10月 きゅうしょくこんだてひょう

献立等は都合により変更する場合があります。 令和7年度 広陵町教育委員会事務局教育振興部教育総務課

★ ・・・・ 奈良県産または、奈良県内で製造された後村

あか:からだの血や肉・骨になるたべもの き:からだのねつや力になるたべもの みどり:からだの調子をととのえるたべもの

| Ⅰ日(水) ●2日 | | | ●2目(| (木) 3日(金) | | | 金) |) 6日(月) お月見献立 | | 伏立 | ●7日(| | 8日(水) | | | | |
|---|--|---|--|---|---|---|--|---|--|---|--|---|--|--|--|---|---|
| 献立名 | , | 栄養三色 | 献立名 | . , | 栄養三色 | 献立名 | , | 栄養三色 | 献立名 | | 火 — 栄養三色 | 献立名 | ` , | 栄養三色 | 献立名 | , | 栄養三色 |
| しろごはん | | | パン | | | しろごはん | | | しろごはん | | | こめこパン | | | しろごはん | | |
| こめ★ | 80 | き | パン★ | 50 | き | こめ★ | 80 | き | こめ★ | 80 | き | | 50 | き | こめ★ | 80 | き |
| 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 | 206 | あか | 1 | 206 | あか | ぎゅうにゅう | 206 | あか | | | あか | | 206 | あか | ぎゅうにゅう | 206 | あか |
| いわしのうめにき | 200 | | オムレツ | _ | ! | とりのからあげ | | ! | かますのたつたあ | 27 | - | チキンのしおこうじソ | | | なすのチリソース | | |
| いわしのうめに | 50 | あか | プレーンオムレツ | 60 | あか | とりにく | 40 | | かますのたつたあげ | 1 | , - | とりにく | 45 | あか | とりにく | 40 | |
| キャベツとちくわのごま | | | ミートポテト | | | こめこ★ | 5 | | あぶら | 4 | き | こまつな | 5 | みどり | なす(広陵町産) | <u> </u> | みどり |
| キャベツ | 40 | | とりひきにく | 12 | | でんぷん | 3 | | あおなのこうみあ | | | しおこうじ 🔐 | 4 | | | 1.3 | |
| ちくわ | 7 | あか | ぶたひきにく | 5 | | にんにく | 0.1 | | こまつな | 20 | | うすくちしょうゆ★ | 1 1 | | しろねぎ | 2 | みどり |
| にんじん | 8 | みどり | じゃがいも | 50 | | つちしょうが | 0.1 | 1 | はくさい | 35 | | こしょう | 0.01 | 4 | トマトケチャップ | 12 | ٠. |
| すりごま あぶら | 0.4 | きき | たまねぎ にんにく | 20 | | こいくちしょうゆ★ りょうりしゅ | 1 ! | į | しおこんぶ ゆずかじゅう | 0.5 | あか みどり | あぶら さつまいもとかぼちゃの+ | 0.2 | き | さとう うすくちしょうゆ★ | 1.5 | き |
| おいら だししょうゆ | 0.7 | 3 | コンソメ | 0.2 | | しお | 0.1 | į | プリかしゆり うすくちしょうゆ ★ | 1 | みとり | さつまいも | 20 | き | ラッくらしょうゆ ★ みりん | 0.8 | |
| しおこうじじる | 0.7 | | トマトピューレー | | みどり | こしょう | 0.02 | ļ | さといものみそしる | | ļ | かぼちゃ | 20 | みどり | トウバンジャン | 0.0 | |
| ぶたにく | 18 | あか | トマトケチャップ | 5 | | あぶら | 4 | | さといも | 30 | き | しお | 0.15 | 07C) | チンゲンサイのいため | | |
| とうふ | 25 | | こいくちしょうゆ★ | i | | きんぴらごぼう | | | あぶらあげ★ | 2 | i | | 0.01 | | チンゲンサイ | i 40 | みどり |
| たまねぎ | 35 | | さとう | 0.6 | | ごぼう | 40 | みどり | だいこん | 25 | | マカロニスープ | | | ベーコン | 3 | |
| ごぼう | 15 | | こしょう | 0.01 | | とりひきにく | 12 | | にんじん | 8 | | - | 12 | あか | コンソメ | 0.5 | |
| えのきたけ | 10 | みどり | やさいたっぷりス- | ープ | i | つきこんにゃく★ | 10 | き | えのきたけ | 8 | みどり | キャベツ | 30 | みどり | うすくちしょうゆ★ | 0.5 | |
| あおねぎ★ | 5 | みどり | ベーコン | 12 | あか | にんじん | 7 | みどり | あおねぎ★ | 5 | みどり | たまねぎ | 20 | みどり | あぶら | 0.1 | き |
| つちしょうが | 0.5 | みどり | たまねぎ | 40 | みどり | さやいんげん | 5 | みどり | だしパック | 0.7 | ļ | さやいんげん | 10 | みどり | こしょう | 0.01 | |
| だしパック | 1 | | かぼちゃ | 20 | みどり | こいくちしょうゆ★ | 2 | İ | みそ | 7.5 | あか | えのきたけ | 8 | みどり | ちゅうかたまごス- | ープ | |
| しおこうじ 🚱 | <mark>></mark> 4 | | キャベツ | L. | みどり | さとう | 1.5 | | おつきみだんご(小 | | | にんじん | 5 | | たまご | 25 | |
| うすくちしょうゆ★ | | | こまつな | 8 | | りょうりしゅ | 0.3 | <u> </u> | おつきみだんご | 20 | き | シェルマカロニ | 7 | き | とうふ | 25 | |
| りょうりしゅ | 0.5 | | にんじん | 8 | 1 | なめこのみそしる | | ĺ | | İ | į | コンソメ | 2 | | たまねぎ | 35 | |
| | 1 | | しめじ | 5 | みどり | なめこ | 8 | | | į | į | うすくちしょうゆ★ | | ٠. | あおねぎ★ | 5 | |
| | 1 | | コンソメ | | İ | とうふ | 25 | 1 | | İ | į | | 0.1 | き | にんじん | 5 | |
| | | | うすくちしょうゆ★ | 1 | | あぶらあげ★ | 2 | | | ļ | į | こしょう ミルメークコーヒー (えき) | 0.02 | | コーン | 5 | , - , |
| | İ | | | 0.5 | 1 | だいこん | 35 | | | ŀ | ļ | | | 4 | うすくちしょうゆ★ | 1 | |
| | | | あぶら | 0.1 | ! | えのきたけ | 10 | 1 | | į | į | ミルメークコーヒー | 12.5 | き | ちゅうかスープ★ | | |
| | - | | こしょう | 0.01 | ļ | こまつな | 10 | i | | ! | | | | | でんぷん | 0.3 | き |
| | İ | | | İ | į | みそ | 4 | あか | | İ | į | | i i | | | į | |
| | 1 | | | ! | 1 | あかみそ | 2.5 | 1 | | ! | • | | | | | | |
| | | | | | 1 | だしパック | | | | | | | | | | | |
| 9 日(| 木) | | 108/ | 全) | <u> </u> | | 0.7 | 1 | 15日(水) か 2 | 2 か. 2 | .="- | ▲16日 | (木) | | 17日(全) | teco | |
| 9日(i | | 学養 = 色 | 10日(献立名 | , | 学燕 =鱼 | 14日(火)スケ | ペイン | /料理 | 15日(水) かる 献立名 | | | ●16日 | ` ' | 学養=色 | 17日(金)な | | |
| 9日(. 献立名 パン | | 栄養三色 | 献立名 | , | 栄養三色 | | ペイン 数量 | /料理 | 献立名 | | →デー 栄養三色 | 献立名 | ` ' | 栄養三色 | 献立名 | | 日 栄養三色 |
| 献立名 | 数量 | | 献立名 しろごはん | 数量 | | 14日(火)ス・ 献立名 アロス・コン・ブルポ(たここ | ペイン 数量 ごはん) | /料理 栄養三色 | 献立名むぎごはん | 数量 | 栄養三色 | 献立名パン | 数量 | 栄養三色 | , , | 数量 | 栄養三色 |
| 献立名パン | | | 献立名 しろごはん | , | | 14日(火)ス・ 献立名 | ペイン 数量 ごはん) 60 | /料理 栄養三色 | 献立名 | | | 献立名 パン パン★ | ` ' | | 献立名 しろごはん | | 栄養三色 |
| 献立名 パン パン★ | 数量 | き | 献立名 しろごはん こめ★ | 数量 | ŧ | 14日(火)ス・ 献立名 アロス・コン・ブルポ(たこ) アルファかまい | ペイン 数量 ごはん) 60 | /料理 栄養三色 き | 献立名 むぎごはん こめ★ | 数量 | 栄養三色き | 献立名 パン パン★ | 数量 | ŧ (| 献立名 しろごはん こめ★ | 数量 | 栄養三色 き |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう | 数量 | き | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう | 数量 80 206 | きあか | 14日(火)ス・ 献立名 アロス・コン・ブルボ(たここ アルファかまい アルファかもちごめ | ペイン 数量 ごはん) 60 6 | 料理 ^{栄養三色} き き あか | 献立名 むぎごはん こめ★ むぎ きゅうにゅう | 数量 | 栄養三色きき | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド (* | 数量 50 50 50 | き (あか き | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう | 数量 | 栄養三色 き |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう | 数量 | きあか | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう | 数量 80 206 | きあか | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たここアルファかまいアルファかもちごめたこ | ペイン 数量 ごはん) 60 6 | 料理 ^{栄養三色} ききかり | 献立名 むぎごはん こめ★ むぎ きゅうにゅう | 数量 72 8 | 栄養三色きき | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド ∜ タラフライ | 数量 50 50 50 | き (あか | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご あつやきたまご | 数量 80 206 60 | 栄養三色き |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう | 数量 50 206 | き あか き | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう | 数量 80 206 かけ 40 4 | きあかかき | 14日(火)ス・ 献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ: アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト | ペイン 数量 (60 60 12 | 料理 栄養三色 ききかどり | 献立名 むぎごはん こめ★ むぎ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうまい | 数量 72 8 206 | 栄養三色きき | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド