

## ② 11月 学校給食献立表

令和7年度発行 東広島北部学校給食センター

日(曜)	3(月)	4(火)		5(水)		6(木)		7(金	<u>&gt;</u> )	10(月		11 (火)	)	12(7	k)	13(木	7)	14(金	金)
		豚肉のしょうが炒め		クリームシチュー	_	はっすん		ちくわの磯辺	場げ	親子煮		鮭の塩焼き		鶏肉ともち玄米	:のスープ煮	肉豆腐		ハヤシシチュー	_
献		かきたま汁		かみかみサラダ		広島菜漬けあえ		甘酢あえ		大豆のおかかあ	え	梅しそあえ		スイートポテ	トサラダ	春雨の酢の物		キャロットサラ	ラダ
立								噛みってる!(	GoGo炒め			豚汁							
<u> </u>																			
		1人分量			、分量(g)		人分量(g)		1人分量(g)		人分量(g)		人分量(g)		1 人分量(g)		1 人分量(g)		1人分量(g)
				鶏肉		) むきえび		竹輪1/4カット	25. 00 O		24. 00 O		40.00 O		20.00 O		24. 00 O		10.00 O
			. 48 △ . 64	料理酒にんじん	0.64	鶏肉 にんじん	28.00 O 12.00 △	天ぷら粉	4. 00 5. 20	料理酒 にんじん	0.80	塩 なたね油		料理酒 ミニカクテルウインナー	0.64	料理酒 おろししょ <b>う</b> が	0. 64 0. 24 △	豚肉料理酒	25. 00 O 0. 80
		l l		たまねぎ		1 だいこん		あおのり		たまねぎ	28. 00 A		0.40	もち玄米		木綿豆腐		おろしにんにく	0. 16 △
				じゃがいも		ごぼう	12.00 △			じゃがいも		キャベツ	23. 00 Д	にんじん		たまねぎ		にんじん	12.00 △
		l l		マッシュルーム		1 れんこん	12.00 △			板こんにゃく		こまつな		たまねぎ		にんじん		たまねぎ	44. 00 $\triangle$
		l l		グリンピース	3.00 2			だいこん		さやいんげん		にんじん		だいこん		糸こんにゃく		じゃがいも	16.00
	文		.96 ⊔ .04	丸鶏使用がらスープ 有塩バター	0.48 1.60 F	しいたけ ] 板こんにゃく		にんじん 三温糖	3.00 △ 0.40 □			カリカリ梅 赤じそ(乾)	0.12 A	キャベツ		しろねぎ こいくちしょうゆ		マッシュルーム グリンピース	6. 40 △ 3. 20 △
			40	調理用牛乳		) 角切り昆布	0.40 O		0. 08	こいくちしょうゆ	4. 40	91.0 € (42)	0.10 2	トマト缶	6. 40 $\triangle$			ハヤシルウ	9. 60
	化		56 □	米粉	2.80		20.00 O	酢	1.00	みりん風調味料	0.80	豚肉	8.00 O	パセリ(乾)		みりん風調味料	0.40	トマトケチャップ	1. 60
献				塩	0. 28	三温糖		うすくちしょうゆ	0. 40	水	24. 00	絹揚げ(ミニ)		丸鶏使用がらスー		水	16.00	デミグラスソース	
立	の	l l		こしょう	0. 01 44. 00	みりん風調味料 料理酒	1. 92	DEC 150	00.00	ナラ (ゆる)	0.00	にんじん	6.40 △		0. 28	<i>は</i> フナめ	2.00 □	ウスターソース こしょう	1. 20
の	日		.00 Ο .00 Δ		44.00	料理剤 こいくちしょうゆ	0. 80 1. 92	豚肉 料理酒	0.80	大豆(ゆで) こまつな	8.00 A	だいこん ごぼう	6.40 A	こしょう 水	0. 01 40. 00	はるさめ カットわかめ	0.32 O		0. 02 56. 00
材	H			ちくわスライス	6. 00 C	うすくちしょうゆ	1. 44	ごぼう	16.00 △			さつまいも	15.00		40.00	もやし	24. 00 $\triangle$		00.00
料		干し椎茸 0	64 △	キャベツ	25. 00 2		0. 80	れんこん	16.00 △	にんじん	4.00 △	板こんにゃく		じゃがいも		きゅうり	4.00 △	ツナ油漬け	6. 40 O
				こまつな	8.00 2		56.00	にんじん		和え物用花かつお		しろねぎ		さつまいも		にんじん		にんじん	20.00 △
			.80 □ .80	にんじん とうもろこし	4.00 2	∆ ∆  もやし	20 NA A	細切りこんにゃく さやいんげん	20.00 △	三温糖 こいくちしょうゆ	0.64 1.28	だし煮干し 中みそ	1.60 6.80 O	きゅうり とうもろこし	6. 40 △ 4. 00 △		1. 20 2. 00	キャベツ きゅうり	16.00 △ 5.60 △
		l l	80	三温糖		コーこまつな		三温糖	1.76	こいくらしょうか	1. 20	水	96.00	ノンエック゛マヨネース゛		Iff うすくちしょうゆ	1. 20	三温糖	0.48
			20	ー/ <sup>11</sup> /10 うすくちしょうゆ	1. 20	にんじん		こいくちしょうゆ		1			*	酢	0.48			酢	2. 00
		l l	36	酢	2. 00	刻みひろしまな漬		赤みそ	1.76 O					塩	0.16			なたね油	0.80
			20	なたね油	0.80	] うすくちしょうゆ	0. 64	白ごま	0.56					こしょう	0. 01			塩	0. 20
			.64 .56 □	<sup>温</sup> こしょう	0. 12 0. 01			プま油水	0. 44 5. 20									こしょう	0. 01
			00		0.01				0.20										
				かみかみ献	立	郷土料理		ひろしま	給食										
4																			
エネ 食塩 相当量		143 kcal 1.1	g		1.0 g		0.8 g	173 kcal	1. 2 g	165 kcal	0.9 g	142 kcal	1.3 g	184 kcal	1.0 g	143 kcal	0.9 g	203 kcal	1.6 g
日(曜)	17(月)																		全)
- \FE/		18(火)		19 (水)		20(木)		21 (		24(月		25(火)		26 (7)	k)	27(木	()	28(金	14/
→ (FE)	白身魚の天ぷら	白菜チゲ		カレースパゲッラ	٦ ٢	さわらの塩麹焼	<b>き</b>	さといものそ		24(月	1	八宝菜	<u> </u>	ハンバーグ		ごま豆乳鍋		五目煮	<u>ur)</u>
献	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ	白菜チゲ ナムル		<u> </u>	т́т	さわらの塩麹焼 しそひじきあえ	き			24(月	·		<u> </u>	ハンバーグ 野菜のマヨネ-					<u>14 /                                   </u>
	白身魚の天ぷら	白菜チゲ		カレースパゲッラ	<u>-</u>	さわらの塩麹焼	き	さといものそ		24(月	<u> </u>	八宝菜	<u> </u>	ハンバーグ		ごま豆乳鍋		五目煮	112.7
献	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁	白菜チゲ ナムル ヨーグルト		カレースパゲッラ ビーンズサラダ		さわらの塩麹焼 しそひじきあえ だしを味わうす	きまし汁	さといものそ! ツナあえ	ぼろ煮	Z4(A	<u>'</u>	八宝菜 大学芋		ハンバーグ 野菜のマヨネ- 根菜スープ	ーズあえ	ごま豆乳鍋 しらすあえ		五目煮大根の酢の物	
献	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁 1人分量(g	白菜チゲ ナムル ヨーグルト		カレースパゲッラ ビーンズサラダ 1人	、分量(g)	さわらの塩麹焼 しそひじきあえ だしを味わうす	き まし汁 <sup>人分量(g)</sup>	さといものそ! ツナあえ	ぼろ煮 1人分量(g)	<u>24</u> (月		八宝菜 大学芋	人分量(g)	ハンバーグ 野菜のマヨネ- 根菜スープ	ーズあえ 1人分量 (g)	ごま豆乳鍋しらすあえ	1 人分量 (g)	五目煮大根の酢の物	1人分量(g)
献	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁 1人分量(g 白身魚天ぷら 50.00	白菜チゲ ナムル ヨーグルト ○ MR内 35	.00 0	カレースパゲッラ ビーンズサラダ	、分量(g)	さわらの塩麹焼 しそひじきあえ だしを味わうす	き まし汁 人分量 (g) 40.00 〇	さといものそ ツナあえ <sup>鶏ひき肉</sup>	ぼろ煮	24(月		八宝菜 大学芋 	人分量(g) 30.00 ○	ハンバーグ 野菜のマヨネ- 根菜スープ <sub>ハンバーグ</sub>	ーズあえ 1人分量 (g) 50.00 ○	ごま豆乳鍋しらすあえ	1人分量(g) 30.00 ○	五目煮大根の酢の物	
献	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁 1人分量(g 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00	白菜チゲ ナムル ヨーグルト 1人分量 ○ 豚肉 35 □ おろしにんにく (2 料理酒	.00 Ο .16 Δ .64	カレースパゲッラ ビーンズサラダ 1人 豚肉 料理酒 おろししょうが	<u>、分量(g)</u> 28.00(	さわらの塩麹焼 しそひじきあえ だしを味わうす	き まし汁 人分量 (g) 40.00 C 5.00	さといものそ1 ツナあえ 鶏ひき肉 料理酒 おろししょうが	ぼろ煮 1人分量 (g) 30.00 ○	24(月		八宝菜 大学芋 1. 豚肉 料理酒 おろししょうが	人分量(g) 30.00 ○	ハンバーグ 野菜のマヨネ- 根菜スープ <sub>ハンバーグ なたね油</sub>	ーズあえ 1人分量(g) 50.00 ○ 0.50 □	ごま豆乳鍋 しらすあえ 豚肉 木綿豆腐 にんじん	1 人分量(g) 30.00 ○ 35.00 ○ 8.00 △	五目煮 大根の酢の物 鶏肉 料理酒 大豆(乾)	1人分量(g) 30.00 〇
