12月 予定献立表



伊東市学校給食センター 【南中・北中・対島中】

	«A-	<u>+1</u> ,				l.l	t	<u> </u>	赤の食べ物(1群・2群)	黄色の食べ物(5群・6群	緑の食べ物(3群・4群)		エネルギー たんぱく質	
\Box	給食なし	献立	小 麦	そば	间乳	えび	かに	ナる				調味料	にかはく質	
	,5,0	10/\				Ш	,	y o	(体の組織をつくる)	(エネルギーになる)) (体の調子を整える)		塩 分	
		牛乳			×				牛乳					
				T	T	Ħ	T		豚肉 味噌	米 砂糖 ごま	もやし ほうれん草 人参	みりん しょうゆ 塩	818 Kcal	
4		ビビンバ				Ш				油 ごま油	にんにく しょうが	トウバンジャン	38.1 g	
1				+	t	Ħ	+	┢	卵 鶏肉 茎わかめ	でん粉	玉ねぎ 小松菜 人参	チンタン しょうゆ 塩	22.3 g	
月		茎わかめと卵のスープ		>	×	Ш			90 X4075 ±17/3/05	C7045	えのきたけ	こしょう	4.1 g	
				+	┢	+	+		===	平 4 / 7 孝	2008/21)	CULT	4.1 g	
		マロンプリン				Ш			豆乳	栗かんろ煮	Į			
						Ш	4			プリンの素 (砂糖)			
		牛乳			×	4			牛乳					
		ロールパン©	×		×	4			ロールパン(小麦粉	ショートニング 砂糖	脱脂粉乳		747 Kcal	
2						П			豚肉 青のり	中華麺 (小麦粉)	キャベツ 玉ねぎ もやし	ソース 塩 こしょう	35.9 g	
_		焼きそば	×			Ш				油	人参 たけのこ グリンピース		30.0 g	
火						Ш					しょうが しいたけ		2.8 g	
		大豆とうずら卵の煮込み		,	×	Ħ	+		うずら卵 大豆 鶏肉	砂糖	いんげん しょうが	しょうゆ みりん		
		ヨーグルト©		ť	Ì	+	+	+	ヨーグルト	U2 1/16	01701370 04 3/3	0 & 5 1 4 1 5 1 7 1 0		
				+	Ĥ	+	+							
		牛乳		4	Ľ		4	-	牛乳		<u> </u>			
						Ш			味噌 豚肉	中華麺(小麦粉)	もやし 玉ねぎ 白菜	パイタン しょうゆ さば節	794 Kcal	
		みそラーメン	×			Ш				ごま油	葉ねぎ 人参 たけのこ		37.0 g	
3											にんにく しょうが		22.6 g	
		担ばい ウコノの	,	Ī		П			しらす入りシューマイ(小麦粉) だ	ら 玉ねぎ キャベツ 豚脂 し	らす 大豆 しょうが かきエキス ほ	たてエキス)	4.0 g	
水		揚げシュウマイ◎	*			Ш				油				
				+	╆	Ħ	+	+	ЛΔ	砂糖油	大根 ほうれん草	しょうゆ 酢 塩		
		五色和え				Ш			ЛД	19/1/6 /Ш		Od Div if in		
				+	╄	+	+	-			人参もやし			
	 	アセロラゼリー	 _	1	Ļ	\sqcup	1	L	寒天	砂糖	アセロラジュース			
		牛乳		1	×	Ш		Ĺ	牛乳					
		ご飯	_	1	L	Ш				*			800 Kcal	
			Ų			П			ししゃも竜田揚げ(ししゃも	小麦粉 でん粉 砂糖)		36.9 g	
1		ししゃも竜田揚げ◎	^			Ш				油			29.6 g	
4		機香和え		+	t	Ħ	1		のり		ほうれん草 キャベツ もやし	しょうゆ	3.4 g	
木		納豆◎		+	۲	H	+	-	納豆(大豆	タ レ からし)	10071007 17 10 070	0 0 3 1 9	o., o	
		MAO		+	╄	Н	+	-		אל אפינו אל		-> 1.0mm		
		冬野菜の味噌汁				Ш			味噌油揚げ		大根 白菜 えのきたけ	0.00回		
						11	4				人参 根深ねぎ			
		オレンジ									オレンジ			
							_							
		牛乳			×	4			牛乳					
		牛乳 食パン◎	×		×	4			牛乳 食パン (小麦粉	ショートニング 砂糖	脱脂粉乳)		761 Kcal	
5		食パン◎	×		×	4				ショートニング 砂糖 じゃが芋		ブイヨン しょうゆ 酒	761 Kcal 33.0 Kcal	
5			×		×	<			食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー		脱脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参		33.0 Kcal	
5 金		食パン◎ ポトフ	×		×	C C C C C C C C C C			食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン	じゃが芋	脱脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム	塩 こしょう	33.0 Kcal 25.9 g	
		食パン◎	×		×	C C C C C C C C C C			食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆	じゃが芋 油 砂糖	脱脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩	33.0 Kcal	
		食パン◎ ポトフ	×		× ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖	脱脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム	塩 こしょう	33.0 Kcal 25.9 g	
		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン	×		× ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳	じゃが芋 油 砂糖	脱脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩	33.0 Kcal 25.9 g	
		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳	×		× × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖) 栗かんろ煮	脱脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩	33.0 Kcal 25.9 g	
		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン	×		× × × × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖	脱脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩	33.0 Kcal 25.9 g	
