ブロッコリーのマヨサラダ

弋替調理した献立です。※揚げ物、焼き物は別に調理しています。<直送>は業者から学校へ直接配送する食品です。

12(水)

ウインナーとキャベツのスーフ

ぶたにくのデミソースに

くろまめきなこクリーム

ぎゅうにゅう

とりがらコーンスープ

しろみざかなフライ

はるさめナムル

ゆかりふりかけ

精白米

普通牛乳

玉ねぎ

白菜

0.25 書わぎ

20

IΩ 人参

0.04

0.2

0.1

0.02

20

1.5 砂糖

鶏肉 細切れ

ホールコーン

えのきたけ

ガラスープ

食塩

片亜粉

揚げ油

濃厚ソース

ボンレスハム

緑豆はるさめ

緑豆もやし

白いりごま

淡口しょうゆ

ゆかりふりかけ(0.8g)

28.2

食酢

食塩

ごま油

淡口しょうゆ

白身魚フライ(50g)

とうもろこしペースト

ぎゅうにゅう

あかうおのしょうゆやき

れんこんのにくみそいため

おでん

精白米

普通牛乳

厚揚げ

大根

砂糖

みりん

豚ひき肉

れんこん

青わぎ

日本酒

八丁味噌

淡口しょうゆ

20

0.3 削り節

1.5

0.1

鶏肉 細切れ

ミニがんもどき

じゃがいも

こんにゃく

濃口しょうゆ

赤魚の醤油焼き(50g)

冷凍おろししょうが

冷凍おろしにんにく

ギゅうにゅう

のりしおポテト

普通牛乳

キャベツ

人参 パセリ(乾)

ポークブイヨン

淡口しょうゆ

ナチュラルカットポテト

玉ねぎ

食恒

砂糖

こしょう

揚げ油

結製塩

あおのり

豚肉

玉ねぎ

マッシュルーム

冷凍おろしにんにく

デミグラスソース

ウスターソース

トマトケチャップ

濃口しょうゆ

砂糖

赤ワイン

片栗粉

なたね油

20

2.5

0.15

0.6

カットウイン

池田市教育委員会 池田市立学校給食センター

ぎゅうにゅう

精白米

普通牛乳

豚ひき肉

厚揚げ

玉ねぎ

人参

0.3

10

かぼちゃ

こんにゃく

さやいんげん

焼竹輪(大)(40g)

濃口しょうゆ

削り筋

小麦粉

あおのり

食塩

揚げ油

鶏肉 細切れ

オイスターソース

中華スープの素

661

29.1

23.4

たかな漬

白ねぎ

ごま油

かぼちゃのそぼろに

ちくわのいそべあげ

セルフたかなごはん

20

15 15

0.5

0.03

0.1

0.2

0.08

ぎゅうにゅう

ポテトコロッケ

バインミー

普通牛乳

鶏肉 細切れ

フォー(乾)

チンゲン菜

ガラスープ

淡口しょうゆ

ポテトコロッケ(50g)

緑豆もやし

人参

食塩

こしょう

揚げ油

阪7ハキ内

玉ねぎ

食塩

ひきわり大豆

濃厚ソース

トマトケチャップ

ハイチーズ(12g)

