かには合うにより

月	火	水	木	金
		1日	2日	3日
		メンチカツ特製ソース	豚肉の生姜焼きすりりんごだれ	若鶏のから揚げレモン添え
		ウインナーと野菜のグリル	豆腐ハンバーグ	じゃがいものそぼろ煮
		かぼちゃのペンネ	さつまいものレモン煮	小松菜と人参のツナマヨ
		ごはん(ゆかりふりかけ)	ごはん(ゆかりふりかけ)	ごはん(ゆかりふりかけ)
6日	7日	8日	9日	10日
塩麴つくね	照り焼きハンバーグ	焼きそば	白身魚と彩り野菜の甘酢あん	お子様チキンカレー
関東煮	ほうれん草とツナの和風ペンネ	肉じゃがコロッケ	麻婆豆腐	ごろごろ野菜のポテトサラダ
きゅうりともやしのナムル	ポテトサラダ	トマトときゅうりのサラダ	マカロニツナサラダ	マンゴーゼリー
なすと油揚げのお味噌汁	小松菜とえのきのお味噌汁	豚汁	わかめとねぎの中華スープ	ごはん
ごはん	ごはん	ゆかりおにぎり	ごはん	
13日	14日	15日	16日	17日
スポーツの日	鶏肉と野菜のケイチャン焼き	ポークソテーソテーオニオンソース	ささみフライデミグラスソース	ホットドッグ&チキンナゲット
	牛すじと大根の煮物	8品目の野菜サラダ	ジャーマンポテト	トマトとツナのスパゲティ
	人参とツナのサラダ	じゃがいもとほうれん草のクリーム煮	キャベツと人参の塩麴コールスロー	フライドポテト
	さつまいもと小松菜のお味噌汁	厚揚げとえのきのお味噌汁	豆腐とわかめの味噌汁	ブドウジュース
	ごはん	ごはん	ごはん	ドッグパン
20日	21日	22日	23日	24日
スポフェス代休日	野菜たっぷり肉うどん	若鶏と国産大豆のバジル煮込み	白身魚の味噌マヨ焼き	チキンカツトマトソース
	からあげ	ほうれん草とツナのペンネ	肉じゃが	じゃがいもの五目カレー炒め
	きゅうりとツナのサラダ	キャベツとりんごのマリネ	春雨の甘酢サラダ	人参のオレンジマリネ
	ソフト麺	じゃがいもとわかめのお味噌汁	キャベツと油揚げのお味噌汁	コーンスープ
		ごはん	ごはん	米粉入りパン(いちごジャム)
27日	28日	29日	30⊟	31日
照り焼きチキン	豚肉と玉ねぎの豚丼風炒め	チキンとほうれん草のグラタン	味噌ヒレカツ	ハッシュドビーフ
大根と厚揚げの煮物	さつまいもとブロッコリーのサラダ	コーンコロッケ	ごろごろ野菜のスパゲティサラダ	蒸し野菜のサラダ
かぼちゃとさつまいものサラダ	もやしときゅうりのナムル	かぼちゃのペンネ	れんこんとちくわのきんぴら	豆乳ココアケーキ
じゃがいもと玉ねぎのお味噌汁	厚揚げと大根のお味噌汁	ミネストローネ	具だくさんのお味噌汁	コーンライス
ごはん	ごはん	さつまいもパン	ごはん	

献立表

				-		
В	献立名	アレルギー	赤の仲間	黄の仲間	緑の仲間	Iネルギー たんぱく質
	HV77-40	マーク	血や肉になる	熱や力の元になる	体の調子を整える	脂質 含物和光素
	メンチカツ(特製ソース)		 牛肉 豚肉 木綿豆腐 豆乳	パン粉 薄力粉 ごま 油	たまねぎ れんこん にんじん キャベツ	食塩相当量 719 kcal
1	ワインナーと野菜のクリル かぼちゃのペンネ	華華	ウインナー 豆乳	じゃがいも オリーブ油 マカロニ オリーブ油 ごま	スッキーニ 赤ビーマン かぼちゃ たまねぎ かほちゃ	22.3 g 28.3 g
水	ごはん(ゆかりふりかけ)	000		 		2.7 g
	豚肉の生姜焼きすりりんごだれ		豚肉	油砂糖片栗粉	たまねぎ しょうが りんご キャベツ	719 kcal
2	 豆腐ハンバーグ			ながいも 片栗粉 油	赤ピーマン 黄ピーマン しいたけ ねぎ しょうか えたまめ れんこん	24.2.6
木	さつまいものレモン煮		小柿立胸 病内 ひしさ	さつまいも 砂糖	にんじん ごぼう レモン	24.2 g 27.8 g
	ごはん(ゆかりふりかけ)			*		2.4 g
_	右鶏のから揚けレモン添え じゃがいものそほろ煮		寒肉 寒肉	砂糖 米粉 片栗粉 油 じゃがいも 砂糖 片栗粉 油 ごま油	しょうが レモン こまつな しょうが	710 kcal 20.9 g
3 金	小松采と人参のツナマヨ	000	対 ツナフレーク	ひとがいじ 砂幅 月末初 畑 こよ畑	こまつな にんじん	29.2 g
	こはん(ゆかりふりかけ)			本		2.7 g
6	塩麹つくね 関東煮		寒肉 木綿豆腐 厚揚げ こんぶ	こま 塩麹 片栗粉 油 ちくわ こんにゃく ごま油 ごま 砂糖	れんこん しそ しょうが にんにく キャベツ だいこん	709 kcal 28.3 g
月	きゅうりともやしのナムル なすと油揚けのお味噌汁	000	油揚げ みそ	ごま油 ごま 砂糖	もやし きゅうり なす	27.4 g 2.8 g
	こはん 照り焼きハンバーグ		牛肉 豚肉 木綿豆腐		たまねぎ かほちゃ にんじん	706 kcal
7	ほうれん草とツナの相風ベンネ ホテトサラタ	華華	ツナフレーク 八ム	マカロニ オリーフ油 じゃかいも 砂糖	にんじん ほうれんそう きゅうり にんじん レモン	24.1 g 24.8 g
