいた。	ぎミブみ で で で で で で で で で	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 5 10 25 5 0.14	ぎゅうにゅう ニラボンバ 精白 米 75 精白 米 12 第 本 年 乳 12 第 本 年 乳 12 第 本 年 乳 15 第 本 年 乳 15 第 本 5 16 17 18 18 18 18 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19	ごはん がんにゅう ではない ではない ではない ではない ではない ではない できない できない できない できない できない できない できない でき	もの 75 1本 35 35 20 20 15 5 5 5 5 5 5 5 1 7 5 0 5 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	だはんでゆう ★わかめのカレーしょうゆやきとうみょうとツナのしおこんぶいため 精白 米 75 普通 牛乳 1本 豚肉 30 乾燥わかめ 0.3 人参 14 玉 おう ステープ は 2 し よう 0.02 片 明 3 は 5 で 3 で 3 で 3 で 3 で 3 で 3 で 3 で 4 で 3 で 4 で 3 で 5 で 3 で 4 で 4 で 5 で 5 で 5 で 5 で 5 で 5 で 5 で 5	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシテュー アスパブジャム 食パン 15
ざいりょ	とうからないにもももののからにもいます はんしています はんしています はんしています はんしています はさい はさい 本	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 5 5 5	ぎゅうスート では できまい で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	ごはんのにしている。	もの 75 1本 35 35 20 20 15 15 5 5 5 5 5 1 0 5 1 0 5 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	だはん ぎゅうかめストーしょうゆやきとうみょうとッナのしおこんぶいため 精白 米 75 普通 牛乳 1本 豚肉 30 乾燥かかめ 0.3 人参ねぎ 14 青ねぎ 5 ガラロ塩 0.4 こしまう 0.02 片栗 切り (50g) 1コ 8 エピーしょうゆ 1 温和 10 まから 11 まから	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシテュー アスパブジャム 食パン 15
ざいりょ	とうからないにもももののからにももりがいます はんしています はんしています はんしています はんしています はいって 半 はいって 半 はいって 中 乳 が 見 いって かいって かいって かいって かいって かいって かいって かいって	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 0.14 0.02	ぎゅうにゅう ニラボンバ 精白 米 75 精白 米 12 第 本 年 乳 12 第 本 年 乳 12 第 本 年 乳 15 第 本 年 乳 15 第 本 5 16 17 18 18 18 18 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19	ござんでは、	もの 75 1本 35 35 20 20 15 5 0.5 5 5 0.5 1.75 0.5 1 0.5 1 0.5	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	だはんでは、	しょくパにゅう クリームラュー アスパごジャム 食パン 1:
て ざいりょ	とうかのかきもり は かん に います	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 5 10 25 5 0.14	ぎゅうスート では できまい で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	だはゆうに 大のではからに 大のではからいたのですが、 をはぼうつんとする。 大のではがチャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャ	もの 75 1本 35 35 20 20 15 5 0.5 5.5 1.75 0.5 0.5 1 つ 10 0.1 0.5 1.75	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	ばん ぎゅうかくのカレーしょうゆやきとうみょうとッナのしおこんぶいため 精白 米 75	しょくパン きゅう ウリームシブスー リル が リーム・ファイン リル が リーム・ファイン は
て ざいりょ	とうかのかきもり は かん に います	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 0.14 0.02	ぎゅうスート では できまい で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	だはゆうに 大のではからに 大のではからいたのですが、 をはぼうつんとする。 大のではがチャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャーキャ	もの 75 1本 35 35 20 20 15 5 0.5 5 5 0.5 1.75 0.5 1 0.5 1 0.5	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	だはんでは、	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシテュー アスパブジャム 食パン 15
て ざいりょ	とうさき は	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 0.14 0.02	ぎゅうスート では できまい で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	だはゆう ではゆう ではないなークンルトンののから をはるランルと一ズ をはてランルと一ズ をはてランルと一ズ をはて、カース をはて、カース をはて、カース をはて、カース をはて、カース をはない。 をは、カース をは、カーる をは、カース をは、カーる をは、カーる をは、カーる をは、カーる をは、カーる をは、カーる をは、カーる をは、カーる をは、カーる をは、カーる を	もの 75 1本 35 35 20 20 15 5 0.5 5.5 1.75 0.5 0.5 1 つ 10 0.1 0.5 1.75	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	ばん ぎゅうかくのカレーしょうゆやきとうみょうとッナのしおこんぶいため 精白 米 75	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシテュー アスパブジャム 食パン 15