食音の日

食育の日

ベトナム料理 619

27.5

IΩ

0.2

0.2

2 1.5

1.5

1.2 1.2 1.2 0.2

ハイチーズ

			<お願い>アレル	/ギー?	をお持ちの方け 使日	日してい	ハス食品を必ずご確	認くた	ざい。★印は除去食	×1.7	代替調理1.た献で
日·曜日	4(火)		5(水)	,	6(木)	1,0 (7(金)	DIG (7)	10(月)		川(火)
_	わかめごはん		コッペパン		ごはん		ごはん		ごはん		ごはん
2	ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう		はっこうにゅう(ジョア)		ぎゅうにゅう		はっこうにゅう(アシドミ)	レク)	ぎゅうにゅう
んだ	ぶたにくとやさいのしょう さけのしおやき	りかい	ポークビーンズ かぼちゃひきにくフライ		しょうゆラーメン ウインナーソーセージ		ピリからとんじる いかてんぷら		ハヤシライス ★チキンナゲット		かぼちゃのみそしる てりやきハンバーグ
て	さつまいものあまに		ブルーベリージャム		うめひじきふりかけ		きりぼしだいこんのかみかみ	みサラダ	やさいいため		ブロッコリーのマヨサ
			-								
	精白米 わかめご飯の素	75 1.5	コッペパン	IП	精白米	70	精白米	70	精白米	75	精白米
	170 なりこ 成の系	1.5	普通牛乳	本	はっ酵乳(ジョア)	本	普通牛乳	本	はっ酵乳(アシドミルク)	本	普通牛乳
	普通牛乳	本									
	豚肉	40	豚肉 大豆	35 8	中華めん 鶏肉 細切れ	40 20	豚肉 豆腐	15 10	豚肉 玉ねぎ	30 35	鶏肉 細切れ 油揚げ
	さつま揚げ	5	玉ねぎ	30	なると	5	大根	20	じゃがいも	20	かぼちゃ
	白菜	35	じゃがいも	15	キャベツ	15	ささがきごぼう	10	カットポテト	15	玉ねぎ
	大根 玉ねぎ	35 15	カットポテト 人参	15 15	緑豆もやし 人参	10 5	里芋 人参	10	人参 マッシュルーム	15 5	人参
	人参	10	しめじ	10	青ねぎ	3	小松菜	5	ハヤシルウ(乳・小麦不使用)	15	白みそ
	冷凍おろししょうが	1	トマトピューレー	8	ガラスープ	20	信州みそ	5.5	トマトピューレー	5	削り節
	ガラスープ 淡口しょうゆ	10 4	グリンピース トマトケチャップ	3 10	淡口しょうゆ 食塩	5 0.05	赤みそ トウバンジャン	5 0.1	トマトケチャップ 食塩	0.03	だし昆布
ざ	みりん	2	ウスターソース	5	こしょう	0.02	削り節	2.5	なたね油	1	
	食塩	0.2	ポークブイヨン	5	なたね油	I					ハンバーグ(50g)
(,			食塩 こしょう	0.35			いか天ぷら(50g)	12	★チキンナゲット(18g)	2⊐	濃口しょうゆ 砂糖
	鮭切身(50g)	13	なたね油	0.5	ウインナーソーセージ(20g)	2コ	揚げ油	4	揚げ油	4	みりん
ij	精製塩	0.1					みりん	4.5	トマトケチャップ	6	片栗粉
J	さつまいも	35	かぼちゃひき肉フライ(40g)	1-7	干しひじき	ω –	濃口しょうゆ 砂糖	2.3	カットウインナー	20	
	さつまいも 砂糖	35 	かはちゃひき肉フライ(40g) 揚げ油	1コ 4	人参 ピーマン	3	砂糖 片栗粉	0.3	カットワインナー キャベツ	15	ボンレスハム
う	濃口しょうゆ	0.3			きざみうめ	0.6		•	人参	5	ブロッコリー
			ブルーベリージャム(15g)	la	白いりごま	١	++1-1 n	1.0	淡口しょうゆ	0.5	人参
					花かつお 濃口しょうゆ	0.5	ささみフレーク 切干大根	10 2.5	食塩 こしょう	0.1	ノンエッグマヨ 淡口しょうゆ
					みりん	0.3	キャベツ	10	片栗粉	0.25	/
					日本酒	0.3	人参	5	なたね油	0.5	
					なたね油	0.2	食酢 淡口しょうゆ	1.5 0.6			
							砂糖	0.2			
							食塩	0.1			
							ごま油	0.8			
							(いい歯の日南	んだて			
					I		ペペと迷り口間	ᄱᄱ	l		
	600	kcal	576	kcal	608	kcal	647	kcal	708	kcal	631
蛋白質	33.6	g	25	g	25.2	g	26.9	g	25.2	g	26.5
蛋白質 脂質	33.6 14.8 21(金)		25 21.4 25(火)		25.2 17.7 26(水)		26.9 21.7 27(木)		25.2 21.7 28(金)		
蛋白質 脂質 日·曜日	33.6 14.8 21(金) ごはん	g	25 21.4 25(火) ごはん	g g	25.2 17.7 26(水) コッペパン	g	26.9 21.7 27(木) ごはん	g	25.2 21.7 28(金) ごはん	g	26.5
蛋白質 脂質	33.6 14.8 21(金)	g	25 21.4 25(火)	g g	25.2 17.7 26(水)	g	26.9 21.7 27(木)	g	25.2 21.7 28(金)	g	26.5
蛋白質 脂質 日・曜日 こんだ	33.6 14.8 21(金) ごはん ざゅうにゅう のっぺいじる さばのごましょうゆやき	g	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう (アシドミ ポークカレー えだまめコーン	g g	25.2 17.7 26(水) コッペパン ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき	g	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょうざ	g	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ	g	26.5 22.5
蛋白質 脂質 ヨ・曜日 こ ん	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる	g	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう (アシドミ ポークカレー	g g	25.2 17.7 26(水) コッペパン ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートポテト	g	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる	g	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン	g	26.5 22.5
蛋白質 脂質 日・曜日 こんだ	33.6 14.8 21(金) ごはん ざゅうにゅう のっぺいじる さばのごましょうゆやき	g g	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう (アシドミ ポークカレー えだまめコーン	g g	25.2 17.7 26(水) コッペパン ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき	g	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょうざ	g g	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ	g	26.5 22.5
蛋白質 脂質 日・曜日 こんだ	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばのごましょうゆやき ひじきのごもくに 精白米	g g	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう (アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米	g g ルク)	25.2 17.7 26(水) コッペペシ ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのでりやき ミートポテト いちごジャム コッペパシ	g g	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょうざ ブロッコリーのあえもの 精白米	9 9	25.2 21.7 28(金) ごはん ざゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米	g g	26.5 22.5 マフォー> こめ つく お米で作られ
蛋白質 脂質 こんだ	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばのごましょうゆやき ひじきのごもくに	g g	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう (アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス	g g ルク)	25.2 17.7 26(水) コッペパン ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートポテト いちごジャム	g	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょうざ ブロッコリーのあえもの	g g	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし	g g	26.5 22.5 <フォー> こめ っく お米で作られ をとっていて、ね
蛋白質 脂質 日・曜日 こんだ	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばのごましょうゆやき ひじきのごもくに 精白米 普通牛乳 鶏肉 細切れ	g g 70 I本 30	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉	g g ルク) 75 I本 30	25.2 17.7 26(水) コッペパン ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートポテト いちごジャム コッペパン 普通牛乳 アルファベットマカロニ	g g l l 本	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょうざ ブロッコリーのあえもの 精白米 普通牛乳	g g 70 1本	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳	g g 70 I本 30	26.5 22.5 22.5 マフォー> こめ つく お米で作られ をとっていて、ね
蛋白質 脂質 日・曜日 こんだ	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばのごましょうゆやき ひじきのごもくに 精白米 普通牛乳 鶏肉 細切れ 大根	g g 70 I本 30 I5	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう (アシドミ ボークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ	g g y ルク) 75 I本 30 30	25.2 17.7 26(水) コッペパン ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートポテト いちごジャム コッペパン 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚肉	g g I I 本 5 15	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょうざ ブロッコリーのあえもの 精白米 普通牛乳	9 9 70 1本 15 10	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉 緑豆はるさめ	9 9 70 1本 30 7	26.5 22.5 22.5 マフォート こめ つく お米で作られ をとっていて、る とうがらし や唐辛子、にん