火	小松菜とえのきのお味噌汁 こはん	4.4	みそ	 米	こまつな えのき	2.9 g
8	焼きそは 肉じゃがコロッケ(特製ソース)			焼きそば麺 じゃがいも 油 砂糖 薄力粉 バン粉	キャベツ にんじん 青ビーマン たまねぎ にんじん	727 kcal 23.3 g
水	トマトときゅうりのサラダ 豚汁	新報		びたがいも 温 砂棉 海が初 バン初 砂糖 じゃがいも こんにゃく	トマト きゅうり たまねぎ レモン だいこん にんじん ごぼう ねぎ	17.4 g 2.8 g
	ゆかりおにぎり		/山次(V) /小神立肉 Vパで	************************************		2.0 g
9	白身魚と彩り野菜の甘酢あん	000	かれい	油 片栗粉 砂糖	しょうが たけのこ たまねぎ にんじん 赤ピーマン 黄ピーマン	715 kcal
木	麻婆豆腐 マカロニツナサラダ		木綿豆腐 豚肉 みそ ツナフレーク	砂糖 油 ごま油 片栗粉 マカロニ 砂糖	しょうが にんにく ねぎ えだまめ にんじん きゅうり レモン	24.1 g 25.4 g
	マカロニツナサラダ わかめとねきの中華スーフ こはん	耕	אמל א	】 	ਹਿਣ	2.6 g
10	お子様チキンカレー ころころ野菜のホテトサラタ		寒肉 豆乳 ハム	じゃがいも 油 チャツネ 米粉 砂糖 しゃかいも 砂糖	にんじん たまねぎ にんにく しょうが きゅうり にんじん 赤たまねぎ コーン レモン	707 kcal 17.9 g
金	マンコーセリーごはん		アガー	砂糖 米	マンゴー レモン	25.2 g 2.2 g
14	鶏肉と野菜のケイチャン焼き 牛すじと大根の煮物		鶏肉 みそ 年ずじ こんぶ	じゃがいも 砂糖 油砂糖	たまねぎ キャベツ 黄ピーマン 赤ピーマン たいこん にんじん こまつな	711 kcal 34.5 g
火	人参とツナのサラタ		ツナフレーク	和風ドレッシング	にんじん たまねぎ	20.7 g
	さつまいもと小松菜のお味噌汁 こはん		みそ	さつまいも 米	こまつな	2.9 g
45	ポークソテーソテーオニオンソース		豚肉	オリーブ油 油 片栗粉	かほちゃ なす 赤ビーマン たまねき にんにく キャベツ	706 kcal
15 水	8品目の野菜サラダ じゃがいもとほうれん草のクリーム煮		ハム ベーコン 豆乳	砂糖 じゃがいも 油 米粉	コーン にんじん きゅうり トマト キャベツ ほうれんそう	25.9 g 28.6 g
	厚揚げとえのきのお味噌汁 ごはん		厚揚げ みそ	 米	えのき	2.8 g ¯
16	ささみフライテミクラスソース ジャーマンボテト		関肉 ベーコン	薄力粉 バン粉 油 オリーブ油 砂糖 じゃがいも オリーブ油	たまねぎ トマト たまねぎ コーン 赤ビーマン 青ビーマン	707 kcal 29.7 g
木	キャベツと人参の塩麴コールスロー 豆腐とわかめの味噌汁	兼報	木綿豆腐 わかめ みそ	塩麹・砂糖・オリーブ油	キャベツ にんじん たまねぎ	21.1 g 2.4 g
	ごはん			*	キャベツ たまねき にんにく 青ビーマントマ	
17	ホットドッグ&チキンナゲット		ウインナー ベーコン 鶏肉 木綿豆腐	油砂糖片栗粉	k	976 kcal
金	トマトとツナのスパゲティ フライドホテト	華華	ツナフレーク	スパゲッティ オリーブ油 砂糖 フライドボテト 油	トマト にんにく たまねぎ とうがらし	35.0 g 39.6 g
	ブドウジュース ドッグバン			米粉 薄力粉	ぶどうジュース	2.9 g
	野菜たっぷり肉うどん	000	豚肉		はくさい たまねぎ にんじん ぶなしめじ こまつな ねぎ しょうが	706 kcal
21 火	若鶏のからあげ きゅうりとツナのサラタ		鶏肉 ツナフレーク	砂糖 米粉 片栗粉 油 ごま油 砂糖	しょうが レモン きゅうり	20.1 g 30.1 g
	ソフト麺	兼報		ソフト麵	C-9-2-2	2.8 g
22	若鶏と国産大豆のハジル煮込み ほうれん角とツナのベンス		 実肉 大豆	油砂糖 片架粉	たまねき フロッコリー	703 kcal
22 7k	ほうれん草とツナのベンネ キャベツとりんごのマリネ	新東	ツナフレーク	マカロニ オリーブ油 砂糖 オリーブ油	にんじん ほうれんそう キャベツ りんご レモン	26.8 g 25.7 g
<i>'</i> '	じゃがいもとわかめのお味噌汁こはん		わかめ みそ	じゃがいも 米 		2.8 g
23	白身魚の味噌マヨ焼き 肉じゃが	. –	かれい みそ 豚肉	砂糖 こんにゃく じゃがいも 砂糖 油 ごま油	しょうが キャベツ たまねぎ にんじん こまつな	702 kcal 25.4 g
			III &		きゅうり にんじん 赤ビーマン	22.9 g
木	春雨の甘酢サラタ キャベツと油揚げのお味噌汁	0000	八ム 油揚げ みそ	はるさめ 砂糖 ごま油	キャベツ	2.9 g