ダラフライ あぶら キャペツ ちゅうのうソース | 数量 50 50 50 | き (あか き | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご | 数量 80 206 60 | 栄養三色き |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きのこスパゲティ スパゲティ ベーコン しめじ | 数量 50 206 28 | き あか き あか | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あじのレモンじょうり | 数量 80 206 かけ 40 4 2 | きあかき | 14日(火)スイ 献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ: アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト パプリカ | ペイン 数量 (60 (12 (10 5 | / 料理 栄養 ききかどどり | 献立名 むぎごはん こめ★ むぎ ぎゅうにゅう でゅうにゅう しゅうまい しゅうまい はくさいのどりからい | 数量 72 8 206 | 栄養三色 き き あか | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド ダラフライ あぶら キャベツ | 数量 50 50 50 5 40 | き (あか き | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご あつやきたまご たいこんのうめあ だいこん | 数量 80 206 60 | 栄養三色 き あか あか |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さったがティ スパゲティ ベーコン しめじ エリンギ | 数量 50 206 28 10 10 | き あか き か みどり みどり | 献立名 しろごはん この大 等ゆうにゆう ぎゅうにゆう あじのレモンじょうゆ あじてんぶんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう | 数量 80 206 かけ 40 4 2 2.5 | きあかあきき | 14日(火)ス・ 献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ: アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト バブリカ あかピーマン グリンピース にんにく | ペイン 数 60 60 12 10 5 5 5 0.2 | /料理 栄養 ききかどどどどどと みみみみみみ | 献立名 むぎではん こめ★ むぎ きゅうにゅう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうまい はくさいのどりからい はくさい | 数量 72 8 206 30 ため 35 | 栄養三色 き き あか あか みどり | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド ② タラフライ あぶら キャベッ ちゅうのうソース ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう | 数量 50 50 50 5 40 5 | き (あか き みどり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご おつやきたまご だいこんのうめあ だいこん きゅうり | 数量 80 206 60 え 40 10 | 栄養三色 き あか あか みどり |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう きゅうにゅう きのこスパゲティ スパゲティ ベーコン しめじ ほうれんそう | 数量 50 206 28 10 10 10 15 | き あか き かどり みどり みどり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう かじゅうにゅう あじのレモンじょうり あじてんぷんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゅう | 数量 80 206 かけ 40 4 2 2.5 1.3 | きあかあきき | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ)アルファかまいアルファかもちごめたこカットトマトパブリカあかピーマングリンピースにんにくオリーブオイル | ペイン 数 60 6 12 10 5 5 5 0.2 0.2 | 料理 栄養三色 ききかどどどどりりりりりりりりりり | 献立名 むぎではん こめ★ むぎ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうまい はくさいのどりからい はくさい ぶたにく | 数量 72 8 206 30 ため 35 20 | 栄養三色 きき あか あか みどり あ | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド ② タラフライ あぶら キャベツ ちゅうのうソース きゅうにゅう コーングリームスー | 数量 50 50 50 40 5 206 | き (あか き みどり あか | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご あつやきたまご だいこんのうめあ だいこん きゅうり きりばしだいこん | 数量 80 206 60 1 0 10 | 栄養三色 き あか あか みどり みどり |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう きゅうにゅう きのこスパゲティ スパゲティ ペーコン しめじ エリンギ ほうれんそう たまねぎ | 数量 50 206 28 10 10 10 15 40 | き あか き かどりり みどり みどり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう がらにゅう あじのレモンじょうめ あじてんぷんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゅう | 数量 80 206 かけ 40 4 2.5 1.3 | き あか あか き みどり | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ: アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト パプリカ あかピーマン グリンピース にんにく オリーブオイル しお | ペイン 数はん) 60 6 12 10 5 5 5 2 0.2 0.4 | 料理 業 ききかどどどどう も かりりりりり | 献立名 むぎごはん こめ★ むぎ ずゆうにゆう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうまい はくさいのピリからい はくさいにく にら | 数量 72 8 206 30 ため 35 20 5 | 栄養三色 きき あか あか みどか みどか | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド タラフライ あぶら キャベツ ちゅうのうソース ぎゅうにゅう コーングリームスー ウインナー | 数量 50 50 50 40 5 206 -ブ | き (あか き みどり あか あか | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご あつやきたまご だいこんのうめあ だいこん きゅうり きりばしだいこん うめペースト★ | 数量 80 206 60 え 40 10 1.5 | 栄養三色 き あか あか みどり みどり みどり |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう きゅうにゅう きのこスパゲティ スパゲティ ペーコン しめじ エリンギ ほうれんそう たまねぎ にんじん | 数量 50 206 28 10 10 10 15 40 10 | き あか き あどどどり みどどり みどりり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう がゆうにゅう あじのレモンじょうゆ あじてんぷんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゅう れんごんのビリッとし ぷたにく | 数量 80 206 40 4 2 2.5 1.3 | き あか あかき きどり あか | 14日(火)ス・献立名 Tロス・コン・ブルボ(たこ: アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト パプリカ あかピーマン グリンピース にんにく オリーブオイル しお コンソメ | ペイン 数 60 6 12 10 5 5 5 2 0 0 4 0 0 . 1 | 料理 業 ききかどどどどう ものようないがったいがったいがったいがったいがったいがったいがったいがったいがったいがった | 献立名 むぎごはん こめ★ むぎ ゅうにゅう きゅうにゅう しゅうまい しゅうまい はくさいのどりからい はくさい ぶたにく にら にんにく | 数量 72 8 206 30 ため 35 20 5 0.1 | 栄養三色 きき あか あか みどかり みどり | 献立名 パン パン★ フィッシュサンドで タラフライ あぶら キャベツ ちゅうのうソース ぎゅうにゅう ゴーングリームスー たまねぎ | 数量 50 50 5 40 5 206 -プ 15 35 | き (あかき みどり あか あか | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう あつやきたまご あつやきたまご おいこんのうめあ だいこん きゅうり きりばしだいこん うめペースト★ かつおぶし | 数量 80 206 60 え 40 10 1.5 0.1 | 栄養三色 き あか あか みどりりり みどか みか |
| 献立名 パン パン大 ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きのこスパゲティ スパゲティ ベーコン しめじ エリンギ ほうれんそう たまねぎ にんじん にんにく | 数量 50 206 28 10 10 15 40 10 0.3 | き あか き あどどどり みどどり みどりり | 献立名 しろごはん この大 きゅうにゅう ぎゅうにゅう あじのレモンじょうゆ あじてんぶんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゅう れんこんのピリッとい ぶたにく つきこんにゃく★ | 数量 80 206 かけ 40 4 2.5 1.3 ため | き あか かき き みど か き | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ)アルファかまいアルファかもちごめたこカットトマトパブリカあかピーマングリンにくオリーブオイルしおコンソメこしょう | ペイン 数はん) 60 6 12 10 5 5 5 2 0.2 0.4 | 料理 業 ききかどどどどう ものようないがったいがったいがったいがったいがったいがったいがったいがったいがったいがった | 献立名 むぎてはん こめ★ むぎ きゅうにゅう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうまい はくさい ぶたにく にら にんにく つちしょうが | 数量 72 8 206 30 ため 35 20 5 0.1 0.1 | 栄養三色 きき あか あか みどかり みどり みどり | 献立名 パン パシ★ フィッシュサンドで タラフライ あぶら キャベツ ちゅうのうソース ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう コーングリームスー ウインナー たまねぎ じゃがいも | 数量 50 50 50 40 5 206 7 15 35 30 | き (あかき みどり あか あか みどり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご あつやきたまご がいこんのうめあ だいこん きゅうり きりばしだいた うめペース いっている うすくちしょうゆ★ | 数量 80 206 60 7 40 10 1.5 0.1 0.2 | 栄養三色 き あか あか みどりり みどりり みがか |