献	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁 1人分量(g 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00	白菜チゲ ナムル ヨーグルト 1人分量 ○ 豚肉 35 □ おろしにんにく 14理酒 (0 本綿豆腐 35	.00 O .16 △ .64	カレースパゲッラ ビーンズサラダ 1人 豚肉 料理酒 おろししょうが カットスパゲッティ	<u>分量(g)</u> 28.00( 0.64 0.16 <u>2</u> 16.00 [	さわらの塩麹焼 しそひじきあえ だしを味わうす 1.00 さわら 塩麹 しゃがいも	き まし汁 人分量 (g) 40.00 〇 5.00 □	さといものそ1 ツナあえ 鶏ひき肉 料理酒 おろししょうが さといも	ぼろ煮 1人分量(g) 30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □			八宝菜 大学芋 1. 豚肉 料理酒 おろししょうが おろしにんにく	<u>人分量(g)</u> 30.00 ○ 0.80 0.10 △ 0.10 △	ハンバーグ 野菜のマヨネ- 根菜スープ ハンバーグ なたね油 キャベツ	ーズあえ 1人分量 (g) 50.00 ○ 0.50 □	ごま豆乳鍋 しらすあえ 豚肉 木綿じん はくさい	1 人分量(g) 30.00 ○ 35.00 ○ 8.00 △ 40.00 △	五日煮 大根の酢の物 鶏肉 料理酒 大豆(乾) ちくわカット1cm	1人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○
献	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁 1人分量(g 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00 ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00	白菜チゲ ナムル ヨーグルト 1人分量 ○ 豚肉 35 □ おろしにんにく 14 料理酒 (0 本綿豆腐 35 し しめじ 4	.00 O .16 △ .64 .00 O	カレースパゲッラ ビーンズサラダ 1人 豚肉 料理酒 おろししょうが カットスパゲッティ たまねぎ	<u>分量(g)</u> 28.00 C 0.64 0.16 Z 16.00 E 32.00 Z	さわらの塩麹焼 しそひじきあえ だしを味わうす 1 さわら 塩麹 じゃがいも こまつな	まし汁 人分量 (g) 40.00 ○ 5.00 □ 25.00 □ 6.00 △	さといものそ1 ツナあえ 鶏ひき肉 料理酒 おろししょうが さといも たまねぎ	ぼろ煮 1人分量(g) 30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △	Z4(A		八宝菜 大学芋 下肉 料理酒 おろししょうが おろしにんにく いか	人分量(g) 30.00 ○ 0.80 0.10 △ 0.10 △ 16.00 ○	ハンバーグ 野菜のマヨネー 根菜スープ ハンバーグ なたね油 キャベツ にんじん	ーズあえ 1人分量(g) 50.00 ○ 0.50 □ 32.00 △ 3.00 △	ごま豆乳鍋 しらすあえ 肉肉 豆腐 にんくさい しめじ	1人分量(g) 30.00 ○ 35.00 ○ 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △	五目煮 大根の酢の物 鶏肉 料理酒 大豆(乾) ちくわカット1cm にんじん	1人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○ 12.00 △
献	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁 1人分量(g 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00 ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00	白菜チゲ ナムル ヨーグルト 1人分量 の 豚肉 35 おろしにんにく 4 料理酒 6 本綿豆腐 35 しめじ 4 にんじん 8	.00 O .16 △ .64 .00 O .80 △	カレースパゲッラ ビーンズサラダ 1人 豚肉 料理酒 おろししょうが カットスパゲッティ たまねぎ にんじん		さわらの塩麹焼 しそひじきあえだしを味わうすった。 だしを味わうすった。 塩麹 こまから 塩麹 こまかな にんじん	まし汁 大分量(g) 40.00 O 5.00 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △	さといものそ1 ツナあえ 鶏ひき肉 料理酒 おろししょうが さといもぎ にんじん	ぼろ煮 1人分量(g) 30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 △	Z4(A		八宝菜 大学芋 	人分量(g) 30.00 ○ 0.80 0.10 △ 0.10 △ 16.00 ○ 14.40 △	ハンバーグ 野菜のマヨネー 根菜スープ ハンバーグ なたね油 キャベツ にんじん /ンエッグマヨネーズ	ーズあえ 1人分量(g) 50.00 ○ 0.50 □ 32.00 △ 3.00 △ 3.20 □	ごまら 取り 取り 取り ない はい	1 人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 6.40 △	五目煮 大根の酢の物 鶏肉 料理酒 大豆(乾) ちくわカット1cm にんじん じゃがいも	1 人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○ 12.00 △ 40.00 □
献	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00	白菜チゲ ナムル ヨーグルト 1人分量 ○ 豚肉 35 おろしにんにく 4 料理酒 6 ム 木綿豆腐 35 ム しめじ 4 ム にんじん 8 も もやし 25	.00 O .16 △ .64 .00 O .80 △ .00 △	カレースパゲッラ ビーンズサラダ 1人 豚肉 料理酒 おろししょうが カットスパゲッティ たまねぎ	<u>分量(g)</u> 28.00 C 0.64 0.16 Z 16.00 E 32.00 Z	さわらの塩麹焼 しそひじきあえだしを味わうす だしを味わうす 1 さわら 塩麹 じゃがいも こまがいも こよいにん にんじん してひじきの佃煮	まし汁 人分量 (g) 40.00 〇 5.00 □ 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○	さといものそ1 ツナあえ 鶏ひき肉 料理酒 おろししょうが さといも たまねぎ	ぼろ煮 1人分量(g) 30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △			八宝菜 大学芋 下肉 料理酒 おろししょうが おろしにんにく いか	人分量(g) 30.00 ○ 0.80 0.10 △ 0.10 △ 16.00 ○	ハンバーグ 野菜のマヨネー 根菜スープ ハンバーグ なたね油 キャベツ にんじん /ンエッグマヨネーズ 酢	ーズあえ 1人分量(g) 50.00 ○ 0.50 □ 32.00 △ 3.00 △ 3.20 □	ごま豆乳鍋 しらすあえ 肉肉 豆腐 にんくさい しめじ	1 人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 6.40 △	五目煮 大根の酢の物 鶏肉 料理酒 大豆(乾) ちくわカット1cm にんじん	1人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○ 12.00 △
献	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.24 白すりごま 0.32	白菜チゲ ナムル ヨーグルト  1人分量  の 豚肉 35  おろしにんにく 40  本綿豆腐 35  ム しめじん 40  しにんじん 25  はくさい 40  しろねぎ	.00 O .16 \( \Delta \) .64 .00 O .80 \( \Delta \) .00 \( \Delta \) .00 \( \Delta \)	カレースパゲッラ ビーンズサラダ 1人 豚肉 料理酒 おろししょうが カットスパゲッティ たまねぎ にんじん マッシュルーム		さわらの塩麹焼 しそひじきあうすだしを味わうすだしを味わらい 塩麹 じゃがいないしまるじんしているの他煮 うすくちしょうゆ	まし汁 40.00 〇 5.00 □ 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16	さとかまる 乳 り り り り り り り り り り り り り	ぼろ煮 1人分量(g) 30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 ○	振		八宝菜 大学芋 下肉 下理酒 おろしにんにく いか たけのこ たまくさい にんじん	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 36.00 △ 12.00 △	ハンバーグ 野菜のマヨネー 根菜スープ ハンバーグ なたね油 キャベツ にんじん /ンエッグマヨネーズ 酢 鶏肉	ーズあえ 1人分量(g) 50.00 ○ 0.50 □ 32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12	ごまら 取 肉 なじさじ ない にはししし も の ながる の ながる の ながる の ながる の で に ながる の で に な に な が る の る が も の も る ら る ら る ら る ら る る る る る る る し る ら る る 。 る る る る る る る る る る る る る	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80	五 目 煮 大 根 の 酢 の 物 鶏肉 料理豆(乾) ちくんじん じゃがいも れんこん 板こんにゃく 干し椎茸	1 人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○ 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 16.00 △