	春雨の日酢サフタ キャベツと油揚けのお味噌汁 こはん	0000	油揚げがそ	*		2.9 g
	春雨の日酢サラタ キャベツと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース		油揚げ みそ	米 薄力粉 パン粉 油 砂糖	キャベツ たまねき マッシュルーム 有ビーマン トマト レモン	2.9 g 713 kcal
木	春雨の日酢サラタ キャベツと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいもの五目カレー炒め 人参のオレンジマリネ		油揚げがそ	*	キャベツ たまねき マッシュルーム 青ピーマン トマト レモン にんじん ごほう にんじん みかん オレンジジュース レモン	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g
本 24	春雨の日酢サラタ キャベツと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいもの五目カレー炒め 入参のオレンジマリネ コーンスーフ 来防人ワハン(いちこシャム)		油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんげん	米 薄力粉 バン粉 油 砂糖 じゃがいも こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーフ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム	キャベツ たまねき マッシュルーム 肯ピーマン トマト レモン にんじん ごほう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g
木 24 金	香雨の日酢サラダ キャベツと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいもの五目カレー炒め 入参のオレンシマリネ コーンスープ 米防人りパン(いちこシャム) 照り焼きチキン 天根と厚揚げの煮物		油揚げ みそ	来 薄力粉 バン粉 油 砂糖 じゃがいち こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーブ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖	キャベツ たまねき マッシュルーム 青ピーマン トマト レモン にんじん ごほう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン かほちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ たいごん にんしん ごまつな	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g 705 kcal 28.4 g
木 24 金	春雨の日酢サラダ キャベツと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいもの五目カレー炒め 人参のオレンジマリネ コーンスープ 来放入りバンだいちこシャム) 際り焼きチェン 大根と厚揚げの煮物 かはちゃとさつまいものサラダ じゃがいもと玉ねぎのお味噌汁		油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉	来 薄力粉 パン粉 油 砂糖 しゃかいも こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーフ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖 じゃかいも 砂糖 しゃがいも	キャベツ たまねき マッシュルーム 青ピーマン トマト レモン にんじん ごぼう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン かほちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g