| 献立名 パン パン★ すゆうにゆう ぎゅうにゆう きのこスパゲティ スパゲティ スパゲティ ベーコン しめじ エリンギ ほうれんそう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ★ | 数量 50 206 28 10 10 10 15 40 10 0.3 1.5 | き あか き あどどどり みどどり みどりり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゆうにゆう ぎゅうにゆう あじのレモンじょうり あじてんぶんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゆう れんこんのどりッとし ぶたにく つきこんにゃく★ れんこん | 数量 80 206 かけ 40 4 2.5 1.3 10 20 10 20 20 10 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 | き あか あき きど あき み あき み き み | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ) アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト バブリカ あかピーマン グリンピース にんにく オリーブオイル しお コンソメ こしょう きゅうにゅう | ペイン 数量 60 6 12 10 5 5 0.2 0.4 0.1 0.02 | 料理 *** *** *** *** *** *** *** *** *** * | 献立名 むぎではん こめ★ むぎ きゅうにゅう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうまい しょうさい はくさい ぶたにく にら にんにく つちしょうが さとう | 数量 72 8 206 30 ため 35 20 5 0.1 0.1 1.4 | 栄養三色 きき あか あか みどかり みどり みどり | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド ② タラフライ あぶら キャベツ ちゅうにゅう ぎゅうにゅう コーングリームスー たまねぎ クリームコーンかん | 数量 50 50 5 40 5 206 7 15 35 30 40 | き (あきり あか あかどきり みどり | 献立名 しろごはん こめ★ きゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご あつときたまご だいこんのうめあ だいこん うめペースト★ かつおぶし うすくちしょうゆ★ さとう | 数量 80 206 60 え 40 10 1.5 0.1 | 栄養三色 き あか あか みどりりり みどか みか |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう きゅうにゅう きのこスパゲティ スパゲティ ペーコン しめじ ほうれんそう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ★ コンソメ | 数量 50 206 28 10 10 10 15 40 0.3 1.5 | き あか き あどどどり みどどり みどりり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう あじのレモンじょうり あじてんぷんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゅう れんこんのビリッとし ぶたにく つきこんにゃく★ れんこん さやいんげん | 数量 80 206 40 4 2 2.5 1.3 1.5 10 20 5 | き あかき きど かき みひど | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ: アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト パプリカ あかピーマン グリンピース にんにく オリーブオイル しお コンソメ こしょう ぎゅうにゅう | ペイン 数量 60 61 12 10 5 5 5 0.2 0.2 0.4 0.1 0.02 | 料理 | 献立名 むぎではん こめ★ むぎ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうまい はくさいのどりからい はくさいにく にら にんにく つちしょうが さとう こいくちしょうゆ★ | 数量 72 8 206 30 ため 35 20 5 0.1 0.1 1.4 | 栄養 きき あか みがりかりりり きき | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド ② タラフライ あぶら キャペツ ちゅうのうソース ぎゅうにゅう コーングリームスー ウオンナー たまねぎ じゃがいも クリームコーンかん にんじん | 数量 50 50 50 5 40 5 206 7 15 35 30 40 10 | き { あかきり あか あどり みどり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご あつやきたまご だいこんのうめあ だいこん うめペースト★ かつおぶし うすくちしょうゆ★ なとう かしわのすきやき | 数量 80 206 60 え 40 10 1.5 0.1 0.2 0.2 | 栄養三色 き あか あか みどり みどり みどり みがり |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう きゅうにゅう きのこスパゲティ スパゲティ ペーコン しめじ エリンギ ほうれんそう たまねぎ にんじん にんにく うすぐちしょうゆ★ コンソメ しお | 数量 50 206 28 10 10 15 40 10 0.3 1.5 1.5 | き あか き あどどどり みどどり みどりり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう あじのレモンじょうり あじてんぷんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゅう れんこんのビリッとし ぷたにく つきこんにゃく★ れんこん さやいんげん みそ | 数量 80 206 かけ 40 4 2.5 1.3 10 20 10 20 20 10 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 | き あかき きど かき みひど | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ: アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト パプリカ あかピーマン グリンピース にんにく オリーブオイル しお コンソメ こしょう ぎゅうにゅう きゅうにゅう | 数量 数量 60 60 62 10 5 5 5 0.2 0.4 0.1 0.02 | 料理 き あみみみみみ き あかいりりりりり | 献立名 むぎごはん こめ★ むぎ ゆうにゅう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうまい はくさいのビリからい はくさにく にら にんにく つちしょうが さとう こいくちしょうゆ★ みそ | 数量 72 8 206 30 5 0.1 0.1 1.4 1 0.8 | 栄養三色 きき あか あか みがとがり みがどき あか | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド ② タラフライ あぶら キャベツ ちゅうのうソース きゅうにゅう コーングリームスー ウインナー たまねぎ じゃかいも クリームコーンかん にんじん コーン | 数量 500 50 50 40 5 206 -フ 15 35 30 40 10 8 | き { あかき みどり あか あどき どり りりりり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご あつやきたまご だいこんのうめあ だいこん うめペースト★ かつおぶし うすくちしょうゆ★ とりにく | 数量 80 206 60 1 10 1.5 0.1 0.2 0.2 | 栄養三色 き あか あか みどりり みどりり みどり あか き あか |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう きゅうにゅう きのこスパゲティ スパゲティ スパゲティ ベーコン しめじ エリンギ ほうれんそう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ★ しお こしょう | 数量 500 206 28 10 10 15 40 0.3 1.5 0.1 0.01 | き あか き あどどどり みどどり みどりり みどり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう あじのレモンじょうり あじのレモンじょうり あじんことうしょうり たこいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゅう れんこんのピリッとし ぶたにく つきこんにゃく★ れんこん ひゃいんげん みそ りょうりしゅ | 数量 80 206 40 4 2 2.5 1.3 1.5 10 20 5 | き あか き きどか かきひどか | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ: アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト パプリカ あかピーマン グリンピース にんにく オリーブオイル しお コンソメ こしょう ぎゅうにゅう いわしのこうみフライ いわしのこうみフライ いわしのこうみフライ | 数量 数量 60 60 62 10 55 50 0.2 0.4 0.1 0.02 206 71 50 | 料理 単巻 ききかどどどどさ あみみみみみき あってか | 献立名 むぎごはん こめ★ むぎ ゆうにゆう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうまい はくさいのとりからい はくさにく にらにく つちしょうが さとう こいくちしょうゆ★ みそ りょうりしゅ | 数量 72 8 206 30 35 20 5 0.1 0.1 1.4 1 | 栄養三色 きき あか か がりかりがい かんがどり き あか | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド | 数量 50 50 50 50 50 50 50 5 | き (あか き みどり あか みどり みかどり みかく きり み かり き り み ど り み み み み み み み み み み み み み み み み | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう あつやきたまご あつやきたまご だいこんのうめ だいこん きゅりばしだいこん うめペポポし うすくちしょうゆ★ とりにく はくさい | 数量 80 206 60 40 10 1.5 0.1 0.2 0.2 25 65 | 栄養三色 き あか あか みどりり みどりり みかか も か みがり みがり みがり みがり みがり みがり みがり みがり みがり みがり |