金		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳	×		× × ×	<			食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖) 栗かんろ煮	脱脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g	
金 8		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ	×		× × ×	<			食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖) 栗かんろ煮 米	脱脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム きゅうり コーン 赤ビーマン	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g	
金		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯	×		× × × × ×	<			食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖) 栗かんろ煮 米 でん粉 油	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g	
金 8		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル	×		× × ×	<			食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳 本乳	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖) 栗かんろ煮 米 でん粉 油 こま油	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ 酢	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g	
金 8		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 貝だくさん味噌汁	×		× × ×	<			食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖) 栗かんろ煮 米 でん粉 油	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g	
金 8		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ	*		× × × ×				食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉) 牛乳 牛乳 広ば	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖) 栗かんろ煮 米 でん粉 油 こま油	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ 酢	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g	
金 8		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳	×		× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳 さば 歩きり 歩きり 歩きり サイス ちょうり しゅうしょう しゅうしゅう しゅう	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖) 栗かんろ煮 米 でん粉 油 こま油	脱脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム きゅうり コーン 赤ビーマン しょうが ほうれん草 もやし キャベツ 人参 キャベツ 人参 しめじ グレーブフルーツ	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ 酢	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g	
金 8		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ	*		× × × × × ×				食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳) 牛乳 本乳 中乳 ロールパン (小麦粉)	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 油 こま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ 酢	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g	
金 8 月		食パン◎ ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャペツのナムル 具だくさん味噌汁 グレープフルーツ 牛乳 ロールパン◎	*		× × × × × × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳 さば 歩きり 歩きり 歩きり サイス ちょうり しゅうしょう しゅうしゅう しゅう	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖) 栗かんろ煮 米 でん粉 油 こま油	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g	
金 8		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳	×		× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×				食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳) 牛乳 本乳 中乳 ロールパン (小麦粉)	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 油 こま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖	腕脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ 酢	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g	
金 8 月		食パン◎ ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャペツのナムル 具だくさん味噌汁 グレープフルーツ 牛乳 ロールパン◎	×		× × × × × ×				食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳) 牛乳 本乳 中乳 ロールパン (小麦粉)	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 油 こま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g	