木 24 金 27	春雨の日酢サラダ キャベッと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいものカロカレー炒め 人参のオレンシマリネ コーンスープ 来放入りハンしいちごシャム) 際り焼きチャン 大根と厚揚げの煮物 かはちゃとさつまいものサラダ しゃかいもと玉ねきのお味噌汁 ごはん 豚肉となるなの豚丼風炒め		油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 下頭け ごんぶ	米 薄力粉 バン粉 油 砂糖 しゃがいも こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーブ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖 さつまいも 砂糖 しゃがいも 米	キャベツ たまねき マッシュルーム 肯ピーマン トマト レモン にんじん ごぼう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン かぼちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ たいごん にんしん こまつな かほちき	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g 705 kcal 28.4 g 29.2 g 2.8 g 706 kcal
木 24 金 27 月	音雨の日酢サラダ キャベッと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しやかいもの五目カレー炒め 入参のオレンシマリネ コーンスーノ 来防入りハン(いちこジャム) 腰り焼きチキン 天根と厚揚げの煮物 かはちゃとさつまいものサラダ しゃがいもと玉ねぎのお味噌汁 ごはん 豚肉を玉ねぎの豚丼風炒め さつまいもとブロッコリーのサラダ もやしときゅうりのナカレ		油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんけん 鶏肉 下揚げ こんぶ みそ	米 薄力粉 バン粉 油 砂糖 じゃがいも こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーブ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖 ごつまいも 砂糖 じゃがいも	キャベツ たまねき マッシュルーム 肯ピーマン トマト レモン にんじん ごぼう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン がほちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ だいごん にんしん ごまつな がほちゃ たまねき あさつき プロッコリー レモン もやし きゅうり	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g 705 kcal 28.4 g 29.2 g 2.8 g
木 24 金 27 月	香雨の日酢サラダ キャベツと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいもの五目カレー炒め 入参のオレンジマリネ コーンスープ 米が入りハン(いちこシャム) 照り焼きチキシ 天根と厚揚げの煮物 かはちゃとさつまねきのお味噌汁 ごはん 豚肉と玉ねきの豚丼風炒め きつまいもとブロッコリーのサラダ	3446- 4446-	油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 厚揚げ こんぷ みそ	米 薄力粉 バン粉 油 砂糖 じゃかいも こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーブ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖 さつまいも 砂糖 じゃがいも 米 砂糖 さつまいも 砂糖	キャベツ たまねき マッシュルーム 青ピーマン トマト レモン にんじん ごぼう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン かぼちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ たいこん にんしん ごまつな	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g 705 kcal 28.4 g 29.2 g 2.8 g 706 kcal 25.1 g 29.5 g 2.7 g
木 24 金 27 月 28 火	春雨の日酢サラダ キャベッと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいものカロカレー炒め 人参のオレンジマリネ コーンスープ 来放入りバン(いちこシャム) 際り焼きキン 大根と厚揚げの煮物 かはちゃとさつまいものサラダ しゃがいもと玉ねきのが麻噌汁 こはん 豚肉とおねきの豚丼風炒め さつまいもとプロッコリーのサラダ きやしときゅうりのテムル 厚揚げと大根のお味噌汁 ごはん 野揚げと大根のお味噌汁 ごはん 野揚げと大根のお味噌汁 ごはん デモンとはっれん草のクラダン	3882-	油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 