| 献立名 パン パン大 ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きのこスパゲティ スパゲティ スパゲティ ベーコン しめじ エリンギ ほうれんぞう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ よコンソメ しお こしょう クッキングワイン | 数量 500 206 28 10 10 15 40 0.3 1.5 1 0.1 0.01 0.01 | き あか き あどどりり みどどり みどり みどり | 献立名 しろごはん この★ 学ゆうにゆう ぎゆうにゆう がいのしモンじょうり あじでんぶんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゆう れんこんのピリッとい ぶたにく つきこんにゃく★ れんこん さやいんげん みそ りょうりしゅ さとう | 数量 80 206 40 4 2.5 1.3 ため 12 10 20 5 1.5 | き あかいか き きり かきとどか き | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ)アルファかまいアルファかもちごめたこカットトマトバブリカあかピーマングリンピースにんにくオリーブオイルしおコンソメこしょうぎゅうにゅう・いわしのこうみフライあぶら | 数量 数量 60 60 61 10 55 50 0.2 0.4 0.1 0.02 206 71 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 | 料理 単巻 ききかどどどどさ あみみみみみき あってか | 献立名 むぎてはん こめ★ むぎ きゅうにゅう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうまい はくさい ぶたにく にら にんにく つちしょうが さとう こいくちしょうゆ★ みそ りょうりしゅ トウバンジャン | 数量 72 8 206 30 35 20 5 0.1 1.4 1 0.8 1 | 栄養 きき あか みあかどかりりり き かか みみみどがき あか | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド ② タラフライ あぶら キャペツ ちゅうのうソース ぎゅうにゅう コーングリームスー ウィンナー たまれぎ じゃんじん ローン こさいいんだん さやいんげん ぎゅうにゅう | 数量 500 600 きかきがり あかからどどどかか かかり | 献立名 しろごはん こめ★ きゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご あつやきたまご だいこんのうめ だいこん うめがつがしたいた うめかつがしたいた うけっぱしたいた うけっぱしたいた うけっぱしたいた ことう かしわのすきやき とりにく たまれぎ | 数量 80 206 60 7 40 10 1.5 0.1 0.2 0.2 25 65 25 | 栄養三色 き あか みかとどりりり みみがかか あかい もかがりりりがある。 もかがりり |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゆう ぎゅうにゆう きのこスパゲティ スパゲティ スパゲティ スパゲティ にかじた はうれんそう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ★ コンソメ しお よう クッキングワイン オリーブオイル | 数量 500 206 28 10 10 15 40 0.3 1.5 0.1 0.01 | き あか き あどどどり みどどり みどりり みどり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゆうにゆう ぎゅうにゆう あじのレモンじょうり あじてんぶんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゆう れんこんのどりッとし ぶたにく つきこんにゃく★ れんこん さやいんげん みそ りょうりしゅ さとう こいくちしょうゆ★ | 数量 80 206 40 4 2.5 1.3 ため 12 10 20 5.5 1.5 | き あかかき きどがかきどどか | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ) アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト パブリカ あかピーマン グリンピース にんにく オリーブオイル しお コンソメ こしょう きゅうにゅう ぎゅうにゅう いわしのこうみフライ あぶら | マイン 数40 60 60 60 12 0.2 0.4 0.1 0.02 206 55 50 50 50 50 50 50 50 50 50 | 料理 単巻 ききかいりりりりりが あき | 献立名 むぎではん こめ★ むぎではん こめず きゅうにゅう どゅうにゅう しゅうまい しゅういるかとりからい はくさいい ぶたにく にらんにく つちしょうが さとう こいく みようりしゅ トウパシシャン しお | 数量 72 8 206 30 75 5 0.1 0.8 1 0.1 0.05 | 栄養 きき あかか みあかとどどう あかかりりりり | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド ② タラフェナー あぶら キャベツ ちゅうにゅう ぎゅうにゅう コーングリームスー たまかがいも クリームコーンかん にんじん コーン さやったゆう スーン さやがいたり スーン さやがいたがいた スーン さいたいげん だゅうにゅう | 数量 50 50 50 40 5 206 7 15 35 30 40 10 8 7 20 3 | き あったり あかかいきどどどかかかりりりりりかか | 献立名 しろごはん こめ★ きゆうにゆう ぎゅうにゆう あつやきたまご あつたんのうめあ だいこんの きゅうり きりばペースし うめかおぶしょうか かつちらしょうゆ とりにく はくまなざ やきどい たまなぎ たいこん たっちもします をさい たいこん たっちもします たいこん たっちもします たいこん たっちる たいこん たいこん たいこん たっちる たいこん たいこん たいこん たいこん たいこん たっちる たいこん たいこん たいこん たいこん たいこん たいこん たいこん たいこん | 数量 80 206 60 7 40 10 1.5 0.1 0.2 0.2 25 65 25 15 | 栄養 き あか あか みみどどどか き あかどりりりり あかどどか あかどがか |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゆう ぎゅうにゆう きのこスパゲティ スパゲティ スパゲティ スパゲティ にりンギ ほうれんそう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ カンソメ しお こしょう クッキングワイン オリーブオイル コンソメスープ | 数量 500 206 288 100 100 150 400 0.3 1.5 100.1 0.1 | き あか き あかり みどり みどり みどり みどり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう あじのレモンじょうり あじてんぷんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゅう れんごんのビリッとし ぷたにく つきこんにゃく★ れんこん さやいんげん みそ りょうりしゅ さとう こいくちしょうゆ★ | 数量 800 2066 404 42 2.53 1.33 1.56 1.50 | き あか あき きどり かきとどか き き | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ: アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト パブリカ あかピーマン グリンピース にんにく オリーブオイル しお コンソメ こしょう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう いわしのこうみフライ あぶら ツバディオ(にんにくにもごな ウインナー | ではん) 数量 60 61 10 55 50 0.2 0.4 0.0 206 50 50 10 10 10 10 10 10 10 10 10 1 | 料理 ききかどどどどどど あかくかき かかんかき か | 献立名 むぎではん こめ★ さがずかうにゅう ぎゅうにゅう しゅうまい しなさいさい はくさいさい はくさいさい にんにく つちとう こいくちしょうが さいくちしょうが こいそ リリンジャン しお あぶら | 数量 72 8 206 30 35 20 5 0.1 1.4 1 0.8 1 | 栄養 きき あかか みあかとどどう あかかりりりり | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド ② タラフライ あぶら キャペツ ちゅうのうソース きゅうにゅう コーングリームスー たまがいも フリームコーンかん にんじん コーン さやいんにがん さやいいに ジャウ これの これがにも フトン これがにも スー これがにも スー これがにした これがにした これがにした これがにした これがにした これがにいる これがいる | 数量 500 500 500 400 15 35 35 30 40 10 8 7 20 3 1 | き かき みどり あか かいきどどどどかか かりりりり | 献立名 しろごはん こめ★ きゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご あつやきたまご だいこんのうめ だいこん うめがつがしたいた うめかつがしたいた うけっぱしたいた うけっぱしたいた うけっぱしたいた ことう かしわのすきやき とりにく たまれぎ | 数量 800 206 600 100 1.5 0.1 0.2 0.2 25 65 25 15 20 | 栄養 き あか か が が が が が が が が が が が が が が が が が |
| 献立名 パン パン★ すゆうにゆう ぎゅうにゆう きのこスパゲティ スパゲティ スパゲティ スパゲティ にかじ エリンギ ほうれんそう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ カッキングワイン オリーブオイル | 数量 500 206 288 100 100 150 400 0.3 1.5 1 0.1 0.1 0.1 | き あか き あかどどり り り り り り み み ど ど り う み と ど り う み と が ら う み き き う と う と う と う と う と う と う と う と う と | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゆうにゆう ぎゅうにゆう あじのレモンじょうり あじてんぶんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゆう れんこんのどりッとし ぶたにく つきこんにゃく★ れんこん さやいんげん みそ りょうりしゅ さとう こいくちしょうゆ★ | 数量 800 2066 404 42 2.53 1.33 1.56 1.50 | き あか あき きどり かきとどか き き | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ) アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト パブリカ あかピーマン グリンピース にんにく オリーブオイル しお コンソメ こしょう きゅうにゅう ぎゅうにゅう いわしのこうみフライ あぶら | マイン 数40 60 60 60 12 0.2 0.4 0.1 0.02 206 55 50 50 50 50 50 50 50 50 50 | 料理 ききかいりりりりり あかかき ああめ | 献立名 むぎではん こめ★ むぎではっう ぎゅうにゅう どゅうまい しゅうまい はくさいさい はくさいさい にんにく にんにく つちとう こいくちしょうが さいくちしょうが さいくちしょうけ みそ りょうパンジャン しお あぶら わかめスープ | 数量 72 8 206 30 75 5 0.1 0.8 1 0.1 0.05 | 栄養 きき あか みあどどどき あか ききか | 献立名 パン パン★ フィッシュサンド ② タラフライ あぶら キャベツ ちゅうのうソース きゅうにゅう コーングリームスー ウまねぎ じゃかいも クリームコーンかん にんじん コーン とやうにゅう スキムミ★ コンソメ | 数量 50 50 50 50 50 50 50 5 | き かきい あかさ みみみみああき | 献立名 しろごはん こめ★ このすう ぎゅうにゅう きゅうにゅう あつやきたまご あつたんのうめあ だいこうし きりぼしたいた人 うめつおぶしようゆ★ かつすくち いこくち いしたいくなし なくち いしたいく はくまなぎ やきこんにゃく★ | 数量 800 206 600 100 1.5 0.1 0.2 0.2 25 65 25 15 20 | 栄養 き あかか みみどどがかき かどどかかきがりりかきがらいた。 |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう きゅうにゅう きのこスパゲティ スパゲティ スパゲティ ベーコン しめじ ほうれんそう たまねぎ にんじん にんじん にんにく うすぐちしょうゆ オリーブオイル コンソメスープ とりにく | 数量 500 206 288 100 100 150 400 0.3 1.5 1 0.1 0.1 0.1 | き あか き あかどがとがどり き あど みみみみみ | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう あじのレモンじょうり あじのレモンじょうり あじてんぷんつき あぶら こいくちしょうゆ★ ぶたにく つきんんのビリッとし ぶたにく れんこん さやいんげん みそ りょうりしゅ さとう こいくちしょうゆ★ いちみとうがらし | 数量 80 206 40 4 2 2.5 1.3 12 10 20 5 1.5 1.5 0.8 0.01 | き あかかき きい かきいりりかか き き | 14日(火)ス・献立名 アロス・コンブルボ(たこ:アルファかまい アルファかもちごめ たこ カットトマト パプリカ あかピーマン グリンピース にんにく オリーブオイル しお コンリメ こしょう ぎゅうにゅう ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | ではん) 数量 60 61 12 10 55 50 0.2 0.4 0.1 0.02 206 71 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 | 料理 ききかどどどどどき あいかき ああき | 献立名 むぎではん こめ★ むぎでうにゅう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうまい はくさいのは はくさいにく にらにく こちたく こかが さいくちしょうが さいくちしょうが さいくちしょうけ みそ りょうリしゅ トウカンジャン しお あぶら わかめスープ | 数量 72 8 206 30 35 20 0.1 0.8 1 0.8 0.1 0.05 0.1 | 栄養 きき あ あ みみみどどき あ か が がかりがい も か き か | 献立名 パン パシ★ フィッシュサンド | 数量 500 500 500 400 15 35 35 30 40 10 8 7 20 3 1 | き あきり あ あみき みみみみああき き | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あつやきたまご あつやきたまご だいこんのうめあ だいこん うめではにない大 かつおぶし うせくちしょうゆ★ とりにく はくまなさ いとない たまをき とりにく にくまなぎ いとこん こが | 数量 206 60 40 1,5 0,1 0,2 0,2 25 65 55 15 20 13 6 | 栄養三色 き あか か ひどりりり か き かんどどか き かんじい かきり |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きのこスパゲティ スペーコンしめじ エリンギ ほうれんぞう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ★ しお こしょう クッキングワイン オリーブオイル コンソメスープ とりにく キャベツ | 数量 500 206 288 100 10 10 0.3 1.5 1 0.1 0.1 0.1 0.1 | き あか き あかどりり り みみどどり も かりき あがき | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう あじのレモンじょうり あじのレモンじょうり あじてんぷんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゅう れんこんのビリッとし ぶたにく つきこんにゃく★ れんこん さやいんげん みそ りょうりしゅ さとう こいくちしょうゆ★ あぶら にゅうめん | 数量 80 206 40 4 2 2.5 1.3 12 10 20 5 1.5 1.5 0.8 0.01 | き か かき きど かきどどかか き き き | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ)アルファかもちごめたこカットトマトパプリカあかピーマングリンピースにんにくオリー コンソメこしょうぎゅうにゅう ぎゅうにゅう いわしのこうみフライあぶら ツバデアル(にんにくたまごと じゃがいも | ペイン 数量 600 600 1200 550 0.200 200 200 200 200 200 200 | 料理 ききかどどどどどき あがかき かあきどり | 献立名 むぎではん こめ★ むぎ きゅうにゅう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうまい はくさい ぶたにく にらしょうが さとう こいくちしょうゆ トウバン しお あぶら わかめスープ かんそうわかめ | 数量 72 8 206 30 5 0.1 0.1 0.8 1 0.0 0.1 0.05 | 栄養 きき あ あ か どがどどき か き あ か が が が が が が が う り り り り り り り り り り り り | 献立名 パン パシ★ フィッシュサンド | 数量 50 50 50 50 50 50 50 5 | き あきり あ あみき みみみみああき き | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゆう ぎゅうにゆう あつやきたまご あつとんの きゅうばしんの きゅうばしていこん うかでしたいこん うかでしたいこん うかでしたいこん うかでもたまご だいこん うかではしたいこん うかではしたいこん うないとう かしわのすきやき とりにくい たまきどこう たいこおおれき★ | 数量 206 60 40 1,5 0,1 0,2 0,2 25 65 55 15 20 13 6 | 栄養 き あか みみみみあ き あかどどがか き かどどどがか き かんどういりりり |
| 献立名 パン パン★ すゆうにゆう ぎゅうにゆう きのこスパゲティ スパゲティ スパゲティ へーコン はめじ エリンギ ほうれんそう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ オリーブオイル コンソメ とり とりいく といく といく といく さゃべい といいも | 数量 500 206 288 100 100 150 400 0.3 1.5 100 0.1 | き あか き あみどどど と と と と と と と と と と と と と と と と と と | 献立名 しろごはん この★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あじのレモンじょうゆ あじてんぶんつき あぶら こいくちしょうゆ★ さとう レモンかじゅう れんこんのピリッとい ぶたにく つきこんにゃく★ れんこん さやいんげん みそ りょうりしゅ こいくちしょうゆ★ あぶら こいくちしょうり★ たったのようがらし にゅうめん そうめんのふし★ | 数量 800 2066 400 400 400 400 10 | き かかかき きどり かきどどか き きかか | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ)アルファかまいアルファかもちごめたこカットトマトバブリカあかピーマングリンピースにんにブオイルしおフィン・ラックにゆうでゆうにゆうでいわしのこうみフライあぶら | ペイン 数量 100 60 60 12 10 5 5 0.2 0.4 0.1 0.02 206 206 10 206 200 200 200 200 200 200 200 200 20 | 料理 ききかどどどどき あずかき かあきどき | 献立名 むぎではん こめ★ むぎ きゅうにゅう ぎゅうにゅう しゅうまい しゅうのとりからい はくさい ぶたにく にらんにく つちしょうが さとう こいくちしょうゆ みようりしゅ トウバン しお あぶら わかめスープ かんそうわかめ とうふ | 数量 72 8 206 30 35 20 5 0 0.1 0.8 1 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.1 0.0 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0 | 栄養 きき あ あ みあみみみ あ き ああ | 献立名 パン パシ★ フィッシュサンド | 数量 50 50 50 50 50 50 50 5 | き あきり あ あみき みみみみああき き | 献立名 しろごはん この★ をゆうできたますのう あつやきたままであ だいゆう あつやきたままであ だいいこう うがしたいいこう さいこん うがつくちしよう かいつくちし いいない いいない かいつくちし いいない いいない ないない ないない ないない ないない ないない ない | 数量 206 60 7 40 10 1.5 0.1 0.2 0.2 25 65 25 15 20 13 60 60 60 60 60 60 60 60 | 栄養 き あか みみみみあ き が き どどどどか き が き どどどどか き が き と ど ど ど と が り り り り り り り り り り り り り り り り り り |
| 献立名 パン パン★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きのこスパゲティ スパーコン しめじ エリンギ ほうれんぞう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ★ しお コンソメ オリーブオイル コンソメスープ とりにく じゃがいも ブロッコー コンソメ | 数量 206 206 100 100 100 1.5 100 1.5 100 100 1.5 100 | き あか き あかどどどどどどり き あどきどど かり りりりりりり も みみと かど も か り り り り り り り り り り り り り り り り り り | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう あじのゆう あじのレモンじょうり あじのレモンじょうり あじてんぷんつき あぶら こいくちしょうゆ★ ぶたにく つきんんのビリッとし ぶたにくん れたんのビリッとし ぶたらしょうけん みそ りょうりしゅ さとう こいざらしょうけん そうめんのふし★ あぶら にゅうめん そうめんのふし あぶまば たまねぎ | 数量 800 2066 400 400 400 200 100 | き かかかき きど かきどどか き き ああびり | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ)アルファかもいったこカットトマトパプリカ ありピーマスにんにくオリーマングリンド・フィン・ブルボ(ループ・オールーン・フィー・フィー・フィー・フィー・フィー・フィー・フィー・フィー・フィー・フィー | ペイン 数量 100 60 612 100 0.2 0.2 0.4 100 200 200 200 200 200 200 200 200 200 | 料理 ききかどどどどどき あいかかき かかきどきど | 献立名 むぎではん こめ★ むぎ きゅうにゅう ぎゅうにゅう じゅうまい はくさいさい はくさいさい にんにく つちとう こいそ りりンジー しゅう あぶらスープ かんふ。 あるが、あるが、あるが、大 えのきたけ | 72 8 206 30 10 10 10 10 10 10 10 | 栄養 きき あ あ みあみみみ あ き あああどど き か か りかりりり | 献立名 パン パシ★ フィッシュサンド | 数量 50 50 50 50 50 50 50 5 | き あきり あ あみき みみみみああき き | 献はん この★ まゆうにゆう ぎゅうにゆう あつやきたまご たいこんん きゅりはしったいこん たっけばしゃっかすがいこん かかすくちしい いっかすなちにいい いっかすない いっかすない たいにい たいいこん かいしい いっかすない たいとい たいこん たいにい たっかしい たい たいし たい たい たい たい たい たい たい たい たい たい たい たい たい | 数量 206 206 40 10 1.5 0.1 0.2 0.2 0.2 13 6 10 7 7 1 3 | 栄養 き あか かいりいか き あかどどどき あかか かりりりかき かいりがき かいりりりり |
