令和5年 11月 の予定献立表

※材料・天候によって献立を変更することがあります。 ※児童生徒の給食費(小学校4600円、中学校5000円)は市が負担しています。 食品群 体内でのはたらき 赤の食品 血や肉、骨をつくる 黄の食品 働く力や体温となる 緑の食品 体の調子をととのえる

宮古島市立伊良部学校給食共同調理場 TEL: 0980-78-3311 FAX: 0980-78-5181

1		E徒の給食費(小学校4600円、中学校!	3000 17 Walland All D C V & 7 8	緑の食品 体の調子をととのえる	基準量 中学校 83	0 41.5 27.6
10 10 10 10 10 10 10 10		1 1 8	_	1(水) 災害時給食	2(木)	3(全)
1	2			24)4		3(<u>w</u>)
### ### ### ### ### ### ### ### ### ##		のとのでは、日本のでは、	X t to t	年乳	(4乳)	
1. ***********************************	6		えいよう きゅうしゅう		ひじきチーズサラダ	M
The fill of th			はな けんこう は たも し		2色あげパン(きか粉・	
10 10 10 10 10 10 10 10	+*		8日は「いい歯の日」です。健康な"いい歯"を保ち、	わかめごはんをビニー ル袋に入れておにぎり		
T	/2	良へよう 事をおい	いしく食べられるように、以下のことに気をつけましょ	を作りましょう		VAVOR
1995 1996		トノかして、センカフトは田か、井口	もの た あと かんと	わかめざけん豚汁		710.0
### 100	て	t- h-3 # #	おお ふく た もの は		ボークビーンズ	
The Design of the Control of the	あか	t t			 牛乳きな粉ぷたにくだいずひじきチー	
TO TO TO TO TO TO TO TO				こめ、油、じゃがいも、さとう	プール・ パン、アーモンド、さとう、黒糖、ココア、じゃ	
19					がいも、さとう、こむぎこ、マヨネーズ	
10 10 10 10 10 10 10 10				10.00 - 2.12.00 - 1.1.2.12.7.1.7	Ac., 2 ()	-
1						
10 10 10 10 10 10 10 10	7	6(月)	7(火)	, ,	9(木)	10(金)
カー		491	~		4乳	なっとう 💮
# 1				「	1273753	年乳
### 2 13 (4)					していりみめん	
で		そぼろ		スパケティミートソース		タマナーチャンプルー
### ### ### #### ####################	だ			(S D 10		0000
### ### ### #### ####################			71+1		7 41	
カか (株、マボ、からに、アボ・ドルに () 株、おき、アルロに、アロに、ルード (株、水田に、水田に、) から、 (株、水田に、) から、 (は、水田に、) か	7	麦ごはん すまし汁	こほん コーンスープ	やさいスープ	おやこ丼	ごはん イナムドゥチ
3 1.5	(
京	あか		牛乳、たまご、とりにく、ぶたにく、みそ		牛乳、とりにく、たまご、アーサ、とうふ、わか	牛乳、ぶたにく、かまぼこ、みそ、とうふ、なっ
カメリー カメリー カメリー カリリー	き		こめ、油		こめ、むぎ、油、さとう	こめ、油
本語 中部 12 22 18 14 14 18 18 18 18 18		にんじん、しょうが、いんげん、とうがん、えの	コーン、たまねぎ、にんじん、こまつな、キー	べにんじん、たまねぎ、ピーマン、キャベツ、こま	にんじん、たまねぎ、コマツナ、ながねぎ、しい	こんにゃく、しいたけ、キャベツ、にんじん、コ
13(月) 14(火) 15(火)	小学校					
### かかから、	中学校		-			
1	2	[13(月)		15(水)	16(木)りゅうきゅう料理の	17(金)
ル カーバッサンス かあと大豆の カーがらめ ボークカレー (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1)		ひじきしゅうまい	nego.		べにいももち 🚍	りんご
### 2016 の	,		44		中乳	
たいこんの		バンサンス		ポークカレー		
たいこんの レモンづけ			みつがらめ		パパイヤイリチー	トマトオムレツ
あか 年 からに、 2 前前	だ			18 m (.o.)	(0000)	
カカ 〒8、 赤たく、 たあが、たち、						
き 26. 55 123 86. 52 5. 72. 76.3 20. 57214、 曲. 2721. 12. 75. 12. 12. 12. 12. 12. 12. 12. 12. 12. 12						
き 26. 55 123 86. 52 5. 72. 76.3 20. 57214、 曲. 2721. 12. 75. 12. 12. 12. 12. 12. 12. 12. 12. 12. 12	て	麦ごはん マーボー大根	麦ごはん さつま汁		ごはん シカムドゥチ	黒糖パン クラムチャウタ゛-
□						
かとり cit たもおと カガドス 20.3 23.1 しょうか 25.1 しょうか 25.2 15.3 16.5 16	あか	牛乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじ ** ***	牛乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず		牛乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ポーク、きな	牛乳、とりにく、あさり、たまご
中学校 C 750 P 27.8 F 23.2 C 759 P 32.7 F 18.8 C 761 P 28.2 F 19.4 C 753 P 27.2 F 17.2 C 82.4 P 33.9 F 27.2 22(水) 黒糖ビーンズ 果乳 おしつけもずく サル おしつけもずく サル ぶたにく、かまぼこ たんき、とりにく、中乳 ぶたにく、かまぼこ かえ、たまで すみそあえ フィッション とうがんスープ ファジューシー とうがんスープ ファジューシー ままっなの 野菜そば すみそあえ き 20, 0.5 恵 2 C 20, 0.5 恵 7 F 18.8 たとり、 たんた、たまにも、たまたも、たまらも、しょうが、きゅん ファンカート、たんにた、ではり、おき、とりがん、人のきだ ヤャベッ、たんにん、たまたも、しょうが、きゅん ファンカート たんにん、ではり、おき、とりがん、カロション・ たんしん、たまたも、しょうが、きゅん ファンカート にんした、ではり、おき、とりがん、カロション・ たんち、たまたも、しょうが、きゅん ファンカート ではん ゆしどうふ カイ学校 C 510 P 74.5 F 17.2 C 562 P 79.5 F 18.9 C 609 P 77.5 F 19.9 コイヤ学校 C 740 P 28.9 F 15.6 C 732 P 33.1 F 23.7 C 716 P 32.7 F 22.3 30(木) インスライス フィッカー スライスチーズ まびなごのカレーあげ 関東いため 野菜いため 野菜いため アインスライス サインスライス サインスライス マリーカ・インスライス カース・アインスライス カース・アインスライス カース・アインスライス カース・アインス 東北 かたじく、カース・アインス 東北 かたじく、ちょから から かたしく、まま カーとり、アージ、から、水のの、からで、アージ、から、からがり、ことした、ことり、たったら、この、恵、さとり、でんがん この、恵、さとり、でんがん ことの、たっといく、ま キャベッ、こんじん、スマッケ、大点がら	あか	牛乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじ ユーフ・フェース こめ、むぎ、はるさめ、さとう、ごま、でんぶ ん、こむぎこ	牛乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド	、こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎこ	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな こめ、油、さとう、べにいも、タビオカ	牛乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ
20(月) (大さ	あかき	牛乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじ っっ こめ、むぎ、はるさめ、さとう、ごま、でんぶ ん。こむぎこ だいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しい	牛乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド	、 こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎこ ご にんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼ	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな こめ、油、さとう、べにいも、タビオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、バ	牛乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン
#報ビーンズ ## おじつけもずく ## いも天ぶら まはて、かき、かさにく、かまはこ、かき、たまご まっなの 野菜そば かみそあえ まとり、いち、 まくとり、こもかと こめ、 恵、ラード、きとり からからせて、 恵、ままし、カキ、たまの ままい、 たまのま、 クリンコウス カークラ で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	あか き みどり _{小学校}	牛乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじ ** 1 こめ、むぎ、はるさめ、さとう、ごま、でんぶ ん。こむぎこ だいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しい たけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20	牛乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいずこめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16:	 こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎこ ご にんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな ため、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ババイヤ、にんじん。にら C 636 P 22.8 F 15.3	牛乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリンピース、トマト、リんごC C 644 P 27.1 F 21.9
#	あか き みどり ^{小学校} 中学校	牛乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじょうか むぎ、はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。こむぎこない にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2	牛乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご: みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.7 C 759 P 32.7 F 18.8	こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎこ ご にんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぽ ちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな こめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、バ パイヤ、にんじん。にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ビース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2
だ	あか き みどり ^{小学校} 中学校	牛乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじょう。 むぎ、はるさめ、さとう、ごま、でんぶん、こむぎこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ごうみずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16 C 759 P 32.7 F 18.3	こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎこ ご にんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼ ちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果 E C 626 P 24.3 F 17.6 E C 761 P 28.2 F 19.4	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな こめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、バ パイヤ、にんじん。にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ビース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2
だ	あか き みどり ^{小学校} 中学校	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじょうな むぎ、はるさめ、さとう、ごま、でんぶ ん、こむぎこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月)	キ乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご: みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、ほう、れんこん C 616 P 26.7 F 16. C 759 P 32.7 F 18.2 21(火) あじつけもずく	こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎここにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな こめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、バ パイヤ、にんじん。にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ビース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2
だ	あか き みどり ^{小学校} 中学校	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじょうで、はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。こむぎこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ごみずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、ほう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.3 C 759 P 32.7 F 18.4 21(火) あじつけもずく	こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎここにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな こめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、バ パイヤ、にんじん。にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ビース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2
おか	あか き みどり ^{小学校} 中学校	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじっている。 はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。 こむぎこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.3 C 759 P 32.7 F 18.3 21(火) あじつけもずく ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	こ こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎここにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果こ C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水)	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな こめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、バ パイヤ、にんじん。にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ビース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2