下豆 いんがん 海肉 下湯げ こんぶ みそ 豚肉	米 薄力粉 バン粉 油 砂糖 じゃがいも こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーブ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖 さつまいも 砂糖 じゃかいも 米 砂糖 さつまいも 砂糖 さつまいも 砂糖 さっまいも 砂糖 さっまいも 砂糖 とま油 こま 砂糖	キャベツ たまねき マッシュルーム 青ピーマン トマト レモン にんじん ごぼう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン かぼちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ たいこん にんしん こまつな かぼちゃ たまねき あさつき プロッコリー レモン もやし きゅっり たいこん はっれんそう たまねき ふなしめし	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g 705 kcal 28.4 g 29.2 g 2.8 g 706 kcal 25.1 g 29.5 g 2.7 g
木 24 金 27 月	音雨の日酢サラダ キャベッと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいもの五目カレー炒め 入参のオレンシマリネ コーンスーフ 来防入りハンしいちこジャム) 際り焼きチキン 天根と厚揚げの煮物 かはちゃとさつまいものサラダ しゃがいもと玉ねぎのお味噌汁 ごはん 豚肉とよねぎの豚丼風炒め さつまいもとブロッコリーのサラダ もやしときゅうりのナルレ 厚揚げと大根のお味噌汁 ごはん チキンとはっれん草のクラダン コーンコロッケ 「特製ソース」 かほちゃとのでいるネ	300- 300- 300- 300-	油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 アクラス である	米 薄力粉 バン粉 油 砂糖 じゃかいも こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーブ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖 さつまいも 砂糖 じゃかいも 米 砂糖 ごま油 ごま 砂糖 米 油 米粉	キャベツ たまねき マッシュルーム 青ピーマン トマト レモン にんじん ごほう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン かほちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ たいごん にんしん こまつな かほちゃ たまねき あさつき プロッコリー レモン もやし きゅうり たいこん はっれんそう たまねき ふなしめし たまねき かばちゃ	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g 705 kcal 28.4 g 29.2 g 2.8 g 706 kcal 25.1 g 29.5 g 2.7 g 706 kcal 29.9 g 2.9 g
大 24 金 27 月 28 火	香雨の日酢サラダ キャベツと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいもの五目カレー炒め 入夢のオレンジマリネ コーンスープ 米防人りハン(いちこシャム) 照り焼きチキシ 大瓶と厚揚げの煮物 かはちゃとさつまねきのお味噌汁 ごはん 豚肉と玉ねきの豚丼風炒め きつまいもとブロッコリーのサラダ もやしときゅっりのナムレ 厚揚げと大根のお味噌汁 ごはん チギンとはうれん草のクラタン コーシコロッケ (特裂ソー人) かほちゃのペンネ ミネストローネ さつまいもハン	3011- 3011- 012- 012- 3011-	油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 大豆 いんげん 原揚げ さんぷ みそ 豚肉 厚揚げ みそ 豚肉 早揚げ みそ 東内 豆乳 豆乳 豆乳 フリー	米 薄力粉 バン粉 油 砂糖 じゃかいも こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーブ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖 さつまいも 砂糖 じゃかいも 砂糖 こま油 ごま 砂糖 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	キャベツ たまねき マッシュルーム 青ピーマン トマト レモン