

# の献工表



## 令和元年6月発行

# 上府保育園

# √6月は食育月間です/

食育基本法は、平成17年6月に制定されました。そのた め、毎年6月は食育月間として、日頃の食について振り返 り、食への取り組み方を考える時期になっています。この 機会にご家庭でも食生活について話し合ったり、食に関す

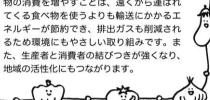


るイベントなどに足を運 んでみたりしてはいかが でしょう。

(いただきます ごちそうさま引用)

# ±地産±地消とは?

型 地産地消とは、地元で生産されたものを地 3 元で消費するという意味です。身近な食べ 物の消費を増やすことは、遠くから運ばれ てくる食べ物を使うよりも輸送にかかるエ ネルギーが節約でき、排出ガスも削減され るため環境にもやさしい取り組みです。ま た、生産者と消費者の結びつきが強くなり、



## 1日(土)

#### 五日寿司

「米、砂糖、塩、酢、人参 油揚げ、ごぼう、椎茸、醤油 きぬさや、昆布]

### 豆腐のすまし汁

[豆腐、玉葱、えのき、塩 いりこ、醤油]



	ye	(いただきます ごちそ			30-0-(((,1))	
		9			MIII	牛乳
	3日 (月)	4日 (火)	5日(水)	6日 (木)	7日 (金)	8日 (土)
	ご飯	五目うどん	ご飯	ご飯	ご飯	あなごご飯
	<b>麻婆豆腐</b> [豆腐、豚ミンチ、油、葱	[うどん、鶏肉、玉葱、葱 人参、椎茸、油揚げ、塩	魚の塩焼き	厚揚げと春雨の煮物	鶏肉のカレームニエル	[米、人参、ごぼう、あなご
	筍、人参、にんにく、玉葱	いりこ、醤油	[アジ、塩、トマト] ・えい	[厚揚げ、春雨、豚肉、玉葱  人参、干し椎茸、にら、生姜	[鶏肉、塩、小麦粉、トマト にんにく、カレー粉、油]	
	干し椎茸、味噌、醤油、生姜	じゃが芋のそぼろ煮	ぶどう豆 🌋	にんにく、酒、砂糖、みりん	卯の花の炒り煮	醤油、みりん、酒、のり]
	酒、砂糖、鶏がらだし] <b>きゅうりの中華和え</b>	[じゃが芋、豚ミンチ、油	[水煮大豆、レーズン	醤油、鶏がらだし]	[おから、人参、ごぼう、油	玉葱の味噌汁
	[きゅうり、ごま、ごま油	人参、砂糖、醤油、みりん グリーンピース]	砂糖、醤油]	ほうれん草の磯和え	さつま揚げ、醤油、葱	五心のうか。日)
	砂糖、醤油、酢]	キャベツのごまサラダ	けんちん汁	[ほうれん草、コーン、人参 のり]	砂糖、スキムミルク] <b>わかめスープ</b>	[豆腐、玉葱、えのき、葱
	あさりスープ [玉葱、人参、水煮あさり塩	「キャベツ、もやし、人参	[鶏肉、人参、里芋、ごぼう	キャベツの味噌汁		わかめ、いりこ、味噌]
	しめじ、醤油、鶏がらだし	ツナ、ごま、マヨネーズ]	こんにゃく、豆腐、葱、醤油	[キャベツ、玉葱、いりこ	人参、塩、鶏がらだし	15/3 65( 1/5 C( 4)(-6)
<b> </b>	塩〕	<b> 果物</b>	塩、いりこ、玉葱、油揚げ]	人参、椎茸、油揚げ、味噌]	醤油] <b>果物</b>	果物
	百玉団子の三色かけ	ゆかりおにぎり	メロンパン	チーズピザ	あじさいゼリー	菓子 ( ) ( ) ( ) ( )
おやつ	[白玉粉、ヨーグルト あんこ、いちごソース]	[米、ゆかり粉] の	[ロールパン、ミックス粉 レモン、バター、砂糖]	[ピザ生地、チーズ]	[ヨーグルト、寒天、砂糖 グレープジュース	
	ウエハース	チーズ	<b>牛乳</b>	牛乳	クラッカー]	件乳
	10日 (月)	11日 (火)	12日 (水)	13日 (木)	14日 (金)	15日 (土)
	麦入りわかめご飯	和風スパグティー	ご飯	三色丼	ご飯	カレーピラフ
	[米、押し麦、わかめふりかけ]	[スパゲティー、ベーコン	豆腐ナゲット	[米、鶏ミンチ、生姜、醤油	魚のパン粉マヨ焼き	[米、エビ、ウインナー、塩
	豆腐のあんかけ	水煮あさり、しめじ 醤油 干し椎茸、ピーマン、バター	[豆腐、鶏ミンチ、玉葱、塩	人参、ほうれん草、砂糖	[鮭、塩、こしょう、パセリ	人参、玉葱、グリーンピース
	[豆腐、牛肉、生姜、砂糖 ほうれん草、醤油、片栗粉	かつお節、こしょう、塩	人参、砂糖、生姜、卵、油 トマト]	刻みのり] <b>大根サラダ</b>	マヨネーズ、ブロッコリー	こしょう、鶏がらだし
	みりん、油	人参、のり、にんにく]	海草サラダ	【大根、きゅうり、人参	パン粉]	114/2001
	ブロッコリーサラダ	<b>小松菜のごま和え</b> [ひじき、人参、小松菜、酢	プロッコリー、人参、イカ	竹輪、かつお節、醤油	キャベツの梅和え	カレー粉
	[プロッコリー、人参、ハム	ごま、ごま油、醤油	酢、エビ、醤油、砂糖、塩	マヨネーズ]	[キャベツ、もやし、人参 梅干し、醤油]	オニオンスープ "\゚゚゚゚゚
	マヨネーズ、醤油	コンソメスープ	こしょう、ごま油]	春雨スープ	さつま芋の味噌汁	[玉葱、えのき、パセリ
	<b>じゃが芋の味噌汁</b> [じゃが芋、えのき、油揚げ	[えのき、人参、玉葱、塩 じゃが芋、グリーンピース	もやしのすまし汁 [もやし、玉葱、人参、葱	[春雨、もやし、しめじ、塩 人参、鶏がらだし、醤油	[さつま芋、玉葱、いりこ	人参、鶏がらだし、塩
	葱、玉葱、いりこ、味噌]	コンソメ]	しめじ、塩、醤油、いりこ	葱 果物	チンゲン菜、人参、味噌	じゃが芋] <b>果物</b>
I 1	プルーツゼリー	鮭おにぎり	ミルクスコーン	みかん牛乳寒	南瓜まんじゅう	菓子 晚点
おやつ	[寒天、砂糖、黄桃、白桃 みかん、メープルシロップ]	[米、鮭フレーク、塩] 🕡	[小麦粉、バター、卵、砂糖 ベーキングパウダー、牛乳	[牛乳、寒天、砂糖、みかん]	[小麦粉、B.P、南瓜、砂糖	
	めいが、 ヘーノルシロッフ」					
	ウエハース	チーズ		ウエハース		<b>牛乳</b>
	<b>ウエハース</b> 17日 (月)	<del>チーズ                                    </del>	レーズン] <b>牛乳</b> 19日(水)	ウエハース 20日 (木)		<b>牛乳</b> 22日 (土)
		•	レーズン] <b>牛乳</b>		あんこ] 牛乳	
	17日 (月)	18日(火)	レーズン] <b>牛乳</b> 19日 (水) <b>中華丼</b> [米、豚肉、イカ、白菜、塩	20日 (木)	あんこ] <b>牛乳</b> 21日(金) <b>ご飯 魚のピザ焼き</b>	22日 (土) <b>ハヤシライス</b>