カか キ乳、ぎゅうにく、たいず キ乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりにく、 キ乳、ぶたにく、かまぼこ、みも、たまご さし、むぎ、油、ことう、こむぎこ この、油、ラード、きとう おきなわぞは、油、ご煮油、きとう、きつまい さんろうかんしゃの みどり にんじん、定数と、しんじん、ごカ カボ カボ カボ カボ カボ カボ カボ	あか き みどり ^{小学校} 中学校	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじっている。 はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。 こむぎこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.3 C 759 P 32.7 F 18.3 21(火) あじつけもずく ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎここにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果に C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水)	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな こめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、バ パイヤ、にんじん。にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2	牛乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリンビース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2
あか 中乳、ぎゅうにく、だいず 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりにく、中乳、ぶたにく、かまぼこ、みそ、たまご き こめ、むぎ、誰、こくとう、こむぎこ こめ、誰、ラート、とう かまなわそば、漁、ごま漁、さとう、さつまい きんろうかんしゃの みどり にんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、にんしん、ごぼう、私き、とうがん、えのきだ キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうが、まなまめ、フョッコリー、カリフラア・、コーン は、コマッナ、しょうが ラリ、こまつな、コーン 中学校 C 740 P 28.9 F 19.6 C 732 P 38.1 F 23.7 C 716 P 32.7 F 22.3 マフィース マン・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス	あか き みどり ^{小学校} 中学校	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじっている。 はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。 こむぎこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.3 C 759 P 32.7 F 18.3 21(火) あじつけもずく ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎここにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水)	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな こめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、バ パイヤ、にんじん。にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ビース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2
き こめ、むぎ、漁、こくとう、こむぎこ こめ、漁、ラード、きとう おきなわそば、漁、ご書漁、さとう、さつぎい おんろうかんしゃの みどり にんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、にんじん、ごぼう、ねぎ、とうが、えのきだ キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうが、きゅうり、こまつな、コーン は、コマツナ、しょうが カリ、こまつな、コーン は、コマツナ、しょうが カリ、こまつな、コーン は、コマツナ、しょうが フィッコリー、カリフラワー、コーン は、コマツナ、しょうが フィッピ で 742 P 28.9 F 19.5 C 742 P 38.1 F 23.7 C 716 P 32.7 F 22.3	あか き みどり ^{小学校} こ ん だ	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじっぱい はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。これぎごだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.1 C 759 P 32.7 F 18.4 21(火) あじつけもずく さばのてりやき とうがんスープ	こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎここにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水)	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな こめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、バ パイヤ、にんじん。にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2	牛乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリンビース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2
き こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこ こめ、油、ラード、さとう おきなわぞば、油、ごま油、さとう、さつまい たんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、にんじん、ごぼう、ねぎ、とうがん、えのきだ キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうが、きゅうり、またまめ、ブロッコリー、カリフラワー、コーン は、コマツォ・レュうが カリ、こまつな、コーン ウリ アクロ・ロック 19 で 24.6 F 17.2 C 562 P 29.5 F 18.9 C 716 P 32.7 F 22.3 アクロ・ロッグ・ ロッグ・ ロッグ・ ロッグ・ ロッグ・ ロッグ・ ロッグ・ ロッグ	あか き みどり ^{小学校} こ ん だ	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじっぱい はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。これぎごだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.1 C 759 P 32.7 F 18.4 21(火) あじつけもずく さばのてりやき とうがんスープ	こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎここにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水)	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな こめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、バ パイヤ、にんじん。にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2	牛乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリンピース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2