にんじん ごぼう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン かぼちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ たいこん にんしん こまつな かぼちゃ たまねき あさつき プロッコリー レモン もやし きゅっり たいこん はっれんそう たまねき ふなしめし	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g 705 kcal 28.4 g 29.2 g 28.8 g 706 kcal 25.1 g 29.5 g 2.7 g 706 kcal 32.0 g 29.9 g 29.9 g
大 24 金 27 月 28 火	香雨の日酢サラダ キャベツと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいもの五目カレー炒め 入参のオレンジマリネ コーンスープ 米防人りハン(いちこシャム) 際り残きチキシ 天根と厚揚けの煮物 かはちゃとさつまいものサラダ じゃかいもとよねぎのお味噌汁 こはん 豚肉とまねぎの豚丼風炒め きつまいもとブロッコリーのサラダ もやしときゅうりのチムル 厚揚げと大根のお味噌汁 ごはん チギンとはうれん草のグラダン フーシコロッケ (特製ソース) かほちゃのベンネ ミスメトローネ きつまいもパン デスメトローネ きつまいもパン 味噌とレカツ ごろごのメータン コーシコロッケ (特製ソース) がほちゃのベンネ ミスメトローネ きつまいもパン 味噌とレカツ ごろごの野菜のスパケディサラダ	300- 300- 300- 300-	油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 アクラス である	米 薄力粉 バン粉 油 砂糖 じゃかいち こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーブ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖 さつまいも 砂糖 じゃがいも 米 砂糖 こま油 ごま 砂糖 エ 米 畑 米粉 じゃかいち 油 砂糖 薄力粉 バン粉 マカロニ オリーブ油 ごま じゃかいち オリーブ油 ごま じゃがい オリーブ油 ごま じゃがい オリーブ油 ごま しゃがい オリーブ油 ごま しゃがい オリーブ油 ごま しゃがい オリーブ油 ごまし	キャベツ たまねき マッシュルーム 肯ピーマン トマト レモン にんじん ごほう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン かほちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ たいごん にんしん ごまつな かほちゃ たまねき かにもなき あさつき ブロッコリー レモン もやし きゅうり たいこん にはつれんそう たまねき がなしめし たまねき コーン たまねき コーン たまねき にんじん キャベツ にんにく	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g 705 kcal 28.4 g 29.2 g 29.2 g 29.5 g 29.5 g 2.7 g 706 kcal 32.0 g 29.9 g 2.9 g 2.9 g 32.0 g
末 24 金 27 月 28 火 29 水	音雨の日酢サラダ キャベッと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいもの五目カレー炒め 人参のオレンジマリネ コーンスープ 来が人りバン(いちこジヤム) 酸り焼きチキン 大根と厚揚げの煮物 かはちゃとさつまいものサラダ じゃがいもと玉ねぎのお味噌汁 ごはん 勝肉と出ねぎの豚丼風炒め さつまいもとプロッコリーのサラダ もやしときゅうりのチムル 厚揚げと大根のお味噌汁 ごはん チキンとはうれん草のクラダン コーンコロッケ (特製ソース) かほちゃのベンネ きつまいもパンクラシ コーンコロッケ (特製ソース) かほちゃのベンネ きつまいもパンクラシ コーンコロッケ (特製ソース) かほちゃのベンネ きつまいもパンクラシ コーンコロッケ (特製ソース) かほちゃのベンネ きつまいもパンクラシ コーンコロッケ (特製ソース) かほちゃのベンネ きつまいもパンクラシ コーといりかり ごろころ野菜のスパケティサラダ れんこんとちくわのきんいち 見にくさんのお味噌汁	186 984 ARE 9850	油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 下房 でんぶ みそ 豚肉 「甲揚げ みそ 鶏肉 豆乳 豆乳 豆乳 豆乳 豆乳 豆乳 カーコン 大豆 豚肉 みそ	米 薄力粉 バン粉 油 砂糖 