

00000



令和3年 2月発行

上府保育園

はくちょう組のリクエストメニュー

今月のリクエストメニューは・・・

《給食》

《おやつ》

- ・くるくるハンバーグ ・ドライカレー
- 水ようかん ・生姜焼きサンド
- 魚のコーンマヨ焼き

チョコパイ

来月も楽しみにしていてください!!



28 手巻き寿司作り

15⊟ 198 (かもめ・はくちょう組)

フルーチェ作り(ひばり組)

ギョウザ作り

(かもめ・はくちょう組)

4⊟ チョコパイ作り(はと組)

25⊟

26⊟

トライフル作り (かもめ・はくちょう組)

5⊟ おにぎり作り(すずめ組)

12日 白菜ちぎり

うどん作り (かもめ・はくちょう組)

かりんとう作り(つばめ組)

	Melecel.					
	1日 (月)	2日 (火)	3日 (水)	4日 (木)	5日(金)	6日 (土)
	ご飯	ロールパン	ご飯		ラーメン	チキンライス
	魚の西京焼き	★鬼さんくるくるハンバーグ	鶏肉の南蛮漬け	豆腐のピザ焼き [豆腐、玉葱、ピーマン	[中華麺、焼き豚、にんにく 玉葱、キャベツ、人参、葱	[米、鶏肉、人参、玉葱、塩
	[サケ、味噌、酒、みりん	[合いミンチ、豆腐、玉葱 卵、パン粉、ケチャップ	[鶏肉、片栗粉、油、玉葱 人参、ピーマン、酢、砂糖	コーン、ケチャップ	コーン、ごま油、鶏がらだし いりこ、塩、こしょう、生姜]	ピーマン、コンソメ、バター
	醤油、砂糖]	こしょう、とんがりコーン	醤油]	チーズ]	いりこ、塩、こしょう、主要」 南瓜のそぼろ煮	ケチャップ、こしょう]
	プロッコリーサラダ	牛乳、キャベツ、塩	小松菜のコーン和え	ほうれん草の和え物 [ほうれん草、人参、醤油	[南瓜、豚ミンチ、砂糖	_
	[ブロッコリー、人参、醤油 マヨネーズ]	パイ生地	[小松菜、コーン、白菜	キャベツ	^{醤油]} ひじきのサラダ	野菜スープ
	キャベツのすまし汁	ポテトスープ	^{醤油]} 豆腐の味噌汁	春雨のスープ	[ひじき、きゅうり、人参	[キャベツ、玉葱、人参、塩
	[キャベツ、玉葱、椎茸、葱	[じゃが芋、玉葱、コーン ほうれん草、鶏がらだし	豆腐、玉葱、人参、いりこ	[春雨、人参、もやし、塩 しめじ、葱、鶏がらだし	鶏ささみ、コーン、醤油 スキムミルク、マヨネーズ]	えのき、コンソメ、醤油〕
	いりこ、塩、醤油]	醤油、塩]	葱、味噌] 果物	醤油]	果物	果物
	黒糖ケーキ	恵方寿司	牛乳寒いちごソースかけ	あんこパイ (すずめ・ひばり組)	ゆかりおにぎり	菓子 料 4
おやつ	[ミックス粉、黒砂糖、牛乳	「米、酢、砂糖、塩、人参 きゅうり、牛肉、醤油	[牛乳、寒天、いちごソース	[パイ生地、白あん] ★チョコパイ (つばめ・幼児組)	[米、ゆかり粉]	
	バナナ、卵、バター] 牛乳		砂糖] クラッカー	[パイ生地、チョコ] 牛乳	チーズ	牛乳 ぬ る
/	8日 (月)	9日 (火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
	ご飯	ご飯	☆ミルクちゃんぽん		ご飯	★ドライカレー
	魚の梅煮 [サバ、生姜、砂糖、醤油	じゃが芋と厚揚げの煮物	[うどん、ごま油、豚肉、塩 こしょう、玉葱、人参、葱	74550	豆腐の五目あんかけ 「豆腐、えのき、なめこ、塩	[米、合いミンチ、玉葱
	酒、みりん、梅干し	[じゃが芋、厚揚げ、鶏肉 いんげん、人参、砂糖	もやし、きくらげ、エビ	建国記念日	人参、小松菜、みりん	人参、レーズン、にんにく
	トマト] キ / <i>78c ー</i> ロニ	醤油]	酒、牛乳、醤油]		玉葱、醤油、片栗粉]	カレールウ、油、醤油]
	きんぴらごぼう [ごぼう、人参、しらたき	キャベツの磯和え	ぶどう豆 [水煮大豆、レーズン、砂糖	\sim	キャベツの和え物	
	ごま、砂糖、醤油、ごま油]	[キャベツ、もやし、人参	醤油]		[キャベツ、きゅうり、人参	菜果サラダ
	大根のすまし汁	のり、醤油] ふの味噌汁	ほうれん草のナムル		かつお節、醤油] 白菜の味噌汁	[白菜、きゅうり、みかん
	[大根、えのき、油揚げ、塩 人参、わかめ、昆布、醤油]	[おつゆふ、玉葱、人参、葱	[ほうれん草、もやし、人参 ごま、ごま油、酢、醤油]	(35	日来の味噌汁 [白菜、玉葱、人参、しめじ	レーズン、酢、砂糖、塩]
	果物	えのき、いりこ、味噌]	果物		葱、いりこ、味噌]	果物
	チーズスティック	豆腐入りみたらし団子	ごま塩おにぎり	~0~-620	黒ごまかりんとう	菓子
おやつ	[小麦粉、B.P、粉チーズ バター、砂糖、牛乳、ごま]	[豆腐、白玉粉、砂糖、醤油	[米、ごま塩ふりかけ]		[小麦粉、黒ごま、ごま油	
	牛乳	片栗粉] 牛乳	チーズ		油、黒砂糖] 牛乳	牛乳 学
			, ,			
	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日 (木) ミートフパゲティ	19日(金)	20日(土)
	15日(月) ご飯 豚肉の味噌だれ焼き	16日(火) ご飯	, ,	18日(木) ミートスパグティ [スパグティ、塩、油、玉葱	19日(金)	20日(土) ひじきご飯
	ご飯 豚肉の味噌だれ焼き 「豚肉、油、にんにく、味噌	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き	17日(水) ご飯 豚大根 [豚肉、大根、人参、厚揚げ	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく	19日(金) ご飯 魚の塩焼き	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉
	ご飯 豚肉の味噌だれ焼き [豚肉、油、にんにく、味噌 酒、ごま、醤油、みりん	16日(火) ご飯	17日 (水) ご飯 豚大根 [豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ	19日(金)	20日(土) ひじきご飯
	ご飯 豚肉の味噌だれ焼き 「豚肉、油、にんにく、味噌	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き 「サケ、コーン、パセリ	17日(水) ご飯 豚大根 [豚肉、大根、人参、厚揚げ	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく	19日(金) ご飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー]	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉
	ご飯 豚肉の味噌だれ焼き [豚肉、油、にんにく、味噌 酒、ごま、醤油、みりん 砂糖] 小松菜の和え物 [小松菜、もやし、人参	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ]	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌」 ほうれん草のコーン和え [ほうれん草、人参、ごま	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ ケチャップ] 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢	19日(金) ご飯 魚の塩焼き 「サケ、塩、ブロッコリー」 ひじき煮	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉 干し椎茸、しらす干し、人参
	ご飯 豚肉の味噌だれ焼き 「豚肉、油、にんにく、味噌 酒、ごま、醤油、みりん 砂糖」 小松菜の和え物 [小松菜、もやし、人参 醤油]	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油]	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌」 ほうれん草のコーン和え [ほうれん草、人参、ごま コーン、醤油]	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ ケチャップ] 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、塩、こしょう]	19日(金) ご飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆人参、砂糖、醤油、みりん]	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉 干し椎茸、しらす干し、人参 薄口醤油]
	ご飯 豚肉の味噌だれ焼き [豚肉、油、にんにく、味噌 酒、ごま、醤油、みりん 砂糖] 小松菜の和え物 [小松菜、もやし、人参	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き 「サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ」 キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌」 ほうれん草のコーン和え 「ほうれん草、人参、ごま コーン、醤油」 白菜のすまし汁	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ ケチャップ] 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢	19日(金) ご飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大根、里芋、人参	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参 薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱
	で飯 豚肉の味噌だれ焼き 「豚肉、油、にんにく、味噌 酒、ごま、醤油、みりん 砂糖! 小松菜の和え物 「小松菜、もやし、人参 醤油! 豆腐のすまし汁 「豆腐、玉葱、しめじ、昆布 わかめ、卵、塩、醤油!	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌] ほうれん草のコーン和え 「ほうれん草のコーンでま コーン、醤油] 白菜のすまし汁 「白菜、えのき、しめじ、塩 人参、あさり水煮、昆布	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ ケチャップ] 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱 ほうれん草、しめじ、豆乳	19日(金) ご飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大根、里芋、人参 しめじ、小松菜、いりこ	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉 干し椎茸、しらす干し、人参 薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱 油揚げ、いりこ、味噌]