	17日(月) ご飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のり	18日(火) <b>ご飯</b>	レーズン] <b>牛乳</b> 19日 (水) <b>中華丼</b> [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍	20日(木) ご飯 鶏肉のおろしかけ [鶏肉、塩、葱、大根、砂糖	あんこ <b>牛乳</b> 21日(金) <b>ご飯 魚のピザ焼き</b> [鮭、玉葱、ピーマン、人参	22日 (土)
	17日(月) ご飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のり パン粉、砂糖、味噌、酒	18日(火) ご飯 魚の梅煮	レーズン] <b>牛乳</b> 19日 (水) <b>中華丼</b> [米、豚肉、イカ、白菜、塩	20日(木) ご飯 鶏肉のおろしかけ [鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片栗粉、トマト]	あんこ <b>牛乳</b> 21日(金) <b>ご飯 魚のピザ焼き</b> [鮭、玉葱、ビーマン、人参 ケチャップ、チーズ、塩	22日 (土) <b>ハヤシライス</b>
	17日(月) <b>ご飯 豆腐入り松風焼き</b> [豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク]	18日(火) ご飯 <b>魚の梅煮</b> [サバ、生姜、梅干し、砂糖	レーズン]     牛乳       19日(水)       中華丼       [米、豚肉、イカ、白菜、塩       玉葱、人参、干し椎茸、筍       ビーマン、ごま油、生姜       にんにく、コンソメ、醤油       片栗粉]	20日(木) ご飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片栗粉、トマト] 小松菜のごま和え	あんこ <b>牛乳</b> 21日(金) <b>ご飯 魚のピザ焼き</b> [鮭、玉葱、ピーマン、人参	22日 (土) ハヤシライス  [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ]
	17日(月) <b>ご飯 豆腐入り松風焼き</b> [豆腐、鷄ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク] ほうれん草のしらす和え	18日(火) ご飯 <b>魚の梅煮</b> [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト]	レーズン] <b>牛乳</b> 19日(水) <b>中華丼</b> [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍 ピーマン、ごま油、生姜にんにく、コンソメ、醤油 片栗粉] キャベツの梅和え	20日(木) ご飯 鶏肉のおろしかけ [鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片栗粉、トマト] <b>小松菜のごま和え</b> [キャベツ、小松菜、人参	あんこ] <b>牛乳</b> 21日(金) こ飯 <b>魚のピザ焼き</b> [鮭、玉葱、ピーマン、人参 ケチャップ、チーズ、塩 こしょう、油] <b>ほうれん草のコーン和え</b> [ほうれん草、人参、ごま	22日(土)       ハヤシライス       [米、牛肉、玉葱、人参、油
	17日(月) <b>ご飯 豆腐入り松風焼き</b> [豆腐、鷄ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク] <b>ほうれん草のしらす和え</b> [ほうれん草、しらす干し	18日(火) <b>ご飯 魚の梅煮</b> [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] <b>ブロッコリーの和え物</b> [ブロッコリー、コーン	レーズン] <b>牛乳</b> 19日(水) <b>中華丼</b> [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍 ピーマン、ごま油、生姜 にんにく、コンソメ、醤油 片栗粉] <b>キャベツの梅和え</b> [もやし、キャベツ、人参	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖酢、醤油、片栗粉、トマト] 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参醤油、ごま]	あんご <b>牛乳</b> 21日(金) こ飯 <b>魚のピザ焼き</b> [鮭、玉葱、ピーマン、人参ケチャッブ、チーズ、塩こしょう、油 <b>ほうれん草のコーン和え</b> [ほうれん草、人参、ごま醤油、コーン]	22日 (土) ハヤシライス  [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ]
	17日(月) <b>ご飯 豆腐入り松風焼き</b> [豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク] <b>ほうれん草のしらす和え</b> [ほうれん草、しらす干し人参、もやし、ごま、醤油]	18日(火) ご飯 <b>魚の梅煮</b> [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] <b>ブロッコリーの和え物</b> [ブロッコリー、コーン	レーズン] <b>牛乳</b> 19日(水) <b>中華丼</b> [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍 ピーマン、ごま油、生姜 にんにく、コンソメ、醤油 片栗粉] キャベツの梅和え [もやし、キャベツ、人参 梅干し、醤油]	20日(木) ご飯 鶏肉のおろしかけ [鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片栗粉、トマト] 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参 醤油、ごま] 中華スープ	あんご <b>牛乳</b> 21日(金) こ飯 <b>魚のピザ焼き</b> [鮭、玉葱、ピーマン、人参ケチャッブ、チーズ、塩こしょう、油] にうれん草、人参、ごま醤油、コーン] <b>白菜のスープ</b>	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] <b>玉葱のすまし汁</b> [玉葱、えのき、油揚げ