て ざいりょ	とささり は	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 0.14 0.02	ぎゅうスート では できまい で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	だけん では から でき	75 1本 35 35 20 20 15 5 0.5 5.5 1.75 0.5 1.75 0.5 1.75 0.5 1.0.	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	だはんですった。	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシテュー アスパブジャム 食パン 15
て ざいりょ	とうわらば は	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 0.14 0.02	ぎゅうスート では できまい で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	だけん では から でき	もの 75 1本 35 35 20 20 15 5 5 5 5 5 5 1 0 5 1 0 5 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	ばん ぎゅうかめのカレーしょうゆやきとうみょうとッナのしおこんぶいため 精白 番 羽 1本 豚肉 30 乾燥かかめ 0.3 人参ねぎ 14 青ねぎ フリム 5 がら口塩しよう 0.02 片栗 切切ら (50g) 1コ	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシテュー アスパブジャム 食パン 15
て ざいりょ	とささり は	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 0.14 0.02	ぎゅうスート では できまい で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	だけん では からい では からい では からい では からい で かい	もの 75 1本 35 35 20 20 15 5 5 5 5 5 5 1 0 5 1 0 5 1 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	ばん ぎゅうかめのカレーしょうゆやきめのカレーしょうゆいきをうみょうとッナのしおこんぶいため 精白 通牛 乳 1本 豚 肉 切り の 30 乾燥かかめ 0.3 人をおきる 14 青 カラロ塩 しまう 0.02 片 裏玉 ポーレー し酒 ターサイン 1 日本スター粉 1 1 日本スター粉 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	しょくパン ぎゅうにゅう クリームシテュー アスパブジャム 食パン 15
て ざいりょ	とささき は	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 0.14 0.02	ぎゅうスート では できまい で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	だけん では からい では からい では からい では からい で かい	75 1本 35 35 20 20 15 15 5 0.5 5.5 1 0.5 1 0.5 1 0.5 1 0.5 0.5 1 0.5 0.5 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	ばん で か で か で か で か で か で か で か で か で か で	しょくパン ぎゅうにゅう カー クリームシチュー アスパブジャム 食パン 1: 善通牛乳 12 鶏肉 細切れ 1: 玉ねぎ 2: キャがいも 1: 人参 1: 小松菜 5: 豆乳イトルブイョン 食塩 0. ベーコン 7: アスパコン 2: オーカブイス 2: オーカブイス 2: オーカブイス 2: オーカブイス 2: オーカブイス 2: オーカブイス 2: オーカブイス 2: オーカブス 2: オーカブス 2: オーカブス 3: な 0. こしょう 0. なたれ油 0.
て ざいりょ	とささき は	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 0.14 0.02	ぎゅうストリー では、	だけん では からい では からい では からい では からい で かい	75 1本 35 35 20 20 15 15 5 0.5 5.5 1 0.5 1 0.5 1 0.5 1 0.5 0.5 1 0.5 0.5 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 大根 10 エんにゃく 10 人参 7 青ねぎ 3 淡塩塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	ばん ぎゅかめのカレーしょうゆやきとうみょうとッナかしのカレーしょうゆいきとうみょうとッナのしおこんぶいため 特	しょくパン きゅう ウリームシブスー リル が リーム・ファイン リル が リーム・ファイン は
てざいりょう	とさかり は	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 15 10 5 1 1 0.5 0.4 0.5 0.14 0.02	ぎゅうスーウー ボー で で で で で で で で で で で で で で で で で で	ごはんの in	75 1本 35 35 20 20 15 15 5 0.5 5.5 1 0.5 1 0.5 1 0.5 1 0.5 0.5 1 0.5 0.5 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	ではん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー (りんご) 精白米 75 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ (小) 15 大根 10 里芋 10 こんを 7 もなぎ 3 淡口しょうゆ 4 食塩 0.3 削り節 2 だし昆布 0.2	ばん が	しょくパン きゅう かっぱい かっぱい かい
て ざいりょ	とささり は	では、	サラダ 1コ 1本 40 25 20 15 15 10 5 1 0.5 0.4 0.5 5 5 0.14 0.02 1コ	ぎニカウ (18g) 25 場 (18g) 25 は (18g	ござんでは、	もの 75 1本 35 35 20 20 15 5 0.5 5.5 1.75 0.5 10 0.5 10 0.1 0.5 1.0 0.5 1.1 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) のっぺいじる にしんのにつけ ミニゼリー(りんご) 精白米 75 はっ醇乳(アシドミルク) 1本 鶏肉 細切れ 25 厚揚げ(小) 15 上里芋 10 こんにゃく 10 人参 7 青ね口とようゆ 4 食塩塩 節 2 だし昆布 0.2 だししんの煮付け(40g) 1コミニゼリー(りんご)(16g) 1コミニゼリー(りんご)(16g) 1コ	ばん ぎゅうかめのカレーしょうゆやきとうみょうとッナのしおこんぶいため 精白 通牛 乳 1本	しょくパン