	で飯 豚肉の味噌だれ焼き 「豚肉、油、にんにく、味噌 酒、ごま、醤油、みりん 砂糖! 小松菜の和え物 「小松菜、もやし、人参 醤油! 豆腐のすまし汁 「豆腐、玉葱、しめじ、昆布 わかめ、卵、塩、醤油! 果物 フルーチェ	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリマヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌]	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌] ほうれん草のコーン和え (ほうれん草、人参、ごまコーン、醤油) 白菜のすまし汁 [白菜、えのき、しめじ、塩人参、あさり水煮、昆布醤油、葱]	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ ケチャップ] 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱 ほうれん草、しめじ、豆乳 コンソメ、塩]	19日(金) ご飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大根、里芋、人参 しめじ、小松菜、いりこ 味噌] 果物	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌]
)	ご飯 豚肉の味噌だれ焼き [豚肉、油、にんにく、味噌酒、ごま、醤油、みりん砂糖] 小松菜の和え物 [小松菜、もやし、人参醤油] 豆腐のすまし汁 [豆腐、玉葱、しめじ、昆布わかめ、卵、塩、醤油] マカッ	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリマヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 味噌まんじゅう [小麦粉、B.P.、みりん、塩	17日(水) こ飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌] ほうれん草のコーン和え 「ほうれん草、煮かでま コーン、醤油 白菜のすまし汁 「白菜、えのき、しめじ、塩 人参、あさり水煮、昆布 醤油、葱] コーグルトースト	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ ケチャップ] 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱 ほうれん草、しめじ、豆乳 コンソメ、塩] おかかおにきり	19日(金) こ飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大根、里芋、人参 しめじ、小松菜、いりこ 味噌) 果物 人参蒸しパン[人参、牛乳 ミックス粉、レーズン]牛乳	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物
ر ر ر ر	ア 	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 「味噌まんじゅう」 「小麦粉、BP、みりん、塩 砂糖、グラニュー糖、味噌]	17日(水) ご飯 豚大根 [豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌] ほうれん草のコーン和え [ほうれん草、人参、ごま コーン、醤油] 白菜のすまし汁 [白菜、えのき、しめじ、塩 人参、あさり水煮、昆布 醤油、葱] コークルトースト [食パン、ヨーグルト、砂糖	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ ケチャップ] 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱 ほうれん草、しめじ、豆乳 コンソメ、塩] おかかおにぎり [米、かつお節、青のり	19日(金) こ飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大根、里芋、人参 しめじ、小松菜、いりこ 味噌) 果物 人参蒸しパン[人参、牛乳 ミックス粉、レーズン]牛乳 ギョウザ	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物