	17日(月) <b>ご飯 豆腐入り松風焼き</b> [豆腐、鷄ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク] <b>ほうれん草のしらす和え</b> [ほうれん草、しらす干し人参、もやし、ごま、醤油]	18日(火) <b>ご飯</b> <b>角の梅煮</b> [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] <b>ブロッコリーの和え物</b> [ブロッコリー、コーン 人参、醤油]	レーズン] 牛乳 19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍 ピーマン、ごま油、生姜 にんにく、コンソメ、醤油 片栗粉] キャベツの梅和え [もやし、キャベツ、人参 梅干し、醤油] きらきらスープ	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖酢、醤油、片栗粉、トマト] 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参醤油、ごま]	あんご <b>牛乳</b> 21日(金) こ飯 <b>魚のピザ焼き</b> [鮭、玉葱、ピーマン、人参ケチャッブ、チーズ、塩こしょう、油 <b>ほうれん草のコーン和え</b> [ほうれん草、人参、ごま醤油、コーン]	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] <b>玉葱のすまし汁</b>
	17日(月) <b>ご飯 豆腐入り松風焼き</b> [豆腐入り松風焼き [豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク] <b>ほうれん草のしらす和え</b> [ほうれん草、しらす干し人参、もやし、ごま、醤油] トマトスープ  門トマト、レタス、えのき	18日(火)  ご飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] ブロッコリーの和え物 [ブロッコリー、コーン 人参、醤油] 南瓜の味噌汁 [南瓜、大根、人参、玉葱 油揚げ、葱、いりこ、味噌]	レーズン] <b>牛乳</b> 19日(水) <b>中華丼</b> [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍 ピーマン、ごま油、生姜 にんにく、コンソメ、醤油 片栗粉] キャベツの梅和え [もやし、キャベツ、人参 梅干し、醤油]	20日(木) ご飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖酢、醤油、片栗粉、トマト] 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参醤油、ごま] 中華スープ しめじ、チンゲン菜、麩鶏がらだし、塩、醤油]	あんご 牛乳 21日(金) こ飯 (金) で	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩]
	17日(月) ご飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク」 ほうれん草のしらす和え [ほうれん草、しらす干し人参、もやし、ごま、醤油] トマトスープ [トマト、レタス、えのき	18日(火) <b>ご飯 角の梅煮</b> [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] <b>ブロッコリーの和え物</b> [プロッコリー、コーン 人参、醤油] <b>南瓜の味噌汁</b> [南瓜、大根、人参、玉葱	レーズン] 牛乳 19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍 ピーマン、ごま油、生姜 にんにく、コンソメ、醤油 片栗粉] キャベツの梅和え [もやし、キャベツ、人参 梅干し、醤油] きらきらスープ [オクラ、人参、黒葱、醤油 塩、コーン、鶏がらだい] ほうれん草マーラーカオ	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片栗粉、トマト] 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参 醤油、ごま] 中華スープ [玉葱、人参、白菜、豆腐 しめじ、チンゲン菜、麸 調がらだし、塩、醤油]	あんご <b>牛乳</b> 21日(金)  こ飯 (金) 「一次 (金) (全) (金) (金) (金) (金) (金) (金) (金) (金) (金) (金	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物
## ## P	17日(月) こ飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク」 ほうれん草のしらす和え [ほうれん草、しらす干し人参、もやし、ごま、醤油] トマトスープ [トマト、レタス、えのき 鶏がらだし、玉葱、塩]	18日(火)  ご飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] ブロッコリーの和え物 [ブロッコリー、コーン 人参、醤油] 南瓜の味噌汁 [南瓜、大根、人参、玉葱 油揚げ、葱、いりこ、味噌]	レーズン] 牛乳 19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍 ピーマン、ごま油、生 醤油 片栗粉] キャベツの梅和え [もやし、ギャベツ、人参 梅干し、醤油] きらきらスープ [オクラ、人参 鶏がらだし] ほうれん草マーラーカオ [小麦粉、B.P、砂糖、卵、油	