献	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.24 白すりごま 0.32 三温糖 0.32	白菜チゲ ナムル ヨーグルト  1人分量  の 豚肉 35  料理酒 60  本 木綿豆腐 35  ム にんじん 60  にんじん 25  はいるしい 40  しいるねぎ 40  丸鶏使用がらスープ 60	.00 O .16 △ .64 .00 O .80 △ .00 △ .00 △ .00 △	カレースパゲッラ ビーンズサラダ 1人 豚肉 料酒しょうが カットスぎ にんじん マッンピーム グリンピルス カレース カレース カレーマトケャップ	<u>分量(g)</u> 28.00 C 0.64 0.16 2 16.00 E 32.00 2 6.40 2 3.20 2 6.40 2 1.60	さわらの塩麹焼 しそひを味わうす。 だしを味わうす。 はもり、 はもり、 はながいない。 ににんひくちしょうゆ 木綿豆腐	まし汁 40.00 ○ 5.00 □ 25.00 □ 4.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16	さかまる 乳料はいれている。 りは、 のでは、 では、 のでは、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	ぼろ煮  1人分量(g)  30.00 ○ 0.80  0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 △ 12.00 ○ 16.00 △ 4.00 △	振		八宝菜 大学芋 肉肉 野理ろろしにんにくいかけまくいかのなねささいん たはんいん たけばんしばん たいがったまくいん はんじばん	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 36.00 △ 12.00 △	ハンバーグ 野菜のマヨネー 根菜スープ ハンバーグ なたね油 キャベじん /ンエッグマヨネーズ 酢 鶏肉 料理酒	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12	ごし 豚木にはしし白だ混豆 可 の の の の の の の の の の の の の	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80	五目煮 大根の酢の物 鶏肉 料理豆(わカット1cm にんんじゃがいも れんこんにゃく 干しためにがん でもんんにゃく でもんがいもれるこれである。	1人分量(g) 30.00 〇 0.64 6.40 〇 8.00 〇 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 16.00 △ 0.40 △
献 立	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.24 白すりごま 0.32	白菜チゲ ナムル ヨーグルト  1人分量  1人の  1人の  1人の  1人の  1人の  1人の  1人の  1人	.00 O .16 △ .64 .00 O .80 △ .00 △ .00 △ .00 △ .00 △	カレースパゲッラ ビーンズサラダ 1人 豚肉 野酒 しょうが カットおぎ にんじュンピーム グリンールス カレース カレマトケーソ ウスターフ	<u>分量(g)</u> 28.00 C 0.64 0.16 Z 16.00 E 32.00 Z 6.40	さわらの塩麹焼 しそひを味わうすった。 だしを味わらいないないないないないでした。 はこにしているの個点でいないでは、しているのでは、 はこにしているのでは、 は、しているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、こにしているでは、 は、 は、こにしているでは、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は	まし汁 40.00 〇 5.00 □ 25.00 □ 4.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 □	さかか	ぼろ煮  1人分量(g)  30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 △ 12.00 ○ 16.00 △ 4.00 △ 1.28 □	振替		八宝菜 大学芋 肉肉 類はようがくいかけまるのかのねおさいのはないのではないできますがった。 たまくじらいではないがった。 たいがいがいたまないがった。 たいがいがいたいがいたいが、たいできないが、たいできないが、たいではないが、たいできない。 たったいできないが、たいできないが、たいできないが、たいできないが、たいできないが、たいできない。	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 36.00 △ 12.00 △ 0.40 △	ハンバーグ 野菜 スープ スープ かたね やいじん ハンエッケ・マヨネーズ・ 酢 肉理酒がいも	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 0.40 16.00 □	ごし 豚木にはしし白だ混豆す 肉綿んくめろすし合乳いの ない ぎご布り しん乳い まいまり ほりくり かい きょうゆう しょうゆう かんしょう はいまい はいまい はいまい はいまい はいまい はいまい はいまい はいま	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇	五目煮 大根の酢の物 鶏肉 理豆くわじん にゃんんががん にゃんんに がんしたがん にゃんんに でもんんに でもんんに でもんんに でもんんに できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。	1 人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○ 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □
献立献	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.24 白すりごま 0.32 三温糖 0.32 うすくちしょうゆ 0.56	白菜チゲ ナムル ヨーグルト  1人分量  下	.00 O .16 △ .64 .00 O .80 △ .00 △ .00 △ .00 △ .00 △ .48 .40	カレースパゲッラ ビーンズサラダ 1人 豚肉 野酒しょうが カまんじっただって たがったおじん マリレートケース カリレートケース カリマス カウマス スープ	<u>分量(g)</u> 28.00 C 0.64 0.16 2 16.00 E 32.00 Z 6.40 Z 6.40 Z 3.20 Z 6.40 L 1.60 0.80 0.12	さわらの塩麹焼しそいではあった。	まし汁 40.00 〇 5.00 □ 25.00 □ 25.00 □ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 □ 20.00 ○ 2.40 □ 16.00 △	さかか	ぼろ煮 30.00 ○ 0.80 ○ 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 ○ 16.00 ○ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △	振替		八大学芋 下内 理るろうか にまくいん けまくんく ン 活 はん にん	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 36.00 △ 12.00 △ 0.40 △ 8.00 △	ハンバーグ 野菜 スープ ルンバーグ な スーグ なたれ べじん パンエット で マコネーズ 酢 肉 酒 で かんこん の 酒 の 酒 の 酒 の で れた の り り り り り う で り う で り う り も り も り も り も り も り も り も り も り も	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 0.40 16.00 □ 8.00 △	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみの綿んくめろすし合乳いり見削 ちん風のい ぎご布 り し調い くん しょ いりかり かりり かりり かりり かりり かりり かりり かりり かりり かり	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.60	五目煮 大根の酢の物 鶏肉 理豆くわじんがいんもんがいんしゃんこれではないがんがられたがいたりです。 はないがいたがいたいではないできます。 はないではないできます。 とないできます。 とないでもないできます。 とないでもないでもないでもないでもないでもないでもないでもないでもないでもないでも	1人分量(g) 30.00 〇 0.64 6.40 〇 8.00 〇 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □ 4.40