ا ا ا ا	ア 	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 「小麦粉、BP、みりん、塩 砂糖、グラニュー糖、味噌]	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌 ほうれん草のコーン和え ほうれん草、人参、ごま コーン、醤油 白菜のすまし汁 「白菜、えのき、しめじ、塩 人参、あさり水煮、昆布 醤油、葱 コーグルトースト 「食パン、ヨーグルト、砂糖 マーマレードジャム〕 牛乳	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ ケチャップ 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱 ほうれん草、しめじ、豆乳 コンソメ、塩] おかかおにきり [米、かつお節、青のり 醤油]	19日(金) こ飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 「玉葱、大根、里芋、人参 しめじ、小松菜、いりこ 味噌] 果物 人参蒸しパン[人参、牛乳 ギョウザ (かもめ・はくちょう組)	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参 薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
ر د د د	ア 	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 「味噌まんじゅう」 「小麦粉、BP、みりん、塩 砂糖、グラニュー糖、味噌]	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌! ほうれん草のコーン和え 「ほうれん草、人参、ごま コーン、醤油! 白菜のすまし汁 「白菜、えのき、しめじ、塩 人参、あさり水煮、昆布 醤油、葱! ヨーグルトースト 「食パン、ヨーグルト、砂糖 マーマレードジャム」 牛乳 24日 (水)	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ ケチャップ] 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱 ほうれん草、しめじ、豆乳 コンソメ、塩] おかかおにぎり [米、かつお節、青のり	19日(金) こ飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大根、里芋、人参 しめじ、小松菜、いりこ 味噌) 果物 人参蒸しパン[人参、牛乳 ミックス粉、レーズン]牛乳 ギョウザ	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物
*************************************	下 下 下 下 下 下 下 下 下 下 下 下 下 下	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油 きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 味噌まんじゅう 「小麦粉、BP、みりん、塩 砂糖、グラニュー糖、味噌] 牛乳 23日(火)	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌! ほうれん草のカーン和え 「ほうれん草、人参、ごま コーン、醤油! 白菜のすまし汁 「白菜、あさり水煮、昆布 醤油、葱! ヨーグルトースト 「食パン、ヨーグルト、砂糖 マーマレードジャム」 牛乳 24日 (水)	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ ケチャップ] 白菜のサラダ [中菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱 ほうれん草、しめじ、豆乳 コンソメ、塩] おかかおにきり [米、かつお節、青のり 醤油] チーズ 25日(木) 誕生会 そぼろこ飯 [米、ごぼう、鶏ミンチ、油	19日(金) こ飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大根、里芋、人参しめじ、小松菜、いりこ味噌] メ参蒸しパン[人参、牛乳 キョウザ (かもめ・はくちょう組)	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉 干し椎茸、しらす干し、人参 薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱 油揚げ、いりこ、味噌] 果物 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
, a & o	ご飯 豚肉の味噌だれ焼き (豚肉の味噌だれ焼き) (豚肉の味噌だれ焼き) (豚肉の味噌だれ焼き) (豚肉、油、にんにく、味噌酒、ごま、醤油、みりんの砂糖) (小松菜の和え物) (小松菜のもやし、人参醤油) (豆腐のすまし汁) (豆腐、玉葱、しめじ、昆布わかめ、卵、塩、醤油) (豆腐、玉葱、しめじ、昆布カかめ、卵、塩、醤油) (豆腐のすまし汁) (豆腐のすまた)	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 「小麦粉、BP、みりん、塩 砂糖、グラニュー糖、味噌]	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌! 居うれん草のコーン和え (ほうれん草のコーン和え (ほうれん草、人参、ごまコーン、醤油! 