学校給食予定 佐賀市立北川副小学校

令 和 5年 度 6 月 学

◎ 食に関する指導目標 じょうぶな骨や歯をつくろう
◎ 給食指導目標 衛生に気をつけて食べよう

誕生おめでとう献立… 20日(火) 行事食…9日(金)「むし歯予防デー」

翟		※アレルギー表示	3 (水) えがお給食の日		 名		エネル ギーKca	, t.
1	献立名	①アレルギー物資表示7品目 ②本校の除去対応食品	おもにエネルギーとなる		<u>ロ</u> おもに体の調子を整える	調味料	献立	נס:
	米飯 牛乳 手作りハンパーグ	②本校の除去対応長品	ごはん	牛乳		赤ワイン1 トマトケチャッフ10 ウスター ソース0.5	635	<u>マージ</u>
'	手作りハンバーグ		油 米粉2 片栗粉2 三温糖0.1 油0.5	鶏ひき肉20 豚ひき肉30 大豆5 豆乳5	(冷)ソテーオニオン20 にんじん3 キャベツ20 もやし15 赤ピーマン5 ピーマン5		<u> </u>	
木	野菜ソテー 春雨汁 ※6年修学旅行	煮干し(だし用)	A 雨 5	油揚げ5	小松菜10 にんじん5 たまねぎ20 干しいたけ0.5	塩 こしよう 煮干し(だし用)3 薄口しょうゆ4 塩	みんた く食	など
2	コッペパン 牛乳	コッペパン(小麦・乳)	コッペパン	牛乳			621	2
_	鶏の照り焼き ゆでとうもろこし		三温糖1	鶏肉40	しょうが1 とうもろこし1/4ぽん	濃口しょうゆ2.5 みりん1 酒0.5 ∤右	<u> </u>	
金	野菜スープ ※6年修学旅行		じゃがいも20 油		キャベツ20 にんにく0.2 セロリ2 小松菜7 たまねぎ20 きくらげ1	重日によりや23 559の1 alu3 「血 がらスープチキン・ボーク5野菜プイヨン0.5 車口しょうゆ1.5塩	とうも 味	わお
5	ごはん 牛乳		ごはん	牛乳			574	2
Ŭ	ブルコギ(焼き肉) わかめスープ		三温糖0.1 油	豚肉45 赤だし用みそ2.5 干しわかめ0.8 豆腐25	にんにく0.3 しょうが0.2 りんごピューレ2 たまねぎ20 にんじん5 たけのこ水煮15 ねぎ5	薄口しょうゆ2 がらスープボーク&チキン5	<u> </u>	
Ħ	ナムル		油 三温糖0.3	十しイフ/パថ/)0.8 豆腐25	もやし30 ニラ10 にんじん3	^{虫華スープの素1塩 こしょう} 酢1 濃口しようゆ2 塩	えがま つい	
6	ごはん 牛乳		ごはん	牛乳			604	2
U	グリーンアスパラの揚げ物	* T. (181 PR)	片栗粉4 米粉4 油 三温糖1	鶏肉40	グリーンアスパラ8	濃口しょうゆ2 みりん1 塩 こしょう	004	
火	豆腐のみそ汁 細切り昆布の煮もの	煮干し(だし用)	三温糖1 油1	豆腐20 干しわかめ0.5 合わせみそ9 細切り昆布1.5 油揚げ8	たまねぎ20 つきこんにゃく20 むき枝豆5	煮干し(だし用)3 濃口しょうゆ15	グリー ラを!!	-ンア 味わる
7	コッペパン 牛乳	コッペパン(小麦・乳)		牛乳	フさこ/01と19/20 むさ秋立5	トマトケチャップ2 酒0.5		T.