献立	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.24 白すりごま 0.32 三温糖 0.32	白菜チゲ ナムル ヨーグルト コーグルト	.00 O .16 △ .64 .00 O .80 △ .00 △ .00 △ .00 △ .00 △	カレースパゲッラ ビーンズサラダ 1人 豚肉 野酒 しょうが カットおぎ にんじュンピーム グリンールス カレース カレマトケーソ ウスターフ	<u>分量(g)</u> 28.00 C 0.64 0.16 Z 16.00 E 32.00 Z 6.40	さわらの塩麹を される	まし汁 40.00 C 5.00 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 20.00 ○ 2.40 □ 16.00 △ 2.00 △	さかか き酒しいねじまげんン はなり 温いり は でん あった に さ がった は がった に さ がった に さ がった に がった に がった に と がった に な がった に な がった に な がった に な がった し は 味 がった い ん 風 い り しゅ 味 り か り か	ぼろ煮  1人分量(g)  30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 △ 12.00 ○ 16.00 △ 4.00 △ 1.28 □	振替休		大学 デ 下学 ファイン 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 36.00 △ 12.00 △ 0.40 △	ハンバーグ 野菜 スーグ スーグ スーグ スーグ カンパカ油 キーのシュケーマコネース・ で 3科 での で 3 ネース・ で 3 ネース・ を 3 ネース・ で 3 ネース・ を 3 ネース・ と 3 ネース・ を 3 ネース・ と 3 た る も る も る も る も る も も も も も も も も も も	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 0.40 16.00 □	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中の ない ぎょう 腐んい ぎご布り し合乳いりみ しまり しいり かん そいく めるすし の はいり を し 調味 から 風	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.60	五目煮 大根の酢の物 鶏肉 理豆くわじん にゃんんががん にゃんんに がんしたがん にゃんんに でもんんに でもんんに でもんんに でもんんに できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。 できる。	1 人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○ 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □
献立の	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 にんじん 3.00 にんじん 3.00 白ごま 0.24 白すりごま 0.32 三温糖 0.32 三温糖 0.32 三は精 0.56	白菜チゲ ナムル ヨーグルト	.00 O .16 △ .64 .00 O .80 △ .00 △ .00 △ .00 △ .48 .40 .16 .00	カレーン ズサラダ 1人	28.00 C 0.64 0.16 Z 16.00 E 32.00 Z 6.40 Z 6.40 Z 6.40 Z 6.40 Z 0.80 0.80 0.12	さした は は は に し う な は が つ じ ひ く な に し う す な な ん じ け し も な か な ん じ も し し う す な か な ん じ も し し う す な か な ん じ も し し う す な か な か に き ち な は に と う す な が っ じ ひ く な こ な ん い な ん じ き し し う す な が っ じ ひ く な な か な か に き か え か ま が っ だ い な ん じ け は た は か え か ま か え れ き か え か ま か え れ き か え れ き か ま か ま か ま か ま か ま か ま か ま か ま か ま か	まし汁 40.00 C 5.00 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 20.00 ○ 2.40 □ 16.00 △ 2.00 △ 2.40 □ 2.40 □ 2.40 □ 2.40 □ 2.40 □	さかかます。 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ぼろ煮 30.00 ○ 0.80 ○ 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 ○ 16.00 ○ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 1.28 □ 4.00 1.44	振替		八大 下次 下の 下された にっこう かい	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 36.00 △ 12.00 △ 0.40 △ 8.00 △ 0.56 □ 2.00 0.40	ハンズのス バのス バロマープ バロス バカ油 ・ かん かいん マライ・ス・ ・ では、アント ・ では、アント	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 0.40 16.00 □ 8.00 △ 16.00 △ 6.40 △	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中料豆す 腐んい ぎご布り し間 くんそ でん くめろすし の りみ理 いりみ理 かん そ 一 の の の の の の の の の の の の の の の の の の	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.60 ○	五 根	1人分量(g) 30.00 〇 0.64 6.40 〇 8.00 〇 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □ 4.40 1.60
献立が献立の材	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.24 白すりごま 0.32 三温糖 0.32 三温糖 0.32 三は精 0.56  絹揚げ(ミニ) 15.00 だいこん 16.00 にんじん 6.40 さといも 12.00	白菜チゲナーグルト コーグルト コーグルト	.00 O .16 △ .64 .00 O .80 △ .00 △ .00 △ .00 △ .00 △ .16 .00 △ .48 .40 .16 .00	カレーン ズ サラダ 1人 ドウダ 1人 アウダ 1人 アウダ 1人 アウザース アウザース アウル	28.00 C 0.64 0.16 Z 16.00 E 32.00 Z 6.40 Z 6.40 Z 6.40 L 6.40 L 1.60 C 0.80 0.12 0.01 88.00 C	さした たいなんじち 腐(おぎんた ちゅうぎ 見からいさん でも なん さっちゅう かんじょう 本焼きまいた ちゅん できる なん さん なん なん きん なん さん なん	まし汁 40.00 C 5.00 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 20.00 ○ 2.40 □ 16.00 △ 2.00 △ 4.00 △ 2.40 □ 2.00 △	さか	まろ煮 30.00 ○ 0.80 ○ 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 ○ 16.00 △ 4.00 △ 1.28 □ 4.00 △ 1.44 20.00	振替休		八大 下	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 16.00 △ 10.40 △ 0.40 △ 2.00 △ 0.56 □ 2.00 0.40 0.40 0.40	ハン菜菜 ハな キにハカ酢 鶏料じれだごにパイコ プ グネーグ ネーグ かん べじが マヨネーズ 肉理 やんいぼん セルいぼん としい (乾)	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 16.00 □ 8.00 △ 16.00 △ 16.00 △ 6.40 △ 6.40 △	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中料水豆す 腐綿んくめろすし合乳いりみ理乳あ 高のい ぎご布即 くんそ酒 いりみ まかま ちゅうりょう いっぱい かんき	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.60 5.60 〇 0.80 40.00	五大 鶏料大ちにじれ板下で温いりか水 だいこん はいり かん にはいり かん に はいり かん だいしゅん かん こしや温いり かん だい しゅん こしゃん こしゃん こしゃん こしゃん こしゃん こうりん かん	1人分量(g) 30.00 C 0.64 6.40 C 8.00 C 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □ 4.40 1.60 24.00 △
献立の	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.32 三温糖 0.32 三温糖 0.32 うすくちしょうゆ 0.56  絹揚げ(ミニ) 15.00 だいこん 16.00 にんじん 6.40 さといも 12.00 板こんにゃく 6.40	白菜チゲナーグルト コーグルト コーグルト 国内の 35	.00 O .16 △ .64 .00 O .80 △ .00 △ .00 △ .00 △ .00 △ .00 △ .48 .40 .16 .00	カレーン ズサラダ 1人 ドラダ 1人 アッダ 1人 アーン スズサラダ 1人 スズ サラ 1人 アーン アース アーカー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・	28.00 C 0.64 0.16 Z 16.00 E 32.00 Z 6.40 Z 6.40 Z 6.40 Z 6.40 D 1.60	さした さ塩 じこにんう 木焼た飾えねだ混かいなんじち 腐(おぎんた 布り) 本焼た 飾えれた おも でまいのぎ 足削り かん はち なん はち なん はち なん はち なん はち なん はら なん はん	まし汁 40.00 C 5.00 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 20.00 ○ 2.40 □ 16.00 △ 2.00 △ 2.40 □ 4.00 △ 2.00 △ 2.00 △	さか	まろ煮 30.00 ○ 0.80 ○ 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 ○ 16.00 ○ 4.00 △ 4.00 △	振替休		大大 下	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 12.00 △ 0.40 △ 0.56 □ 2.00 0.40 ○ 0.40 ○	ハ野根 ハな キにハ酢 鶏料じれだごにパ丸のス イ油 ツんた ゃんいが 肉理 やんいぼん セ鶏がここう じリ使用 使が しんん 乾がらる からい しゅう からる カー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 16.00 □ 8.00 △ 6.40 △ 6.40 △ 0.02 △ プ 0.40	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中料水 豆す の綿んくめろすし合乳いりみ理 のでさじねり昆削 くんを酒 のはさじねりこれ のはきご布 のはきご布 のはまず のもまず のもな のもな のもな のもな のもな のもな のもな のもな	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.60 ○ 0.80 40.00	五大 鶏料大ちにじれ板干さ三、み水 だき の物 物	1人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○ 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □ 4.40 □ 1.60 ○ 24.00 △