| 献立名 パン パン★ すゆうにゆう ぎゅうにゆう ぎゅうにいるう きのこスパゲティ スパゲティ スパゲティ へしめじ エリンギ ほうれんそう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ オリーブオイル コンソメ とりに どやがいも ブロッン コンソメ うすくちしょうゆ オヤベツ | 数量 | き あか き あかどどどどり りりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゆうにゆう ぎゅうにゆう あじのレモンじょうけ あじがら こいくうしょうゆ★ さとう レモンかじゆう れんこんのピリッとい ぶたにく つきこんにゃく★ れんさんが けん。みそうがらし にゅうめんのふし★ あぶちみとうがらし にゅうめんのふし★ あぶちまさたけ | 数量 2006 2006 400 400 400 2.55 1.30 1.5 | き かくかき きど かきどどか き き きかかどどり | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ)アルファかもいったこカットトマトバブリカ あかピーマスにんにブオイルしお フィットにく オリーフィック でゆうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かいわしのこうみフライ あぶら ウイまご いち たまご ウイまご いち という アル・ファル にんにく オリーフィック・オー たまがいも たまねぎ クルトにく コンソメ オリーブイル オリーブイル マン・ファーク はいいしゃ ス・フィック はいいしゃ ス・フィック・ス・フィック・ス・フィック・ス・フィック・ス・フィック・ス・フィック・ス・フィック・ス・フィック・ス・フィック・ス・フィック・ス・フィック・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス | マイン 数量 60 62 10 55 50.22 0.44 0.1 0.02 206 57 50 20 206 20 30 3 3 0.55 0.1 0.01 0.02 0.1 0.02 0.1 0.02 0.1 0.02 0.1 0.02 0.1 0.02 0.1 0.02 0.1 0.02 0.1 0.02 0.1 0.02 0.1 0.02 0.1 0.0 0.0 | 料理 ききかどどどどどき あがかき かきどきど き | 献立名 むぎではん こめ★ むぎではん こめが きゅうにゅう ぎゅうにゅう じゅうまい しゅういのとりからい はべさいさい にらいたしょう こいそうけい といく カようりしゅ わかがるこうか かとうふ あぶら カケかんそうが あがめるこん あがかんそうが たいのきたけ にんじんしん | 数量 72 8 206 30 75 75 75 75 75 75 75 7 | 栄養 きき あ あ みあみみみ あ き あああみみどど と か か りかりりり | 献立名 パン パシ★ フィッシュサンド | 数量 50 50 50 50 50 50 50 5 | き あきり あ あみき みみみみああき き | 献はん こが★ こがはん こが★ きゅうにゅう きゅうにゅう あつやきたまご だいこんの きゅうにしている さいっさい さいはしまご がいっけ きりがついる さいとう かいすくら かいしわのす といくさい たされる こがまさこと ないとばう ないいと ないいと ないいと ないいと ないいと ないいと ないいと ないい | 数量 206 60 7 40 1.5 0.1 0.2 0.2 25 65 25 15 20 13 60 7 7 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 | 栄養 き あか かとどどどか き あかみさい りりりり かいりりがき かいりりりり かいりがき かいりりりりり |
| 献立名 パン パン★ きゅうにゆう きゅうにゆう きのこスパゲティ スパゲティ スパゲティ スパゲティ スパゲティ にかける にかける にかける にかける にかける にかける にかける にかける | 数量 50 206 28 10 10 15 40 10 0.3 1.5 10 10 10 10 10 10 10 1 | き あか き あかどどどどり りりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あじのレモンじょうけ あじがらこいくちしょうゆ★ こいくちしょうけ れんごんのビリッとし ぶたんにく つきこんにや つきこんにや いんげん みそうりしゅ こいぐちしょうゆ★ あぶら こいくちしょうゆ あいぶら いちのめん いちのめん あくうがらし にゅうめん あいばれ かままれきだった。 | 数量 206 40 40 42 2.5 1.3 1.5 1 | き かくかき きどがか き き きかかとどいか き きかかりりり | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ)アルファかもちごめたこカットトマトバブリカあかピーマスにんにイオリーンとして、オリーンとして、オリーンという。 ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう いわしのこうみフライ あぶら ウバデ・アキ(にんにくにたまごん じゃまかいもたまかいもたまかいは フルトンにん コンノブオイルしお | 数量 10 10 10 10 10 10 10 1 | 料理 ききかどどどどどき あくかき ああきどきど き | 献立名 むぎではん こめぎ さゆうにゆう ぎゅうにゅう じゅうまい しゅうです。 しゅうではない にないさい はなたくさい にらい にらい こと いる いっちと いる いっちい いっちい いっちい いっちい いっちい いっちい いっちい い | 数量 72 8 206 30 5 0.1 0.1 0.8 1 0.05 0.1 0.5 5 30 0.1 0.05 0.1 0.5 5 5 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 | 栄養 きき あ あ みあみみみ あ き あああみどどど か か りかりりり | 献立名 パン パシ★ フィッシュサンド | 数量 50 50 50 50 50 50 50 5 | き あきり あ あみき みみみみああき き | 献立名 しろごはん こめ★ きゅうにゅう きゅうにゅう あつやきたまご あつたいこう きゅりぼしーぶしん うかつすどうしたいこと かいすくう かしわのく はくまさられた ませいとなっ あいしれた とりはくまさらい まさとう あいしかっく ないされる あいじ★ ないとは あいしち ない まさとん しめつくちし おいしは 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 | 数量 206 600 1.5 0.1 0.2 0.2 25 65 25 15 20 13 60 7 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 | 栄養 き あ か みみみみあ き あみみあ みみみみ き かいりりりり かいじかき どどどどき き |
| 献立名 パン パン★ きゅうにゆう きのこスパゲティ スパゲティ スパゲティ スパゲティ スパガティ スパガティ スパガティ ストカロ はまりれんぞう たまねぎ にんじん にんじん うすくちしょう クッキーブメスープ とりにべい じゃいいも ブローン コンソメ ちしょう カボら こしょう | 数量 | き あか き あかどどどどり りりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりりり | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう あじいゆう あじのレモンじょうり あじのしてんぷんっさっ あいくちしょうゆ れるこんのビリッとし ぶたこくん ことう してもいんがん みそ りょううちしょうがら しいぶらみとうがらし にゅうめん そうがらあが かままれきたけ たんおおさ あおれるさ あがれることう | 数量 2060 2060 44 | き かいかき きど かきどどがか き き あかなどとどいか | 14日(火)ス・献立名 (火)ス・献立名 アロス・コンブルボ(たこ) アルファかもちごめ たっと フット・トマト パブリカ あかいピーマス にく オリー にて オル しお コンしょう きゅうににく オル しのこうみ フ・ハー・ア・イン こしょう ア・ド・ア・イン こしょう きゅうにんにく オーナー たまがい もたまれ と フッパデアはにんにくとままで じゃま ねぎ フルトにく メオリカ パウダー オリカパウダー | マイン 数量 60 62 10 55 0.2 0.4 0.1 0.02 206 7 50 10 20 20 20 30 30 55 55 55 55 50 20 20 20 20 30 30 30 30 30 30 30 30 30 3 | 料果 あみみみみみ あどがあき ああきどきど きど き どか かくがき かかき かかき かき かかき かかき かかき かりりりりりりりりりりりりり | 献立名 むぎでよ こめぎでいゆう ぎゅうにゅう じゅううまい しなさいでにく しなさいにく にんちらう こといそうりもう あいのきた いっつき この大 のった いった いった いった いった いった いった いった いった いった い | 72 8 206 300 5 0.1 0.4 1 0.5 5 30 10 7 5 1 | 栄養 きき あ みあみみみ あ き あああみみみみ き か か りかりりり | 献立名 パン パシ★ フィッシュサンド | 数量 50 50 50 50 50 50 50 5 | き あきり あ あみき みみみみああき き | 献はん こがまたまかり あつやきたまますが だいいっうですりがにいていたい うがったいにつうばしていたい うがっすとうがしたい うがっすとうが かいかっすとうが といくされる かいない ないとうが といくない ないとうない あいとうない あいとうない あいとういと あいとういと ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく | 数量 80 206 40 1.5 0.1 0.2 25 65 25 15 20 13 6 10 7 7 1 3 2 0.5 | 栄養 き あ みみみみあ き あみみあ みみみみき き か か りりりり かき かいどどどどき き かいりりかき かりりりりり |
| 献立名 パン ポン大 ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きのこんパケティ スパーコンしめじ エリンギ ほうれんそう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ カンソメ ししょう クッキーブオイル コンソメスープ とりにべ じゃがいも ブローコーン コンソメ うすぶら こしょう ブルーベリーシャム(| 数量 206 28 10 10 10 15 40 0.3 1.5 1 0.0 1 0.1 1 0.0 0.0 | き あか きかどどどどどど き あどきどど き かりりりりりりり き かっ みみ みみ みみ みみ み ろ と ど と と と と と と と と と と と と と と と と と | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう あじのゆう あじのりとこれのでしている あいてもしまうゆ あじていたっ していたいとうしまうゆ れんこんのビリッとし ぶさらしまうかしか いかっ いたっ こいとう してんん ことしたい ことしたい ことした ことした ことした ことした ことした ことした こと こと こと こと こと こと こと こと こと こと こと こと こと | 数80 206 40 42 2.55 1.5 1 0.8 0.01 7.5 1 0.8 1.5 1 0.8 1.5 1 0.5 1 | き かかかき きどかかき き きかかどどどどど | 14日(火)ス・献立名 アロス・コン・ブルボ(たこ)アルファかもちごめたこカットトマトバブリカあかピーマスにんにイオリーンとして、オリーンとして、オリーンという。 ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう いわしのこうみフライ あぶら ウバデ・アキ(にんにくにたまごん じゃまかいもたまかいもたまかいは フルトンにん コンノブオイルしお | 数量 10 10 10 10 10 10 10 1 | 料果 あみみみみみ あどがあき ああきどきど きど き どか かくがき かかき かかき かき かかき かかき かかき かりりりりりりりりりりりりり | 献立名 むぎびはん こめ★ むぎではん こめぎではらう ぎゅうにゅう ぎゅうまい しゅうまい はくさいさい にく にんしたしう こいそうしゅう とううよい とう こいそうしゅう トウカがあるう かんふ あがいのきじん あおゆうちしん あおゆうちしん あおゆうちしん あおゆうちした あがらすっすゆ | 数量 72 8 206 300 5 5 0.1 0.1 0.8 1 0.05 25 5 0.1 0.05 5 0.1 0.05 5 5 0.1 0.05 5 5 5 5 5 5 5 5 5 | 栄養 きき あ みあみみみ あ き あああみみみみ あ き かかかりりりり | 献立名 パン パシ★ フィッシュサンド | 数量 50 50 50 50 50 50 50 5 | き あきり あ あみき みみみみああき き | 献はん この★ まゆうににゆう きゅうににゆう あってきたまかあ たいこり きゅりがしたいこり さいかけばしていた さいりめつすくたいこう たいにいた かいけいたいた かいけいさいた かいけいさいない ないとしたいいこか かいという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないとした ないと ないいころ ないころ な | 数量 206 60 40 10 1.5 0.1 0.2 0.2 25 15 20 10 7 1 3 2 0.5 0.5 0.5 0.0 0.5 0 | 栄養 き あか かいりりりか き かいじん かいりりり かいがん かいりりりり き かいがい き きき き かいりりりり き かいりり りりりりり き かいりり りりりり き かいりり かいりり |