/	白身魚の変わり揚げ	白身魚	米粉3 かたくり粉3 油	*	にんにく0.2 しょうが0.2	薄口しょうゆ1塩 こしょう	558	
水	小松菜と切干大根のサラダ	野菜いっぱい和風ドレッシング(小麦・かつお節エキス)	野菜いっぱい和風ドレッシング5	•	小松菜10 切干大根2 にんじん5 きゅうり20	塩 こしょう がらスープボーク&チキン5 薄ロしょうゆ2	骨やi する£	食べ
	わかめスープ ごはん 牛乳		油 ごはん	干しわかめ1 牛乳	たまねぎ20 にんじん5 ねぎ5	野菜ブイヨン0.5	つい	
8	鮭の塩焼き	———————————— 鮭	<u></u>	鮭40		塩 酒	510	2
木	みそ汁	煮干し(だし用)		豆腐20 合わせみそ9	にんじん5 ねぎ5 ごぼう5 だいこん20	煮干し(だし用)3 薄口しょうゆ4	和食	
''	きゅうりと海そうの酢の物	t % (1 + 51)	上白糖1	干わかめ0.5 海そうミックス0.2		酢1.5 塩 薄口しょうゆ0.5 昆布茶0.3 がらスープポーク&チキン5		う
9	減量ミルクパン 牛乳 ベーコンの和風スパゲティ	ミルクパン(小麦・乳) スパゲティ(小麦)	ミルクバン スパゲティミニ30 オリーブ油1	牛乳 ベーコン8	にんじん5 たまねぎ20 小松菜5 にんにく0.5 えのきだけ5	^{薄口しょうゆ3} 塩 こしょう 白ワイン1	602	2
<u>~</u>	ごぼうと枝豆のソテー				ごぼう20 コーン10 にんじん5 枝豆むき身10	薄口しょうゆ0.5塩こしょう	すいか	NI=-
È	すいか				すいか1/32こ			135°
2	給食はありません						_	_
7								
3	ごはん 牛乳		ごはん	牛乳	干しいたけ0.5こんにゃく10むき枝豆5		621	2
J	新じゃがいもと豚肉の煮もの	独立のない といましたか	じゃがいも50 三温糖2 油1	豚肉20 厚揚げ20	ごぼう15 にんじん10 たまねぎ40	みりん1 酒0.5 濃口しょうゆ5	ļ	
Y	納豆 三色野菜炒め	納豆のタレ(小麦・さば)	油	納豆1個	もやし30ホールコーン8ピーマン5		えがお	
_	シュガートースト 牛乳	食パン(小麦・乳)	食パン グラニュー糖5 オリーブ油4	上 牛乳	# PC30/N-/VJ-/J6L-4/J3	がらスープポーク&チキン5		Т
4	ミートボールのスープ	ミートボール(小麦)	じゃがいも30 油	(冷)ミートボール(6g)(牛・豚・鶏・大豆・パン粉)25	にんじん10 たまねぎ15	野菜ブイヨン1 塩 洋こしょう	571	2
k				大豆水煮5	粉パセリ0.01 にんにく0.2		野菜の	栄養 知ろ
	キャベツとさき身のソテー かしわごはん 牛乳		オリーブ油2.5 ごはん	<u>ささ身8</u> 牛乳	<u>キャベツ20 コーン5 枝豆10 にんじん5</u> にんじん5 ごぼう5 たけのこ水煮5	薄口しょうゆ0.5こしょう		741-2
5	かられたはんの一十年		上白糖1	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	干しいたけ0.5	出し昆布0.5	606	2
-	豚肉と厚揚げの煮もの		三温糖1	•	むき枝豆5	みりん1 酒1 濃口しょうゆ2		の栄
_	清汁 アセロラゼリー	かまぼこ	アセロラゼリー40g(果糖ぶどう糖液糖・加工でん粉)	かまぼこ7	にんじんち 小松菜10 えのき茸5/アセロラゼリー福種・鉄(アセロラ・りんご)	薄ロしょうゆ3 濃ロしょうゆ1 だし汁(昆 布)	つい	て知
6	ミルクパン 牛乳 白身魚のマヨネーズ焼き	ミルクパン(小麦・乳)		牛乳		<u> </u>	598	2
	カレーポトフ	白身魚	卵ぬきマヨネーズ10 じゃがいも30 油	白身魚(40)1切れ ベーコン5 大豆水煮15	にんじん5 たまねぎ20 キャベツ20 パセリ0.02	塩こしょう 白ワイン1	野菜の	ው የ ሃ
Ē	730 7117		Семе 030 /Щ	へ コン5 人並水魚15	だいこん20	がらスープポーク&チキン5 野菜ブイヨン0.5	お来り	
9	麦ごはん 牛乳		麦ごはん / カレールウ7		にんじん10 たまねぎ40 むき枝豆5	野菜ブイヨン0.5 こしょう0.02	606	2
·	まめまめカレー	カレールウ(小麦・乳)	じゃがいも20 カレールウ6油0.5	**************************************	にんにく0.5 しょうが0.5 りんごピューレ3		-	ľ
7	和風サラダ		オリーブ油2	わかめ0.5	きゅうり20 もやし20 にんじん3	塩 食酢1.5 濃口しょうゆ2	豆を1	食′
	五目ごはん 牛乳		ごはん	牛乳 / 鶏肉15	ごぼう5 にんじん5 干しいたけ0.3		500	T.
0			油1 三温糖1		さやいんげん3 つきこんにゃく10	濃口しょうゆ2 酒0.5 みりん1	589	