じゃがいも こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーブ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖 さつまいも 砂糖 ごま油 こま 砂糖 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	キャベツ たまねき マッシュルーム 青ピーマン トマト レモン にんじん ごぼう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン かぼちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ たいこん にんしん こまつな かぼちゃ たまねき あさつき プロッコリー レモン もやし きゅうり たいこん はうれんそう たまねき ふなしめし たまねき コーン たまねき かばちゃ たまねき にんじん キャベツ にんにく	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g 705 kcal 28.4 g 29.2 g 2.8 g 706 kcal 25.1 g 29.5 g 2.7 g 706 kcal 32.0 g 29.9 g 2.9 g
大 24 金 27 月 28 火 29 水 30 木	各師の日酢サラダ キャベッと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいものカロカレー炒め 入参のオレンジワネ コーンスープ 来放入りバン(いちこシャム) 際り焼きキン 大根と厚揚げの煮物 かはちゃとさつまいものサラダ しゃがいもと玉ねきの豚丼風炒め さつまいもとプロッコリーのサラダ もやしときゅうりのテムル 厚揚げと大根のお味噌汁 ごはん 野棚とよねきの豚丼風炒め さつまいもとフロッコリーのサラダ もやしたきゅうりのテムル 厚揚げと大根のお味噌汁 ごはん チギンとはっれん草のグラダン コーンコロッケ (特契ソー人) かばちゃのベンネ ミネストローネ さつまいもバン ごるごろ野菜のスパケティサラダ れんごんとちくれのきんひら 具たくさんのお味噌汁 ごはん	3011- 3011- 012- 012- 3011-	油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 厚揚げ こんぶ みそ 豚肉 豆乳 豆乳 豆乳 豆乳 こう 大豆 豚肉 みそ バム	米 薄力粉 バン粉 油 砂糖 じゃがいも こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーブ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖 さつまいも 砂糖 じゃかいも 機 ※ 砂糖 ごま油 ごま 砂糖 米 ※ 地 ででいいも 油 砂糖 薄力粉 パン粉 マカロニ オリーブ油 ごま じゃかいも 油 砂糖 ズバケッティ じゃがいも 砂糖 ズバケッティ じゃがいも 砂糖 ズバケッティ じゃがいも 砂糖 ズバケッティ じゃがいも 砂糖 ズバケッティ じゃがいも 砂糖 ズバケッティ じゃがいも 砂糖 大人の 油 ごま油 ごま 砂糖	キャベツ たまねき マッシュルーム 青ピーマン トマト レモン にんじん ごほう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン かほちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ たいごん にんしん ごまつな かほちゃ たまねき あさつき プロツコリー レモン もやし きゅうり たいこん はつれんそう たまねき ふなしめし たまねき コーン たまねき にんじん キャベツ にんにく	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g 705 kcal 28.4 g 29.2 g 2.8 g 706 kcal 225.1 g 29.5 g 2.7 g 706 kcal 32.0 g 29.9 g 751 kcal 28.7 g 2.9 g 79 g 7