金 8 月 9		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳 ロールパン® ビーンズマサラ	x		× × × × × ×	< < < < < < < < < < < < < < < < < < <			食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳) 牛乳 本乳 中乳 ロールパン (小麦粉)	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 油 こま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖	腕脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 76.1 Kcal 35.9 g 25.3 g 32 g 75.0 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g	
金 8 月 9		食パン◎ ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャペツのナムル 具だくさん味噌汁 グレープフルーツ 牛乳 ロールパン◎	×		× × × × ×				食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉) 牛乳 牛乳 さば 味噌 あさり 牛乳 ロールパン (小麦粉) 大豆 豚肉 味噌	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 でん粉 砂糖 油	脱脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム きゅうり コーン 赤ピーマン しょうが ほうれん草 もやし キャベツ 人参 キャベツ 人参 しめじ グレープフルーツ 脱脂粉乳) 玉ねぎ 人参 トマト缶 ピーマン マッシュルーム しょうが にんにく	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャッフ 酒 カレー粉	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 76.1 Kcal 35.9 g 25.3 g 32 g 75.0 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g	
金 8 月 9		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳 ロールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ	× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×		× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳) さば 中界 ロールパン (小麦粉) 大豆 豚肉 味噌 バム	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 でん粉 砂糖 油	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャッフ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょう	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 76.1 Kcal 35.9 g 25.3 g 32 g 75.0 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g	
金 8 月 9		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳 ロールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え	×		× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×				食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉) 牛乳 さば 株噌 あさり 牛乳 ロールパン (小麦粉) 大豆 豚肉 味噌 ハム ヨーグルト	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 でん粉 砂糖 油	脱脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム きゅうり コーン 赤ピーマン しょうが ほうれん草 もやし キャベツ 人参 キャベツ 人参 しめじ グレープフルーツ 脱脂粉乳) 玉ねぎ 人参 トマト缶 ピーマン マッシュルーム しょうが にんにく	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャッフ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょう	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 76.1 Kcal 35.9 g 25.3 g 32 g 75.0 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g	
金 8 月 9		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳 ロールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え 牛乳	×		× × × × × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳) さば 中界 ロールパン (小麦粉) 大豆 豚肉 味噌 バム	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖) 栗かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 てん粉 砂糖 油 じゃが芋 油 砂糖	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャッフ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょう	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g	