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片栗粉、トマト] 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参 醤油、ごま] 中華スープ [玉葱、人参、白菜、豆腐 しめじ、チンゲン菜、麸 調がらだし、塩、醤油]	あんご 牛乳 21日(金) こ飯 (金) で	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物
おやつ	17日(月) こ飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク」 ほうれん草のしらす和え 「ほうれん草、しらす干し人参、もやし、ごま、醤油」 トマトスープ 「トマト、レタス、えのき 鶏がらだし、玉葱、塩」 フルーッザンド 「食パン、生クリーム、砂糖	18日(火) こ飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] プロッコリーの和え物 [ブロッコリー、コーン 人参、醤油] 南瓜の味噌汁 「南瓜、大根、人参、玉葱 油揚げ、葱、いりこ、味噌] りんごケーキ [ミックス粉、りんご、砂糖	レーズン] 牛乳 19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍 ピーマン、ごま油、生姜 にんにく、コンソメ、醤油 片栗粉] キャベツの梅和え [もやし、キャベツ、人参 梅干し、醤油] きらきらスープ [オクラ、人参 鶏ーラーカオ 塩、コーン、ラッドの デー・カオ にい麦粉、BP、砂糖、BP、砂糖、油 牛乳、醤油、ほうれん草]	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片栗粉、トマト] 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参 醤油、ごま] 中華スープ [玉葱、人参、白菜、豆腐 しめじ、チンゲン菜、麸 鶏がらだし、塩、醤油  あんごパイ	あんご 牛乳	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩]
# h	17日(月) こ飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク」 ほうれん草のしらす和え [ほうれん草、しらす干し人参、もやし、ごま、醤油] トマトスープ [トマト、レタス、えのき 鶏がらだし、玉葱、塩]	18日(火) こ飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] プロッコリーの和え物 [ブロッコリー、コーン 人参、醤油] 南瓜の味噌汁 [南瓜、大根、人参、玉葱 油揚げ、葱、いりこ、味噌] りんごケーギ	レーズン] 牛乳 19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍 ピーマン、ごま油、生姜 にんにく、コンソメ、醤油 片栗粉] キャベツの梅和え [もやし、キャベツ、人参 梅干し、醤油] きらきらスープ [オクラ、人参 鶏マーラーカオ に、麦粉、BP、砂糖、JB、加・大乳、醤油、ほうれん草] 牛乳、醤油、ほうれん草]	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片栗粉、トマト] 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参 醤油、ごま] 中華スープ [玉葱、人参、白菜、豆腐 しめじ、チンゲン菜、麸 鶏がらだし、塩、醤油  あんこパイ [パイ生地、あんこ] 「パイ生地、あんこ]	あんご 牛乳 21日(金) こ版 角のピザ焼き 「鮭、玉葱、ピーマン、人参 ケチャッブ、チーズ、塩 こしょう、油」 ほうれん草、人参、ごま 醤油、コーン! 白菜のスープ 「白菜、椎茸、玉葱、わかめ 鶏がらだし、塩、醤油! 果物 こぼうチップス	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] <b>玉葱のすまし汁</b> [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] <b>果物</b>
# h	17日(月) こ飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク」 ほうれん草のしらす和え 「ほうれん草、しらす干し人参、もやし、ごま、醤油」 トマトスープ 「トマト、レタス、えのき 鶏がらだし、玉葱、塩」 フルーッザンド 「食パン、生クリーム、砂糖 パナナ、黄桃」 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	18日(火) こ飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] プロッコリーの和え物 [ブロッコリー、コーン 人参、醤油] 南瓜の味噌汁 [南瓜、大根、人参、玉葱 油揚げ、葱、いりこ、味噌] りんごケーキ [ミックス粉、りんご、砂糖	レーズン] 牛乳 19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍 ピーマン、ごま油、生姜 にんにく、コンソメ、醤油 片栗粉] キャベツの梅和え [もやし、キャベツ、人参 梅干し、醤油] きらきらスープ [オクラ、人参 鶏ーラーカオ 塩、コーン、ラッドの デー・カオ にい麦粉、BP、砂糖、BP、砂糖、油 牛乳、醤油、ほうれん草]	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ [鶏肉、塩、葱、大根、砂糖酢、醤油、片栗粉、トマト] 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参醤油、ごま] 中華スープ [玉葱、人参、白菜、豆腐しめじ、チンゲン菜菜、麩鶏がらだし、塩、醤油  あんごパイ [パイ生地、あんこ] 「パイ生地、あんこ] 「サ乳 27日(木)	あんご 牛乳 21日(金) こ飯 (金) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] <b>玉葱のすまし汁</b> [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 