| 献立名 パン パン★ きゅうにゆう きゅうにゆう きのこスパゲティ スパゲティ スパゲティ スパゲティ スパガラコ しめじ ほうれんさん たまれき にんじん にくくうすくちしょう クッキーブスープ とりにべい じゃついは コーンソメ うすくちしょう カボらし あぶよう | 数量 206 28 10 10 10 15 40 0.3 1.5 1 0.0 1 0.1 1 0.0 0.0 | き あか きかどどどどどど き あどきどど き かりりりりりりり き かっ みみ みみ みみ みみ み ろ と ど と と と と と と と と と と と と と と と と と | 献立名 しろごはん この★ ぎゆうにゆう ぎゅうにゆう あじのレモンがの あじのいたがら こいくう レモンかがしゅうが れたこんのピリッとい ぶたこんにく つきんにく つきんにく さいんが かままうがらし にゅうめんのぶ★ かままるとうがらし にあるがんのいとし あがらこいだら ないちのがらし たっからんが あいちみとうがらし たっかんのが たまさきたけ にあるとしたん あおしたっちしん あおはで かっちんとん あがり いにゅうかん あがしたし あがしたした あがして あがりつき | 数数 206 40 4 2 2.5 1. | き かかかき きど かきどどか き き ああみみみみ | 14日(火)ス・献立名 (火)ス・献立名 アロス・コンブルボ(たこ) アルファかもちごめ たっと フット・トマト パブリカ あかいピーマス にく オリー にて オル しお コンしょう きゅうににく オル しのこうみ フ・ハー・ア・イン こしょう ア・ド・ア・イン こしょう きゅうにんにく オーナー たまがい もたまれ と フッパデアはにんにくとままで じゃま ねぎ フルトにく メオリカ パウダー オリカパウダー | マイン 数量 60 62 10 55 0.2 0.4 0.1 0.02 206 7 50 10 20 20 20 30 30 55 55 55 55 50 20 20 20 20 30 30 30 30 30 30 30 30 30 3 | 料果 あみみみみみ あどがあき ああきどきど きど き どか かくがき かかき かかき かき かかき かかき かかき かりりりりりりりりりりりりり | 献立名 むぎではん こめき きゅうにゅう ぎゅうにゅう じゅうきい しゅういかい はでいたい はでいたい にいて にいて にいて にらんにくうが さいいそう にいて いっさい なが いっさい なが いっさい なが なが の ない の ない の ない の ない の ない の ない の | 数量 | 栄養 きき あ あ みあみみみ あ き あああみみみみ き も か か りかりりり き | 献立名 パン パシ★ フィッシュサンド | 数量 50 50 50 50 50 50 50 5 | き あきり あ あみき みみみみああき き | 献はん こがまたまかり あつやきたまますが だいいっうですりがにいていたい うがったいにつうばしていたい うがっすとうがしたい うがっすとうが かいかっすとうが といくされる かいない ないとうが といくない ないとうない あいとうない あいとうない あいとういと あいとういと ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく ないとういく | 数量 80 206 40 1.5 0.1 0.2 25 65 25 15 20 13 6 10 7 7 1 3 2 0.5 | 栄養 き あか かいりりりか き かいじん かいりりり かいがん かいりりりり き かいがい き きき き かいりりりり き かいりり りりりりり き かいりり りりりり き かいりり かいりり |
| 献立名 パン ボット でゆうにゆう ぎゅうにゅう きのこんパケティ スパゲティ スパゲティ こりンギ ほうれんぞう たまねぎ にんにく うすくちしょうゆ カンソメ ししょうグワイン オリーブオイル コンソメス・ア じゃがいも ブローン コンソメ うすぶら こしょう ブルーベリーシャム(| 数量 206 28 10 10 10 15 40 0.3 1.5 1 0.0 1 0.1 1 0.0 0.0 | き あか きかどどどどどど き あどきどど き かりりりりりりり き かっ みみ みみ みみ みみ み ろ と ど と と と と と と と と と と と と と と と と と | 献立名 しろごはん こめ★ ぎゅうにゅう あじのゆう あじのりとこれのでしている あいてもしまうゆ あじていたっ していたいとうしまうゆ れんこんのビリッとし ぶさらしまうかしか いかっ いたっ こいとう してんん ことしたい ことしたい ことした ことした ことした ことした ことした ことした こと こと こと こと こと こと こと こと こと こと こと こと こと | 数80 206 40 42 2.55 1.5 1 0.8 0.01 7.5 1 0.8 1.5 1 0.8 1.5 1 0.5 1 | き かかかき きど かきどどか き き ああみみみみ | 14日(火)ス・献立名 (火)ス・献立名 アロス・コンブルボ(たこ) アルファかもちごめ たっと フット・トマト パブリカ あかいピーマス にく オリー にて オル しお コンしょう きゅうににく オル しのこうみ フ・ハー・ア・イン こしょう ア・ド・ア・イン こしょう きゅうにんにく オーナー たまがい もたまれ と フッパデアはにんにくとままで じゃま ねぎ フルトにく メオリカ パウダー オリカパウダー | マイン 数量 60 62 10 55 0.2 0.4 0.1 0.02 206 7 50 10 20 20 20 30 30 55 55 55 55 50 20 20 20 20 30 30 30 30 30 30 30 30 30 3 | 料果 あみみみみみ あどがあき ああきどきど きど き どか かくがき かかき かかき かき かかき かかき かかき かりりりりりりりりりりりりり | 献立名 むぎで★ まゆうにゆう でゆうでは、 はなぎではない にかずいにない にないでい にないでい にないでい にない にない にない にない にない にない にない にない にない たらん にし ない たらい たっ 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 | 数量 72 8 206 35 20 5 0.1 0.05 5 30 10 0.1 0.5 5 1 0.5 1 0.5 0.1 0.5 1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 0.1 0.5 | 栄養 きき あ あ みあみみみ あ き あああみみみみ き も か か りかりりり き | 献立名 パン パシ★ フィッシュサンド | 数量 50 50 50 50 50 50 50 5 | き あきり あ あみき みみみみああき き | 献はん この★ まゆうににゆう きゅうににゆう あってきたまかあ たいこり きゅりがしたいこり さいかけばしていた さいりめつすくたいこう たいにいた かいけいたいた かいけいさいた かいけいさいない ないとしたいいこか かいという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないとした ないと ないいころ ないころ な | 数量 206 60 40 10 1.5 0.1 0.2 0.2 25 15 20 10 7 1 3 2 0.5 0.5 0.5 0.0 0.5 0 | 栄養 き あか かいりりりか き かいじん かいりりり かいがん かいりりりり き かいがい き きき き かいりりりり き かいりり りりりりり き かいりり りりりり き かいりり かいりり |
| 献立名 パン ポン大 ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きのこんパケティ スパーコンしめじ エリンギ ほうれんそう たまねぎ にんじん にんにく うすくちしょうゆ カンソメ ししょう クッキーブオイル コンソメスープ とりにべ じゃがいも ブローコーン コンソメ うすぶら こしょう ブルーベリーシャム(| 数量 206 28 10 10 10 15 40 0.3 1.5 1 0.0 1 0.1 1 0.0 0.0 | き あか きかどどどどどど き あどきどど き かりりりりりりり き かっ みみ みみ みみ みみ み ろ と ど と と と と と と と と と と と と と と と と と | 献立名 しろごはん この★ ぎゆうにゆう ぎゅうにゆう あじのレモンがの あじのいたがら こいくう レモンかがしゅうが れたこんのピリッとい ぶたこんにく つきんにく つきんにく さいんが かままうがらし にゅうめんのぶ★ かままるとうがらし にあるがんのいとし あがらこいだら ないちのがらし たっからんが あいちみとうがらし たっかんのが たまさきたけ にあるとしたん あおしたっちしん あおはで かっちんとん あがり いにゅうかん あがしたし あがしたした あがして あがりつき | 数数 206 40 4 2 2.5 1. | き かかかき きど かきどどか き き ああみみみみ | 14日(火)ス・献立名 (火)ス・献立名 アロス・コンブルボ(たこ) アルファかもちごめ たっと フット・トマト パブリカ あかいピーマス にく オリー にて オル しお コンしょう きゅうににく オル しのこうみ フ・ハー・ア・イン こしょう ア・ド・ア・イン こしょう きゅうにんにく オーナー たまがい もたまれ と フッパデアはにんにくとままで じゃま ねぎ フルトにく メオリカ パウダー オリカパウダー | マイン 数量 60 62 10 55 0.2 0.4 0.1 0.02 206 7 50 10 20 20 20 30 30 55 55 55 55 50 20 20 20 20 30 30 30 30 30 30 30 30 30 3 | 料果 あみみみみみ あどがあき ああきどきど きど き どか かくがき かかき かかき かき かかき かかき かかき かりりりりりりりりりりりりり | 献立名 むぎではん こめき きゅうにゅう ぎゅうにゅう じゅうきい しゅういかい はでいたい はでいたい にいて にいて にいて にらんにくうが さいいそう にいて いっさい なが いっさい なが いっさい なが なが の ない の ない の ない の ない の ない の ない の | 72 8 206 30 5 0 1 1 4 1 1 1 1 1 1 1 | 栄養 きき か か どかどどどき か き かかかどどどど き色 | 献立名 パン パシ★ フィッシュサンド | 数量 50 50 50 50 50 50 50 5 | き あきり あ あみき みみみみああき き | 献はん この★ まゆうににゆう きゅうににゆう あってきたまかあ たいこり きゅりがしたいこり さいかけばしていた さいりめつすくたいこう たいにいた かいけいたいた かいけいさいた かいけいさいない ないとしたいいこか かいという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないという ないとした ないと ないいころ ないころ な | 数量 206 60 40 10 1.5 0.1 0.2 0.2 25 15 20 10 7 1 3 2 0.5 0.5 0.5 0.0 0.5 0 | 栄養 き あか かいりりりか き かいじん かいりりり かいがん かいりりりり き かいがい き きき き かいりりりり き かいりり りりりりり き かいりり りりりり き かいりり かいりり |