蛋白質 脂質 こんだ	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばのごましょうゆやき ひじきのごもくに 精白米 普通牛乳 鶏肉 細切れ 大根 じゃがいも	g g 70 I本 30	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう (アシドミ ボークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも	g g ルク) 75 I本 30	25.2 17.7 26(水) コッペパン ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートポテト いちごジャム コッペパン 普通牛乳 アルファベットマカロニ	g g l l 本	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょうざ ブロッコリーのあえもの 精白米 普通牛乳 豚肉 直腐 油揚げ	g g 70 1本 15 10 5	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉 終豆はるさめ 白菜	g g 70 I本 30	26.5 22.5 22.5 マフォー> こめ つく お米で作られ をとっていて、ね
蛋白質 脂質 こんだ	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばのごましょうゆやき ひじきのごもくに 精白米 普通牛乳 鶏肉 細切れ 大根 じゃがいも 人参 こんにゃく	9 9 70 1本 30 15 15 7 5	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 冷凍おろしにんにく	g g y ルク) 75 I本 30 30 30 10 0.15	25.2 17.7 26(水) コッペパン ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートポテト いちごジャム コッペパン 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚肉 玉ねぎ キャベツ 人参	g g g la 1本 5 15 25 25 10	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょうざ ブロッコリーのあえもの 精白米 普通牛乳	9 9 70 1本 15 10	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉 緑豆はるさめ	9 9 70 1本 30 7 35 30 20	26.5 22.5 マフォー> こがでられ をとっていて、る とうがらし や唐辛子、にん
蛋白質 脂質 日・曜日 こんだ	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばのごましょうゆやき ひじきのごもくに 精白米 普通牛乳 鶏肉 細切れ 大根 じゃがいも 人参 こんにゃく 小松菜	9 9 70 1本 30 15 15 7 5	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう (アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 カレールウA	g g g ルク) 75 1本 30 30 10 0.15 9	25.2 17.7 26(水) コッペパン ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートポテト いちごジャム コッペパン 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚肉 玉ねぎ キャペツ 人参 ポークブイヨン	g g g lコ l本 5 15 25 25 10 5	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょうさ ブロッコリーのあえもの 精白米 普通牛乳 豚肉 豆腐揚げ 白菓芋 スマイルさつまいも	9 9 1本 15 10 5 20 15 10	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉豆はるさめ 白菜 玉ね豆もやし 人参	9 9 70 1本 30 7 35 30 20 15	26.5 22.5 22.5 マフォート こめ つく お米で作られ をとっていて、る とうがらし や唐辛子、にん
蛋白質 脂質 こんだ	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばのごましょうゆやき ひじきのごもくに 精白米 普通牛乳 鶏肉 細切れ 人を こんにない 大人を こんになく テレいたけ	9 9 70 1本 30 15 7 5 0.1	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう (アシドミ ボークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 冷凍おるしにんにく カレールウA カレールウB	g g g ルク) 75 I本 30 30 10 0.15 9	25.2 17.7 26(水) コッペッシ ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートボテト いちごジャム コッペッシ 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚肉 玉ねぎ キャベツ 人参 ポークブイヨン 淡ロしょうゆ	g g g lコ l本 5 l5 25 25 10 5 4	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょうしゅう ブロッコリーのあえもの 精白米 普通牛乳 豚肉 度油揚げ ムラスイルさつまいも 人参	9 9 1本 15 10 5 20 15 10 10	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉豆はるさめ 白豆菜 玉ねぎ 緑豆もやし 失生しいたけ	9 9 70 1本 30 7 35 30 20 15 5	26.5 22.5 マフォー> こがでられ をとっていて、る とうがらし や唐辛子、にん
蛋白質 脂質 こんだ	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばのごましょうゆやき ひじきのごもくに 精白米 普通牛乳 鶏肉 細切れ 大根 じゃがいも 人参 こんにゃく 小松菜	9 9 70 1本 30 15 15 7 5	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう (アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 カレールウA	g g g ルク) 75 1本 30 30 10 0.15 9	25.2 17.7 26(水) コッペパン ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートポテト いちごジャム コッペパン 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚肉 玉ねぎ キャペツ 人参 ポークブイヨン	g g g lコ l本 5 15 25 25 10 5	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょう!でのあえもの 精白米 普通牛乳 豚肉 豆腐 油白薬 里芋 スマチルさつまいも しめじ	9 9 1本 15 10 5 20 15 10	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉豆はるさめ 白菜 玉ね豆もやし 人参	9 9 70 1本 30 7 35 30 20 15	26.5 22.5 22.5 22.5 27オー> 38 で作られをとっていて、るとうがも子、にんとうがもらく、にんくいくとうがないというでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これ
番脂・曜 こんだて	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばしようゆやき ひじきのごもくに 精白米 普通牛乳 鶏肉 細切れ 大根 じゃ参 こんに菜 ・ いも こんに菜 ・ いしょうゆ 食間り節	9 9 9 70 1本 30 15 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 冷凍おろしにんにく カレールウB ポークブイヨン	g g g ルク) 75 I本 30 30 10 0.15 9	25.2 17.7 26(水) コッペパシ ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートポテト いちごジャム コッペパン 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚肉 ボークブイヨン 淡ロしょうゆ 食塩	g g g lコ 「本 5 5 5 5 5 5 5 6 6 7 7 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょうさ ブロッコリーのあえもの 精白米 普通牛乳 豚肉 園場菜芋 スマイルさつまいも 人参し 青ねりごま	9 9 70 1本 15 10 15 10 10 5 20 15 10 10 5 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉豆菜 ね豆を 白菜 ね豆を としいたけ 淡ロレスターソース 食塩	9 9 9 70 1本 30 7 35 30 20 15 5 3.5 0.6 0.3	26.5 22.5 22.5 27オー> 3米で作られをとっていて、などがき子、にんとががらいていて、ないがらいた。 マバインミーンベトナム語で、ベトナム語で、べます。
蛋白質 脂質 日・曜日 こんだ	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばらのごもくに 精白米 普通牛乳 鶏肉 細切れ 大根 じゃ参 こんに来く 小松いと よんに来く 小松いとしょうゆ 食塩	9 9 9 70 1本 30 15 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 冷凍おろしにんにく カレールウA カレールウB ポークブイヨン 濃口しょうゆ	g g g 75 1本 30 30 10 0.15 9 7	25.2 17.7 26(水) コッペッシ ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのでりやき ミートボテト いちごジャム コッペッシ 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚肉 ボークブイヨン 淡ロしょうゆ 食塩 こしょう	9 9 9 1コ 1本 5 15 25 25 25 10 5 4 0.3 0.02	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまんきっしてある。 あげざっコリーのあえもの 精白米 普通 本 事内腐 高端菜 エマイルさつまいも しめじ 青練り乳(無調整)	70 1本 15 10 10 5 20 15 10 10 5 10 10	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉豆はるさめ 白豆菜 玉ねぎ 緑豆もやし 人としいたけ 淡ロしょうゆ オイスターソース 食塩 こしょう	9 9 9 70 1本 30 7 35 30 20 15 5 3.5 0.6 0.3 0.04	26.5 22.5 22.5 22.5 27オー> 38 で作られをとっていて、るとうがも子、にんとうがもらく、にんくいくとうがないというでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これ
蛋脂・曜 こんだて ざ	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばしようゆやき ひじきのごもくに 精白米 普通牛乳 鶏肉 細切れ 大根 じゃ参 こんに菜 ・ いも こんに菜 ・ いしょうゆ 食間り節	9 9 9 70 1本 30 15 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 冷凍おろしにんにく カレールウA カレールウB ポークブイヨン 濃口しょうゆ	g g g 75 1本 30 30 10 0.15 9 7	25.2 17.7 26(水) コッペパシ ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートポテト いちごジャム コッペパン 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚肉 ボークブイヨン 淡ロしょうゆ 食塩	g g g lコ 「本 5 5 5 5 5 5 5 6 6 7 7 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8	26.9 21.7 27(木) ごはん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげぎょうさ ブロッコリーのあえもの 精白米 普通牛乳 豚肉 園場菜芋 スマイルさつまいも 人参し 青ねりごま	9 9 70 1本 15 10 15 10 10 5 20 15 10 10 5 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉豆菜 ね豆を 白菜 ね豆を としいたけ 淡ロレスターソース 食塩	9 9 9 70 1本 30 7 35 30 20 15 5 3.5 0.6 0.3	26.5 22.5 22.5 27オー> お米で作られをとっていて、るとうがらしや唐辛子、にんくパインミーンで、インミーンで、ます。