献立が献立の材	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.24 白すりごま 0.32 三温糖 0.32 うすくちしょうゆ 0.56  絹揚げ(ミニ) 15.00 だいこん 16.00 にんじん 6.40 さといも 12.00 板こんにゃく 6.40	白菜・ゲナー ファイン 1人分量 1人分量 1人分量 1人分量 1人分量 1人分量 1人分量 1人分量	.00 O .16 △ .64 .00 O .80 △ .00 △ .00 △ .00 △ .00 △ .00 △ .48 .40 .16 .00 △ .60 △ .40 △	カレーン ズサラダ 1人	28.00 C 0.64 0.16 Z 16.00 E 32.00 Z 6.40 Z 6.40 Z 6.40 D 1.60 O 0.80 O 0.12 O 0.01 S 8.00 C 28.00 Z	さした さ塩 じこにしう 木焼た飾えねだ混こい もな は でこにしう 本焼たりのぎ 足削く かんじち 腐いぎんた 布切らいなんじち 腐いぎんた 布切られた 高いなんじち 腐いぎんた 布切られた かんしょう かんしゅう かんりょうゆん かんりょう	まし汁 40.00 ○ 5.00 □ 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 □ 20.00 □ 2.40 △ 2.00 △ 4.00 △ 2.40 △ 2.40 △ 0.80 □ 0.80 □ 0.80 □	さッ 鶏料おさたにさ絹板グ三こみ水 ツキこと ナ ひ理ろとまんつ揚こり温いり ナヤまの はもぎん揚 にピ ち風 漬ツな はい	まろ煮 1人分量(g) 30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 ○ 16.00 ○ 4.00 △ 4.00 △ 4.20 ○ 4.00 △ 4.00 △	振替休		八大 下次 下の 下された にっこう かい	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 12.00 △ 0.40 △ 8.05 △ 2.00 0.40 △ 0.40 ○ 0.40 ○ 0.40 □	ハン菜菜 ハな キにハカ酢 鶏料じれだごにパイコ プ グネーグ ネーグ かん べじが マヨネーズ 肉理 やんいぼん セルいぼん としい (乾)	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 16.00 □ 8.00 △ 16.00 □ 6.40 △ 6.40 △ 0.02 △ プ 0.40 1.60	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中料水 ちキ豆す 扇綿んくめろすし合乳いりみ理 りゃ 豆す 腐んい ぎご布り し調 めべい きず 節 し調 めべい がいかい ちょう かいがい かいがい かいがい かいがい かいかい かいかい かいかい かいか	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.00 〇 0.80 40.00	五大 鶏料大ちにじれ板干さ三、み水 だきに でんしい はいかん こしや温いり いゅん こうじん はい	1人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○ 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □ 4.40 □ 24.00 △ 4.00 △
献立が献立の材	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.24 白すりごま 0.32 三温糖 0.32 うすくちしょうゆ 0.56  絹揚げ(ミニ) 15.00 だいこん 16.00 にんじん 6.40 さといも 12.00 板こんにゃく 6.40	白 中	.00 O .16 △ .64 .00 O .80 △ .00 △ .00 △ .00 △ .00 △ .00 △ .48 .40 .16 .00 △ .60 △ .40 △	カレーン ズサラダ 1人 ドラダ 1人 アッダ 1人 アーン スズサラダ 1人 スズ サラ 1人 アーン アース アーカー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・	28.00 C 0.64 0.16 Z 16.00 E 32.00 Z 6.40 Z 6.40 Z 6.40 D 1.60 O 0.80 O 0.12 O 0.01 S 88.00 Z 6.40 Z 4.00 Z	さした さ塩 じこにんう 木焼た飾えねだ混かいなんじち 腐(おぎんた 布り) 本焼た 飾えれた おも でまいのぎ 足削り かん はち なん はち なん はち なん はち なん はち なん はら なん はん	まし汁 40.00 C 5.00 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 20.00 ○ 2.40 □ 16.00 △ 2.00 △ 2.40 □ 4.00 △ 2.00 △ 2.00 △	さか	まろ煮 30.00 ○ 0.80 ○ 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 ○ 16.00 ○ 4.00 △ 4.00 △	振替休		大大 下	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 12.00 △ 0.40 △ 0.56 □ 2.00 0.40 ○ 0.40 ○	ハ野根 ハな キにハ酢 鶏料じれだごにパ丸のス イ油 ツんた ゃんいが 肉理 やんいぼん セ鶏がここう じリ使用 使が しんん 乾がらる からい しゅう からる カー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 16.00 □ 8.00 △ 6.40 △ 6.40 △ 0.02 △ プ 0.40	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中料水 豆す の綿んくめろすし合乳いりみ理 のでさじねり昆削 くんを酒 のはさじねりこれ のはきご布 のはきご布 のはまず のもまず のもな のもな のもな のもな のもな のもな のもな のもな	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.00 〇 0.80 40.00	五大 鶏料大ちにじれ板干さ三こみ水 だきにカカ 物物 はいゆんでしたがこれをする しゅんじん いゆん こうじんかん はいり いゆんかん はい はいり いめんかん はいり いかん とりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいしん はいしん はいしん はいしん はいしん はいしん はいしん はいし	1人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○ 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □ 4.40 ○ 24.00 △ 28.00 △ 4.00 △ 4.00 △
献立が献立の材	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.32 三温糖 0.32 三温精 0.32 三は 15.00 だいこん 16.00 にんじん 6.40 さといも 12.00 板こらんにんく 6.40 さといも 12.00 板こんにもく 6.40 ころねぎ 3.20 だしろねぎ 3.20 だしろねぎ 3.20 だしろれぎ 3.20 だしろれぎ 3.20	中	.00	カビ 豚料おかたにマグカトウ丸こ水 ミキきに三酢 アイン スズ サーカー かっまん マグカトウカ カー かっかっ かっまん カース カー・ス アイラ カー・ス アイラ カー・ス カー・ス カー・ス カー・ス カー・ス カー・ス カー・ス カー・ス	28.00 C 0.64 0.16 Z 16.00 E 32.00 Z 6.40 Z 6.40 Z 6.40 D 1.60 O 0.80 O 0.12 O 0.01 S 8.00 Z 6.40 Z 0.64	さしだ さ塩 じこにしう 木焼た飾えおだ混こうみ料地 かっとし かり いなんじち 腐いぎんた 布りちち風 いなんじち 腐いぎ 昆削くくん酒 いたんじき はん からした からし かん かんしき はん かんしき はん かんしき はん かんしき はん かん かんしょ 味ん かんしょ はい かん	まし汁 40.00 ○ 5.00 □ 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 □ 20.00 ○ 2.40 △ 2.00 ○ 2.00	さか	まろ煮  1人分量(g)  30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 △ 12.00 ○ 16.