みどり たんじん、たまわぎ、しめじ、マッシュルーム、 にんじん、ごぼう、ねぎ、とうがん、えのきだ キャベツ、にんじん、たまわぎ、しょうが、きゅうり、こまつな、コーン かり フラワー、コーン け、コマッナ、しょうが で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	あか き みどり ^{中学校} こ ん だ て	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじってめ、むぎ、はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。これぎごだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまれぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳 ブロッコリーサラダ ハヤシライス	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.3 C 759 P 32.7 F 18.3 21(火) あじつけもずく さばのてりやき とうがんスープ クファジューシー	ことの、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎことにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん。きゅうり、レモン果C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水) 「中乳」 いも天ぷら ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きな こめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、バ パイヤ、にんじん。にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2	牛乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリンピース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2
大大き島、プロッコリー、カリフラワー、コーン け、コマツナ、しょうが	あか き みどり ^{小学校} こ ん だ て あか	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじってめ、むぎ、はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。これぎごだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳 ブロッコリーサラダ ハヤシライス	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ほう、れんごん C 616 P 26.7 F 16.6 C 759 P 32.7 F 18.8 21(火) あじつけもずく さばのてりやき とうがんスープ クファジューシー 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりに	こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎこご にんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼ ちゃ、にんにく、だいこん。きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水) 中乳 いも天ぷら いま子ぶら すみそあえ サネそば すみそあえ	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ベバイヤ、にんじん、にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木)	牛乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリンピース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2
中学校 C 740 P 28.9 F 19.6 C 732 P 38.1 F 23.7 C 716 P 32.7 F 22.3 27(月) 28(火) (るまふナゲット 中乳 まびなごのカレーあげ 大さ スライスチーズ まびなごのカレーあげ をすがんの まではん とうがんの ではん ゆしどうふ おはしをじょうずに まてめ、油、きとう、こむぎこ、でんぶん こめ、油、きとう、こむぎこ、でんぶん こめ、油、きとう、こむがいた。とうがん、こまつな、バ とうがん、にんじん、とうがん、にんじん、とうがん、ことっな、バ とうがんがにんしん、たまねぎ、こんにゃく、スキャベツ、にんじん、コマツナ、たまねぎ	あき が き が か が か が で か き が か か か か か か か か き か き か き か き か き	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじょうないである。 さぎ、はるさめ、さとう、ごま、でんぶん、こむぎこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳 デロッコリーサラダ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ほう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.7 C 759 P 32.7 F 18.8 21(火) あじつけもずく さばのてりやき とうがんスープ クファジューシー 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりになる。 油が オーザ ここめ、油、ラード、さとう	にんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼ ちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン里 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水) 中乳 いも天ぷら こまつなの すみそあえ すみそあえ おきなわそば、油、ごま油、さとう、さつまい サーフかぎこ	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなであ、油、さとう、べにいも、タピオカコンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ババイヤ、にんじん、にらて 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木)	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリンドース、トマト、リんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
ただ マコライス 中乳 がたにく、だいず、とりレバー、チーズ、 牛乳、がたにく、ボーク、こんぶ、かまぼこ、き 牛乳、なまりぶし、とうぶ、わかめ、ぶたにく、 牛乳、ゆしどうふ、 アーサ、みそ、ベーコン、と き こめ、漁、さとう、じゃがいも、 この、漁、さとう、こむぎこ、でんぶん この、漁、じゃがいも、さとう、 くるまふ この、漁、さとう、でんぶん きゅうり、キャベツ、しめ こんにゃく、にんじん、とうがん、こまつな、バーとかん、たまれぎ、こんにゃく、え キャベツ、にんじん、コマッナ、たまれぎ たまれぎ、こんにゃく、ス キャベツ、にんじん、コマッナ、たまれぎ たまれぎ こんにゃく、 にんじん、とうがん、こまつな、バーとかんにんしん、たまれぎ、こんにゃく、ス キャベツ、にんじん、コマッナ、たまれぎ しゃがいも、 こんにゃく、 にんじん、とうがん、こまつな、バーとがし、たまれぎ、こんにゃく、ス キャベツ、にんじん、コマッナ、たまれぎ しゃがいも、こんにゃく、ス キャベツ、にんじん、コマッナ、たまれぎ しゃんにく たまれぎ こんにゃく、ス キャベツ、にんじん、コマッナ、たまれぎ しゃんにく たまり にんにく たまれぎ こんにゃく、ス キャベツ、にんじん、コマッナ、たまれぎ こんにゃく、ス キャベツ、にんじん、コマッチ、たまれぎ こんにゃく、ス キャベツ、にんじん、コマッチ、たまれぎ こんにゃく、ス キャベツ、にんじん、コマッチ、たまれぎ こんにゃく、ス キャベツ、にんじん、コマッチ・たまれぎ こんにゃく、ス キャベツ、にんじん、コマッチ・たまれぎ こんにゃく、ス カッ・カー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	あき み が 中 こ ん だ て かき み が	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじってめ、むぎ、はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。これがこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまれぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、 デゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、たまれぎ、しめじ、マッシュルーム、えだまめ、ブロッコリー、カリフラワー、コーン	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.7 C 759 P 32.7 F 18.8 21(火) あじつけもずく ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ことの、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎここにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん。きゅうり、レモン果ここの 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(才人) 「中乳、いも天ぷら」 「よってよっては、カモ、なっては、油、ごま油、さとう、さつまいまった。こまつなのは、油、ごま油、さとう、さつまいまった。これでは、油、ごま油、さとう、さつまいまった。これでは、油、ごま油、さとう、さつまいまった。これでは、油、ごま油、ことう、このでは、油、ごま油、ことで、このでは、油、ごま油、ことで、このでは、油、ごま油、ことで、このでは、油、ごま油、ことで、こので、このでは、油、ごま油、ことで、こので、こので、このでは、油、ごま油、ことで、こので、コーン・こので、コーン・こので、コーン・こので、こので、このでは、油、ごま油、ことうが、きゅうり、こまつな、コーン・こので、コーン・こので、こので、こので、こので、こので、このでは、からいまれば、油、ごま油、ことで、こので、このでは、コース・こので	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなであ、油、さとう、べにいも、タピオカコンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ババイヤ、にんじん、にらて 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木)	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ヒース、トマト、リんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
た	あ き り 水 が で か き ど が で か き ど り 小 学校 で か き ど り 小 学校 か ず か か ず か か か か か か か か か か か か か か	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじって いっぱい はるさめ、さとう、ごま、でんぶん、こむぎこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、えだまめ、プロッコリー、カリフラワー、コーン C 610 P 24.6 F 17.2	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16. C 759 P 32.7 F 18.2 21(火) あじつけもずく 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりに・ こめ、油、ラード、さとう にんじん、ごぼう、ねぎ、とうがん、えのきが、コマッナ、しょうが C 562 P 29.5 F 18.3	ことの、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎことにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん。きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(才人) 「中乳 いも天ぷら」 「よっなのすみそあえ」 「中乳 ぶたにく、かまぼこ、みそ、たまごおきなわそば、油、ごま油、さとう、さつまいまなわそば、油、ごま油、さとう、さつまいまなわそば、油、ごま油、さとう、さつまいまなから、にんじん、たまねぎ、しょうが、きゅうり、こまつな、コーン C 609 P 27.5 F 19.9	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなであ、油、さとう、べにいも、タピオカコンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ババイヤ、にんじん、にらて 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木)	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ヒース、トマト、リんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
た	あき が き が が か か が か か が か が か が か か か か か	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじってき、 はるさめ、さとう、ごま、でんぶん、こむぎこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、えだまめ、ブロッコリー、カリフラワー、コーン C 610 P 24.6 F 17.2 C 740 P 28.9 F 19.6	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、たんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16. C 759 P 32.7 F 18.2 21(火) あじつけもずく 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりに・ こめ、油、ラード、さとう にんじん、ごぼう、ねぎ、とうがん、えのきが、コマッナ、しょうが C 562 P 29.5 F 18.1 C 732 P 38.1 F 23.	に、こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎことにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん。きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(才人) 「中乳 かまみであえ」 「中乳 ぶたにく、かまぼこ、みそ、たまごおきなわそば、油、ごま油、さとう、さつまいまでは、油、ごま油、さとう、さつまいまでは、油、ごま油、さとう、さつまいまでは、たにんじん、たまねぎ、しょうが、きゅうり、こまつな、コーン C 609 P 27.5 F 19.9 C 716 P 32.7 F 22.3	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ベバイヤ、にんじん、にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの 学習発表会	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリンドース、トマト、リんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
きびなごのカレーあげ まではん までは、 まではん まではん までは、	あき が き が が か か が か か が か が か が か か か か か	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじった。 はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。これでにした。 にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまれぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、たまれぎ、しめじ、マッシュルーム、えだまめ、ブロッコリー、カリフラワー、コーン C 610 P 24.6 F 17.2 C 740 P 28.9 F 19.6 27(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ほう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.6 C 759 P 32.7 F 18.8 21(火) あじつけもずく ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	に、こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎことにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん。きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水) 中乳 いも天ぷら マネティば すみそあえ サネティば おきなわそば、油、ごま油、さとう、さつまい ナー・ボード は、こまねぎ、しょうが、きゅうり、こまつな、コーン C 609 P 27.5 F 19.9 C 716 P 32.7 F 22.3 29(水)	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ベバイヤ、にんじん、にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの 学習発表会 30(木)	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリンドース、トマト、リんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