白菜のすまし汁 (白菜、えのき、木、昆布 醤油、葱! ヨーグルトースト 「食パン、ヨーグルト、砂糖 マーマレードジャム] 牛乳 こ飯 ボークピーンズ 「豚肉、水煮大豆、人参、塩	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ ケチャップ 白菜のサラダ [ロ菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱 ほうれん草、しめじ、豆乳 コンソメ、塩] おかかおにきり [米、かつお節、青のり 醤油] チーズ 25日(木) 誕生会 そぼろご飯 [米、ごぼう、鶏ミンチ、油 砂糖、いんげん、醤油、酒	19日(金) こ飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大帆、里芋、人参 しめじ、小松菜、いりこ 味噌] 、小松菜、いりこ 味噌」 、サカン[人参、牛乳 ギョウザ (かもめ・はくちょう組) 26日(金) こ飯 魚の生姜煮 [サバ、生姜、砂糖、醤油	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参 薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物 果子 ・牛乳 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
おやつ	で飯 豚肉の味噌だれ焼き 「豚肉、油、にんにく、味噌 酒、ごま、醤油、みりん 砂糖! 小松菜の和え物 「小松菜、もやし、人参 醤油! 豆腐のすまし汁 「豆腐、玉葱、しめじ、昆布 わかめ、卵、塩、醤油! 果物 ラルーチェ ウエハース 22日(月) ご飯 鶏肉のマーマレード、酒 醤油、にんにく]	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油 きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 味噌まんじゅう 「小麦粉、BP、みりん、塩 砂糖、グラニュー糖、味噌] 牛乳 23日(火)	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌] ほうれん草、人参、ごま コーン、醤油] 白菜のすまし汁 「白菜、えのき、しめじ、塩人参、あさり水煮、園 コーグルトースト 「食パン、ヨーグルト、砂糖 マーマレードジャム」 牛乳 24日(水) ご飯 ボークピーンズ 「豚肉、水煮大豆、人参、塩 玉葱、しゃが芋、人マトト ケチャッブ、油、醤油	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チーズ ケチャップ] 白菜のサラダ [中菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱 ほうれん草、しめじ、豆乳 コンソメ、塩] おかかおにきり [米、かつお節、青のり 醤油] チーズ 25日(木) 誕生会 そぼろご飯 [米、ごぼう、鶏ミンチ、油 砂糖、いんげん、醤油、酒 生姜]	19日(金) こ飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大帆、里芋、人参 しめじ、小松菜、いりこ 味噌]	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参 薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物 ・ クロー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
/ おやつ	ご飯 豚肉の味噌だれ焼き (豚肉の味噌だれ焼き) (豚肉の味噌だれ焼き) (豚肉の味噌だれ焼き) (豚肉、油、にんにく、味噌酒、ごま、醤油、みりんの砂糖) (小松菜の和え物) (小松菜のもやし、人参醤油) (豆腐のすまし汁) (豆腐、玉葱、しめじ、昆布わかめ、卵、塩、醤油) (豆腐、玉葱、しめじ、昆布カかめ、卵、塩、醤油) (豆腐のすまし汁) (豆腐のすまた)	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 味噌まんじゅう [小麦粉、B.P. みりん、塩砂糖、グラニュー糖、味噌] 牛乳 23日(火) 天皇誕生日	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌] ほうれん草、人参、ごま コーン、醤油! 白菜のすまし汁 「白菜、えのき、しめじ、塩 人参、あさり水煮、 昆布 醤油、葱] コーグルトースト 「食パン、ヨーグルト、砂糖 マーマレードジャム」 牛乳 24日(水) こ飯 ボークビーンズ 「豚肉、水煮、大マトケチャップ、油、醤油 砂糖]	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チ・ップ 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱 ほうれん草、しめじ、豆乳 コンソメ、塩] おかかぶにきり [米、かつお節、青のり 醤油] チーズ 25日(木)誕生会 そぼろご飯 [米、ごぼう、鶏ミンチ、油 砂糖、いんげん、醤油、酒 生姜] ほうれん草の干草和え	19日(金) こ飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大帆、里芋、人参 しめじ、小松菜、いのこ 味噌) 果物 大多蒸しパン[人参、牛乳 ギョウザ (かもめ・はくちょう組) 26日(金) こ飯 魚の生姜煮 [サバ、生姜、砂糖、醤油 酒、みりん、トマト] 即席漬け	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物 菓子 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