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.80 △ 9.60 △ 4.80 △ 4.80 △	振替休		八大 豚料おおいたたはにきチョニ丸オじ塩こ水 さ	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 12.00 △ 0.40 △ 0.56 □ 2.00 ○ 0.40 ○ 0.40 ○ 0.56 □ 2.00 0 0.40 ○ 0.56 □ 2.00 0 0.40 ○ 0.40 ○ 0.40 ○ 0.64 □	ハ野根 ハな キにハ酢 鶏料じれだごにパ丸う塩こ水バのス バカ べじが 酒がここうじり使く よーマー グ がん でんけって でんしょう でんしょう しゅん しゅう しょう しゅう しょう しゅう しゅう しゅうしょう しゅうしゅう しゅうしゅう スラーゆ しゅうしゅう しゅうしゅう アール・カール しゅうしゅう スラール しゅうしゅう スラール しゅうしゅう アール・カール しゅうしゅう アール・カール しゅうしゅう アール・カール しゅうしゅう アール・カール しゅうしゅう アール・カール しゅう アール・カール しゅうしゅう アール・カール しゅうしゅう アール・カール かんしゅう アール・カール しゅうしゅう アール・カール しゅうしゅう アール・カール しゅうしゅう アール・カール しゅうしゅう アール・カール しゅうしゅう アール・カール しゅう アール・カール しゅう スティー・カール しゅう アール・カール アール・カール しゅう アール・カール しゅう アール・カール しゅう アール・カール しゅう アール・カール アール・カール しゅう アール・カール アール アール・カール アール アール・カール アール・カール アール・カール アール・カール アール・カール アール・カール アール・カール アール・カール アール・カール アール アール・カール アール アール・カール アール アール アール アール アール アール アール アール アール ア	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 16.00 □ 8.00 △ 16.00 □ 6.40 △ 6.40 △ 0.02 △ プ 0.40 1.60 ○ 1.60 ○	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中料水 ちキこに三まら 肉綿んくめろすし合乳いりみ理 りゃまん温乳あ 腐んい ぎご布り ち風 めべつじ糖乳 かんそ酒 めべつじ糖 よいはい ちょい かりなん	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.60 〇 0.80 40.00 1.20 〇 32.00 △ 8.00 △ 6.40 △ 0.40 〇	五大 鶏料大ちにじれ板干さ三こみ水 だきにカカ 物物 はいゆんでしたがこれをする しゅんじん いゆん こうじんかん はいり いゆんかん はい はいり いめんかん はいり いかん とりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいりんかん はいしん はいしん はいしん はいしん はいしん はいしん はいしん はいし	1人分量(g) 30.00 C 0.64 6.40 C 8.00 C 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □ 4.40 1.60 24.00 △ 28.00 △ 4.00 △ 0.40 △ 0.40 △ 0.40 △ 1.20 △
献立が献立の材	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.24 白すりごま 0.32 三温糖 0.32 三温糖 0.32 うすくちしょうゆ 0.56  絹揚げ(ミニ) 15.00 だいこん 16.00 にんじん 6.40 にんじん 6.40 こといも 12.00 板こんにゃく 6.40 しろねぎ 3.20 だし者干し 1.60	白 中	.00	カビ 豚料おかたにマグカトウ丸こ水 ミキきに三 カレーン が ティースズ サラ 1人 の 理るッまん・ッリレマス難し ・ ッャゆん 温 カース アイカト ファイル アイカ	28.00 (g) 28.00 (0.64 0.16 2 16.00 E 32.00 2 6.40 2 6.40 2 6.40 1 8.00 (0.80 0.12 0.01 88.00 2 8.00 (2.80 0.2 2 0.04 2 0.6 4 0.2 2 0.0 6 4 E 2.00 0.80 E 2 0.0 8 0	さしだ さ塩 じこにしう 木焼た飾えおだ混こうみ料地 かっとし かり いなんじち 腐いぎんた 布りちち風 いなんじち 腐いぎ 昆削くくん酒 いたんじき はん からした からし かん かんしき はん かんしき はん かんしき はん かんしき はん かん かんしょ 味ん かんしょ はい かん	まし汁 40.00 ○ 5.00 □ 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 □ 20.00 ○ 2.40 □ 16.00 △ 2.00 △ 2.00 △ 1.60 △ 2.00 ○ 0.80 □ 1.60 ○ 2.00 ○	さり 鶏料おさたにさ絹板グ三こみ水 ツキこに三とナ いあ 肉 しもぎん揚 にピ ち風 漬ツなん 油べつじ糖 し し調 けくス ょ味料 けん かん カー・	まろ煮  1人分量(g)  30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 △ 12.00 ○ 16.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.80 △ 9.60 △ 4.80 △ 4.80 △	振替休		<ul> <li>八大</li> <li>豚料おおいたたはにきチ三こ丸オじ塩こ水 さ揚で</li> <li>京学</li> <li>酒しし のねさじらゲ糖く使スが ょ まっしがく カース粉 はんけい ちゅう いっぱいんけい ちゅう いっぱいんけい ちゅう いっぱい ちゅう しんかん かんりん かんりん かんりん かんりん かんりん かんりん かんりん</li></ul>	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 36.00 △ 12.00 △ 0.40 △ 0.56 □ 2.00 0.40 ○ 0.40 ○ 0.12 0.01 16.00 □	ハ野根 ハな キにハ酢 鶏料じれだごにパ丸う塩こ水ン菜菜 ンた ゃんパック 酒がここうじり使く よーマー グョプ グローマー グロック・スプログロー アーグ カール かんしょう しゅんしん 乾がしょう かんしょう しゅんしょう しゅんしょう しゅんしょう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう カール しゅんしゅう はんしゅう はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 16.00 □ 8.00 △ 16.00 △ 6.40 △ 6.40 △ 0.02 △ プ 0.40 1.60 △ 1.60 ○ 0.24 0.01	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中料水 ちキこにまら 肉綿んくめろすし合乳いりみ理 りゃまん豆す 扇んい ぎご布り し調 めべつじんり ち風 めべつじるり ま 節 し調 めべつじんりなん	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.60 〇 0.80 40.00	五大 鶏料大ちにじれ板干さ三こみ水 だきにカニ でかりいかもんに まん にゅんッ温 いゅんッ温 いゅん こうじ ト糖	1人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○ 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □ 4.40 1.60 24.00 △ 22.00 △ 4.00 △ 0.40 △
献立が献立の材	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.32 三温糖 0.32 三温精 0.32 三は 15.00 だいこん 16.00 にんじん 6.40 さといも 12.00 板こらんにんく 6.40 さといも 12.00 板こんにもく 6.40 ころねぎ 3.20 だしろねぎ 3.20 だしろねぎ 3.20 だしろれぎ 3.20 だしろれぎ 3.20	中	.00	カビ 豚料おカたにマグカトウ丸こ水 ミキきに三酢な塩レーン 内理ろッまんッリレマス鶏し ッヤゆん温 たいがっ ム カース ボースが ース マーカー が テーム カーカー ガー が テース マーカー ガー が テース マーカー ブープ ズ はん カーカー ガー ブープ ブーズ でんしん カー・ス アーカー ズ ブー・ス アーカー ズ アーカー ガー・ス アーカー ガー・ス アーカー アーカー アーカー アーカー アーカー アーカー アーカー アーカ	<u>分量(g)</u> 28.00 C 0.64 0.16 2 16.00 E 32.00 2 6.40 2 3.20 2 6.40 2 3.20 2 6.40 1.60 0.80 0.12 0.01 88.00 C 28.00 2 4.00 2 0.64 E 2.00 0.80 E	さしだ さ塩 じこにしう 木焼た飾えおだ混こうみ料地 かっとし かり いなんじち 腐いぎんた 布りちち風 いなんじち 腐いぎ 昆削くくん酒 いたんじち 腐いぎんた 布りちち風 はらいなんじち のよい かん うう料 かん	まし汁 40.00 ○ 5.00 □ 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 □ 20.00 ○ 2.40 △ 2.00 ○ 2.00	さり 鶏料おさたにさ絹板グ三こみ水 ツキこに三とナ いあ 肉 しもぎん揚 にピ ち風 漬ツなん 油べつじ糖 し し調 けくス ょ味料 けん かん カー・	まろ煮  1人分量(g)  30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 △ 12.00 ○ 16.