徳島市小学校給食予定献立表 令和7年 I O 月分

徳島市教育委員会

		•				令和7年 10月	刀			
		T	9 -				材料名(食品名)		栄養価(小	学校中学年)
日	曜		0		献立内容	赤 血や肉や骨に	緑 体の調子を	黄 働く力や熱に		たんぱ
	唯				歌 立 內 吞	なるも	整えるもの	たるもの		く質
						D			(kcal)	(g)
					筑前煮	牛乳 とり肉	れんこん ごぼう にんじん	精白米 強化米		
- 1	水	ご	はん	牛乳	小いわしのフライ	ちくわ	たけのこ こんにゃく	さとう 油	619	21.9
			ĺ		小いわしのフライ	小いわしのフライ	さやいんげん	さとう油		
					ドニノナ」	4回 阪内 レンド	にんにく しょうが たまねぎ	精白米 強化米		
2	木	(:	ごはん)	牛乳	ドライカレー	牛乳 豚肉 とうふ	にんじん ピーマン	油 カレールウ	596	24.1
	l				コーンスープ	とり肉 卵	とうもろこし ねぎ	でんぷん		
	1	<u> </u>	゛はん				しょうが こんにゃく			
3	金			牛乳	厚揚げのそぼろ煮	牛乳 豚肉 厚揚げ	にんじん たまねぎ えだまめ	精白米 強化米	589	23.3
J	312		(大豆)	' '	きゅうりとわかめの酢の物	ちくわ わかめ	きゅうり キャベツ	さとう 油	100,	20.0
	 	╁	$(\mathcal{N}\mathcal{L})$		あじのフライ ボイルキャベツ	 牛乳 あじのフライ	キャベツ かぼちゃ			
6	В	~"	1+ 4	生到	ウスターソース	とうふ油揚げ	たまねぎ にんじん	精白米 強化米	632	23.4
U	1,1	_	10	1 30	かぼちゃのみそ汁	赤みそ 白みそ	ねぎ	油	032	25.4
	-	+			野菜いため	わかめごはんの素	しょうが キャベツ たまねぎ	精白米 強化米		
7	ىل	4-4	ム・ムマリナノ	4 0	ほうれん草オムレツ	牛乳 豚肉 いか	にんじん さやいんげん	油 ごま油	646	24.77
/	X	101	かめこはん	午孔					040	24.7
	<u> </u>	╙			ハニーピーナッツ	ほうれん草オムレツ	ヤングコーン	ハニーピーナッツ		
_	١.				洋風煮	牛乳 とり肉	にんじん たまねぎ キャベツ	精白米 強化米		
8	水	. 2	はん	牛乳	れんこんサラダ	ウインナー	グリンピース れんこん	じゃがいも さとう	608	20.0
	乚	丄			マヨネーズ		小松菜 とうもろこし	マヨネーズ		
	1				高野豆腐の卵とじ	牛乳 とり肉	たまねぎ にんじん	精白米 強化米		
9	木	ご	はん	牛乳	向野豆腐の卵でし ごまあえ	高野豆腐 かまぼこ	えだまめ キャベツ		587	26.4
		1	1		こまめん	卵	んにはめ ヤヤヘツ	さとう 白ごま		
	t	广				1	しょうが にんじん	精白米 強化米		
IΩ	余	. ~"	はん	牛乳.	こはくあげのケチャップあえ	牛乳 とり肉	たまねぎ グリンピース	でんぷん 油 さとう	654	21.4
	1 "	ľ	//	. ,,	塩昆布あえ	塩昆布	きゅうり	フレンチポテト	"	- · · -
	\vdash	\vdash		 	 鮭の野菜カツ	牛乳 鮭の野菜カツ			-	-
1.4	بل	→ "	1+ /	4 101		とり肉 ひじき	キャベツ ゆかり こんにゃく	精白米 強化米	640	24.7
14	ベ	-	u h	午乳	ゆかりづけ		にんじん えだまめ	油 さとう	667	24.6
	<u> </u>	╙			ひじきのいため煮	がんもどき 大豆				
			i		チリソース煮		たまねぎ にんじん	精白米 強化米 油		
15	ъk	>"	13 6.	牛乳.	えだまめサラダ	牛乳 とり肉	ヤングコーン グリンピース	さとう でんぷん	606	24.1
. 5	[^{''}			. ,,	ごまドレッシング	いか えび	にんにく しょうが キャベツ	ごまドレッシング	1	l
	L	L		<u></u>		<u> </u>	えだまめ とうもろこし	- 01 2 / / / /	<u> </u>	<u> </u>
					さわらのてりやき風	牛乳 さわら	たまねぎ にんじん	精白米 強化米 油		
16		3"	はん	生到		とうふ かまぼこ	たまねさ にんしん	相日本 独化木 油	622	25.7
	一不		10.	1 20		C 100 10 212 C	3 m + + 11 la + 11	-"/ 30/ L1."	023	
-	木		V& 70	1 30	すまし汁	C 1/2/ 1/2/4/C	えのきたけ ねぎ	でんぷん さとう	023	
	木		V& 70	1 70	<u>'</u>		えのきたけ ねぎ たまねぎ にんじん まいたけ	でんぷん さとう 精白米 強化米 油	023	
					きのこもりもりチキンカレー	牛乳 とり肉	たまねぎ にんじん まいたけ	精白米 強化米 油		
			ごはん)		<u>'</u>		たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ		
					きのこもりもりチキンカレー	牛乳 とり肉	たまねぎ にんじん まいたけ	精白米 強化米 油		
۱7	金	(3			きのこもりもりチキンカレー フルーツカクテル	牛乳 とり肉	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ		
	金	(3			きのこもりもりチキンカレー	牛乳 とり肉	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ		
۱7	金	(3		牛乳	きのこもりもりチキンカレー フルーツカクテル 振替休業日	牛乳 とり肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー		
17 20	金月	(;	ごはん)	牛乳	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えび	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー	622	19.9
17 20	金月	(;		牛乳	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル振替休業日	牛乳 とり肉 脱脂粉乳	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 油 ごま油	622	