蛋脂曜日 こんだて	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじましょうゆやき ひじきの がじましょうゆやき がじきの 新内 細切れ 大をがいも 人をんに菜 干し口しょうゆ 食りしまうゆ 食り にがいましたけ 次ので でがいましまうゆ をしている でがいました。 大きがいも 大きになく かいしている でがいました。 大きがいも 大きになく かいしている でがいました。 でがいましまうゆ をしまり でがいましまうゆ をしまり でがいましまり でがいた。 でがい。 でがいた。 でがいた。 でがいた。 でがいた。 でがいた。 でがいた。 でがいた。 でがいが、 でがいた。	9 9 9 70 1本 30 15 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 冷凍おろしにんにく カレールウB ポークブイョン 渡口しょうゆ なたね油 カットウインナー むきえだまめ	g g g 75 1本 30 30 0.15 9 9 7 1 1	25.2 17.7 26(水) コッペットン ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートポテト いちごジャム コッペパン 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚肉 玉ねぎ オークブイヨン 淡ロしょうゆ 食塩 こしょう 鶏肉 細切れ 濃ロしょうゆ 砂糖	g g g l 本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02	26.9 21.7 27(木) ではん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげつッコリーのあえもの 精	70 1本 15 10 5 20 10 10 5 3 1 10 5 5 2 2 2 2 3 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉 緑豆菜 玉ね豆もやし 人参しいたけ 淡ロレンチウ オイスターソース 食塩 にしょう 片栗粉	9 9 70 1本 30 7 35 30 20 0.15 5 3.5 0.6 0.3 0.004 2	26.5 22.5 22.5 27オー> 3かで作られ をとっていて、な や唐辛子、にん ベインミー: ベトナム語で べます。
蛋脂曜 こんだて ざ	33.6 14.8 21(金) ごはんぎゅうにゅう のっぺいじる さばいきいいでいましょうゆやき ひじき 番 細切れ 大いかいましょうゆやき 強肉 根 細切れ 大いかないなよいないないないないないないないないないないないないないないないないな	9 9 70 1本 30 15 15 7 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.2	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 冷凍がいも人参 冷ルールウA カレールウB ポークブイヨン 濃ロしょうゆ なたね油 カットウインナー むきえだまめ ホールコーン	9 9 75 1本 30 30 10 0.15 9 7 1	25.2 17.7 26(水) コッペッシ ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートボテト いちごジャム コッペッシ 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚ねぎ キャベッ 人参 クブイヨン 淡ロしょうゆ 食塩 こしょう 鶏肉 細切れ 濃糖 ロしょうゆ 砂糖	9 9 7 1本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02	26.9 21.7 27(木) 27(木) ではん ぎゅうにゅう でまとうにゅうじる あげロッコのあえもの 精白 半 普通 牛乳 豚肉腐調薬 ギュスを 人しめし 青練り乳(州みそ)	70 1本 15 10 10 5 20 15 10 10 5 3 1 10 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉豆菜 玉ね豆も 火生いたけ 淡ロレょうゆ オイスターソース 食塩よう 片栗粉 なたね油	9 9 70 1本 30 7 35 30 0.6 0.3 0.04 2 1	26.5 22.5 22.5 27オー> お米で作られをとっていて、るとうがらしや唐辛子、にんくパインミーンで、インミーンで、ます。
蛋脂曜 こんだて ざ い	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばのきないとしょうゆやき ひじき 番 細切れ 大根 細切れ 大根がいも 人をにやる こんとを こんとなまたけのしょうゆ 食りですりにようゆ 食りですりにようゆ ではずりにようゆ ではずりにようゆ ではずりにようゆ ではずりにようゆ ではずりにようゆ ではずりにようゆ にばすりにようゆ ではずりにようゆ	9 9 70 1本 30 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.2	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだまき スクス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 冷凍おろしにんにく カレールウB ポークブょうゆ なたね油 カットウインナー むきルフン かんま カットウインナー むき、カレーン がんだまめ ホーカーン がんだまり できると がった。 かんにく カレールウと ボース がんださ がった。 かんにく カレールウと ボース がんだ。 できる がった。 かんにく カレールウと ボース がんだ。 がんだ。 がんだ。 がんだ。 がんだ。 がんだ。 がんだ。 がんだ。	g g g 75 1本 30 30 0.15 9 7 1	25.2 17.7 26(水) コッペットン ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートポテト いちごジャム コッペパン 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚肉 玉ねぎ オークブイヨン 淡ロしょうゆ 食塩 こしょう 鶏肉 細切れ 濃ロしょうゆ 砂糖	g g g l 本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02	26.9 21.7 27(木) ではん ぎゅうにゅう ごまとうにゅうじる あげつッコリーのあえもの 精	70 1本 15 10 5 20 10 10 5 3 1 10 5 5 2 2 2 2 3 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通 牛乳 豚肉 緑豆菜 玉ね豆もやし 人参しいたけ 淡ロしょうゆ オイスターソース 食塩 にしょう 片栗粉 なたね油	9 9 70 1本 30 7 35 30 20 15 5 3.5 0.6 0.3 0.04 2 1	26.5 22.5 22.5 27オー> 3かで作られ をとっていて、な や唐辛子、にん ベインミーン ベトナム語で べます。
蛋脂曜 こんだて ざ い	33.6 14.8 21(金) ごはんぎゅうにゅう のっぺいじる さばいきいいでいましょうゆやき ひじき 番 細切れ 大いかいましょうゆやき 強肉 根 細切れ 大いかないなよいないないないないないないないないないないないないないないないないな	9 9 70 1本 30 15 15 7 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.2	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参 冷凍がいも人参 冷ルールウA カレールウB ポークブイヨン 濃ロしょうゆ なたね油 カットウインナー むきえだまめ ホールコーン	9 9 75 1本 30 30 10 0.15 9 7 1	25.2 17.7 26(水) コッペッシ ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートボテト いちごジャム コッペッシ 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚ねぎ キャベッ 人参 クブイヨン 淡ロしょうゆ 食塩 こしょう 鶏肉 細切れ 濃糖 ロしょうゆ 砂糖	9 9 7 1本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02	26.9 21.7 27(木) ではんぎゅうにゅう ではんぎゅうにゅう ではんがったりにゅう ではおげざっついる あげつっのあえもの 精白・半・乳 豚肉腐ぼがコリーのあえもの はいないない。 ないないないないないないないないないないないないないないないないな	70 1本 15 10 5 20 10 10 5 3 1 10 5 5 2 2 2 2 3 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉豆菜 玉ね豆も 火生いたけ 淡ロレょうゆ オイスターソース 食塩よう 片栗粉 なたね油	9 9 70 1本 30 7 35 30 0.6 0.3 0.04 2 1	26.5 22.5 22.5 27オー> 3かで作られ をとっていて、な や唐辛子、にん ベインミー: ベトナム語で べます。
蛋脂 こんだて ざ い り ょ	33.6 14.8 21(金) ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さばらにゅう のっぺいごましょうゆやき ひじき 精白 半 動肉 # 知切れ 大根をかいも 人るんに菜 十八口塩 りし、最新 だはずり。 にばずり。 にばず	9 9 70 1本 30 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.2	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだカレーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねがいも 人参 冷凍おろしにんにく カレールウロ カレールウロ コン ボークしょうゆ なたれコーン まただまめ ホータ 濃にもが、またれコーン まただまめ ホータ 濃口しょうゆ	g g 75 1本 30 30 30 0.15 9 9 7 7 1 1	25.2 17.7 26(水) コッペッシ ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートボテト いちごジャム コッペッシ 普通 牛乳 アルファベットマカロニ 豚ねぎ キャペッ 人参クブイヨン 食塩 こしょう 鶏肉 細切れ 濃糖 の口しょうゆ 砂糖 トリにくのでりやき まれず、ツ 大のクブイヨン 食鬼しよう	9 9 9 1本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02 50 9 0.3 0.9 0.3	26.9 21.7 27(木)	9 9 70 1本 15 10 10 5 20 15 10 10 5 5 5 5 5 5 5 6 6 7 8 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9	25.2 21.7 28(金) ごはんぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉豆菜 玉ね豆も としいたけ 淡ロスターソース 食塩いたけ 美のたね油 れんこんのはさみ場げ(40g) 揚げ油 濃厚ソース	9 9 9 70 1本 30 20 5 3.5 5 0.6 0.3 0.04 2 1	26.5 22.5 22.5 27オー> 3かで作られ をとっていて、な や唐辛子、にん ベインミーン ベトナム語で べます。