金 8 月 9		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳 ロールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え	×		× × × × × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳 ロールパン (小麦粉 大豆 豚肉 味噌	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 でん粉 砂糖 油 じゃが芋 油 砂糖 とゃが芋 油 砂糖	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャップ カレー粉 酢 塩 こしょうからし	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g	
金 8 月 9		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳 ロールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え 牛乳	X		× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 生乳 ケーカールパン (小麦粉 木豆 豚肉 味噌	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 でん粉 砂糖 油 じゃが芋 油 砂糖 とゃが芋 油 砂糖	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャッフ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょう	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g	
金 8 月 9		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳 ロールパン® ビーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツョーグルト和え 牛乳 ご飯 キンピラエッグ	×		× × × × × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳 ロールパン (小麦粉 味噌 あさり	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 でん粉 砂糖 油 じゃが芋 油 砂糖 とゃが芋 油 砂糖	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャップ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょう からし	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g 788 Kcal 37.2 g 23.5 g	
8 月 9 火		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャペツのナムル 具だくさん味噌汁 グレープフルーツ 牛乳 ロールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え 牛乳 ご飯	×	>	× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×	< < < < < < < < < < < < < < < < < < <			食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 生乳 ケーカールパン (小麦粉 木豆 豚肉 味噌	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 でん粉 砂糖 油 じゃが芋 油 砂糖 とゃが芋 油 砂糖	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャップ カレー粉 酢 塩 こしょうからし	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g	
金 8 月 9 火		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳 ロールパン® ビーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツョーグルト和え 牛乳 ご飯 キンピラエッグ	×	>	× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳 ロールパン (小麦粉 味噌 あさり	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 でん粉 砂糖 油 じゃが芋 油 砂糖 とゃが芋 油 砂糖	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャップ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょう からし	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g 788 Kcal 37.2 g 23.5 g	
8 月 9 火		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳 ロールパン® ビーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツョーグルト和え 牛乳 ご飯 キンピラエッグ	X	>	× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳 ニールパン (小麦粉 味噌 あさり 木豆 豚肉 味噌) 本乳 中乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 東かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 でん粉 砂糖 油 じゃが芋 油 砂糖 米 砂糖 油	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャップ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょう からし しょうゆ	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g 788 Kcal 37.2 g 23.5 g	