ŀ	わかめうどん	うどん(小麦) 煮干し(だし用)	うどん麺(ゆで)60	油あげ5 干わかめ1	にんじん5 たまねぎ20 ねぎ5	薄ロしょうゆ4酒0.5みりん1煮干し(だし用)3	6月生 友だち	きを
_	佐賀みかんゼリー ※4年生簡易給食 コッペパン りんごジュース		佐賀みかんゼリー(異性化液糖、水飴) コッペパン りんごジュース	冷凍コッペパン りんごジュース			L	ょ
定	スイートポテト	/ / / / / / / / / / / / / / / / / / /	さつまいも 米粉	さつまいも 米粉	豆乳 大豆たんぱく			
	佐賀みかんゼリー	A. & / · + = :	佐賀みかんゼリー(異性化液糖、水飴)	佐賀みかんゼリー(異性化液糖、水飴)		佐賀みかんゼリー(みかん果肉、果汁)	ļ	1
1	食パン 牛乳 かぽちゃとペーコンのチーズ焼き	食パン(小麦・乳) チーズ(乳)	油	牛乳 ベーコンラーシュレッドチーズ15	かぼちゃ30 ソテーオニオン20 トマトピューレ5 ホールコーン5 粉パセリ0.01	塩 こしょう トマトケチャップ12	599	
	キャベツたっぷりのスープ	テース(孔)		豚肉10	ホールコーン5 枌ハセリ0.01 にんじん5 たまねぎ15 キャベツ30しめじ5	野菜ブイヨン1 塩 こしょう 白ワイン0.5	ハッヒ	و_
(りんごジャム	<u> </u>	りんごジャム(水あめ・さとう)		りんごジャム(りんご)	がらスープボーク&チキン5 薄口しょうゆ1	じんさ	
_	ごはん 牛乳 うま煮		ごはん	牛乳	こんにゃく20 さやいんげん5	濃口しょうゆ6	562	T
2		 	じゃがいも50 三温糖2 素面2 三温糖1	豚肉15 生揚げ20	にんじんち たまねぎ40	酒0.5	ļ	
2	春雨の和えもの せん茶ふりかけ	 	春雨3 三温糖1 三温糖0.2	油揚げ3 刻みのり2.5 ゆかり0.6	にんじん3 きゅうり20 きくらげ0.5 煎茶0.5	BF1.3 海口しよつゆ2 塩	お茶の	
2			コッペパン	4乳	R(米)0.5 にんじん5 たまねぎ20 きくらげ1 ピーマン10	がらスープポーク&チキン5		T
	減量コッペパン 牛乳	コッペパン(小麦・乳)				ウスターソース2 うすくちしょうゆ1 しお	650	
:	焼きビーフン	コッペパン(小麦・乳)	ビーフン20 油	豚肉20	キャベツ30 もやし10 にんにく0.3	7-1-4-4	1 4.4	٠. ـ
3	焼きビーフン きゅうりのレチン漬け	コッペパン(小麦・乳)		豚肉20		薄口しょうゆ2 塩	かもつい	
3	焼きビーフン きゅうりのレモン漬け ごけん。 生到	コッペパン(小麦・乳)	ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖O.3			7-1-4-4	つ	け。
3	焼きビーフン きゅうりのレモン漬け ごけん。 生到	コッペパン(小麦・乳)	ビーフン20 油	豚肉20 牛乳 豚肉45		7-1-4-4		け。
3	焼きビーフン きゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁	コッペパン(小麦・乳)	ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖0.3 ごはん	牛乳	きゅうり33 セロリ3 レモン果汁1	薄ロしょうゆ2 塩	つ(598	け。
3	焼きビーフン きゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮		ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖0.3 ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖0.5	牛乳 豚肉45 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5	きゆうり33 セロリ3 レモン果汁1 しょうが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼちゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5	薄口しょうゆ2 塩 みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん 濃口しょうゆ15 塩	つ	け。