蛋脂目 こんだて ざ い り質 日	33.6 14.8 21(金) ごはんぎゅうにゅうのっぺいじることに 精白 通 内 料 知 切れ 大根がいる といかしい もしょうゆやき 独大根がいも 大根がいも こんな正ながらいない。 はずりにようゆ 食削りにようゆ ではずりにようゆ ではずりにようゆ ではずりにようゆ ではずりにようゆ ではずりにようゆ ではずりにようゆ ではずりにようゆ を対した。	9 9 70 1本 30 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.2 1コ 0.5 2 1 0.5 0.3	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだかんまっクス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねがいも 人参東おみしにんにく カレールブようゆ なたカレーク目か なたなかしたおコーン おかんだコーン かんだコーン がんだコーン がっただコーン がっただコーン がっただコーン がっただコーン がったがった。 がったがった。 がったがった。 がった。 がった。 がった。	9 9 75 1本 30 30 10 0.15 9 7 1 1 10 0.5 5 0.4 0.2 0.3	25.2 17.7 26(水) コッペパシ ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのマリやき ミートボジャム コッペパン 普通 牛乳 アルファベットマカロニ 豚肉ねぎ キャペタープしょう 鶏肉 ロしまう 鶏肉 回り 砂糖り、カリ栗 粉 合いいも	9 9 9 1コ 1本 5 15 25 25 25 10 5 4 0.3 0.02 0.02 0.9 0.3 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9	26.9 21.7 27(木)	9 9 70 1本 15 10 5 20 15 10 5 5 2.5 0.1	25.2 21.7 28(金) ごはん ぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通 牛乳 豚肉 ほるさめ 白豆菜 玉ね豆もやし 人参しいたけ 淡してようゆ オイスターソース 食塩しょう 片栗粉 なたれぬはさみ場げ(40g) 揚げ油 濃厚ソース 鶏ひき肉	9 9 70 1本 30 7 35 30 20 15 5 3.5 0.6 0.3 0.04 2 1	26.5 22.5 22.5 22.5 2.5 2.5 2.5 2.5 2.5 2.
蛋脂目 こんだて ざ い り ょ質 日	33.6 14.8 21(金) ごはんぎゅうにゅう のっぱいじましょうゆやき ひじきのかいできまもくに 精白米 普通 細切れ 大きんに変ないた。 ないないないないないないないないないないないないないないないないないないない	9 9 9 70 1本 30 15 15 7 5 5 0.1 3.7 7 0.3 2 0.2	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだまめコーン みかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねぎ じゃがいも 人参東おろしにんにく カレールブイゥ カレールブイシウー なたね油 カットウインナー むきれい カットウインナー むきれい なったれっし カットウインナー なったカー カレールが なったカー かったが なったり カレールが なったり かったり カレールが なったり なったり かったり がったり がったり かったり かったり がったり かったり もったり もったり もったり もったり もったり もったり もったり もったり もったり もったり もったり もったり もっと もったり もったり もっとり もっとり もっと もっと もっと もっと もっと もっ	g g g 75 1本 30 30 10 0.15 9 7 1 1 10 10 5 5 0.4 0.2	25.2 17.7 26(水) コッペッシ ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりにくのてりやき ミートボテト いちごジャム コッペッシ 普通 牛乳 アルファベットマカロニ 豚ねぎ キャペッ 人参クブイヨン 食塩 こしょう 鶏肉 細切れ 濃糖 の口しょうゆ 砂糖 トリにくのでりやき まれず、ツ 大のクブイヨン 食鬼しよう	9 9 9 1本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02 50 9 0.3 0.9 0.3	26.9 21.7 27(木) ではんぎゅうにゅう ではんぎゅうにゅう ではんがったりにゅう ではおげざっついる あげつっのあえもの 精白・半・乳 豚肉腐ぼがコリーのあえもの はいないない。 ないないないないないないないないないないないないないないないないな	9 9 70 1本 15 10 5 20 10 5 3 1 10 5 2.5 0.1	25.2 21.7 28(金) ごはんぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白米 普通牛乳 豚肉豆菜 玉ね豆も としいたけ 淡ロスターソース 食塩いたけ 美のたね油 れんこんのはさみ場げ(40g) 揚げ油 濃厚ソース	9 9 9 70 1本 30 20 5 3.5 5 0.6 0.3 0.04 2 1	26.5 22.5 マフォー> お米で作られをとっていて、るときがらした。 や唐辛子、にんくパインミーンで、 ベトナム語で、 べます。 かぶ、ごは
蛋脂 こんだて ざ い り ょ	33.6 14.8 21(金) ごはんにゅうのっさいに だゅういいじましょうゆやき でいいじましょうゆい すっぱいですい ないで のっぱいじましょうゆい も 連 肉根 いし 大・ストース は は すりしまい はずり口に は ずり口に は ずり口に は がりじょうゆ のうごと は がりしまい から	9 9 9 1本 30 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.2 1 0.5 2 1 0.5 2 1 0.5 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだカレー えがんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねがいも 人参東おろしにんにく カレールウイション 濃たねかしの カレールウインナー むきえいコーン またれコーン 後口しまうゆ 砂糖 なたね油 ダイスゼリー(みかん)	9 9 75 1本 30 30 30 0.15 9 9 7 1 1 1 0.2 0.3	25.2 17.7 26(水) コッペッシ ぎゅうにゅう ABCマカロースープ とりにくのてりやき ミートボジャム コッペッシ 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚ねぎ キャペ クブイヨン 検金ノクブイョン 検しよう 鶏肉 知りれ 濃糠 のひがいも エをき トマトターソース	9 9 9 1コ 1本 5 15 25 25 10 0 0 3 0 0 9 0 3 15 10 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	26.9 21.7 27(木) 27(木) ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう であえもの 精一 単 年 乳 豚肉腐場菜 エマ参 はのは 着ねり 乳(州みそ 削り 見に 赤みり にしる ボルン はの なった。 はの なった。 はの	9 9 70 1本 15 10 5 20 15 10 5 5 2.5 5 0.1	25.2 21.7 28(金) ではんぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白 番 牛乳 豚肉豆菜 玉ね豆を をしいします。 をしいします。 はるさめ 人生いりようゆ オイ塩 こしま業粉 なたねはです。 はるさめ はるさめ はるさめ はるさめ はるさめ はるさめ はるさめ はるさめ	9 9 70 1本 30 20 5 3.5 5 0.6 6 0.3 4 4 4	26.5 22.5 22.5 27オー> 3米で作られをとうがられをとうが発子、にんや情辛子、にんないがはます。 ベトナムでは、なるないでは、これが、これが、これが、これでは、これが、これでは、これが、これでは、これが、これでは、これでは、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが
蛋脂 こんだて ざ い り ょ	33.6 14.8 21(金) ごはんにゅうのっぱいじもしょういやき でいいでするさいです。	9 9 70 1本 30 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.2 1 0.5 2 1 0.5 0.7 0.3 0.7 0.3 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだカレー えがんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねがいも 人参東おろしにんにく カレールウイション 濃たねかしの カレールウインナー むきえいコーン またれコーン 後口しまり かまたおコーン ときたがより できたがより かんにく カレールウインナー がっただまめ ホータ ときたがな を 濃しまが なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン がったが かんで たったが かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで	9 9 75 1本 30 30 30 0.15 9 9 7 1 1 1 0.2 0.3	25.2 17.7 26(水) コッペンシ ぎゅうにゅう ABCマカロニスープ とりになってりやき ミートボジャン 普通・エーマーカロニ 豚 内 カー アルファベット でカロニスープ とりになっている。 第一年 乳 アルファベットマカロニ 豚 内 カー アルファベットで カーロー なった。 第一日 はよう 第一日 はよう の しょう の しゃれき・ケーノス 砂糖	9 9 1コ 1本 5 15 25 25 25 10 5 4 0.3 0.02 50 3.5 1.2 0.9 0.3 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9	26.9 21.7 27(木)	9 9 70 1本 15 10 5 20 15 10 5 5 2.5 0.1	25.2 21.7 28(金) ごはんぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはんさみあげ セルフびりんめし 精 通 牛 乳 豚肉豆菜 ぎゃうにょう 大きいたようツース 食しいロスターソース 食しいサイク塩 し、乗れた はが厚 ひ 本海げ(40g) 揚げ厚 ひ 本海ボデムき が 人きでいる。大きでは、多いでは、100円のでは、1	9 9 70 1本 30 7 35 30 20 15 5 3.5 0.6 0.3 0.04 2 1 1 1 2 1 5 5 5 5 5 5 5 6 7 7 8 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	26.5 22.5 22.5 22.5 27オー> 3米ででいられる。 2・1が辛子、にんさいが・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