8 月 9 火		食パン® ポトフ コロコピーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳 ロールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え 牛乳 ご飯 キンピラエッグ 冬野菜のおひたし	×		× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳 ニールパン (小麦粉 味噌 あさり 木豆 豚肉 味噌) 本乳 中乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 東かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 でん粉 砂糖 油 じゃが芋 油 砂糖 米 砂糖 油	腕脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム きゅうり コーン 赤ビーマン しょうが ほうれん草 もやし キャベツ 人参 キャベツ 人参 しめじ グレープフルーツ 脱脂粉乳) 玉ねぎ 人参 トマト缶 ビーマン マッシュルーム しょうが にんにく きゅうり 人参 みかん缶 パイン缶 もも缶 ごぼう 人参 白菜 ほうれん草) 白菜 かぼちゃ 大根 人参 根深ねぎ	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャップ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょう からし しょうゆ	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g 788 Kcal 37.2 g 23.5 g	
8 月 9 火		意パン® ポトフ □□□□ピーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャペツのナムル 見だくさん味噌汁 グレープフルーツ 牛乳 □ールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え 牛乳 ご飯 キンピラエッグ 冬野菜のおひたし ほうとう汁	x x x x x x x x x x x x x x x x x x x	>	× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×				食パン (小麦粉 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉 牛乳 牛乳 ニールパン (小麦粉 味噌 あさり 木豆 豚肉 味噌) 本乳 中乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 東かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 でん粉 砂糖 油 じゃが芋 油 砂糖 米 砂糖 油	腕脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャップ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょう からし しょうゆ	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g 788 Kcal 37.2 g 23.5 g	
金 8 月 9 火		食パン® ポトフ □□□□ビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャペツのナムル 具だくさん味噌汁 グレープフルーツ 牛乳 □ールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え 牛乳 ご飯 キンピラエッグ 冬野菜のおひたし ほうとう汁 オレンジ	x x x x x x x x x x x x x x x x x x x		× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×				食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉) 牛乳 さば 牛乳 ロールパン (小麦粉) 大豆 豚肉 味噌 ハム ヨーグルト 牛乳 卵 豚肉 さつま揚げひじきかつお節 吹噌 豚肉 油揚げ	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 東かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ショートニング 砂糖 でん粉 砂糖 油 じゃが芋 油 砂糖 米 砂糖 油	腕脂粉乳) キャベツ 玉ねぎ 人参 マッシュルーム きゅうり コーン 赤ビーマン しょうが ほうれん草 もやし キャベツ 人参 キャベツ 人参 しめじ グレープフルーツ 脱脂粉乳) 玉ねぎ 人参 トマト缶 ビーマン マッシュルーム しょうが にんにく きゅうり 人参 みかん缶 パイン缶 もも缶 ごぼう 人参 白菜 ほうれん草) 白菜 かぼちゃ 大根 人参 根深ねぎ	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャップ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょう からし しょうゆ	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g 788 Kcal 37.2 g 23.5 g	
8 月 9 火		意パン® ポトフ □□□□ピーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャペツのナムル 見だくさん味噌汁 グレープフルーツ 牛乳 □ールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え 牛乳 ご飯 キンピラエッグ 冬野菜のおひたし ほうとう汁	× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×						食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉) 牛乳 さば 中乳 さば 中乳 ロールパン (小麦粉) 大豆 豚肉 味噌 バム ヨーグルト 牛乳 卵 豚肉 さつま揚げひじきかつお節 味噌 豚肉 油揚げ 牛乳	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 東かんろ煮 米 でん粉 じゃが芋 砂糖 ウェートニング 砂糖 でん粉 砂糖 はったが芋 油 はったが芋 砂糖 はったが芋 豆乳	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ヶチャッフ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょうからし しょうゆ しょうゆ さば節 しょうゆ	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 3.3 g 788 Kcal 37.2 g 23.5 g 3.5 g	