13.6

24. 4



kcal

g



※キリスト教を広める人

ながさまけん にん せんきょうし さむ じき た しん せんきょうし きむ いき しゃく しゃく ひとびと あいだ 長崎県にいたポルトガル人の宣教師※たちが、寒い時期によく食べていたシチューが地元の人々の間で できょうでは、アンドルのでは 「ピカド」からきています。すりおろしたさつまいもを使ってとろみをつけることが特徴です。

ぎゅうにゅう

べにいもコロッケ

にんじんしりしりー こくとうポップコーン

ソーキじる

精白米

普通牛乳

豚肉角切

冬瓜

人参

青ねぎ

日本酒

食塩 削り節

揚げ油

玉ねぎ

食塩

和国だし

なたね油

濃口しょうゆ

黒糖ポップコーン(5g) 1コ

沖縄返還の日

24. 5

17. 9

まぐろ油漬

だし昆布

細切り昆布

淡口しょうゆ

冷凍おろししょうが

紅芋コロッケ(50g)

ながさきけん ぎょかくりょう にほんいち しゅん あぶら 長崎県はあじの漁獲量が日本一。旬のあじは脂がのっていて、うまみがたっぷりです。

よう ま はん しょうがつ ぼん とき じたく とり おもてなし用の混ぜご飯で、お正月やお盆の時に自宅で鶏をさばいてつくる風習があります。





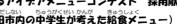


今月の給食で 使用している旬の食材 アスパラガス キャベツ

23. 4

グリンピース ごぼう しいたけ じゃがいも たけのこ にら かつお さわら

ふくまるアイデアメニューコンテスト 採用献立



(池田市内の中学生が考えた給食メニュー)								
_{じっしび} 実施日	こんだてめい献立名	かんが ひと がっこうめい 考えた人の学校名						
	★わかめスープ							
30日(火)	とりにく しょうゆや 鶏肉のカレー醤油焼き	いけだちゅうがっこう 池田中学校						
	とうみょう しおこんぶた 豆苗とツナの塩昆布炒め							

〈お知らせ〉

〇加工食品等は、「学校給食用半製品の材料」に原材料を記載しています。アレルギーをお持ちの方は、必ずご確認ください。 〇年間を通じて使用する調味料や加工食品等については、配合内容を一覧にして、各学校園に配布しています。 必要とされる方は、学校園、もしくは、学校給食センターまでお申し出ください。

〇そば・落花生・えび・かには使用していません。

O5月に使用するお米は、豊能町でとれた「キヌヒカリ」を使用しています。 毎日の献立をインターネットで見ることができます。