菓子
# # N	17日(月) ご飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク」 ほうれん草のしらす和え 「ほうれん草、しらす干し人参、もやし、ごま、醤油」 トマトスープ [トマト、レタス、表、塩] ラルーツザンド 「食パン、生クリーム、砂糖パナナ、黄桃」 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	18日(火) こ飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] プロッコリーの和え物 [ブロッコリー、コーン 人参、醤油] 南瓜の味噌汁 [南瓜、大根、人参、玉葱 油揚げ、葱、いりこ、味噌] りんごケーキ [ミックス粉、りんご、砂糖 レーズン] 生乳 25日(火)	レーズン] 牛乳 19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍 ピーマン、ごま油、生姜 にんにく、コンソメ、醤油 片栗粉] キャベツの梅和え [もやし、ギャペツ、人参 梅干し、醤油 きらきらスープ [オクラ、人参、鶏がらだし] は、コーン、繋がらだし] は、コーン、繋がらだし] は、コーン、繋がらだし] は、コーカー・サ乳、醤油、ほうれん草 牛乳、醤油、ほうれん草 牛乳、醤油、ほうれん草 牛乳	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片栗粉、トマト] 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参 醤油、ごま] 中華スープ 「玉葱、人参、白菜、豆腐 しめじ、チンゲン菜菜、麸 鶏がらだし、塩、醤油」 あんごパイ 「パイ生地、あんこ」 「カんごパイ」 「パイ生地、あんこ」 「カんごパイ」 「パイ生地、あんこ」 「カんごパイ」 「カんごパイ」 「カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・	あんご 牛乳 21日(金) こ飯 (金) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 菓子  生乳  29日(土) しめじご飯
# # N	17日(月) こ飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク」 ほうれん草のしらす和え 「ほうれん草、しらす干し人参・もやし、ごま、醤油」 トマトスープ 「トマト、レタス、えのき 鶏がらだし、生クリーム、砂糖 パナナ、黄桃」 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	18日(火) <b>ご飯 魚の梅煮</b> [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] プロッコリーの和え物 [ブロッコリー、コーン人参、醤油] 南瓜の味噌汁 [南瓜、大根、人参、玉葱油場げ、葱、いりこ、味噌] りんごケーキ [ミックス粉、りんご、砂糖レーズン] 中華麺、豚肉、にんにく油、酒、玉葱、人参、もやし	レーズン] 牛乳 19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、ボール椎茸、筍 ビーマン、 コンソメ、 醤油 片栗粉] キャベツの梅和え [もむし、キャベツ、人参 梅干し、醤油  きらろ人参、醤油  さらきら人参、類がらーカオ [小麦粉、BP、砂糖、卵、醤油、 選油, 醤油、 ほうれん草マーカオ (小麦粉、BP、砂糖、卵、油牛乳、 醤油、 は、	20日(木) ご飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片栗粉、トマト] 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参 醤油、ごま] 中華スープ [玉葱、人参、白菜、豆腐 しめじ、チングン菜、麸 鶏がらだし、塩、醤油] あんごパイ 「パイ生地、あんこ」 「パイ生地、あんこ」 「パイ生地、あんこ」 「パイ生力」 「パイ生力」 「パイ生力」 「パイ生力」 「パイナー」 「パイナー」 「パイナー」 「いたウ、こしょう、バン粉	あんご 牛乳	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 菓子
## / st	17日(月) こ飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりバン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク」 ほうれん草のしらす干し 人参、もやし、ごま、醤油 トマト、レタス、えのき 鶏がらだし、エ葱、塩 ブルーツザンド 「食パン、生クリーム、砂糖 バナナ、黄椒」 24日(月) ドライカレー 「米、押し麦、合ミンチ、油 玉葱、人参、レーズン、醤油	18日(火) こ飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] プロッコリーの和え物 [ブロッコリー、コーン 人参、醤油] 南瓜の味噌汁 「南瓜の大根、人参、玉葱噌」 りんごケーキ [ミックス粉、りんご、味噌] クトニン」 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	レーズン] 牛乳 19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、筍 ピーマン、ごま油、生姜 にんにく、コンソメ、醤油 片栗粉] キャベツの梅和え [もやし、ギャペツ、人参 梅干し、醤油 きらきらスープ [オクラ、人参、鶏がらだし] は、コーン、繋がらだし] は、コーン、繋がらだし] は、コーン、繋がらだし] は、コーカー・サ乳、醤油、ほうれん草 牛乳、醤油、ほうれん草 牛乳、醤油、ほうれん草 牛乳	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片栗粉、トマト 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参 醤油、ごま 中華スープ 「悪葱、人参、白菜、豆麸 鶏がらだし、塩、醤油」 