だ タコライス ポテトスープ ではん タラブ 大き はん タービ うぶ ではん ゆしどうぶ ではん ゆしどうぶ ではん かしどうぶ かまばこ、き 牛乳、なまりぶし、とうぶ、わかめ、ぶたにく、牛乳、ゆしどうぶ、アーサ、みそ、ベーコン、と き こめ、油、さとう、じゃがいも こめ、油、さとう、こむぎこ、でんぶん こめ、油、さとう、くるまぶ こめ、油、さとう、でんぶん スピ り たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、しめ こんにゃく、にんじん、とうがん、こまつな、パ とうがん、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、え キャベツ、にんじん、コマツナ、たまねぎ だきめ にんじく	あき が さ が さ が さ が が か が が か が が で か き ど が で か き ど が で で か き ど が で で か き ど が で で か き が か か か か か か か か か か か か か か か か か	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじった。 はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。これでにした。 にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまれぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、たまれぎ、しめじ、マッシュルーム、えだまめ、ブロッコリー、カリフラワー、コーン C 610 P 24.6 F 17.2 C 740 P 28.9 F 19.6 27(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ほう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.6 C 759 P 32.7 F 18.8 21(火) あじつけもずく ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	に、こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎことにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん。きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水) 中乳 いも天ぷら マネティば すみそあえ サネティば おきなわそば、油、ごま油、さとう、さつまい ナー・ボード は、こまねぎ、しょうが、きゅうり、こまつな、コーン C 609 P 27.5 F 19.9 C 716 P 32.7 F 22.3 29(水)	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ベバイヤ、にんじん、にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの 学習発表会 30(木)	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリンドース、トマト、リんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
て タコライス ポテトスープ ではん とうがんの みそ汁 ではん ゆしどうふ ではん ゆしどうふ かまばたく、だいず、とりレバー、チーズ、 牛乳、 ぶたにく、ボーク、 こんぶ、 かまぼこ、き 牛乳、 なまりぶし、 とうふ、 わかめ、 ぶたにく、 牛乳、 ゆしどうふ、 アーサ、 みそ、ベーコン、 と き こめ、油、 さとう、 じゃがいも こめ、油、 さとう、 こむぎこ、 でんぶん こめ、油、 さとう、 くるまふ こめ、油、 さとう、 でんぶん こまつな、 パ とうがん、 にんじん、 たまねぎ、 こんにゃく、 え キャベツ、 にんじん、 コマツナ、 たまねぎ てんにゃく 、 オャベツ、 にんじん、 コマツナ、 たまねぎ イン アナス アイス アイス アイス アイス アイス アイス アイス アイス アイス アイ	あき が さ が さ が さ が が か が が か が が で か き ど が で か き ど が で で か き ど が で で か き ど が で で か き が か か か か か か か か か か か か か か か か か	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじってい、 いきで、 はるさめ、さとう、 ごま、でんぶん、こむぎこだいこん、 にんじん、 しょうが、 たけのこ、 しいたけ、 たまねぎ、 ながねぎ、 きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、 たまねぎ、 しめじ、 マッシュルーム、 えだまめ、 ブロッコリー、 カリフラワー、 コーン C 610 P 24.6 F 17.2 C 740 P 28.9 F 19.6 27(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいずこめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ごみずあめ、アーモンドだいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.6 C 759 P 32.7 F 18.8 21(火) あじつけもずく 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりになる。 は、コマツナ、しょうが こ マッナ、しょうが C 562 P 29.5 F 18.6 C 732 P 38.1 F 23. 28(火) パインスライス 中乳	に、こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎここにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン里 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(才人)	#乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、油、さとう、べにいも、タピオカコンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ババイヤ、にんじん、にらこでである。P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの学習発表会 30(木) てりやきパティー サ乳	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリンドース、トマト、リんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
すって オポテトスープ ではん とうがんの みそ汁 ではん ゆしどうふ ではん ゆしどうふ かまぼこ、ぎ 牛乳、なまりぶし、とうふ、わかめ、ぶたにく、牛乳、ゆしどうふ、アーサ、みそ、ベーコン、と おはしをじょうずに き こめ、油、さとう、じゃがいも こめ、油、さとう、こむぎこ、でんぶん こめ、油、じゃがいも、きとう、くるまふ こめ、油、さとう、でんぶん みどり たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、しめ こんにゃく、にんじん、とうがん、こまつな、バ とうがん、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、え キャベツ、にんじん、コマツナ、たまねぎ たき にんじく だまめ にんじく	あき が さ が さ が き ど 学校 こ	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじってい、 いきで、 はるさめ、さとう、 ごま、でんぶん、こむぎこだいこん、 にんじん、 しょうが、 たけのこ、 しいたけ、 たまねぎ、 ながねぎ、 きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、 たまねぎ、 しめじ、 マッシュルーム、 えだまめ、 ブロッコリー、 カリフラワー、 コーン C 610 P 24.6 F 17.2 C 740 P 28.9 F 19.6 27(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいずこめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ごみずあめ、アーモンドだいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.6 C 759 P 32.7 F 18.8 21(火) あじつけもずく 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりになる。 