金 8 月 9 火 1 0 水		食パン® ポトフ □□□□ビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャペツのナムル 具だくさん味噌汁 グレープフルーツ 牛乳 □ールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え 牛乳 ご飯 キンピラエッグ 冬野菜のおひたし ほうとう汁 オレンジ	X X X X X X X X X X X X X X X X X X X						食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉) 牛乳 さば 牛乳 ロールパン (小麦粉) 大豆 豚肉 味噌 ハム ヨーグルト 牛乳 卵 豚肉 さつま揚げひじきかつお節 吹噌 豚肉 油揚げ	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 じゃが芋 砂糖 ウカートニング 砂糖 でん粉 砂糖 か糖 油 しゃが芋 油 砂糖 油 はったり 小麦粉 豆乳 米 じゃが芋 油	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャッフ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょうからし しょうゆ しょうゆ さば節 しょうゆ	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g 788 Kcal 37.2 g 23.5 g 3.5 g 802 Kcal	
8 月 9 火		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳 ロールパン® ビーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え 牛乳 ご飯 キンピラエッグ 冬野菜のおひたし ほうとう汁 オレンジ 牛乳	x x x x x x x x x x x x x x x x x x x						食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉) 牛乳 さば 中乳 さば 中乳 ロールパン (小麦粉) 大豆 豚肉 味噌 バム ヨーグルト 牛乳 卵 豚肉 さつま揚げひじきかつお節 味噌 豚肉 油揚げ 牛乳	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 東かんろ煮 米 でん粉 じゃが芋 砂糖 ウェートニング 砂糖 でん粉 砂糖 はったが芋 油 はったが芋 砂糖 はったが芋 豆乳	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャッフ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょうからし しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょう	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g 788 Kcal 37.2 g 23.5 g 3.5 g 802 Kcal	
金 8 月 9 火 1 0 水		食パン® ポトフ □□□□ピーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャペツのナムル 見だくさん味噌汁 グレープフルーツ 牛乳 □ールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え 牛乳 ご飯 キンピラエッグ 冬野菜のおひたし ほうとう汁 オレンジ 牛乳 冬野菜カレー	x x x x x x x x x x x x x x x x x x x						食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉) 牛乳 さば 中乳 さば 中乳 ロールパン (小麦粉) 大豆 豚肉 味噌 バム ヨーグルト 牛乳 卵 豚肉 さつま揚げひじきかつお節 味噌 豚肉 油揚げ 牛乳	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 栗かんろ煮 米 でん粉 じゃが芋 砂糖 ウカートニング 砂糖 でん粉 砂糖 か糖 油 しゃが芋 油 砂糖 油 はったり 小麦粉 豆乳 米 じゃが芋 油	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャッフ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょうからし しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょう	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g 788 Kcal 37.2 g 23.5 g 3.5 g 802 Kcal	
金 8 月 9 火 1 0 水		食パン® ポトフ コロコロビーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャベツのナムル 具だくさん味噌汁 グレーブフルーツ 牛乳 ロールパン® ビーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え 牛乳 ご飯 キンピラエッグ 冬野菜のおひたし ほうとう汁 オレンジ 牛乳	x x x x x x x x x x x x x x x x x x x						食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉) 牛乳 古ば 牛乳 ロールパン (小麦粉) 大豆 豚肉 味噌 バム ヨーグルト 牛乳 卵 豚肉 さつま揚げ ひじき かつお節 味噌 豚肉 油揚げ 牛乳 豚肉	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 東かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ウ糖 油 でん粉 砂糖 か糖 油 はつとう(小麦粉 豆乳 米 じゃが芋 ル麦粉 ・	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャッフ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょうからし しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょう	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g 788 Kcal 37.2 g 23.5 g 3.5 g 3.5 g 3.5 g	
金 8 月 9 火 10 水 11		食パン® ポトフ □□□□ピーンズサラダ お茶蒸しパン 牛乳 ご飯 さばの竜田揚げ キャペツのナムル 見だくさん味噌汁 グレープフルーツ 牛乳 □ールパン® ピーンズマサラ マセドアンサラダ フルーツヨーグルト和え 牛乳 ご飯 キンピラエッグ 冬野菜のおひたし ほうとう汁 オレンジ 牛乳 冬野菜カレー	× × × × × × × × × × × × × × × × × × ×						食パン (小麦粉) 鶏肉 ウインナー ベーコン ひよこ豆 ケーキミックス粉 (小麦粉) 牛乳 古ば 牛乳 ロールパン (小麦粉) 大豆 豚肉 味噌 バム ヨーグルト 牛乳 卵 豚肉 さつま揚げ ひじき かつお節 味噌 豚肉 油揚げ 牛乳 豚肉	じゃが芋 油 砂糖 脱脂粉乳 砂糖 東かんろ煮 米 でん粉 油 ごま油 じゃが芋 ウ糖 油 でん粉 砂糖 か糖 油 はつとう(小麦粉 豆乳 米 じゃが芋 ル麦粉 ・	脱脂粉乳)	塩 こしょう 酢 しょうゆ 塩 抹茶 しょうゆ みりん しょうゆ 酢 さば節 ブイヨン しょうゆ ケチャッフ 酒 カレー粉 酢 塩 こしょう からし しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ しょうゆ 塩 カレールウ ソース しょうゆ 塩 カレー粉 酢 しょうゆ 塩	33.0 Kcal 25.9 g 3.7 g 761 Kcal 35.9 g 25.3 g 3.2 g 750 Kcal 35.3 g 26.3 g 3.3 g 788 Kcal 37.2 g 23.5 g 3.5 g 3.5 g 3.6 g 3.7 g	