17 20	金月	(;	ごはん)	牛乳	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えび	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー	622	19.9
17 20 21	金月火		ごはん)	牛乳牛乳	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えび	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 油 ごま油	622	19.9
17 20 21	金月火		ごはん)	牛乳牛乳	きのこもりもりチキンカレー フルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えび いか とりしゅうまい 牛乳 豚肉	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 油 ごま油 でんぷん さとう	622	19.9
17 20 21	金月火		ごはん)	牛乳牛乳	きのこもりもりチキンカレー フルーツカクテル 振替休業日 中華丼 とりしゅうまい	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えび いか とりしゅうまい	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 油 ごま油 でんぷん さとう 精白米 強化米 油 じゃがいも さとう	622	19.9
17 20 21	金月火		ごはん)	牛乳牛乳	きのこもりもりチキンカレー フルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えび いか とりしゅうまい 牛乳 豚肉 ちくわ 花かつお	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 油 ごま油 でんぷん さとう 精白米 強化米 油 じゃがいも さとう 精白米 強化米	622	19.9
20	金月火水		ごはん)	牛乳牛乳牛乳	きのこもりもりチキンカレー フルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐	牛乳 とり肉脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいか とりしゅうまい 牛乳 豚肉 ちくわ 花かつお 牛乳 豚肉 赤みそ	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 油 ごま油 でんぷん さとう 精白米 強化米 油 じゃがいも さとう 精白米 強化米 ごま油 コース・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・カ	622 605 585	19.9 26.0 22.2
20	金月火水		ごはん)	牛乳牛乳牛乳	きのこもりもりチキンカレー フルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海そうサラダ	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えび いか とりしゅうまい 牛乳 豚肉 ちくわ 花かつお	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 油 ごま油 でんぷん さとう 精白米 強化米 油 じゃがいも さとう 精白米 強化米	622 605 585	19.9
20	金月火水		ごはん)	牛乳牛乳牛乳	きのこもりもりチキンカレー フルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海そうサラダ 中華ドレッシング	牛乳 とり肉脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいか とりしゅうまい 牛乳 豚肉 ちくわ 花かつお 牛乳 豚肉 赤みそ	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 油 ごま油 でんぷん さとう 精白米 強化米 油 じゃがいも さとう 精白米 強化米 ごま油 コース・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・カ	622 605 585	19.9 26.0 22.2
20	金月火水		ごはん)	牛乳牛乳牛乳	きのこもりもりチキンカレー フルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海そうサラダ 中華ドレッシング セルフフィッシュサンド	牛乳 とり肉脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいか とりしゅうまい 牛乳 豚肉 まなかつお 牛乳 豚肉 赤みそとうぶ わかめ	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 油 ごぶん さとう 精白米 強 化米 油 じゃがいも さとう 精白 米 強 化米 ごま油 でんぷん きとう だんぷん ラー油	622 605 585	19.9 26.0 22.2
20 21 22 23	金月火水木	; (; ; (;	ごはん) ごはん)	牛乳 牛乳 牛乳	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海そうサラダ 中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・	牛乳 とり肉脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいか とりしゅうまい 牛乳 豚肉 まなたかつお 牛乳 豚肉 赤みそとうふ わかめ 牛乳 ホキフライ	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 油 ごま油 でんぷん さとう 精白米 強 化米 油 じゃがいも さとう 精白 米 強 とう でんぷん ラー油 中華ドレッシング	622 605 585 636	26.0