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.80 △ 9.60 △ 4.80 △ 4.80 △	振替休		<ul> <li>八大</li> <li>豚料おおいたたはにきチ三こ丸オじ塩こ水 さ揚三宝学</li> <li>酒しし のねさじらゲ糖く使スが ょ ま油糖のはいかけまくんくン温い鶏イャ し つげ温を まがらい からり も まかり からり まかり まかり まかり まかり まかり まかり まかり まかり まかり まか</li></ul>	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 36.00 △ 12.00 △ 0.40 △ 0.56 □ 2.00 0.40 ○ 0.12 0.01 16.00 □ 36.00 □ 36.00 □ 36.00 □ 2.96 □	ハ野根 ハな キにハ酢 鶏料じれだごにパ丸う塩こ水ン菜菜 ンた ゃんパック 酒がここうじり使く よーマー グョプ グローマー グロック・スプログロー アーグ カール かんしょう しゅんしん 乾がしょう かんしょう しゅんしょう しゅんしょう しゅんしょう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう カール しゅんしゅう はんしゅう はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 16.00 □ 8.00 △ 16.00 △ 6.40 △ 6.40 △ 0.02 △ プ 0.40 1.60 △ 1.60 ○ 0.24 0.01	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中料水 ちキこに三まら 肉綿んくめろすし合乳いりみ理 りゃまん温乳あ 腐んい ぎご布り ち風 めべつじ糖乳 かんそ酒 めべつじ糖 よいはい ちょい かりなん	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.60 〇 0.80 40.00 1.20 〇 32.00 △ 8.00 △ 6.40 △ 0.40 〇	五大 鶏料大ちにじれ板干さ三こみ水 だきにカニ でかりいかもんに まん にゅんッ温 いゅんッ温 いゅん こうじ ト糖	1人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○ 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □ 4.40 1.60 24.00 △ 22.00 △ 4.00 △ 0.40 △ 0.40 ○ 0.40 ○ 0.4
献立が献立の材	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.32 三温糖 0.32 三温精 0.32 三は 15.00 だいこん 16.00 にんじん 6.40 さといも 12.00 板こらんにんく 6.40 さといも 12.00 板こんにもく 6.40 ころねぎ 3.20 だしろねぎ 3.20 だしろねぎ 3.20 だしろれぎ 3.20 だしろれぎ 3.20	中	.00	カビ 豚料おかたにマグカトウ丸こ水 ミキきに三酢 アイン スズ サーカー かっまん マグカトウカ カー かっかっ かっまん カース カー・ス アイラ カー・ス アイラ カー・ス カー・ス カー・ス カー・ス カー・ス カー・ス カー・ス カー・ス	28.00 (g) 28.00 (0.64 0.16 2 16.00 E 32.00 2 6.40 2 6.40 2 6.40 1 8.00 (0.80 0.12 0.01 88.00 2 8.00 (2.80 0.2 2 0.04 2 0.6 4 0.2 2 0.0 6 4 E 2.00 0.80 E 2 0.0 8 0	さしだ さ塩 じこにしう 木焼た飾えおだ混こうみ料地 かっとし かり いなんじち 腐いぎんた 布りちち風 いなんじち 腐いぎ 昆削くくん酒 いたんじち 腐いぎんた 布りちち風 はらいなんじち のよい かん うう料 かん	まし汁 40.00 ○ 5.00 □ 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 □ 20.00 ○ 2.40 □ 16.00 △ 2.00 △ 2.00 △ 1.60 △ 2.00 ○ 0.80 □ 1.60 ○ 2.00 ○	さり 鶏料おさたにさ絹板グ三こみ水 ツキこに三とナ いあ 肉 しもぎん揚 にピ ち風 漬ツなん 油べつじ糖 し し調 けくス ょ味料 けん かん カー・	まろ煮  1人分量(g)  30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 △ 12.00 ○ 16.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.80 △ 9.60 △ 4.80 △ 4.80 △	振替休		<ul> <li>八大</li> <li>豚料おおいたたはにきチ三こ丸オじ塩こ水 さ揚で</li> <li>京学</li> <li>酒しし のねさじらゲ糖く使スが ょ まっしがく カース粉 はんけい ちゅう いっぱいんけい ちゅう いっぱいんけい ちゅう いっぱい ちゅう しんかん かんりん かんりん かんりん かんりん かんりん かんりん かんりん</li></ul>	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 36.00 △ 12.00 △ 0.40 △ 0.56 □ 2.00 0.40 ○ 0.40 ○ 0.12 0.01 16.00 □	ハ野根 ハな キにハ酢 鶏料じれだごにパ丸う塩こ水ン菜菜 ンた ゃんパック 酒がここうじり使く よーマー グョプ グローマー グロック・スプログロー アーグ カール かんしょう しゅんしん 乾がしょう かんしょう しゅんしょう しゅんしょう しゅんしょう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう カール しゅんしゅう はんしゅう はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 16.00 □ 8.00 △ 16.00 △ 6.40 △ 6.40 △ 0.02 △ プ 0.40 1.60 △ 1.60 ○ 0.24 0.01	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中料水 ちキこに三まら 肉綿んくめろすし合乳いりみ理 りゃまん温乳あ 腐んい ぎご布り ち風 めべつじ糖乳 かんそ酒 めべつじ糖 よいはい ちょい かりなん	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.60 〇 0.80 40.00 1.20 〇 32.00 △ 8.00 △ 6.40 △ 0.40 〇	五大 鶏料大ちにじれ板干さ三こみ水 だきにカニ でかりいかもんに まん にゅんッ温 いゅんッ温 いゅん こうじ ト糖	1人分量(g) 30.00 C 0.64 6.40 C 8.00 C 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □ 4.40 1.60 24.00 △ 22.00 △ 4.00 △ 12.00 △ 4.00 △ 12.00 △ 4.00 △ 12.00 △ 4.00 △
献立が献立の材	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.32 三温糖 0.32 三温精 0.32 三は 15.00 だいこん 16.00 にんじん 6.40 さといも 12.00 板こらんにんく 6.40 さといも 12.00 板こんにもく 6.40 ころねぎ 3.20 だしろねぎ 3.20 だしろねぎ 3.20 だしろれぎ 3.20 だしろれぎ 3.20	中	.00	カビ 豚料おカたにマグカトウ丸こ水 ミキきに三酢な塩レーン 内理ろッまんッリレマス鶏し ッヤゆん温 たいがっ ム カース ボースが ース マーカー が テーム カーカー ガー が テース マーカー ガー が テース マーカー ブープ ズ はん カーカー ガー ブープ ブーズ でんしん カー・ス アーカー ズ ブー・ス アーカー ズ アーカー ガー・ス アーカー ガー・ス アーカー アーカー アーカー アーカー アーカー アーカー アーカー アーカ	<u>分量(g)</u> 28.00 C 0.64 0.16 2 16.00 E 32.00 2 6.40 2 3.20 2 6.40 2 3.20 2 6.40 1.60 0.80 0.12 0.01 88.00 C 28.00 2 4.00 2 0.64 E 2.00 0.80 E	さしだ さ塩 じこにしう 木焼た飾えおだ混こうみ料地 かっとし かり いなんじち 腐いぎんた 布りちち風 いなんじち 腐いぎ 昆削くくん酒 いたんじち 腐いぎんた 布りちち風 はらいなんじち のよい かん うう料 かん	まし汁 40.00 ○ 5.00 □ 25.00 □ 6.00 △ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 □ 20.00 ○ 2.40 □ 16.00 △ 2.00 △ 2.00 △ 1.60 △ 2.00 ○ 0.80 □ 1.60 ○ 2.00 ○	さり 鶏料おさたにさ絹板グ三こみ水 ツキこに三とナ いあ 肉 しもぎん揚 にピ ち風 漬ツなん 油べつじ糖 し し調 けくス ょ味料 けん かん カー・	まろ煮  1人分量(g)  30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 △ 12.00 ○ 16.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.80 △ 9.60 △ 4.80 △ 4.80 △	振替休		<ul> <li>八大</li> <li>豚料おおいたたはにきチ三こ丸オじ塩こ水 さ揚三宝学</li> <li>酒しし のねさじらゲ糖く使スが ょ ま油糖のはいかけまくんくン温い鶏イャ し つげ温を まがらい からり も まかり からり まかり まかり まかり まかり まかり まかり まかり まかり まかり まか</li></ul>	人分量(g) 30.00 〇 0.80 0.10 △ 16.00 〇 14.40 △ 32.00 △ 36.00 △ 12.00 △ 0.40 △ 0.56 □ 2.00 〇 0.40 〇 0.12 ○ 0.12 ○ 0.12 ○ 0.36 ○ 0.40 ○ 0.56 □	ハ野根 ハな キにハ酢 鶏料じれだごにパ丸う塩こ水ン菜菜 ンた ゃんパック 酒がここうじり使く よーマー グョプ グローマー グロック・スプログロー アーグ カール かんしょう しゅんしん 乾がしょう かんしょう しゅんしょう しゅんしょう しゅんしょう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう カール しゅんしゅう はんしゅう はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 16.00 □ 8.00 △ 16.00 △ 6.40 △ 6.40 △ 0.02 △ プ 0.40 1.60 △ 1.60 ○ 0.24 0.01	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中料水 ちキこに三まら 肉綿んくめろすし合乳いりみ理 りゃまん温乳あ 腐んい ぎご布り ち風 めべつじ糖乳 かんそ酒 めべつじ糖 よいはい ちょい かりなん	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.60 〇 0.80 40.00 1.20 〇 32.00 △ 8.00 △ 6.40 △ 0.40 〇	五大 鶏料大ちにじれ板干さ三こみ水 だきにカニ でかりいかもんに まん にゅんッ温 いゅんッ温 いゅん こうじ ト糖	1人分量(g) 30.00 C 0.64 6.40 C 8.00 C 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □ 4.40 1.60 24.00 △ 28.00 △ 4.00 △ 0.40 △ 0.40 △ 0.40 △ 1.20 △