	給食	4志	Л	7	10.0	, i	か	ピーナ	<u><</u> :	赤の食	べ物(1	群・2群)	黄色の	食べ物(5	5群・6群)	緑の食	べ物(3郡	洋・4群)		=mn+v/	N.	エネル	ルギー ばく質
	給食なし	献立		ď	90 3	Ü	عَا لَا	ナラ	るみ	(体の	組織を	つくる)	(エネ	ルギー	になる)	(体の	調子を割	整える)		調味料		脂塩	質
		牛乳 (二)	H		,	,	H	ツ	4	牛乳			<u> </u>									塩	分
		食パン◎	×	Ħ	,	<	Ħ	H		食パン	(小麦粉	ショート	ニング	砂糖	脱脂粉乳)		ı			750	Kcal
			Ħ		t	T	Ħ	H		さわら	チーズ		オリープ			トマト	玉ねぎ	バジル	酒	塩	カレー粉		
12		さわらのトマトチーズがけ る る さ 粉ふきさつま			,	1													こしょう			30.2	g
金		粉ふきさつま											さつま芋						塩			3.8	g
		ポパイスープ							,	ベーコン						玉ねぎ	ほうれん	草	チンタン	しょうは	D 塩		
		710 (1 X - 2														キャベツ	人参		こしょう				
		みかん														みかん							
		牛乳			,	<		Ц	į	牛乳													
		ご飯	Ш										米									4	Kcal
15		豚肉と厚揚げの辛煮							Į	厚揚げ	豚肉		でん粉	砂糖	ごま油	根深ねぎ	しょうが		しょうゆ		酒	34.7	
月			\mathbb{H}		-	-	H	Н	-				<u> </u>						+	とうがら		26.0	
/ 3		ラビオリスープ	×							ラビオリ	(小麦粉	油	豚肉	パン粉	玉ねぎ)			しょうり) 塩	3.1	g
		++ n F=+	+	_	+	+	H	H	j	鶏肉			ごま油			玉ねぎ	人参	ほうれん草	こしょう			-	
		ももの缶詰	H	Н	-	_	H	Н	-	牛乳			-			もも缶							
		生乳 ご飯	+	H	ľ	+	H	H	-	牛乳			*									772	Kcal
		乙以	\mathbf{H}	Н	+	+	H	H	9	鶏肉	90		里芋	パン粉		玉ねぎ	しいたけ		しょうめ	オイフム	アーソース	29.5	
		里芋のコロッケ	V		×				,	利心	90		モナ マッシュ:		油	T14G	001/21)		塩	こしょう		20.9	
16		±,0,20,7											小麦粉	砂糖	/Ш				*IIII	2062	,	2.9	
火		キャベツとじゃこのおひたし	H		Ŧ	+	Ħ	H	-	じゃこ	かつお餌	ή	·5 ·5£455	40 4/10		キャベツ			しょうゆ				
			Ħ	Ħ	t		Ħ		_	<u>こ、こ</u> 厚揚げ	.0 = 002					大根	人参	ごぼう		しょうは	D 塩	1	
		すけちか汁														根深ねぎ							
		パイン缶			Ī		Ħ		T							パイン缶							
		牛乳			;	<			1	牛乳													
		ご飯											米									773	Kcal
17		いかの磯辺揚げ							(いか	青のり		でん粉	油		しょうが			しょうゆ			26.5	g
-14		キャベツと茎わかめの酢の物							101	茎わかめ			砂糖			キャベツ	きゅうり		酢	塩	しょうは	24.0	g
水		塩肉じゃが	Ш					Ц	į.	豚肉			じゃが芋		油	玉ねぎ	人参	いんげん	酒	塩	こしょう	2.8	g
		ちんすこう	×										小麦粉	油	砂糖				塩				
			Ш					Ц					ごま										
		牛乳	Н			<u> </u>		Ц		牛乳												1	
		ご飯	+		-	1		Н	-			-1	*									857	
18		麻婆豆腐							-	豆腐	豚肉	味噌	砂糖	でん粉	油	葉ねぎ	人参	しいたけ	しょうゆ			32.6	
		林安豆属														しょつか	にんにく		オイスターソース 洒	・テンメン とうがら		27.7 3.0	
木		バンサンスー	+	H	ł	+	H	H	+				春雨	砂糖	ごま油	きゅうり	1 🛠		心 しょうゆ		からし	3.0	g
		77777	H	Н	+	+	H	H	-	クリーム	チープ	90	さつま芋		小麦粉	レモン果汁			塩	BF	13.50	1	
		さつま芋のチーズケーキ	×		×	<			1	<i>)</i> Л Д.	^ ^	Ala	アーモン		7312000	U C J **/	'		<u></u>				
		牛乳	Ħ		;	<	f	Ħ	1	牛乳													
		シーフードピラフ			Ι,	ļ			ā	あさり	いか		米	パター	油	玉ねぎ	人参	√−ル בダッ タ	塩	カレー粉	ò	759	Kcal
		, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,			ľ	1		Ц								グリンピ-						33.5	g
19		ナッツ入り海藻サラダ				Ī			,	ツナ(ま	(ろ)		アーモンド	油	砂糖	キャベツ	きゅうり		香	しょうり) 塩	26.6	g
金			Ш		Ţ			Ц	_	海藻ミック									からし			3.4	g
		アートソッパ				1		IJ	7	大豆	ひよこ豆	豆 ベーコン	じゃが芋			玉ねぎ	いんげん	人参	ブイヨン	塩	こしょう		
			Щ		ļ			Ц								しょうが						1	
1		みかん			I	1		ΙÍ								みかん			1			1	

- ○材料の都合等により献立が変更になることがあります。
- 〇アレルギー物質の主要8品目について、使用されている献立名の横に×の表示をしています。
- ○「そば」は給食では使用しませんが、めん工場では製造しています。
- ○詳細は給食センターまでお問い合わせください。(**☎**52-6910) ○加工食品については、料理名の後ろに◎をつけ、主な材料のみ(
-)で表示してあります。

※献立表は、伊東市学校給食センターHP(https://minami-jh.edumap.jp/center/)にも掲載していますので ご覧ください。 (小学校の献立表も載っています。) また、トップページに今月のおすすめメニューとして、 **【**給食のレシピが載っていますので参考にしてください(月末に更新)。その他、アレルギー除去食のレシピ



など様々な情報を掲載しておりますのでご覧ください。 給食センターホームページ