20 21 22 23	金月火水木	; (; ; (;	ごはん)	牛乳 牛乳 牛乳	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海そうサラダ 中華ドレッシング セルフフィッシュサンド	牛乳 とり肉脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいか とりしゅうまい 牛乳 豚肉 まびいか とうまい 牛乳 豚肉 赤みそとうふ わかめ 牛乳 ホキフライチーズ とり肉	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 油 ごぶん さとう 精白米 強 化米 油 じゃがいも さとう 精白 米 強 化米 ごま油 でんぷん きとう だんぷん ラー油	622 605 585 636	26.0
20 21 22 23	金月火水木	; (; ; (;	ごはん) ごはん)	牛乳 牛乳 牛乳	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海そうサラダ 中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・ チーズ・ケチャップソース)	牛乳 とり肉脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいか とりしゅうまい 牛乳 豚肉 まなたかつお 牛乳 豚肉 赤みそとうふ わかめ 牛乳 ホキフライ	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 油 ごま油 でんぷん さとう 精白米 強 化米 油 じゃがいも さとう 精白 米 強 とう でんぷん ラー油 中華ドレッシング	622 605 585 636	26.0
20 21 22 23	金月火水木	; (; ; (;	ごはん) ごはん)	牛乳 牛乳 牛乳	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海そうサラダ 中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・ チーズ・ケチャップソース) コンソメスープ	牛乳 とり肉脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいか とりしゅうまい 牛乳 豚肉 まびいか とうまい 牛乳 豚肉 赤みそとうふ わかめ 牛乳 ホキフライチーズ とり肉	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 でんぷん 強化 さとう 精けでがいも さとう 精は さとう 精まは さとう 精まは さとう 精まは さとう 精まは さとう ない 強 は さールウ でんぷん 強 さい 強 は さールウ でんぷん 強 さい 強 は さールク でんぷん カールウ は さい カールウ は さい カールウ は ない カール は ない かい	622 605 585 636	26.0
20 21 22 23	金月火水木金		ごはん) ごはん) はん はん パン)	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 乳 乳 乳 乳	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海そうサラダ 中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・ チーズ・ケチャップソース) コンソメスープ いわしの梅煮	牛乳 とり肉脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいか とりしゅうまい 牛乳 豚肉 ちくわ 花かつお 牛乳 豚肉 赤みそとうぶ わかめ 牛乳 ズとり肉とうぶ 牛乳 いわしの梅煮	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ	精白米 強化米 油 じゃがいもカレールウ 三色ゼリー 精白光 強化米 でんぷん 強化さらう 精白光 強油 さとう 精白 とう 油 じゃがいも 化米とう 精まはぷん 強 さい 強油 ラーング 食パン 油 精白米 強化米	622 605 585 636	26.0 22.2 27.4
21 22 23	金月火水木金		ごはん) ごはん) はん はん パン)	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 乳 乳 乳 乳	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海そうサラダ 中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・ チーズ・ケチャップソース) コンソメスープ いわしの梅煮 菜っ葉あえ	牛乳 とり肉脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいか とりしゅうまい 牛乳 豚肉 まびいからまれ 牛乳 豚肉 赤みそとうぶ おわかめ 牛乳 ズ とり肉とうぶ 牛乳 であり 牛乳 ボ とり肉とうぶ 牛乳 であり ケラス いわしの梅煮 豚肉 厚揚げ ちくわ	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく	精白米 強化米 油 じゃがいも カレールウ 三色ゼリー 精白米 強化米 でんぷん 強化 さとう 精けでがいも さとう 精は さとう 精まは さとう 精まは さとう 精まは さとう 精まは さとう ない 強 は さールウ でんぷん 強 さい 強 は さールウ でんぷん 強 さい 強 は さールク でんぷん カールウ は さい カールウ は さい カールウ は ない カール は ない かい	622 605 585 636	26.0 22.2 27.4
21 22 23	金月火水木金		ごはん) ごはん) はん はん パン)	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 乳 乳 乳 乳	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井とりしゅうまい 肉じゃがおひたし マーボー豆腐海モラヴー・サーンツシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース)コンソメスープいわしの梅煮菜っ葉あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいかまい 牛乳 豚肉 まびいかまかり 牛乳 豚肉 赤みそとうぶ わかめ 牛乳 ズ ホキリ肉とうぶ キ乳 いわしの梅煮 たっぷ いわしの ちくわまみそ 牛乳 ボ かり ちくわまかみそ	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ たんじん とうもろこし ねぎ たんじん とうもろこし ねぎ	精白米 強化米 油 じゃがいも 三色ゼリー 精白でよる。 精白でよる。 精白でよる。 精力では 一般は 一般に 一般に 一般に 一般に 一般に 一般に 一般に 一般に 一般に 一般に	622 605 585 636	26.0 22.2 27.4