24 金 27 月 28 火 29 水 30 木	存物の日酢サラダ キャベッと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいものカ目カレー炒め 人参のオレンシマリネ コーンスーフ 来放入りハン(いちこジャム) 際り焼きチキン 天根と厚揚げの煮物 かはちゃとさつまいものサラタ じゃがいもと玉ねきのお味噌汁 ごはん 豚肉とよねきの豚丼風炒め きつまいもとブロッコリーのサラダ もやしときゅうりのテンル 厚揚げと大根のお味噌汁 ごはん 野大子ンとはっれん草のクラタン コーンコロッケ (特製ソース) かほちゃとかっていました。 はいまないまない。 にはいまれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 できれる。 ではいないないない。 で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		油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 大豆 いんげん 原揚げ こんぷ みそ 豚肉 原揚げ みそ 原塚 空乳 空乳 で到 豆乳 で一コン 大豆 豚肉 あそ アレム 油揚げ みそ	米 薄力粉 パン粉 油 砂糖 しゃがいも こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーフ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖 さつまいも 砂糖 しゃがいも 米 砂糖 ごま油 ごま 砂糖 米 油 米粉 しゃがいも 油 砂糖 ごま油 ごま 砂糖 メカロニ オリーブ油 ごま しゃがい オリーブ油 ごま しゃがい オリーブ油 ごま しゃがい オリーブ油 ごま じゃがい オリーブ油 ごま じゃがい オリーブ油 ごま じゃがい オリーブ油 ごま いちった がい カリーブル さつまますい 薄力粉 パン粉 油 砂糖 スパケッティ しゃかいも 砂糖 ちくわ 油 ごま油 ごま 砂糖 しゃかいも 米 油 薄力粉 砂糖	キャベツ たまねき マッシュルーム 肯ピーマントマト レモン にんじん ごほう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン かほちゃ にんじん 赤ピーマン にんにくキャベツ たいてん にんしん こまつな かほちゃ たまねき あさつき フロッコリー レモン もやし きゅうり たいてん はっれんそう たまねき かなしめし たまねき カニース たまねき かまちゃ たまねき にんしん キャベツ にんにく	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g 705 kcal 28.4 g 29.2 g 2.8 g 706 kcal 25.1 g 29.5 g 2.7 g 706 kcal 32.0 g 29.9 g 751 kcal 28.7 g 24.2 g 2.9 g 730 kcal
大 24 金 27 月 28 火 29 水 30 木	春雨の日酢サラダ キャベッと油揚げのお味噌汁 ごはん チキンカツトマトソース しゃかいもの丸目カレー炒め 人参のオレンジマリネ コーンスープ 米が人りハン(いちこシャム) 臓り焼き手キシ 天根と厚揚けの煮物 かほちゃとさつまいものサラダ しゃかいもとよねぎのが味噌汁 こはん 勝次日とよねぎの豚丼風炒め さつまいもとカフロッコリーのサラダ もやしときゅっぴのナムル 厚揚げと大根のお味噌汁 ごはん チキンとはっれん草のグラダン コーンコロッケ (特妻ソース) かはちゃのベンネ ミネストローネ さつまいもハン 味噌ヒレカツ ごろごろ野菜のスパケティサラダ れんこんとちくわのきんひら 見たくさんのお味噌汁 ごはん ハッシュドヒーノ		油揚げ みそ 鶏肉 ベーコン 鶏肉 大豆 いんげん 鶏肉 大豆 いんげん 野揚げ ごんぶ みそ 豚肉 厚揚げ みそ 悪肉 豆乳 豆乳 ベーコン 大豆 豚肉 みそ 八ム 油揚げ みそ 牛肉 カチ	米 薄力粉 バン粉 油 砂糖 じゃかいも こんにゃく ちくわ 砂糖 油 オリーブ油 砂糖 米粉入りロール いちごジャム 油 砂糖 片栗粉 砂糖 さつまいも 砂糖 こま油 こま 砂糖 とっかいも 地種 こま油 こま 砂糖 大 一 水がいも 油 砂糖 薄力粉 バン粉 マカロニ オリーブ油 ごま じゃがいも オリーブ油 ごま じゃがいも オリーブ油 ごま でいかい オリーブ油 ごま でいかいも オリーブ油 ごま でいかいも オリーブ油 ごま でいかいも オリーブ油 ごま でいかいも 地種 ズバゲッティ しゃがいも 砂糖 ちくわ 油 ごま油 ごま 砂糖 しゃがいも 米 油 薄力粉 砂糖 じゃがいも さつまいも 和風ドレッシング	キャベツ たまねき マッシュルーム 青ピーマン トマト レモン にんじん ごほう にんじん みかん オレンジジュース レモン コーン かほちゃ にんじん 赤ピーマン にんにく キャベツ たいごん にんしん ごまつな かほちゃ たまねき あさつき プロツコリー レモン もやし きゅうり たいこん はつれんそう たまねき ふなしめし たまねき コーン たまねき にんじん キャベツ にんにく	2.9 g 713 kcal 30.0 g 24.5 g 2.9 g 705 kcal 28.4 g 29.2 g 29.5 g 29.5 g 29.5 g 2.7 g 29.9 g 2.9 g 2.7 g 2.7 g

※アレルギー食品には記号を表示しています。 アレルギー表記

₩ 小麦 ぶづマ