蛋脂・ こんだて ざ い り ょ	33.6 14.8 21(金) ごはんにゅうのっさいに だゅういいじましょうゆやき でいいじましょうゆい すっぱいですい ないで のっぱいじましょうゆい も 連 肉根 いし 大・ストース は は すりしまい はずり口に は ずり口に は ずり口に は がりじょうゆ のうごと は がりしまい から	9 9 70 1本 30 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.2 1 0.5 2 1 0.5 2 1 0.5 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだカレー えがんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねがいも 人参東おろしにんにく カレールウイション 濃たねかしの カレールウインナー むきえいコーン またれコーン 後口しまり かまたおコーン ときたがより できたがより かんにく カレールウインナー がっただまめ ホータ ときたがな を 濃しまが なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン がったが かんで たったが かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで	9 9 75 1本 30 30 30 0.15 9 9 7 1 1 1 0.2 0.3	25.2 17.7 26(水) コッペッシ ぎゅうにゅう ABCマカロースープ とりにくのてりやき ミートボジャム コッペッシ 普通牛乳 アルファベットマカロニ 豚ねぎ キャペ クブイヨン 検金ノクブイョン 検しよう 鶏肉 知りれ 濃糠 のひがいも エをき トマトターソース	9 9 9 1コ 1本 5 15 25 25 10 0 0 3 0 0 9 0 3 15 10 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	26.9 21.7 27(木) 27(木) 27(木) ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう であえもの 精一 単 年 乳 豚肉腐場菜 エマ参 はのは 着ねり 乳(州みそ 削り 見に 赤みり にしる ボルン はの なった。 はの なった。 はの	9 9 70 1本 15 10 5 20 15 10 5 5 2.5 5 0.1	25.2 21.7 28(金) ではんぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白 番 牛乳 豚肉豆菜 玉ね豆を をしいします。 をしいします。 はるさめ 人生いりようゆ オイ塩 こしま業粉 なたねはです。 はるさめ はるさめ はるさめ はるさめ はるさめ はるさめ はるさめ はるさめ	9 9 9 1本 30 20 15 5 3.5 0.6 0.3 0.04 2 1	26.5 22.5 22.5 22.5 22.5 22.5 22.5 23.6 23.7 23.7 23.7 23.7 24.7 25.7 26.7 26.7 27.7 26.7 27.7 27.7 27.7 27
蛋脂 III こんだて ざ い り ょ 質質 II	33.6 14.8 21(金) ごばゅうのででいた。	9 9 9 1本 30 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.2 1 0.5 2 1 0.5 2 1 0.5 1 0.7 1	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだカレー えがんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねがいも 人参東おろしにんにく カレールウイション 濃たねかしの カレールウインナー むきえいコーン またれコーン 後口しまり かまたおコーン ときたがより できたがより かんにく カレールウインナー がっただまめ ホータ ときたがな を 濃しまが なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン がったが かんで たったが かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで	9 9 75 1本 30 30 30 0.15 9 9 7 1 1 1 0.2 0.3	25.2 17.7 26(水) コッペンシ ぎゅうにゅう ABのマカロてリやき とりにくのです。 はいに、ボデト いちった。 コッペン 普通・アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ	9 9 9 1コ 1本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02 50 3.5 1.2 0.9 0.3 0.5 0.05	26.9 21.7 27(木)	9 9 70 1本 15 10 10 5 5 20 15 10 5 5 5 2.5 0.1 27 4	25.2 21.7 28(金) ではんぎゅうにゅう タイピーエン れんしてびりんめし 精 音 通 内豆菜 さめ 日本 中乳 豚緑豆菜 さめ 日本 神引 豚緑豆菜 もいしてスターソース 食はしいしてスターソース 食しいまかり なたがはずり なたがはずり なたがはずり ない。 おいまが はいか	9 9 9 70 1本 30 20 5 3.5 5 0.6 4 4 4 4 10 2 1 5 5 5 5 5 6 6 6 7 7 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7	26.5 22.5 22.5 22.5 27オー> 3米ででいられる。 2・1が辛子、にんさいが・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
蛋脂 III こんだて ざ い り ょ 質質 II	33.6 14.8 21(金) ごはんにいいけんにいいないですが、	9 9 70 1本 30 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.2 1 0.5 2 1 0.5 2 1 0.5 1 0.7 0.3 1 0.7 0.3 0.3 0.3 0.3 0.3 0.3 0.3 0.3	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだカレー えがんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねがいも 人参東おろしにんにく カレールウイション 濃たねかしの カレールウインナー むきえいコーン またれコーン 後口しまり かまたおコーン ときたがより できたがより かんにく カレールウインナー がっただまめ ホータ ときたがな を 濃しまが なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン がったが かんで たったが かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで	9 9 75 1本 30 30 30 0.15 9 9 7 1 1 1 0.2 0.3	25.2 17.7 26(水) コッペンにから ABCマカロニスープとりにから ABCマカロニスープとりにかデトレニッペンにかデートでアインのできまりにがデーム・カーンでは、サーフ・アルカーに エヤヤ参 フリー・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	9 9 9 1コ 1本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02 50 3.5 1.2 0.9 0.3 1.2 0.3 0.0 1.2 0.3 0.5 1.2 0.3 0.5 1.2 0.5 1.2 1.2 1.2 1.2 1.2 1.2 1.2 1.2	26.9 21.7 27(木) 27(木) ではんぎゅうにゅう ではんぎゅうにゅう ではおりにゅう ではおりにゅう ではおりにゅう であえもの 精 中乳 豚肉腐場菜芋 スク参いと 着練見乳(加みで) はのでは、カインコー 人参糖には、カークカーリー 人参糖には、カークカーリー 人参糖には、カークルー 、カーののでは、カークルー 、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーのでは、	9 9 9 1本 15 10 5 20 10 5 5 5 2.5 0.1 10 2.5 10 10 5 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	25.2 21.7 28(金) ではんぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはさみあげ セルフびりんめし 精白 半 等 勝り ではる のはるさめ 白道・牛乳 豚肉 はるさめ 白道・牛乳 豚肉 はるさめ としいしなターソース 食しいのしなりの オイ塩 こしまう 片葉や はんのはさみ場げ(40g) 湯濃厚 いき高野根 ささがきごぼう 人参凍おろうゆ 濃口しょうが 濃口しょうが 濃口しょうが 濃口しょうが	9 9 9 70 1本 30 7 35 30 20 0.6 6 0.3 0.04 2 1 1 1 2 1 5 5 5 5 6 7 7 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7	26.5 22.5 22.5 22.5 22.5 22.5 22.5 22.5
<u>低脂・曜 こんだて ざいりょ</u>	33.6 14.8 21(金) ごばゅうのででいた。	9 9 9 1本 30 15 7 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.2 1 0.5 2 1 0.5 2 1 0.5 1 0.7 1	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだカレー えがんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねがいも 人参東おろしにんにく カレールウイション 濃たねかしの カレールウインナー むきえいコーン またれコーン 後口しまり かまたおコーン ときたがより できたがより かんにく カレールウインナー がっただまめ ホータ ときたがな を 濃しまが なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン がったが かんで たったが かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで	9 9 75 1本 30 30 30 0.15 9 9 7 1 1 1 0.2 0.3	25.2 17.7 26(水) コッペンシ ぎゅうにゅう ABのマカロてリやき とりにくのです。 はいに、ボデト いちった。 コッペン 普通・アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ	9 9 9 1コ 1本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02 50 3.5 1.2 0.9 0.3 0.5 0.05	26.9 21.7 27(木) 27(木) ではんぎゅうにゅう ではんぎゅうにゅう ではおりにゅう ではおりにゅう ではおりにゅう であえもの 精 中乳 豚肉腐場菜芋 スク参いと 着練見乳(加みで) はのでは、カインコー 人参糖には、カークカーリー 人参糖には、カークカーリー 人参糖には、カークルー 、カーののでは、カークルー 、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーのでは、	9 9 9 1本 15 10 5 20 10 5 5 5 2.5 0.1 10 2.5 10 10 5 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	25.2 21.7 28(金) ではんぎゅうにゅう タイピーエン れんしてびりんめし 精 音 通 内豆菜 さめ 日本 中乳 豚緑豆菜 さめ 日本 神引 豚緑豆菜 もいしてスターソース 食はしいしてスターソース 食しいまかり なたがはずり なたがはずり なたがはずり ない。 おいまが はいか	9 9 9 70 1本 30 20 5 3.5 5 0.6 4 4 4 4 10 2 1 5 5 5 5 5 6 6 6 7 7 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7	26.5 22.5 22.5 22.5 22.5 22.5 27 オーマイト こうが辛 イン・ボーン ででででいる。 マン・ボーン ででできる。 マン・ボーン でからをよれるではいる。 いっとはいっとはいる。 ない からをはいる かい いっと はいまして いい こう はい はい こう はい にいる こう こう にいる こう