21 22 23 24 27	金 月 火 水 木 金 月		ごはん) ごはん はん 食パン)	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 キュー キュー <	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井とりしゅうまい 肉じゃがおひたし マーボー豆腐海をでいる。 海ででは、カーカーのでは、カーのでは、	牛乳 とり肉脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいか とりしゅうまい 牛乳 豚肉 まびいからまれ 牛乳 豚肉 赤みそとうぶ おわかめ 牛乳 ズ とり肉とうぶ 牛乳 であり 牛乳 ボ とり肉とうぶ 牛乳 であり ケラス いわしの梅煮 豚肉 厚揚げ ちくわ	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく	精白米 強化米 油 地 かい 三色 がいり 一	622 605 585 636 621	26.0 22.2 27.4 27.7
21 22 23 24 27	金 月 火 水 木 金 月		ごはん) ごはん) はん はん パン)	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 キュー キュー <	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海そうサラダ 中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ギャップソース) コンソメスープ いわしの梅煮 菜っ葉あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいかまい 牛乳 豚肉 まびいかまかり 牛乳 豚肉 赤みそとうぶ わかめ 牛乳 ズ ホキリ肉とうぶ キ乳 いわしの梅煮 たっぷ いわしの ちくわまみそ 牛乳 ボ かり ちくわまかみそ	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ たんじん とうもろこし ねぎ たんじん とうもろこし ねぎ	精白米 強化米 油 はやかい 三色 という はいかい 一	622 605 585 636 621	26.0 22.2 27.4 27.7
20 21 22 23 24	金 月 火 水 木 金 月		ごはん) ごはん はん 食パン)	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 キュー キュー <	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井とりしゅうまい 肉じゃがおひたし マーボー豆腐海をでいる。 海ででは、カーカーのでは、カーのでは、	牛乳 とり肉 脱脂粉乳 牛乳 豚肉 えびいい 牛乳 豚肉 まみそいか 花かつお 牛乳 豚肉 赤みそとうぶ わかめ 牛乳 ズ いわしの梅煮りまる。 牛乳 いわしの梅煮りまみそ 牛乳 ハンバーグ	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ	精中では、 精油では、 一部では、 一がでは、	622 605 585 636 621	26.0 22.2 27.4 27.7
20 21 22 23 24 27 28	金 月 火 水 木 金 月 火		ごはん) ごはん () はん ()	牛 十 十 </td <td>きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井とりしゅうまい 肉じゃがおひたし マーボー豆腐海・・ボーフラグ・中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース)コンソメスープいわしの梅煮菜っ葉あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮煮込みハンバーグパンプキンポタージュ</td> <td>牛乳 とり肉片乳 を乳上乳 豚肉しゅった木乳 豚肉の木乳 豚肉の大乳 豚肉のキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 かりキ乳 かりキ乳 かりキ乳 かりよい いりよい いりよい いりよい いり<</td> <td>たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん</td> <td>精神がいり 一</td> <td>622 605 585 636 621 639</td> <td>26.0 22.2 27.4 27.7 27.5</td>	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井とりしゅうまい 肉じゃがおひたし マーボー豆腐海・・ボーフラグ・中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース)コンソメスープいわしの梅煮菜っ葉あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮煮込みハンバーグパンプキンポタージュ	牛乳 とり肉片乳 を乳上乳 豚肉しゅった木乳 豚肉の木乳 豚肉の大乳 豚肉のキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 がいりキ乳 かりキ乳 かりキ乳 かりキ乳 かりよい いりよい いりよい いりよい いり<	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん	精神がいり 一	622 605 585 636 621 639	26.0 22.2 27.4 27.7 27.5