3	焼きビーフン きゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮 ごはん 牛乳		ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖O.3 ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖O.5	牛乳 豚肉45 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5 牛乳	きゅうり33 セロリ3 レモン果汁1 しょうが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼちゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5 トマトジュース10	薄口しょうゆ2 塩 みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん 温口しょうゆ15 塩 赤ワイン1 ウスターソース1.5	つ(598	けっ
3	焼きビーフン きゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮		ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖0.3 ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖0.5	牛乳 豚肉45 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5	きゅうり33 セロリ3 レモン果汁1 しょうが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼちゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5 トマトジュース10 みかんジュース10 キャベツ35 ビーマン5 にんじん5	薄口しょうゆ2 塩 みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん 濃口しょうゆ15 塩	うり 598 よくかん 554	け。 しで:
3	焼きビーフン きゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮 ごはん 牛乳 鶏手羽元のパーベキューソース キャベッとビーマンの炒めもの けんちん汁		ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖0.3 ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖0.5 ごはん	牛乳 豚肉45 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5 牛乳	きゅうり33 セロリ3 レモン果汁1 しょうが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼ5ゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5 トマトジュース10 みかんジュース10	薄口しょうゆ2 塩 みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん1 濃口しょうゆ15 塩 赤ワイン1 ウスターソース1.5 濃口しょうゆ1.5 こしょう	つ1 · 598 · よくかん	かって
3	焼きビーフンきゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮 ごはん 牛乳 鶏手羽元のパーベキューソース キャベッとビーマンの炒めもの けんちん汁 減量コッペパン 牛乳	煮干し(だし用)	ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖0.3 ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖0.5 ごはん はちみつ1 油 油	年乳 豚肉45 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5 牛乳 鶏手羽元1本 豆腐20 昆布粉0.01 牛乳 / 豚肉15	きゆうり33 セロリ3 レモン果汁1 しようが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼちゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5 トマトジュース10 みかんジュース10 キャベツ35 ビーマン5 にんじん5 にんじん5だいこん 15こんにゃく10ごぼう10ねぎきぞく	薄口しょうゆ2 塩 みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん1 濃口しょうゆ15 塩 赤ワイン1 ウスターソース1.5 濃口しょうゆ1.5 こしょう 塩 こしょう 薄口しょうゆ3直口ょうゆ1煮干し(だし用)3 ウスターソース10	つ1 598 よくかん 554 手作りい	かって