<u>低脂・曜 こんだて ざいりょ</u>	33.6 14.8 21(金) ござからない 精 普 鶏大じんにいいていていていていていていていていていていていていていていていていていてい	9 9 9 1本 30 15 15 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.2 1 0.5 2 1 0.5 2 1 0.7	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだカレー えがんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねがいも 人参東おろしにんにく カレールウイション 濃たねかしの カレールウインナー むきえいコーン またれコーン 後口しまり かまたおコーン ときたがより できたがより かんにく カレールウインナー がっただまめ ホータ ときたがな を 濃しまが なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン がったが かんで たったが かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで	9 9 75 1本 30 30 30 0.15 9 9 7 1 1 1 0.2 0.3	25.2 17.7 26(水) コッペンシ ぎゅうにゅう ABのマカロてリやき とりにくのです。 はいに、ボデト いちった。 コッペン 普通・アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ	9 9 9 1コ 1本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02 50 3.5 1.2 0.9 0.3 0.5 0.05	26.9 21.7 27(木) 27(木) ではんぎゅうにゅう ではんぎゅうにゅう ではおりにゅう ではおりにゅう ではおりにゅう であえもの 精 中乳 豚肉腐場菜芋 スク参いと 着練見乳(加みで) はのでは、カインコー 人参糖には、カークカーリー 人参糖には、カークカーリー 人参糖には、カークルー 、カーののでは、カークルー 、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーのでは、	9 9 9 1本 15 10 5 20 10 5 5 5 2.5 0.1 10 2.5 10 10 5 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	25.2 21.7 28(金) 21.7 28(金) ごはんぎゅうにゅう タイピーエン れんカン れんルフびりんめい 精 音 通 内豆菜 ぎもやし 生淡 イ塩 よう 大き ない はんび はい カイ塩 よう はること かいし スターソース 食し し乗れ たんのは は 場 「厚 ひき 高 大 は できる よい は できる よい は できる 大 き できる よい は できる 大 き できる よい は できる 大 き できる 大 き できる 大 き できる よい は できる よい は できる 大 き できる よい は できる は い は できる は は い は できる は い は できる は い は できる よい は できる は い は できる は い は できる は い は い は い は い は い は い は い は い は い は	9 9 9 70 1本 30 20 5 3.5 5 0.6 4 4 4 4 10 2 1 5 5 5 5 5 6 6 6 7 7 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7	26.5 22.5 22.5 22.5 22.5 22.5 27 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **
蛋脂 III こんだて ざ い り ょ 質質 II	33.6 14.8 21(金) ごはかうのではいからないにはいかのでかいできないにはいういいです。 対していいではいからないにはいかいです。 対していいではいからないではいからないではいからないではいからないです。 対しているできないです。 対してはいからないではいからないではいからいです。 対している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ないできないできない	9 9 9 70 1本 30 5 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.5 2 0.5 0.7 5 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだカレー えがんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねがいも 人参東おろしにんにく カレールウイション 濃たねかしの カレールウインナー むきえいコーン またれコーン 後口しまり かまたおコーン ときたがより できたがより かんにく カレールウインナー がっただまめ ホータ ときたがな を 濃しまが なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン がったが かんで たったが かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで	9 9 75 1本 30 30 30 0.15 9 9 7 1 1 1 0.2 0.3	25.2 17.7 26(水) コッペンシ ぎゅうにゅう ABのマカロてリやき とりにくのです。 はいに、ボデト いちった。 コッペン 普通・アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ	9 9 9 1コ 1本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02 50 3.5 1.2 0.9 0.3 0.5 0.05	26.9 21.7 27(木) 27(木) ではんぎゅうにゅう ではんぎゅうにゅう ではおりにゅう ではおりにゅう ではおりにゅう であえもの 精 中乳 豚肉腐場菜芋 スク参いと 着練見乳(加みで) はのでは、カインコー 人参糖には、カークカーリー 人参糖には、カークカーリー 人参糖には、カークルー 、カーののでは、カークルー 、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーのでは、	9 9 9 1本 15 10 5 20 10 5 5 5 2.5 0.1 10 2.5 10 10 5 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	25.2 21.7 28(金) ではんぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはこれのけんがし 精力 連中乳 豚肉豆菜 おもらい はっちい はっちい はっちい はっちい はっちい はっちい はっちい はっち	9 9 70 1本 30 7 35 30 20 0.04 2 1 1	26.5 22.5 22.5 22.5 22.5 22.5 27 オーマイト こうが辛 イン・ボーン ででででいる。 マン・ボーン ででできる。 マン・ボーン でからをよれるではいる。 いっとはいっとはいる。 ない からをはいる かい いっと はいまして いい こう はい はい こう はい にいる こう こう にいる こう
蛋脂目 こんだて ざ い り ょ う質質日	33.6 14.8 21(金) ごばゅういのではいい 精 普 鶏大じゅういのではいい 日 ・	9 9 70 I本 30.5 15 7 5 5 0.1 3.7 7 0.3 2 0.2 0.5 2 0.5 0.3 8 5 0.75 10 3 2 1.3 1 0.5 では	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポーカレー えだまというカレー えだかんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉ねぎ じゃ参 冷凍したんにく カレールガイラ カレールガイシウ まなかしまうゆ なたことがしまった。 ないかんにく カレールガインようゆ なたことがしまった。 よいがんにく カレールガインようゆ なたことがしまった。 よいがんにく カレールがインようゆ なたことが、というかんにく カットがたまった。 よっぱいでは、 カットがたまった。 よっぱいでは、 カットがたまった。 よっぱいでは、 カットがたまった。 よっぱいでは、 カットがた。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 よっぱいでは、 カットがん。 カットがん。 カットがん。 カットがん。 カットがん。 カットがん。 カットがん。 カットがん。 カットがん。 カットがん。 カットがん。 カットがん。 カットがん。 カットがん。 カットがた。 カ	9 9 75 1本 30 30 10 0.15 9 7 1 1 1 0.2 0.3	25.2 17.7 26(水) コッペンドウスやき とりにくがテト いちッペンター	9 9 9 1コ 1本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02 0.9 0.3 0.5 10 0.05	26.9 21.7 27(木)	9 9 9 15 10 5 20 10 5 5 5 0.1 10 20 5 10 5 10 5 10 10 5 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	25.2 21.7 28(金) ではんぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのけんがし 精力 連 牛乳 豚肉豆菜 おして サース はる まな を かし まる かり はる かり はる かり はる かり	9 9 9 1 1 3 0 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3 1 3	26.5 22.5 22.5 22.5 22.5 22.5 27 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **
日・曜日 こんだて ざ い りょ	33.6 14.8 21(金) ごはんにいじつ (はんにいじる) ではいういいじる (はんにいじる) ではいいじましもくいいじましもくにいじっぺのごの 米 半 知 切れ 大いのごの 米 半 知 切れ しいし (はずり口 (はずり口 (はずり口 (はずり (はずり (はずり (はずり (はずり (はずり (はずり (はずり	9 9 9 70 1本 30 5 5 5 0.1 3.7 0.3 2 0.5 2 0.5 0.7 5 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7 0.7	25 21.4 25(火) ごはん はっこうにゅう(アシドミ ポークカレー えだカレー えがんミックス 精白米 はっ酵乳(アシドミルク) 豚肉 玉ねがいも 人参東おろしにんにく カレールウイション 濃たねかしの カレールウインナー むきえいコーン またれコーン 後口しまり かまたおコーン ときたがより できたがより かんにく カレールウインナー がっただまめ ホータ ときたがな を 濃しまが なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン なたれコーン がったが かんで たったが かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで かんで	9 9 75 1本 30 30 30 0.15 9 9 7 1 1 1 0.2 0.3	25.2 17.7 26(水) コッペンシ ぎゅうにゅう ABのマカロてリやき とりにくのです。 はいに、ボデト いちった。 コッペン 普通・アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ アルフ	9 9 9 1コ 1本 5 15 25 25 10 5 4 0.3 0.02 50 3.5 1.2 0.9 0.3 0.5 0.05	26.9 21.7 27(木) 27(木) ではんぎゅうにゅう ではんぎゅうにゅう ではおりにゅう ではおりにゅう ではおりにゅう であえもの 精 中乳 豚肉腐場菜芋 スク参いと 着練見乳(加みで) はのでは、カインコー 人参糖には、カークカーリー 人参糖には、カークカーリー 人参糖には、カークルー 、カーののでは、カークルー 、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーののでは、カーのでは、	9 9 9 1本 15 10 5 20 10 5 5 5 2.5 0.1 10 2.5 10 10 5 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	25.2 21.7 28(金) ではんぎゅうにゅう タイピーエン れんこんのはこれのけんがし 精力 連中乳 豚肉豆菜 おもらい はっちい はっちい はっちい はっちい はっちい はっちい はっちい はっち	9 9 70 1本 30 7 35 30 20 0.04 2 1 1	26.5 22.5 22.5 22.5 22.5 22.5 27 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **

食育の日 ~ベトナム~

620





<パインミー>

お米で作られた平たい麺が入ったスープです。鶏肉や牛肉からだし をとっていて、あっさりとしています。ベトナムでは、最後にライム



ベトナム語で「パン」という意味で、フランスパンに具材をはさんで食 べます。



^{(きゅうしょく} | 給食では、コッペパンに好きなものをはさんで 、バインミーを作って食べよう!

今月の給食で使用している旬の食材

が にんじん はくさい かぶ、ごぼう、セロリ、チンゲン菜、人参、白菜、ブロッコリー、れんこん りんご、さつまいも、スマイルさつまいも、里芋、じゃがいも しいたけ、しめじ、マッシュルーム、さけ、さば、まぐろ、いか

○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。 ○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。 ○えび・かに・そば・弦花生は使用していません。

〇11月に使用するお米は、青森県でとれた「はれわたり」を使用しています。





毎日の献立をホームページやインスタグラムで見ることができます。



熊本県の料理



熊本県出身の石橋南小学校 内村教頭先生にインタビュー!

|質問1.好きな熊本県の郷土料理を教えてください。

21.4

はっこうにゅう(ジョア)

はるまき

精白米

玉ねぎ

人参 たけのこ

濃口しょうゆ

ガラスープ

食酢

片亜粉

なたね油

春巻き(50g)

ささみフレー

ホールコーン

濃口しょうゆ

きゅうり

人参 セロリ

食酢

砂糖

ごま油

トマトケチャップ

白菜

30

25

25

53

0.5

0.1

1.7

にくだんごのすぶたふう

きゅうりのちゅうかあえ

はっ酵乳(ジョア)

ぎゅうにゅう

ツナサラダ

精白米

普通牛乳

鶏肉 細切れ

かぶ 人参 ささがきごぼう

里芋

食塩

片栗粉

削り節

だし昆布

平つくね(40g)

冷凍大根おろし

淡口しょうゆ

片栗粉

まぐろ油漬

キャベツ

白すりごま

淡口しょうゆ

オリーブ油

スイートポテト(30g)

練りごま

食酢

食塩

人参

れんこん

淡口しょうゆ

35

スイートポテト

さといものすましじる

ひらつくねのおろしだれ

/ ほっし、いきなり団子、だご汁

「ジューシーみかん100」という200mLのパックジュースも給食でよく出ていました。ジューシーが でるときは、牛乳もあるので、飲み物を合わせて400mL飲む感じでした。

じつもん |質問2.タイピーエンの思い出はありますか?



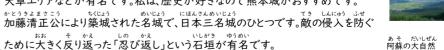
《まもと きゅうしょく た ちゅうかりょうりてん た 熊本では、給食で食べたり、中華料理店で食べたりしていました。具だくさんでチャンポンにも似て

くまもと きょうどりょうり し にほんじゅう た 熊本にいるときは、郷土料理だと知らず、日本中で食べられているものだと思っていました。

質問3.熊本県でおすすめの場所を教えてください。



たゅうい やまやま かこ だいしぜんひろ あ そ あお うみ かこ しまじま 周囲を山々に囲まれた大自然広がる阿蘇エリアや青い海に囲まれた島々からなる あまくさ ゆうめい わたし れきし す (まもとじょう) 天草エリアなどが有名です。私は、歴史が好きなので熊本城がおすすめです。 かとうきょまさこう ちくじょう めいじょう にほんさんめいじょう てき しんにゅう ふせ 加藤清正公により築城された名城で、日本三名城のひとつです。敵の侵入を防ぐ



とばせじま った ま はん とうふ いた びりんめしは戸馳島に伝わる混ぜご飯です。豆腐を炒めるときに「びりん、びりん」という音が聞こえることから「び なまえ 、くまもとけん むかし ぬまち おお はず おお そだ いま にほん ばん りんめし」という名前がつきました。また、熊本県は昔から沼地が多く、蓮が多く育っていました。今でも日本で6番