あんごパイ 「パイ生地、あんこ」 「パイ生地、あんこ」 「パイ生地、あんこ」 「パイ生地、あんこ」 「パイ生地、あんこ」 「パイナー、アウ、こしょう、パン粉にんにく、パセリ、トマト」 「パチウ、こしょう、パケウ、スリーブ油、塩、マト」	あんご 牛乳	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 菓子  29日(土) しめじご飯 [米、鶏肉、人参、しめじ
## / co	17日(月) こ飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク」 ほうれん草のしらす和え 「ほうれん草、しらす干し人参・もやし、ごま、醤油」 トマトスープ 「トマト、レタス、えのき 鶏がらだし、生クリーム、砂糖 パナナ、黄桃」 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	18日(火) こ飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] プロッコリーの和え物 [ブロッコリー、コーン人参、醤油] 南瓜の味噌汁 「南瓜の大葱、いりこ、味噌] のんごケーキ [ミックス粉、りんご、砂糖 レーズン] 中華麺、豚肉、にんにく 油、酒、玉葱葱、いりこ、塩 コンソメ、こしょう、味噌]	上一ズン    上乳   19日(水)   19日(	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、栗粉、トマト」 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参醤油、カラマス・豆ま中華スープ (玉葱、人チンゲン菜 (金) (大生地、あんこ) (大生地、カイン・カーズ (大生地、カイン・カーズ (大生地、カイン・カーズ (大生地、カイン・カーズ (大生地、カイン・カーズ (大生地、カイン・カーズ (大生地、カイン・カーズ (大生地、大生地、大生地、大生地、大生地、大生地、大生地、大生地、大生地、大生地、	あんご 牛乳  21日(金)  こ飯 のピザ焼き 「鮭、玉葱、ピーマン、人参 ケチャップ、油」 ほうれん草、人参 でライン・ (は) では、一次では、一次では、一次では、一次では、一次では、一次では、一次では、一次	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
## / co	17日(月) こ飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりバン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク」 ほうれん草のしらす干し 人参、もやし、ごま、醤油 トマト、レタス、えのき 鶏がらだし、エ葱、塩 ブルーツザンド 「食パン、生クリーム、砂糖 バナナ、黄椒」 24日(月) ドライカレー 「米、押し麦、合ミンチ、油 玉葱、人参、レーズン、醤油	18日(火) こ飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] プロッコリー、コーン 人参、醤油! ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	19日(水)  中華丼  「米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、等 にんにく、、 片栗粉 にんにく、、 大手・ベツの梅和え 「ももし、選油 大きにんらさらろ、人参 梅干し、醤油 カラの、人参 梅干し、醤油 カラの、大・ガラー カボ 油 は、コーン・ガー カボ カ 油 十半乳 26日 (水) 誕生会  「皮腐、豚キ乳、ブーザ、ひじゅコカイ にの 大チャップ、ブーサラダ 砂糖	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片でまれえ 「キャベツ、小松菜のごま和え 「キャベツ、小松菜、人参 醤油、ごま 中華スープ 「玉葱、人参、カンガー(アイ生地、あんこ)・イ 「パイ生地、あんこ)・イ 「パイ生地、あんこ)・「パイ生地、あんこ)・「パイ生地、あんこ)・「アーフでは、「大きない。」 (アイカー)	あんご 牛乳 21日(金) こ飯 (金) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 菓子  29日(土) しめじご飯 [米、鶏肉、人参、しめじ
tab	17日(月) ご飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク」 ほうれん草のしらす和え 「ほうれん草、しらす干し人参、もやし、ごま、醤油」 トマトスープ 「トマト、レタス、えのき 鶏がらだし、玉葱、塩」 フルーツザンド 「食パン、生クリーム、砂糖 バナナ、黄桃」 ・24日(月) ドライカレー 「米、押し麦、合ミンチ、油 玉葱、人参、レーズン、醤油 カレールウ、にんにく」	18日(火) こ飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] ブロッコリー、コーン 人参、醤油 「カルコリー、コーン 人参、野園の味根、いりこ、味噌」 りんごケーキ [ミックス粉、りんご、砂糖 レーズン] 牛乳 25日(火) 味噌ラーメン [中華麺、豚肉、にんにく 油、酒、玉葱、いりょう、味噌」 コンソメ、こ セも コンソメ、こ もも [ししゃも]	19日(水)  中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、イモは生姜にんにく、、 片栗粉] キャベツの梅和え [もやし、きら人参。 25人参 35人参 35人参 35人参 35人参 35人参 35人参 35人参 3	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片栗粉、トマト 小松菜のごま和え [キャベツ、小松菜、人参 醤油、こま] 中華スープ 「玉葱、人参、白菜、豆麸 鶏がらだし、チンゲン菜。 別がらだし、チンゲン菜は、醤油 あんこパイ 「パイ生地、あんこ」 「パイ生地、あんこ」 「パイ生地、あんこ」 「パイ生地、あんこ」 「パイ生地、あんこ」 「パイ生地、あんこ」 「パイナル、カットウ、バットウ、バットウ、バットウ、スオリーブ油、パ塩、カッド・スオリーズカイ」、「カーズカリーズカリーズカリーズカリーズカリーズカリーズカリーズカリーズカリーズカ	あんこ	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