3 2 6 7 8	焼きビーフン きゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮 ごはん 牛乳 鶏手羽元のパーベキューソース キャベッとピーマンの炒めもの けんちん汁 減量コッペパン 牛乳 ソース焼きそば	煮干し(だし用)	ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖0.3 ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖0.5 ごはん はちみつ1 油 油 コッペパン スパゲティミニ30 油	牛乳 豚肉45 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5 牛乳 鶏手羽元1本 豆腐20 昆布粉0.01 牛乳 / 豚肉15 青のり0.3	きゆうり33 セロリ3 レモン果汁1 しょうが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼちゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5 トマトジュース10 みかんジュース10 キャベツ35 ピーマン5 にんじん5 にんじん5だいこん 15こんにゃく10ごぼう10ねぎきぞく むげ1 にんじん5 たまねぎ20 キャベツ20 ねぎ5	薄口しょうゆ2 塩 みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん1 連口しょうゆ1.5 塩 赤ワイン1 ウスターソース1.5 濃口しょうゆ1.5 こしょう 塩 こしょう 埋こしょう pコしょうゆ3連口しょうゆ1ま干し(だし用)3	つり 598 よくかん 554 手作りい 644	かってき
3 E 6 1 7 8	焼きビーフンきゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮 ごはん 牛乳 鶏手羽元のパーベキューソース キャベッとビーマンの炒めもの けんちん汁 減量コッペパン 牛乳	煮干し(だし用)	ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖0.3 ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖0.5 ごはん はちみつ1 油 油	牛乳 豚肉45 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5 牛乳 鶏手羽元1本 豆腐20 昆布粉0.01 牛乳 / 豚肉15 青のり0.3	きゆうり33 セロリ3 レモン果汁1 しようが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼちゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5 トマトジュース10 みかんジュース10 キャベツ35 ビーマン5 にんじん5 にんじん5だいこん 15こんにゃく10ごぼう10ねぎきぞく	薄口しょうゆ2 塩 みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん1 濃口しょうゆ15 塩 赤ワイン1 ウスターソース1.5 濃口しょうゆ1.5 こしょう 塩 こしょう 薄口しょうゆ3直口ょうゆ1煮干し(だし用)3 ウスターソース10	598 よくかん 554 手作りい 644 楽しい9	け の の の の の の の の の の の の の
3 2 6 7 8	焼きビーフン きゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮 ごはん 牛乳 鶏手羽元のパーベキューソース キャベッとピーマンの炒めもの けんちん汁 減量コッペパン 牛乳 ソース焼きそば	煮干し(だし用)	ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖0.3 ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖0.5 ごはん はちみつ1 油 油 コッペパン スパゲティミニ30 油	牛乳 豚肉45 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5 牛乳 鶏手羽元1本 豆腐20 昆布粉0.01 牛乳 / 豚肉15 青のり0.3	きゆうり33 セロリ3 レモン果汁1 しょうが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼちゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5 トマトジュース10 みかんジュース10 キャベツ35 ピーマン5 にんじん5 にんじん5だいこん 15こんにゃく10ごぼう10ねぎきぞく むげ1 にんじん5 たまねぎ20 キャベツ20 ねぎ5	薄口しょうゆ2 塩 みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん1 濃口しょうゆ15 塩 赤ワイン1 ウスターソース1.5 濃口しょうゆ1.5 こしょう 塩 こしょう 薄口しょうゆ3直口ょうゆ1煮干し(だし用)3 ウスターソース10	つり 598 よくかん 554 手作りつい 644 楽しい。	け。 ので のな のな のな のな