は、コマツナ、しょうが こ マッナ、しょうが C 562 P 29.5 F 18.6 C 732 P 38.1 F 23. 28(火) パインスライス 中乳	に、こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎここにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン里 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(才人)	#乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、油、さとう、べにいも、タピオカコンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ババイヤ、にんじん、にらこでである。P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの学習発表会 30(木) てりやきパティー サ乳	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリンドース、トマト、リんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
あか	あき ど 学校 か	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじってい、 いきで、 はるさめ、さとう、 ごま、でんぶん、こむぎこだいこん、 にんじん、 しょうが、 たけのこ、 しいたけ、 たまねぎ、 ながねぎ、 きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、 たまねぎ、 しめじ、 マッシュルーム、 えだまめ、 ブロッコリー、 カリフラワー、 コーン C 610 P 24.6 F 17.2 C 740 P 28.9 F 19.6 27(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいずこめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ごみずあめ、アーモンドだいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.6 C 759 P 32.7 F 18.8 21(火) あじつけもずく 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりになる。 は、コマツナ、しょうが こ マッナ、しょうが C 562 P 29.5 F 18.6 C 732 P 38.1 F 23. 28(火) パインスライス 中乳	に、こめ、むぎ、油、じゃがいも、さとう、こむぎことにんじん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(才人)	#乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、油、さとう、べにいも、タピオカコンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ババイヤ、にんじん、にらこでである。P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの学習発表会 30(木) てりやきパティー サ乳	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ヒース、トマト、リんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
あか	あき ど 学校 か	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじょうが、はるさめ、さとう、ごま、でんぶん、こむぎこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳 デロッコリーサラダ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいずこめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ごみずあめ、アーモンドだいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.6 C 759 P 32.7 F 18.8 21(火) あじつけもずく 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりになる。 は、コマツナ、しょうが こ マッナ、しょうが C 562 P 29.5 F 18.6 C 732 P 38.1 F 23. 28(火) パインスライス 中乳	にしん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼ ちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン里 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(才水)	#乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、油、さとう、べにいも、タピオカコンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ババイヤ、にんじん、にらこでである。P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの学習発表会 30(木) てりやきパティー サ乳	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ヒース、トマト、リんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
あか 「	あき ど ^{学校} こ ん だ て かき ど ^{学校} こ ん だ のき ど ^{学校} こ ん だ	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじっというだ。 はるさめ、さとう、ごま、でんぶん、こんでこれ、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまれぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、えだまめ、プロッコリー、カリフラワー、コーン C 610 P 24.6 F 17.2 C 740 P 28.9 F 19.6 27(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16. C 759 P 32.7 F 18.2 21(火) あじつけもずく 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりに・ こめ、油、ラード、さとう にんじん、ごぼう、ねぎ、とうがん、えのきが、コマッナ、しょうが C 562 P 29.5 F 18.2 C 732 P 38.1 F 23. 28(火) パインスライス 中乳 きびなごのカレーあげ	にしん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼ ちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水) いも天ぷら ・ 牛乳、ぶたにく、かまぼこ、みそ、たまご おきなわそば、油、ごま油、さとう、さつまい ナー・ボーニー キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうが、きゅうり、こまつな、コーン C 609 P 27.5 F 19.9 C 716 P 32.7 F 22.3 29(水) くるまふナゲット ・ 大乳、ボーバット ・ 内じゃが ・ ト乳・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、漁、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ババイヤ、にんじん、にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの 学習発表会 30(木) てりやきパティー 野菜いため	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ヒース、トマト、リんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