ا ا ا ا ا ا ا ا ا ا ا ا ا ا ا ا ا ا ا	ア	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油 きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 味噌まんじゅう 「小麦粉、BP、みりん、塩 砂糖、グラニュー糖、味噌] 牛乳 23日(火)	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、味噌 ほうれん草、人参、ごま コーン、醤油 白菜のすまし汁 「白菜、えのき、煮、園布 醤油、葱 コーグルトースト 「食パン、ヨーグルト、砂糖 マーマレードジャム」 牛乳 24日(水) こ飯 ボークビーンズ 「豚肉、じゃブ、油、醤油 砂糖」 プロッコリーのツナ和え	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チ・ップ 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱 ほうれん草、しめじ、豆乳 コンソメ、塩] おかかぶにきり [米、かつお節、青のり 醤油] チーズ 25日(木)誕生会 そぼろこ飯 [米、ごぼう、鶏ミンチ、油 砂糖、いんげん、醤油、酒 生姜] ぼうれん草の干草和え [ほうれん草、油揚げ、人参	19日(金) こ飯 魚の塩焼き 「サケ、塩、ブロッコリー」 ひじき煮 「ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん」 臭だくされ、甲芋、人参 しめじ、小松菜、いりこ 味噌 人参蒸しパン[人参、牛乳 ギョウザ (かもめ・はくちょう組) 26日(金) こ飯 魚の生姜煮 [サバ、生姜、砂糖、醤油 酒、みりん、トマト] 即席漬け [キャベツ、きゅうり、塩	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参 薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物 ・ クロー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
ر م ا ا ا	アタック (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1)	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 味噌まんじゅう [小麦粉、B.P. みりん、塩砂糖、グラニュー糖、味噌] 牛乳 23日(火) 天皇誕生日	17日(水) 「飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油 中の コーン和え [ほうれん草のコーン和え [ほうれん草のコーン 選油] 白菜のすまし汁 [白菜、えのき、あさり水煮、 思治 国ーグルトースト [食パン、ヨーグルト、砂糖マーマレードシャム] 牛乳 24日(水) 「飯 ボークビーンズ 「豚肉、じゃガーンズ 「豚肉、じゃガ油、醤油 一次 大マカッカ 「水水が 一次 大マカッカ 「水水が 一次 大マカッカ 「カークビーンズ」 「水水が 一次 大マカッカ 「ブロッコリー、人参、 ちゅうり、醤油 「ブロッコリー、人参 きゅうり、醤油」	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チ・ップ 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢 レーズン、油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、人参、玉葱 ほうれん草、しめじ、豆乳 コンソメ、塩] おかかぶにきり [米、かつお節、青のり 醤油] チーズ 25日(木)誕生会 そぼろこ飯 [米、ごぼう、鶏ミンチ、油 砂糖、いんげん、醤油、酒 生姜] ぼうれん草の干草和え [ほうれん草、油揚げ、人参 みりん、酒、砂糖、醤油]	19日(金) こ飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくされ、甲芋、人参 しめじ、小松菜、いりこ 味噌 人参蒸しパン[人参、牛乳 ギョウザ (かもめ・はくちょう組) 26日(金) こ飯 魚の生姜煮 [サバ、生姜、砂糖、醤油 酒、みりん、トマト] 即席漬け [キャベツ、きゅうり、塩 人参、醤油]	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物 ・ マイカー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