3 2 6 7 8	焼きビーフンきゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮 ごはん 牛乳 鶏手羽元のパーベキューソース キャベッとビーマンの炒めものけんちん汁 減量コッペパン 牛乳 ソース焼きそば ささみとわかめのサラダ ごはん 牛乳 白身魚のいそべ揚げ	煮干し(だし用)	ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖0.3 ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖0.5 : ごはん はちみつ1 油 油 コッペパン スパゲティミニ30 油 野菜いっぱい和風ドレッシング5 ごはん 油 片栗粉3 米粉3	牛乳 豚肉45 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5 牛乳 鶏手羽元1本 豆腐20 昆布粉0.01 牛乳 / 豚肉15 青のり0.3 ささみ5 わかめ1	きゆうり33 セロリ3 レモン果汁1 しょうが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼちゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5 トマトジュース10 みかんジュース10 キャベツ35 ピーマン5 にんじん5 にんじん5だいこん 15こんにゃく10ごぼう10ねぎきぞく むげ1 にんじん5 たまねぎ20 キャベツ20 ねぎ5	薄口しょうゆ2 塩 みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん1 濃口しょうゆ15 塩 赤ワイン1 ウスターソース1.5 濃口しょうゆ1.5 こしょう 塩 こしょう 薄口しょうゆ3直口ょうゆ1煮干し(だし用)3 ウスターソース10	598 よくかん 554 手作りい 644 楽しい9	け。 ので のな のな のな のな
13 全 16 17 18	焼きビーフンきゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮 ごはん 牛乳 鶏手羽元のパーベキューソース キャベッとピーマンの炒めものけんちん汁 減量コッペパン 牛乳 ソース焼きそば ささみとわかめのサラダ ごはん 牛乳 白身魚のいそべ揚げ 切干大根の和え物	煮干し(だし用) 煮干し(だし用) 煮干し(だし用) コッペパン(小麦・乳) スパゲティ(小麦) 用料いはい場際にいっかが成まったの用ままれ)	ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖0.3 ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖0.5 ごはん はちみつ1 油 コッペパン スパゲティミニ30 油 野菜いっぱい和風ドレッシング5 ごはん 油 片栗粉3 米粉3 三温糖0.5	中乳 豚肉45 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5 牛乳 鶏手羽元1本 豆腐20 昆布粉0.01 牛乳 / 豚肉15 青のり0.3 ささみ5 わかめ1 牛乳 白身魚40 青のり0.3	きゆうり33 セロリ3 レモン果汁1 しようが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼちゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5 トマトジュース10 みかんジュース10 キャベツ35 ビーマン5 にんじん5 にんじん5になん15にんじゃく10ごぼう10ねぎらさくが打 にんじん5 たまねぎ20 キャベツ20 ねぎ5 もやし15 赤ビーマン5 新たまねぎ10 きゅうり20	薄口しょうゆ2 塩 みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん1 濃口しょうゆ15 塩 赤ワイン1 ウスターソース1.5 濃口しょうゆ1.5 こしょう 塩 こしょう プスターソース10 トマトケチャップ1 濡口しょうゆ1 中華ネーズの素0.5	つけ ・598 よくかんん 554 手作りりつい 644 楽しいうう ・584 はしを	けるのでは、このの大気が、このの大気が、このの大気が、このの大気が、このの大気が、このの大気が、このの大気が、このでは、このでは、このでは、このでは、このでは、このでは、このでは、このでは