\\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\	17日(月) こ飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク」 ほうれん草のしらす和え 「ほうれん草し、しごま、醤油」 トマトスープ 「トマトスレタヌス、えのき 鶏がらだし、ザランド 「食パン、生クリーム、砂糖 パナナ、黄桃」 24日(月) ドライカレー 「米、押し麦、合ミンチ、油 玉葱、人参、レーズン、醤油 カレールウ、にんにく」 キャベツの磯和え 「キャベツ、人参、醤油	18日(火) こ飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] プロッコリー、コーン 人参、醤油! アロッコリー、コーン 人参、西瓜瓜、大葱、玉葱噌! の味噌汁 (ミックス粉、りんご、砂糖 レーズン! 牛乳 25日(火) 味噌麺、玉、気にしいまう、、は、いりこ、味噌! 中華麺、よりい。こ、味噌! でラーメン に中華麺、にんにくいまる、いりっ、、はき。 にしいまり、はいりは、はいりは、はいりは、また。こ、味噌! は、いりに、もいしまり、は、は、いりは、このもし、は、は、は、いりは、このは、このは、は、は、は、いりは、このは、は、は、いりは、このは、は、は、いりは、このは、は、は、いりは、このは、は、いりは、このは、は、いりは、このは、は、いりは、このは、は、いりは、このは、は、いりは、は、いりは、は、いりは、は、いりは、は、いりは、は、いりは、は、いりは、は、いりは、は、いりは、は、いりは、は、いりは、は、いりは、は、いりは、は、は、いりは、は、は、いりは、は、は、いりは、は、は、いりは、は、いりは、は、いりは、は、は、いりは、は、は、いりは、は、は、は、	19日(水)  中華丼  「米、豚肉、イカ、白菜、塩 玉葱、人参、干し椎茸、等 にんにく、、 片栗粉 にんにく、、 大手・ベツの梅和え 「ももし、選油 大きにんらさらろ、人参 梅干し、醤油 カラの、人参 梅干し、醤油 カラの、大・ガラー カボ 油 は、コーン・ガー カボ カ 油 十半乳 26日 (水) 誕生会  「皮腐、豚キ乳、ブーザ、ひじゅコカイ にの 大チャップ、ブーサラダ 砂糖	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、葱、大根、砂糖 酢、醤油、片でまれえ 「キャベツ、小松菜のごま和え 「キャベツ、小松菜、人参 醤油、ごま 中華スープ 「玉葱、人参、カンガー(アイ生地、あんこ)・イ 「パイ生地、あんこ)・イ 「パイ生地、あんこ)・「パイ生地、あんこ)・「パイ生地、あんこ)・「アーフでは、「大きない。」 (アイカー)	あんご 牛乳 21日(金) こ飯 (金) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全) (全	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 ユーラー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
ta	17日(月) ご飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐入り松風焼き 「豆腐入り松風焼き 「豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、玉葱、スキムミルク] ほうれん草のしらす和え 「ほうれん草、しらず干し人参、もやし、ごま、醤油」 トマトスークス、えのき 鶏がらだし、生クリーム、砂糖 パナナ、黄桃」 24日(月) ドライカレー 「米、押し麦、合ミンチ、醤油 カレールウ、にんにく] キャベツ、人参、醤油 ほうれん草、のり]	18日(火) こ飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油、トマト] プロッコリー、コーン人参、醤油 「ブロッコリー、コーン人参、の味噌・汁・参、、玉 葱噌! 「カんごケーキ 「ミックス粉、りんご、砂糖 レーズン」 牛乳 25日(火) 味噌ラーメン 「中華麺、玉 葱、 しいら、 しゃも、 こ、 はもつ、 いり、 こから、 こ、 はもつ こがパイサラダ 「ほうれん草、人参、、コーン	19日(水)  中華丼  「米、豚肉、イカ、白苺菜、塩 玉葱、人参、干は土姜等にんにく、 片栗粉! キャベツの梅和え 「もっと、 選油 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カーカーカーカーカーカー	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、煮素粉、トマリカ・松菜のごま和え 「キャベツ、小松菜のごま和え 「キャベツ、小松菜のごまでは、 豆腐しめじ、チング、 豆腐しめじ、チング、 豆腐しめじ、チング、 「パイ生地、あんこ」が、 「パイ生地、あんこ」が、 「パイ生地、あんこ」が、 「パイ生地、あんこ」が、 「パイ生地、あんこ」が、 「パイ生地、あんこ」が、 「パーカ・ガースの音、 「パーブルースをの者に、 「パーブルースをの者に、 「パーブルースをの者に、 「パーブルースをの者」にんにく、 「パーブルースをの者」にんに、 「パーブルースをの者」に、 「いんげん、 「が、 「から、 「から、 「から、 」、 「いっこ、 「はっこ。」 「はっこ。	あんこ	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 ユーター・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