20 21 22 23 24 27 28	金 月 火 水 木 金 月 火		ごはん) ごはん はん 食パン)	牛 十 十 </td <td>きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井とりしゅうまい 肉じゃがおひたし マーボー豆腐海モ・アー・ボーラダー・ボーフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース)コンソメスープいわしの梅煮菜っ葉あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮煮込みハンバーグパンプキンポタージュキムチ丼</td> <td>牛乳肉上乳肉上乳の上別の<td>たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ</td><td>精かいが、</td><td>622 605 585 636 621 639</td><td>26.0 22.2 27.4 27.7 27.5</td></td>	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井とりしゅうまい 肉じゃがおひたし マーボー豆腐海モ・アー・ボーラダー・ボーフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース)コンソメスープいわしの梅煮菜っ葉あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮煮込みハンバーグパンプキンポタージュキムチ丼	牛乳肉上乳肉上乳の上別の <td>たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ</td> <td>精かいが、</td> <td>622 605 585 636 621 639</td> <td>26.0 22.2 27.4 27.7 27.5</td>	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ	精かいが、	622 605 585 636 621 639	26.0 22.2 27.4 27.7 27.5
20 21 22 23 24 27	金 月 火 水 木 金 月 火		ごはん) ごはん () はん ()	牛 十 十 </td <td>きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海辛・マラグ 中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース) コンソメスープ いわしの毒煮 菜の大きない。 素込みハンバーグ パンプキンポタージュ キムチ丼 揚げぎょうざ</td> <td>牛乳 大り肉牛乳 大り肉上乳 大り肉上乳 下水 大きくか 下水 大きり 大きり 大きり 大きり 大きり 大きり 大きり 大きり 大きり 大きり</td> <td>たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん</td> <td>精油で 精油 で</td> <td>622 605 585 636 621 639</td> <td>26.0 22.2 27.4 27.7 27.5</td>	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海辛・マラグ 中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース) コンソメスープ いわしの毒煮 菜の大きない。 素込みハンバーグ パンプキンポタージュ キムチ丼 揚げぎょうざ	牛乳 大り肉牛乳 大り肉上乳 大り肉上乳 下水 大きくか 下水 大きり	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん	精油で 精油 で	622 605 585 636 621 639	26.0 22.2 27.4 27.7 27.5
20 21 22 23 24 27 28	金 月 火 水 木 金 月 火		ごはん) ごはん () はん ()	牛 十 十 </td <td>きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井とりしゅうまい 肉じゃがおひたし マーボー豆腐海モ・アー・ボーラダー・ボーフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース)コンソメスープいわしの梅煮菜っ葉あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮煮込みハンバーグパンプキンポタージュキムチ丼</td> <td>牛乳肉上乳肉上乳の上別の<td>たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ</td><td>精かいが、</td><td>622 605 585 636 621 639</td><td>26.0 22.2 27.4 27.7 27.5</td></td>	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井とりしゅうまい 肉じゃがおひたし マーボー豆腐海モ・アー・ボーラダー・ボーフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース)コンソメスープいわしの梅煮菜っ葉あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮煮込みハンバーグパンプキンポタージュキムチ丼	牛乳肉上乳肉上乳の上別の <td>たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ</td> <td>精かいが、</td> <td>622 605 585 636 621 639</td> <td>26.0 22.2 27.4 27.7 27.5</td>	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ	精かいが、	622 605 585 636 621 639	26.0 22.2 27.4 27.7 27.5