献立が献立の材	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリフラワー 10.00 キャベツ 12.00 にんじん 3.00 白ごま 0.32 三温糖 0.32 三温精 0.32 三は 15.00 だいこん 16.00 にんじん 6.40 さといも 12.00 板こらんにんく 6.40 さといも 12.00 板こんにもく 6.40 ころねぎ 3.20 だしろねぎ 3.20 だしろねぎ 3.20 だしろれぎ 3.20 だしろれぎ 3.20	中	.00	カビ 豚料おカたにマグカトウ丸こ水 ミキきに三酢な塩レーン 内理ろッまんッリレマス鶏し ッヤゆん温 たいがっ ム カース ボースが ース マーカー が テーム カーカー ガー が テース マーカー ガー が テース マーカー ブープ ズ はん カーカー ガー ブープ ブーズ でんしん カー・ス アーカー ズ ブー・ス アーカー ズ アーカー ガー・ス アーカー ガー・ス アーカー アーカー アーカー アーカー アーカー アーカー アーカー アーカ	<u>分量(g)</u> 28.00 C 0.64 0.16 2 16.00 E 32.00 2 6.40 2 3.20 2 6.40 2 3.20 2 6.40 1.60 0.80 0.12 0.01 88.00 C 28.00 2 4.00 2 0.64 E 2.00 0.80 E	さしだ さ塩 じこにしう 木焼た飾えおだ混こうみ料地 かっとし かり いなんじち 腐いぎんた 布りちち風 いなんじち 腐いぎ 昆削くくん酒 いたんじち 腐いぎんた 布りちち風 はらいなんじち のよい かん うう料 かん	まし汁 40.00 〇 5.00 □ 25.00 □ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 □ 20.00 △ 2.00 △ 2.00 △ 4.00 △ 2.00 △ 4.00 △ 2.00 △ 1.60 ○ 2.00 ○ 0.16 □ 0.80 □ 0.16 □ 0.80 □ 0.16 □	さり 鶏料おさたにさ絹板グ三こみ水 ツキこに三とナ いあ 肉 しもぎん揚 にピ ち風 漬ツなん 油べつじ糖 し し調 けくス ょ味料 けん かん カー・	まろ煮  1人分量(g)  30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 △ 12.00 ○ 16.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.80 △ 9.60 △ 4.80 △ 4.80 △	振替休		八大 豚料おおいたたはにきチ三こ丸オじ塩こ水 さ揚三こ水 宝学 肉理ろろかけまくんくン温い鶏イャ し つげ温い のねさじらゲ糖く使スが ょ ま油糖く した こぎいんげン ち用タい う い も し はーム がく がく カスース粉 しょん かけるといるリで カスース粉 しょん りがく りがく りがく りがく りがり しがり	人分量(g) 30.00 ○ 0.80 0.10 △ 16.00 ○ 14.40 △ 32.00 △ 36.00 △ 12.00 △ 0.40 △ 0.56 □ 2.00 0.40 □ 16.00 □ 16.00 □ 36.00 □ 36.00 □ 2.96 □ 2.96 □ 0.56 □	ハ野根 ハな キにハ酢 鶏料じれだごにパ丸う塩こ水ン菜菜 ンた ゃんパック 酒がここうじり使く よーマー グョプ グローマー グロック・スプログロー アーグ カール かんしょう しゅんしん 乾がしょう かんしょう しゅんしょう しゅんしょう しゅんしょう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう カール しゅんしゅう はんしゅう はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 16.00 □ 8.00 △ 16.00 △ 6.40 △ 6.40 △ 0.02 △ プ 0.40 1.60 △ 1.60 ○ 0.24 0.01	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中料水 ちキこに三まら 肉綿んくめろすし合乳いりみ理 りゃまん温乳あ 腐んい ぎご布り ち風 めべつじ糖乳 かんそ酒 めべつじ糖 よいはい ちょい かりなん	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.60 〇 0.80 40.00 1.20 〇 32.00 △ 8.00 △ 6.40 △ 0.40 〇	五大 鶏料大ちにじれ板干さ三こみ水 だきにカニ でかりいかもんに まん にゅんッ温 いゅんッ温 いゅん こうじ ト糖	1人分量(g) 30.00 C 0.64 6.40 C 8.00 C 12.00 A 40.00 E 16.00 A 3.20 A 1.36 E 4.40 1.60 A 24.00 A 12.00 A 1.00 A 1.
献立が献立の材	白身魚の天ぷら 花野菜のごまあえ ゆめまる汁  1人分量(g) 白身魚天ぷら 50.00 揚げ油 5.00  ブロッコリー 10.00 カリマペツ 12.00 にんじん 3.00 白ゴリごま 0.24 白三温糖 0.32 うすくちしょうゆ 0.56  絹揚げ(ミニ) 15.00 だいん 16.00 にんじん 6.40 さといも 12.00 板こんいも 12.00 板こんいも 12.00 板こんにゃく 6.40 しろんぎ 3.20 だしまぎ 3.20 だしまぎ 3.20 だしきま干し 1.60 中みそ 6.80 水 96.00	中	.00	カビ 豚料おカたにマグカトウ丸こ水 ミキきに三酢な塩こ レーン 肉理ろッまんッリレマス鶏し ッャゆん温 たいったい カース ボース ボース ボース ボース ボース アートタ 使ょ クベうじ糖 ねっかん アース マース スツりん 油 う ブース ズ ブース アース アーカー ブーブ ブーブ ブーブ ブーブ ブーブ ブーブ ブーブ ブーブ ブーブ	<u>分量(g)</u> 28.00 C 0.64 0.16 2 16.00 E 32.00 2 6.40 2 3.20 2 6.40 2 3.20 2 6.40 1.60 0.80 0.12 0.01 88.00 C 28.00 2 4.00 2 0.64 E 2.00 0.80 E	さしだ さ塩 じこにしう 木焼た飾えねだ混こうみ料塩水 わそし たり は塩 じこにしう 木焼た飾えねだ混こうみ料塩水 でいなんじち 腐いぎんた 布りちち風 はぎんた 布りちち風 はぎんた 布りちち風 かん うう料塩水 和食の はん かん	まし汁 40.00 〇 5.00 □ 25.00 □ 4.00 △ 2.00 ○ 0.16 □ 20.00 △ 2.00 △ 2.00 △ 4.00 △ 2.00 △ 4.00 △ 2.00 △ 1.60 ○ 2.00 ○ 0.16 □ 0.80 □ 0.16 □ 0.80 □ 0.16 □	さり 鶏料おさたにさ絹板グ三こみ水 ツキこに三とナ いあ 肉 しもぎん揚 にピ ち風 漬ツなん 油べつじ糖 し し調 けくス ょ味料 けん かん カー・	まろ煮  1人分量(g)  30.00 ○ 0.80 0.20 △ 36.00 □ 24.00 △ 12.00 △ 12.00 ○ 16.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.00 △ 4.80 △ 9.60 △ 4.80 △ 4.80 △	振替休		八大 豚料おおいたたはにきチ三こ丸才じ塩こ水 さ揚三こ水黒宝学 酒しし のねさじらゲ糖く使スが ょ ま油糖く まうに こぎいんげン ち用タい う い も ししがース粉 し ちょうに イ ょらソで も しょう かく カース粉	人分量(g) 30.00 ○ 0.80 0.10 △ 16.00 ○ 14.40 △ 32.00 △ 36.00 △ 12.00 △ 0.40 △ 0.56 □ 2.00 0.40 □ 16.00 □ 16.00 □ 36.00 □ 36.00 □ 2.96 □ 2.96 □ 0.56 □	ハ野根 ハな キにハ酢 鶏料じれだごにパ丸う塩こ水ン菜菜 ンた ゃんパック 酒がここうじり使く よーマー グョプ グローマー グロック・スプログロー アーグ カール かんしょう しゅんしん 乾がしょう かんしょう しゅんしょう しゅんしょう しゅんしょう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう しゅんしゅう カール しゅんしゅう はんしゅう はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ はんしゃ	ーズあえ  1人分量(g)  50.00 ○ 0.50 □  32.00 △ 3.00 △ 3.20 □ 0.12  10.00 ○ 16.00 □ 8.00 △ 16.00 △ 6.40 △ 6.40 △ 0.02 △ プ 0.40 1.60 △ 1.60 ○ 0.24 0.01	ごし 豚木にはしし白だ混豆こみ中料水 ちキこに三まら 肉綿んくめろすし合乳いりみ理 りゃまん温乳あ 腐んい ぎご布り ち風 めべつじ糖乳 かんそ酒 めべつじ糖 よいはい ちょい かりなん	1人分量(g) 30.00 〇 35.00 〇 8.00 △ 40.00 △ 6.40 △ 0.96 □ 0.40 0.80 12.00 〇 0.80 1.60 〇 0.80 40.00 1.20 〇 32.00 △ 8.00 △ 6.40 △ 0.40 〇	五大 鶏料大ちにじれ板干さ三こみ水 だきにカニ でかりいかもんに まん にゅんッ温 いゅんッ温 いゅん こうじ ト糖	1人分量(g) 30.00 ○ 0.64 6.40 ○ 8.00 ○ 12.00 △ 40.00 □ 16.00 △ 0.40 △ 3.20 △ 1.36 □ 4.40 1.60 24.00 △ 22.00 △ 4.00 △ 0.40 △ 0.40 ○ 0.40 ○ 0.4