\\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\	17日(月) <b>ご飯 豆腐入り松風焼き</b> [豆腐入り松風焼き [豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、木井ムミルク] ほうれん草のしらす干醤油 [ほうれんもし・プートマト、し・プートマト、スタマト、スタマト、スタマト、スタマト、スタマト、スタマト、スタマト、ス	18日(火) こ飯	19日(水)  中華丼  「米、豚肉、イカ、白草菜、塩 玉葱、人参、干は油、メ、豚肉、イカ、白草菜、管じーマシ、、一切、大手、大きにんんにく、、 大栗粉 (こうなり、 ままっと) (いきら、人、、 では、 は、 は	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、煮素製物、トマリカ・水菜のごま和え 「キャベツ、小松菜のごま和え 「キャベツ、小水菜・「カナッツ・「大大大学、「大大学、「大大学、「大学、「大学、「大学、「大学、「大学、「大学、	あんご 牛乳  21日(金)  こ飯	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 ユーラング・サ乳 29日(土) しめじご飯 [米、鶏肉、人参、しめじごぼう、さつま揚げ 薄口醤油] わかめの味噌汁 [豆腐、玉葱、えのきわかめ、いりこ、味噌、葱] 果物
	17日(月) <b>ご飯 豆腐入り松風焼き</b> 「豆腐入り松風焼き 「豆腐入り粉風焼き 「豆腐入り粉風焼き 「豆腐 類 製糖、味噌、酒 ごま、 本 か い らず	18日(火) こ飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油・ハマト) プロッコリー、コーン 人参、四瓜の味噌・汁・多、、玉味噌) りんごケーギ [ミックス粉、りんご、砂糖 レーズン] 生乳 25日(火) 味噌麺、玉、気にしいまる、しいまる、しいまる、しいまる、しいまる、しいまる、はいりにしいまる、いりは、一様である。こ、は、いりでは、大き、こ、は、いりでは、大き、こ、は、いりでは、大き、このもし、大けでは、大き、このもし、大けでは、大き、このもし、大けでは、大き、このは、大き、は、いき、このは、大き、は、いき、このは、大き、このは、大き、このは、大き、このは、は、は、このは、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は	19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 五葱、人参、バカ、白菜、塩 19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 10日(水) 中華丼 「米、豚肉、イカ、白菜、塩 10日(水) 10	20日(木) ご飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、片でまる 大人 大人 を	8 大乳 21日 (金)	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
ر د د د د	17日(月) <b>ご飯 豆腐入り松風焼き</b> [豆腐入り松風焼き [豆腐、鶏ミンチ、青のりパン粉、砂糖、味噌、酒ごま、木井ムミルク] ほうれん草のしらす干醤油 [ほうれんもし・プートマト、し・プートマト、スタマト、スタマト、スタマト、スタマト、スタマト、スタマト、スタマト、ス	18日(火)  ご飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油・ハマト]  プロッコリー、コーン 人参、四味噌汁・一の和え物 [プロッコ油)・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 五葱、人参、バカ、白菜、塩 19日(水) 中華丼 [米、豚肉、イカ、白菜、塩 10日(水) 中華丼 「米、豚肉、イカ、白菜、塩 10日(水) 10	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、煮素製物、トマリカ・水菜のごま和え 「キャベツ、小松菜のごま和え 「キャベツ、小水菜・「カナッツ・「大大大学、「大大学、「大大学、「大学、「大学、「大学、「大学、「大学、「大学、	あんご 牛乳  21日(金)  こ飯	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 ユーラング・サ乳 29日(土) しめじご飯 [米、鶏肉、人参、しめじごぼう、さつま揚げ 薄口醤油] わかめの味噌汁 [豆腐、玉葱、えのきわかめ、いりこ、味噌、葱] 果物
	17日(月) こ飯 豆腐入り松風焼き 「豆腐入り松風焼き」 「豆腐入り松風焼き」 「豆腐入鶏や糖、味噌、酒では、	18日(火) こ飯 魚の梅煮 [サバ、生姜、梅干し、砂糖 みりん、酒、醤油・ハマト) プロッコリー、コーン 人参、四瓜の味噌・汁・多、、玉味噌) りんごケーギ [ミックス粉、りんご、砂糖 レーズン] 生乳 25日(火) 味噌麺、玉、気にしいまる、しいまる、しいまる、しいまる、しいまる、しいまる、はいりにしいまる、いりは、一様である。こ、は、いりでは、大き、こ、は、いりでは、大き、こ、は、いりでは、大き、このもし、大けでは、大き、このもし、大けでは、大き、このもし、大けでは、大き、このは、大き、は、いき、このは、大き、は、いき、このは、大き、このは、大き、このは、大き、このは、は、は、このは、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は、は	19日(水)  中華丼  「米、豚肉、イカ、白草菜、塩 玉葱、人参、干は油、メ、豚肉、イカ、白草菜、管にんにく、、 片栗粉! キャペツの梅和え 「も大きのは、まままで、「おりない」 「おりない」 「おりない」 「おりない」 「おりない」 「おりない」 「なりない」 「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ない	20日(木) こ飯 鶏肉のおろしかけ 「鶏肉のおろしかけ 「鶏肉、塩、片ごまる 大人 大人 を いかな で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	8 大乳 21日 (金)	22日(土) ハヤシライス [米、牛肉、玉葱、人参、油 グリンピース、ハヤシルウ] 玉葱のすまし汁 [玉葱、えのき、油揚げ 豆腐、いりこ、醤油、塩] 果物 ユーラング・サ乳 29日(土) しめじご飯 [米、鶏肉、人参、しめじごぼう、さつま揚げ 薄口醤油] わかめの味噌汁 [豆腐、玉葱、えのきわかめ、いりこ、味噌、葱] 果物