20 21 22 23 24 27 28	金 月 火 水 木 金 月 火 水		ご はん) こ はん ん か は はん ん か か ん ん か か か か か か か か か	4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井とりしゅうまい 肉じゃがおひたし マーボー豆腐海中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース)コンリメスープ いわしのあえ 下の大きないのみそ煮 素込みハンバーグ パンプキンポタージュ キムチ丼 揚げぎょうざ うま煮 野菜サラダ	牛乳 大り肉牛乳 大り肉上乳 大り肉上乳 下水 大きくか 下水 大きり	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ にんじん にんにく	精油で 精油 で	622 605 585 636 621 639 700	26.0 22.2 27.4 27.7 27.5 23.6
20 21 22 23 24 27 28	金 月 火 水 木 金 月 火 水		ご はん) こ はん ん か は はん ん か か ん ん か か か か か か か か か	4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース) コンソメスープ いわしの あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮 煮込みハンバーグ パンプキンポタージュ キムチ丼 揚げぎょうざ うま煮 野菜サラダ オニオンドレッシング	牛乳粉牛乳粉牛乳粉牛乳か 内の は で い で まい か まい か まい か まい か まい か まい か まい	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ グリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃく にんじん えだまめ たまねぎ にんじん カばちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ にんじん にんにく にんじん こんにゃく えだまめ キャベツ きゅうり	精で、一大学・大学・大学・大学・大学・大学・大学・大学・大学・大学・大学・大学・大学・大	622 605 585 636 621 639 700	26.0 22.2 27.4 27.7 27.5 23.6
20 21 22 23 24 27 28	金 月 火 水 木 金 月 火 水		ご はん) こ はん ん か は はん ん か か ん ん か か か か か か か か か	4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海辛・シング セルフフィ・ボイルキャベツ・ チーズ・ケチャッシング セルフフィ・ボイルキャベツ・ ナーズ・ケチャップ コンソメスープ いわしの梅煮 菜っ葉あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮 煮込みハンバーグ パンプキンポタージュ キムチ丼 揚げぎょうざ うま煮 野菜サラダ オニオンドレッシング ミニフィッシュ	牛乳樹牛乳 豚肉牛乳 豚肉ようま牛乳 豚肉 水のなうま牛乳 豚肉 かめキ乳 ぶ牛乳 ぶキ乳 ブぶ牛乳 下り肉キ乳 アンカーク牛乳 内内キ乳 内内キュ いわますキュ シャークキュ シャークキュ シャーカーのキュ シャーカーキュ シャーカー中 シャーカーカート中 シャーカーカート <td>たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのご がリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃめ たんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ にんじん にんにく にんじん こんにゃく えだまめ キャベツ きゅうり とうもろこし</td> <td>精油で 精油で 精油で 精油で 精油で 精心を 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一</td> <td>622 605 585 636 621 639 700</td> <td>26.0 22.2 27.4 27.7 27.5 23.6</td>	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのご がリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃめ たんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ にんじん にんにく にんじん こんにゃく えだまめ キャベツ きゅうり とうもろこし	精油で 精油で 精油で 精油で 精油で 精心を 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	622 605 585 636 621 639 700	26.0 22.2 27.4 27.7 27.5 23.6
20 21 22 23 24 27 28 29	金月火水木金月火水木		ご はん) こ はん ん と はん ん し ん ん ん ん ん ん し ん ん し ん ん し ん ん し ん ん し ん ん し し ん し し ん し し ん し し し し ん し	牛 十 十 十 十 十 十 十 十 十 十 十 十 十 十 </td <td>きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース) コンソメスープ いわしの あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮 煮込みハンバーグ パンプキンポタージュ キムチ丼 揚げぎょうざ うま煮 野菜サラダ オニオンドレッシング</td> <td>牛乳粉牛乳粉牛乳粉牛乳粉牛乳粉大乳粉牛乳粉大乳粉牛乳の大乳のキュウスキュウス牛乳のキュウス牛乳のキュウス中乳の中乳の中乳の中乳の中乳の中乳の中乳の中乳の中乳の中乳の中間<</td> <td>たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのご がリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃめ たんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パヤリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ にんじん こんにゃく えだまめ キャベツ きゅうり とうもろこし すだち酢 たまねぎ</td> <td>精油で 精油で 精油で 精油で 精心を 