	アタの味噌だれ焼き (下)	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 味噌まんじゅう [小麦粉、B.P. みりん、塩砂糖、グラニュー糖、味噌] 牛乳 23日(火) 天皇誕生日	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、カーン和え 「ほうれん草のコーン和え 「ほうれん草のコーン和え 「ほうれん草のコーンでま コーン、醤油 ・ ローン、醤油 ・ ローン、醤油 ・ ローンでは、塩 大き、あきり水煮、あきり水煮、あきり水煮、あきり水煮、あきり水煮、 コーン、サーグルト、砂糖 マーマレードジャム は マーマレードジャム 4乳 24日(水) こ飯 アカチャッコリー、醤油・カケチャッコリー、のツ・シャケチャッコリー、マル・アチャッカ・アチャッカ・アナッカ・アナッカ・アカウのスープ	ミートスパゲティ [スパゲティ、塩、油、玉葱合いミンチ、人参、にんにくコンソメ、トマト缶、チ・ップ] 白菜のサラダ [白菜、きゅうり、みかん、酢レーズンクス・油、塩、こしょう] 豆乳スープ [ウインナー、しめじ、豆乳コンソメ、塩] おかかぶにきり [米、かつお節、青のり 醤油] チーズ 25日(木)誕生会 そぼろこ飯 [米、ごぼう、鶏ミンチ、油 砂糖、いんげん、醤油、酒 生姜] ぼうれん草の干草和え [ほうれん草の油揚げ、人参 みりん、酒、砂糖、醤油] なめこの味噌汁	19日(金) こ飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚ば、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大小松、栗羊、いりこ味噌] 人参蒸しパン[人参、牛乳・ギョウザ (かもめ・はくちょう組) 26日(金) こ飯 魚の生姜煮 [サバ、生姜、砂糖、醤油 酒、みりん、トマト] 即席漬け [キャベツ、きゅうり、塩 人参、醤油] 玉葱のすまし汁	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物 菓子 牛乳 27日(土) カルシウムご飯 [米、桜エビ、かつお節ごま、しらす干し、わかめごま油、醤油、酒] 豚汁
	豚肉の味噌だれ焼き 「豚肉の味噌だれ焼き、 「豚肉、油、醤油、みりん 砂糖」 「小松菜の和え物 「小松菜 の和え物 「小松菜 の もや し し の の で は の の で は の の で は の の で で で で で で	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 味噌まんじゅう [小麦粉、B.P. みりん、塩砂糖、グラニュー糖、味噌] 牛乳 23日(火) 天皇誕生日	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、中のコーン和え 「ほうれん草、人参、ごほうれん草、大田では、醤油・中のコーンのでは ローンのすまし汁 「白菜、あさり水煮、葱! コーグルトースト 「食パン、ヨーグルト、砂糖マーマレードジャム」 牛乳 24日(水) こ飯 ボークピーンズ 「豚肉、大き、ド醤油・サーク・水・大き、大き、カッカのカー・スティッツ・カッカス・カッカス・カッカのス・カッカのカカのカカのカカのカカのカカのカカカのカカカカカカカカカカ	ミートスパゲティ [スパゲティ、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チ・ブ 白菜のサラダ [白菜、カかん、酢 レーズンケンカル。 まる 同乳スープ [ウインナー、人めし、豆乳 コンソメ、塩] おかかおにきり [米、かつお節、青のり 醤油] チーズ 全様ろご飯 [米、いんげん、醤油・エを会 そぼろご飯 [米、いんげん、醤油・エを会 をすったい。鶏ミンチ、油 砂糖、いんげん、醤油・エを会 をすったい。 まる ではある。 こじまり にはいいが、ことが、 はこり、 こじまり にはいいが、 こしまり にはいいが、 こ	19日(金) こ飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油油、水ののこ 味噌 人参、大小松、里芋、人参 しめじ、小松菜、いりこ 味噌 人参繁しパン[人参、牛乳乳ギョウザ (かもめ・はくちょう組) 26日(金) こ飯 魚の生姜煮 [サバ、生姜、砂糖、醤油 酒、みりん、トマト] 即席漬け [キャベツ、油」 玉葱のすまし汁 玉葱、おつゆふ、えのき	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参 薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物 ・ クロー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