ト 3 全 16 17 と 18	焼きビーフンきゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮 ごはん 牛乳 鶏手羽元のパーベキューソース キャベッとピーマンの炒めもの けんちん汁 減量コッペパン 牛乳 ソース焼きそば ささみとわかめのサラダ ごはん 牛乳 白身魚のいそべ揚げ 切干大根の和え物 新じゃがいものみそ汁	煮干し(だし用) 煮干し(だし用) コッペパン(小麦・乳) スパゲティ(小麦) 用型いる近小原型レジング(小麦・ウルド車ストス) 白身魚 煮干し(だし用)	ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖0.3 ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖0.5 ごはん はちみつ1 油 油 コッペパン スパゲティミニ30 油 野菜いっぱい和風ドレッシング5 ごはん 油 片栗粉3 米粉3 三温糖0.5	牛乳 豚肉45 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5 牛乳 鶏手羽元1本 豆腐20 昆布粉0.01 牛乳 / 豚肉15 青のり0.3 ささみ5 わかめ1 牛乳 白身魚40 青のり0.3 豆腐20 油揚げ5 合わせみそ9	きゆうり33 セロリ3 レモン果汁1 しようが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼちゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5 トマトジュース10 みかんジュース10 キャベツ35 ビーマン5 にんじん5 にんじん5 たまねぎ20 キャベツ20 ねぎ5 もやし15 素ピーマン5 新たまねぎ10 きゅうり20 切干大根3 にんじん5 きゅうり27 だいこん20 にんじん5	薄口しょうゆ2 塩 みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん1 濃口しょうゆ15 塩 赤ワイン1 ウスターソース1.5 濃口しょうゆ1.5 こしょう 塩 こしょう 増工しょうゆ3回しょうゆ1煮干し(だし用)3 ウスターソース10 トマトケチャップ1 濃口しょうゆ1 中 素スープの素0.5. 塩 酒 オールスパイス 薄口しょうゆ2 煮干(だし用)3	つけ ・598 よくかんん 554 手作りりつい 644 楽しいうう ・584 はしを	けっていては、カンカーのアカーのアカーのアカーのアカーのアカーのアカーのアカーのアカーのアカーのア
3 2 6 1 7 4 8 4 9 1 0	焼きビーフンきゅうりのレモン漬け ごはん 牛乳 豚肉のしょうが焼き かぼちゃのみそ汁 ごぼうとひじきの炒り煮 ごはん 牛乳 鶏手羽元のパーベキューソース キャベッとピーマンの炒めものけんちん汁 減量コッペパン 牛乳 ソース焼きそば ささみとわかめのサラダ ごはん 牛乳 白身魚のいそべ揚げ 切干大根の和え物	煮干し(だし用) 煮干し(だし用) コッペパン(小麦・乳) スパゲティ(小麦) 用品いはい場所にからが何点・から削削に入入	ビーフン20 油 オリーブ油2 上白糖0.3 ごはん 三温糖0.5 油 油 三温糖0.5 ごはん はちみつ1 油 コッペパン スパゲティミニ30 油 野菜いっぱい和風ドレッシング5 ごはん 油 片栗粉3 米粉3 三温糖0.5	牛乳 豚肉45 干わかめ0.2 合わせみそ9 大豆水煮10 ひじき1 油揚げ5 牛乳 鶏手羽元1本 豆腐20 昆布粉0.01 牛乳 / 豚肉15 青のり0.3 ささみ5 わかめ1 牛乳 白身魚40 青のり0.3 豆腐20 油揚げ5 合わせみそ9 牛乳	きゆうり33 セロリ3 レモン果汁1 しようが0.8 にんじん5 たまねぎ20 かぼちゃ20 ねぎ5 にんじん5 ごぼう10 さやいんげん5 トマトジュース10 みかんジュース10 キャベツ35 ビーマン5 にんじん5 にんじん5になん15にんじゃく10ごぼう10ねぎらさくが打 にんじん5 たまねぎ20 キャベツ20 ねぎ5 もやし15 赤ビーマン5 新たまねぎ10 きゅうり20	薄口しょうゆ2 塩 みりん 酒 濃口しょうゆ2 煮干し(だし用)3 みりん1 濃口しょうゆ15 塩 赤ワイン1 ウスターソース1.5 濃口しょうゆ1.5 こしょう 塩 こしょう 増工しょうゆ3 濃口しょうゆ1 申載スープの素0.5 塩 酒 オールスパイス 薄口しょうゆ2 煮干(だし用)3	つけ ・598 よくかんん 554 手作りりつい 644 楽しいうう ・584 はしを	けっぱりのでしょう。

^{*}しょうゆ(濃口・薄口)、食酢、中華ス一プの素は、小麦を含みます。 *ウインナー、ハム、ベーコン、焼き豚は、乳・卵を含んでいないものを使用しています。