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一</td> <td>622 605 585 636 621 639 700 607</td> <td>26.0 22.2 27.4 27.7 27.5 23.6 19.2</td>	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海中華ドレッシング セルフフィッシュサンド (ホキフライ・ボイルキャベツ・チーズ・ケチャップソース) コンソメスープ いわしの あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮 煮込みハンバーグ パンプキンポタージュ キムチ丼 揚げぎょうざ うま煮 野菜サラダ オニオンドレッシング	牛乳粉牛乳粉牛乳粉牛乳粉牛乳粉大乳粉牛乳粉大乳粉牛乳の大乳のキュウスキュウス牛乳のキュウス牛乳のキュウス中乳の中乳の中乳の中乳の中乳の中乳の中乳の中乳の中乳の中乳の中間<	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのご がリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃめ たんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パヤリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ にんじん こんにゃく えだまめ キャベツ きゅうり とうもろこし すだち酢 たまねぎ	精油で 精油で 精油で 精油で 精心を 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	622 605 585 636 621 639 700 607	26.0 22.2 27.4 27.7 27.5 23.6 19.2
20 21 22 23 24 27 28 29	金月火水木金月火水木		ご はん) こ はん ん か は はん ん か か ん ん か か か か か か か か か	牛 十 十 十 十 十 十 十 十 十 十 十 十 十 十 </td <td>きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海辛・シング セルフフィ・ボイルキャベツ・ チーズ・ケチャッシング セルフフィ・ボイルキャベツ・ ナーズ・ケチャップ コンソメスープ いわしの梅煮 菜っ葉あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮 煮込みハンバーグ パンプキンポタージュ キムチ丼 揚げぎょうざ うま煮 野菜サラダ オニオンドレッシング ミニフィッシュ</td> <td>牛乳樹牛乳 豚肉牛乳 豚肉ようま牛乳 豚肉 水のなうま牛乳 豚肉 かめキ乳 ぶ牛乳 ぶキ乳 ブぶ牛乳 下り肉キ乳 アンカーク牛乳 内内キ乳 内内キュ いわますキュ シャークキュ シャークキュ シャーカーのキュ シャーカーキュ シャーカー中 シャーカーカート中 シャーカーカート<td>たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのご がリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃめ たんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ にんじん にんにく にんじん こんにゃく えだまめ キャベツ きゅうり とうもろこし</td><td>精油で 精油で 精油で 精油で 精油で 精心を 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一</td><td>622 605 585 636 621 639 700 607</td><td>19.9 26.0 22.2</td></td>	きのこもりもりチキンカレーフルーツカクテル 振替休業日 中華井 とりしゅうまい 肉じゃが おひたし マーボー豆腐 海辛・シング セルフフィ・ボイルキャベツ・ チーズ・ケチャッシング セルフフィ・ボイルキャベツ・ ナーズ・ケチャップ コンソメスープ いわしの梅煮 菜っ葉あえ 豚肉とこんにゃくのみそ煮 煮込みハンバーグ パンプキンポタージュ キムチ丼 揚げぎょうざ うま煮 野菜サラダ オニオンドレッシング ミニフィッシュ	牛乳樹牛乳 豚肉牛乳 豚肉ようま牛乳 豚肉 水のなうま牛乳 豚肉 かめキ乳 ぶ牛乳 ぶキ乳 ブぶ牛乳 下り肉キ乳 アンカーク牛乳 内内キ乳 内内キュ いわますキュ シャークキュ シャークキュ シャーカーのキュ シャーカーキュ シャーカー中 シャーカーカート中 シャーカーカート <td>たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのご がリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃめ たんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ にんじん にんにく にんじん こんにゃく えだまめ キャベツ きゅうり とうもろこし</td> <td>精油で 精油で 精油で 精油で 精油で 精心を 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一</td> <td>622 605 585 636 621 639 700 607</td> <td>19.9 26.0 22.2</td>	たまねぎ にんじん まいたけ 生しいたけ しめじ にんにく みかん パインアップル 黄桃 しょうが にんじん たまねぎ はくさい たけのこ にんにく さやいんげん にんじん たまねぎ えだまめ こんにゃく キャベツ にんじん たまねぎ たけのご がリンピース ねぎ しょうが にんにく きゅうり とうもろこし キャベツ たまねぎ にんじん とうもろこし ねぎ 大根 三種菜めしの素 しょうが こんにゃめ たんじん えだまめ たまねぎ にんじん かぼちゃ パセリ キムチ しょうが もやし はくさい にら たまねぎ にんじん にんにく にんじん こんにゃく えだまめ キャベツ きゅうり とうもろこし	精油で 精油で 精油で 精油で 精油で 精心を 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一 一	622 605 585 636 621 639 700 607	19.9 26.0 22.2