*** **	アタの味噌だれ焼き (下)	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 味噌まんじゅう [小麦粉、B.P. みりん、塩砂糖、グラニュー糖、味噌] 牛乳 23日(火) 天皇誕生日	17日(水) ご飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げ こんにゃく、砂糖、いんげん 生姜、醤油、カーン和え 「ほうれん草のコーン和え 「ほうれん草のコーン和え 「ほうれん草のコーンでま コーン、醤油 ・ ローン、醤油 ・ ローン、醤油 ・ ローンでは、塩 大き、あきり水煮、あきり水煮、あきり水煮、あきり水煮、あきり水煮、 コーン、サーグルト、砂糖 マーマレードジャム は マーマレードジャム 4乳 24日(水) こ飯 アカチャッコリー、醤油・カケチャッコリー、のツ・シャケチャッコリー、マル・アチャッカ・アチャッカ・アナッカ・アナッカ・アカウのスープ	ミートスパゲティ [スパゲティ、玉葱 合いミンチ、人参、にんにく コンソメ、トマト缶、チ・ブ 白菜のサラダ [白菜、カかん、酢 レーズンケンカル。 まる 同乳スープ [ウインナー、人めし、豆乳 コンソメ、塩] おかかおにきり [米、かつお節、青のり 醤油] チーズ 全様ろご飯 [米、いんげん、醤油・エを会 そぼろご飯 [米、いんげん、醤油・エを会 をすったい。鶏ミンチ、油 砂糖、いんげん、醤油・エを会 をすったい。 まる ではある。 こじまり にはいいが、ことが、 はこり、 こじまり にはいいが、 こしまり にはいいが、 こ	19日(金) こ飯 魚の塩焼き [サケ、塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚ば、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、みりん] 具だくさん味噌汁 [玉葱、大小松、栗羊、いりこ味噌] 人参蒸しパン[人参、牛乳・ギョウザ (かもめ・はくちょう組) 26日(金) こ飯 魚の生姜煮 [サバ、生姜、砂糖、醤油 酒、みりん、トマト] 即席漬け [キャベツ、きゅうり、塩 人参、醤油] 玉葱のすまし汁	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
	下内の味噌だれ焼き 下内の味噌だれ焼き 下内の味噌にんにく、かん では、こま、みりかれ 「かいた。」 「かかな菜のもし、一分のでは、一分のでは、一分のでは、一分のでは、一分のでは、一分のでは、一分のでは、一分のでは、一分では、一分では、一分では、一分では、一分では、一分では、一分では、一分	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 味噌まんじゅう [小麦粉、B.P. みりん、塩砂糖、グラニュー糖、味噌] 牛乳 23日(火) 天皇誕生日	17日(水) 「飯 豚大根 「豚肉、大根、人参、厚揚げこんにゃく、味糖、 いんげん 生姜、醤油 中のコーン和え [ほうれん草 へっと 選油] 白菜のすまし汁 [白菜、えきのき、煮、葱 ヨーグルトースト [食パン、ヨーグルト 砂糖 ヨーグルト 砂糖 マーマレードジャム ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	ミートスパゲティ 「スパゲティ、、玉葱 合いミンチ、トマト ケチャップ] 白菜のサラダ 「白菜のサラダ 「白菜、きゅうり、みかん、酢 レーズンス、 「ウインナー、人参、、豆乳 コンソメ、塩] おかかおにきり 「米、かつお節、一方のり 醤油 チーズ 255日 「米、かつお節、番のり 醤油 チーズ 255日 「米、がかおばこう。 第二では、一方の 「米、酒 を養」 ほうれん草、いんげん、醤油、酒 生姜」 ほうれん草、砂糖、いんげん、醤油、酒 生姜」 ほうれん草、砂糖、いんがん、酒、醤油 大方の、一方の、一方の、一方の、一方で、一方で、一方で、一方で、一方で、一方で、一方で、一方で、一方で、一方で	19日(金) こ飯 魚の塩焼き 「サケ、塩塩、ブロッコリー」 ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆 人参、砂糖、醤油、汁 (玉葱、、小松草、いりこ 味噌) 人参、本味噌・、いりこ 味噌 人参がない。 中野 (からい) この生姜素 「サケ、生姜、砂糖、醤油 酒、みりん) の生姜素 「サバ、生姜、砂糖、醤油 酒、みりん いっちゅうり、塩 大参、のすつましい。 選別 玉葱のすいは、透流、透流、透流、のりのした。 のりのした。 のりのした。 ことん (の)	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物 ・ クロー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
	下 版 	16日(火) ご飯 ★魚のコーンマヨ焼き [サケ、コーン、パセリ マヨネーズ、チーズ] キャベツのごま和え [キャベツ、人参、ごま 醤油] きのこの味噌汁 [椎茸、えのき、しめじ、葱 大根、昆布、味噌] 味噌まんじゅう [小麦粉、B.P. みりん、塩砂糖、グラニュー糖、味噌] 牛乳 23日(火) 天皇誕生日	17日(水) 「飯	ミートスパゲティ [スパゲティ、、本、本、本、本、本、本、本、本、本、本、本、本、本、本、本、本、本、本、	19日(金) こ飯 魚の塩焼き 「サケ、塩塩、ブロッコリー] ひじき煮 [ひじき、油揚げ、水煮大豆人参、砂糖、醤油・汁 (玉葱、大根、里芋、ハりこ味噌) 人参スクス粉、レイン(人参、牛乳)・ガウが、カウ・はくちょう組) 26日(金) こ飯 魚の生姜煮 「サバ、生姜、砂糖、醤油・酒、みりん、トマト] 即席漬け 「キャベツ、きゅうり、塩人参、カラのまる。、カウム、えのき葱、いりこ、塩、葱、のり	20日(土) ひじきご飯 [米、ひじき、ごぼう、鶏肉干し椎茸、しらす干し、人参薄口醤油] じゃが芋の味噌汁 [じゃが芋、玉葱、人参、葱油揚げ、いりこ、味噌] 果物 ・ クロー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・