なられる

●しろごはん …奈良巣麓の「コシヒカリ」「ひとめぼれ」を使っています。

- ●ぎゅうにゅう
- あつやきたまご
- ●だいこんのうめあえ…奈良賞釐の「褐」を従います。
- ●かしわのすきやき…券養菓の郷主料準です。「かしわ」とは、鶏肉のことを意味します。 条食菓で作られた「いとこんにゃく」「麩」「しめじ」「簀ねぎ」を従います。

IO月IO白は自の愛護デー

ブルーベリーには、 渡れ 自に 効果のあるといわれる「アントシアニン」が答まれています。 9° 自に「ブルーベリージャム」を つけています。 首を 大切にしましょう。



| 20日(月) | | ●21日(火) | | 22日(水)ふるさと給食長野県 | | | ●23日(木) | | | ●24日(金) | | | 29日(水)おはなし給食 | | | | |
|-------------|------------|---------|-------------------|-----------------|------|-----------|---------|------|-----------|------------|------|---------------------------------|--------------|------------|-----------|----------|------|
| 献立名 | 数量 | 栄養三色 | 献立名 | 数量 | 栄養三色 | 献立名 | 数量 | 栄養三色 | | 数量 | 栄養三色 | 献立名 | 数量 | 栄養三色 | 献立名 | 数量 | 栄養三色 |
| しろごはん | | | きなこあげパン | | | きむたくごはん | | | こめこパン★ | | | むぎごはん | | į | さつまいもごはん | | |
| こめ★ | 80 | き | パン★ | 50 | | アルファかまい | 62 | | こめこパン★ | 50 | き | こめ★ | 72 | き | アルファかまい | 60 | |
| ぎゅうにゅう | | | きなこ | 2.5 | あか | アルファかもちごめ | 7 | き | ぎゅうにゅう | | | むぎ | 8 | き | アルファかもちごめ | 7 | き |
| ぎゅうにゅう | 206 | あか | さとう | 1.8 | き | ベーコン | 12 | | | 206 | あか | ぎゅうにゅう | | Î | さつまいも | 25 | き |
| さばのみそに 🦭 | 7 | | グラニューとう | 1.3 | き | はくさいキムチ | 23 | みどり | あじナゲット 💇 | 37 |] | ぎゅうにゅう | 206 | あか | りょうりしゅ | - 1 | |
| さばのきりみ | 50 | あか | しお | 0.01 | ŀ | たくあん | 7 | みどり | あじナゲット | 40 | あか | チキンカレー | | 1 | しお | 0.5 | |
| つちしょうが | 2 | みどり | あぶら | 5 | き | つぼづけ | 7 | みどり | あぶら | 4 | | とりにく | 20 | あか | あぶら | 0.1 | き |
| しろねぎ | 5 | みどり | ぎゅうにゅう | | ļ | うすくちしょうゆ★ | - 1 | | ブロッコリーのソラ | ŕ- | ļ | クッキングワイン | - 1 | <u> </u> | ぎゅうにゅう | | |
| みそ | 4 | あか | ぎゅうにゅう | 206 | あか | あぶら | 0.3 | き | ブロッコリー | 40 | みどり | にんにく | 0.2 | みどり | ぎゅうにゅう | 206 | あか |
| さとう | 3.2 | き | ポークチャップ | | | ぎゅうにゅう | | | ベーコン | 4 | あか | つちしょうが | 0.2 | みどり | にしんのかんろに | (P) | 7 |
| りょうりしゅ | 3 | | ぶたにく | 35 | あか | ぎゅうにゅう | 206 | あか | うすくちしょうゆ★ | 0.5 | ļ | じゃがいも | 50 | き | にしんのかんろに | 40 | あか |
| こいくちしょうゆ★ | 0.1 | | たまねぎ | 10 | みどり | こんさいつくね | | | あぶら | 0.2 | き | たまねぎ | 60 | みどり | がんもどきのにもの | か | |
| きりぼしだいこんのいた | きめに | | さやいんげん | 10 | みどり | こんさいつくね | 50 | あか | ミネストローネ | | | にんじん | 15 | みどり | がんもどき | 25 | あか |
| きりぼしだいこん | 4 | みどり | トマトケチャップ | 7 | ļ | おおびら | | | ウインナー | 15 | あか | えだまめ | 5 | みどり | とりにく | 20 | あか |
| ベーコン | 3 | あか | さとう | 1.8 | き | とりにく | 18 | あか | たまねぎ | 30 | みどり | コンソメ | - 1 | ļ | だいこん | 30 | みどり |
| にんじん | 10 | みどり | ウスターソース | 1 | İ | あつあげ | 25 | あか | じゃがいも | 20 | き | カレールウ★ | 7 | き | にんじん | 18 | みどり |
| こまつな | 10 | みどり | クッキングワイン | 1 1 | ļ | だいこん | 30 | みどり | キャベツ | 20 | みどり | カレーフレーク | 7 | き | れんこん | 15 | みどり |
| こいくちしょうゆ★ | 1.3 | | す | 0.5 | i | さといも | 15 | き | カットトマト | 15 | みどり | カレーこ | 0.02 | 1 | たけのこ | 5 | みどり |
| さとう | 0.4 | き | _ こいくちしょうゆ★ | 0.5 | İ | ごぼう | 15 | みどり | にんじん | 5 | | こしょう | 0.02 | ĺ | えだまめ | | みどり |
| だしパック | 0.2 | | あぶら | 0.1 | き | いとこんにゃく★ | 10 | き | みずにだいず | 7 | あか | トマトケチャップ | 2 | ļ | こいくちしょうゆ★ | 1.8 | |
| あぶら | 0.1 | き | さつまいものこめこクリ- | ームに | } | にんじん | 10 | みどり | セロリ | 3 | みどり | ウスターソース | 0.5 | 1 | さとう | 1.8 | き |
| ぶたじる | | | さつまいも | 30 | | | 0.3 | みどり | おおむぎ | 3 | | | 0.1 | き | みりん | - 1 | |
| ぶたにく | 15 | | とりにく | 20 | | だしパック | - 1 | | | 0.3 | | げんきサラダ | | | だしのもと | 0.05 | |
| とうふ | 25 | | たまねぎ | 40 | | うすくちしょうゆ★ | 3 | | トマトケチャップ | 7 | ŀ | | 10 | | だしパック | 0.5 | |
| たまねぎ | 30 | | はくさい | 35 | | みりん | | | コンソメ | | ļ | キャベツ | 27 | | あぶら | 0.1 | き |
| ごぼう | | みどり | ほうれんそう | 15 | | | 0.5 | | うすくちしょうゆ★ | | | にんじん | 8 | | | ! | |
| しめじ | 5 | | にんじん | 12 | | あぶら | 0.1 | き | さとう | 0.2 | | きゅうり | 8 | みどり | | İ | |
| えのきたけ | 5 | | ぎゅうにゅう | 25 | | | | | | 0.2 | | コーン | 5 | みどり | | ĺ | |
| あおねぎ★ | 5 | | こめこ★ バター | 3 0.2 | | | | | こしょう | 0.01 | ļ | しおこんぶ | ١ | あか | | ! | |
| みそ だしパック | 7.5 0.7 | | ハター コンソメ | | _ | | | | | İ | İ | かつおぶし トマトドレッシング | 0.5 | | | İ | |
| たしハック | 0.7 | Ť | カぶら | 2 0.1 | | | i i | | | İ | ļ | トマトトレッシンク ミニアセロラゼリ- | | <u>:</u> = | | İ | |
| めいひら | 0.1 | 3 | めいら こしょう | 0.01 | i - | | | | | 1 | ļ | ミニアセロラゼリー | | ŧ | | 1 | |
| 300 | *) | | 31日(金) お (| | | | ii | | | <u> </u> | l | | | | | <u> </u> | |
| | ` , | | | | | | | がっ | | <u>ن</u> ر | | きゅうしょ | < | ながの | | . | L |
| 献立名 | 数量 | 栄養三色 | 献立名 | 数量 | 栄養三色 | | | IO月 | 122日(火 | K) | ふる | さと給食 | ·~ | 裡哥· | 見~ | 4 | |

10月22日(火)ふるさと給食~長野県~

○きむたくごはん

______ きむたくごはんの「きむたく」は、「キムチ」と「たくあん」のことです。 っけものぶんか、はったっ 漬物文化が発達している長野県で子どもたちの漬物離れが進んでいる中、子 どもたちに、おいしく漬物を食べてもらいたいという想いから学校の栄養士 が考案した家庭 料 理だそうです。

○大平

までもほう かんこんそうさい 木曽地方で冠婚葬祭のときに食べる具沢山の煮物のことです。



10月14日(火)世界の料理~スペイン~

スペインは、年間を通して晴れの日が多く、じめじめすることがない気候で、とても 過ごしやすい国です。

スペイン料理は、素材の味を活かし、にんにくやオリーブオイルを使ったシンプル な調理が特徴です。「アロス・コン・プルポ」は、たこの炊き込みごはんのことです。 「ソパ・デ・アホ」は、がたくなったパンを使い、浸して作ったスープのことです。給食で は、「クルトン」を使っています。

おはなし給食

10月27日~11月9日 どくしょしゅうかん「読書週間」

きゅうしょく 給食では、読書間中に絵本を紹介する「おはなし給食」を実施します。

) 「読書の秋」です。本を読む機会になればと思います。

10月29日「おとうふやさん」

しろごはん

こめ★ ぎゅうにゅう

ぎゅうにゅう

ほうれんそう

かつおぶし

だししょうゆ

とうふ

きりぼしだいこん

わかめのおみそしる

かんそうわかめ

あぶらあげ★

だいこん

たまねぎ

にんじん

あおねぎ★

みそ だしパック

ほうれんそうのおひたし

はるまき

はるまき

はくさい

ぎゅうにゅう

ハンバーグ

えのきたけ

しめじ

コンソメ

-/ / さとう **ポトフ**

ぎゅうにゅう **にこみハンバーグ**

トマトケチャップ

ウスターソース

あらびきウインナ

じゃがいも

だいこん

キャベツ

たまねぎ

にんじん

あぶら

こしょう

ローリエ

コンソメ うすくちしょうゆ★

206

10 みどり

8

0.3

0.4

20 あか

45

35 みどり

30 みどり

35

15 みどり

0.8

0.2 き

0.02

0.01

みどり 5

みどり

80

206 あか

5

30 みどり

20 みどり

2 みどり

あか

あか

0.1

2.5

0.1

0.5 あか

> 25 あか

2

20 みどり

20 みどり みどり

5 みどり

7.5 あか

0.7

おとうふやさ

祚・絵:いいの まき

豆腐屋さんで、大豆がいっ ぱい入った桶を見つけたみっ ちゃん。翌日、朝草くから、豆 せてもらうことになりました。大 豆がどうやって豆腐へと変身 するのか、丁寧に描いた作品 です。



10月31日「おいしいおと」

食事を通して感じる「音」が 表現された絵本です。食べる 時の「普」に注目してみてくだ さい。春巻きやほうれん草、ごは ん、みそ汁はどんな「い」がする でしょう。

文:さんのみや まゆこ 絵:ふくしま あきえ

※27日(月)28日(火)は、体育大会の代休と予備日のため、給食はありません。