ま この、油、さとう、しゃかいも この、油、さとう、こむきこ、でんぶん この、油、しゃかいも、さとう、くるまぶ この、油、さとう、でんぶん この、油、さとう、でんぶん この、油、さとう、でんぶん この、油、さとう、くるまぶ この、油、さとう、でんぶん この、油、さとう、でんぶん こまつな、パ とうがん、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、え キャベツ、にんじん、コマツナ、たまねぎ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	あき ど	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじっというだ。 はるさめ、さとう、ごま、でんぶん、こんでこれ、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまれぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、えだまめ、プロッコリー、カリフラワー、コーン C 610 P 24.6 F 17.2 C 740 P 28.9 F 19.6 27(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16. C 759 P 32.7 F 18.2 21(火) あじつけもずく 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりに・ こめ、油、ラード、さとう にんじん、ごぼう、ねぎ、とうがん、えのきが、コマッナ、しょうが C 562 P 29.5 F 18.2 C 732 P 38.1 F 23. 28(火) パインスライス 中乳 きびなごのカレーあげ	にしん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼ ちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水) いも天ぷら ・ 牛乳、ぶたにく、かまぼこ、みそ、たまご おきなわそば、油、ごま油、さとう、さつまい ナー・ボーニー キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうが、きゅうり、こまつな、コーン C 609 P 27.5 F 19.9 C 716 P 32.7 F 22.3 29(水) くるまふナゲット ・ 大乳、ボーバット ・ 内じゃが ・ ト乳・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、漁、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ババイヤ、にんじん、にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの 学習発表会 30(木) てりやきパティー 野菜いため	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ビース・トマト・りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
のこり に チンゲンサイ イン だまめ にんにく	あき ど ^{学校} こ ん だ て あき ど ^{学校} こ ん だ て か き り ^{校校} こ ん だ て っ き ど ^{学校} こ ん だ て っ か こ か で か で で こ ん だ て っ か こ か で か で か で か で か で か で か で か で か で	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじったが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、えだまめ、プロッコリー、カリフラワー、コーン C 610 P 24.6 F 17.2 C 740 P 28.9 F 19.6 27(月)	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいずこめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ごみずあめ、アーモンドだいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.6 C 759 P 32.7 F 18.8 21(火) あじつけもずく 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりになった。 はばってりやきとうがんスープ では まず ここの、油、ラード、さとう にんじん、ごぼう、ねぎ、とうがん、えのぎが、コマツナ、しょうが C 562 P 29.5 F 18.6 C 732 P 38.1 F 23. 28(火) パインスライス ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	にしん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼ ちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水) いも天ぷら ・ 牛乳、ぶたにく、かまぼこ、みそ、たまご おきなわそば、油、ごま油、さとう、さつまい + + *** ・ キャベツ、にんじん、たまねぎ、しょうが、きゅうり、こまつな、コーン C 609 P 27.5 F 19.9 C 716 P 32.7 F 22.3 29(水) くるまふナゲット ・ 内じゃが ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	#乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、油、さとう、べにいも、タピオカ コンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ババイヤ、にんじん、にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの 学習発表会 30(木) てりやきパティー 野菜いため ごはん ゆしどうふ	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ピース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)
小学校 C 619 P 27 F 20.7 C 600 P 24.8 F 15.6 C 604 P 30.1 F 15.4 C 676 P 29.7 F 22.3 中学校 C 761 P 33.2 F 24.7 C 730 P 29.9 F 18.1 C 754 P 37.9 F 17.9 C 797 P 34.1 F 24.9	あき ど 学校 こんだ て あき ど 学校 こんだ て あき ど 学校 こんだ て かき ど 学校 こんだ て か	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじょうが、はるさめ、さとう、ごま、でんぶん。これぎこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまねぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、えだまめ、プロッコリー、カリフラワー、コーン C 610 P 24.6 F 17.2 C 740 P 28.9 F 19.6 27(月) 中乳、ぶたにく、だいず、とりレバー、チーズ、中乳、ぶたにく、だいず、とりレバー、チーズ、	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ごみずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ほう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.7 C 759 P 32.7 F 18.8 21(火) あじつけもずく 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	にしん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼ ちゃ、にんにん、たいこん、きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(水)	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、漁、さとう、べにいも、タピオカコンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ババイヤ、にんじん、にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの 学習発表会 30(木) てりやきパティー 野菜いため ではん ゆしどうふ	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ピース、トマト、りんご C 824 P 33.9 F 27.2 24(金) ふりかえ休
甲字校 [C /61 P 33.2 F 24.7 [C /30 P 29.9 F 18.1 [C /54 P 37.9 F 17.9 [C 797 P 34.1 F 24.9]	あき ど ^学 こ ん だ て あき ど ^学 で ん だ て あき り ^{校校} こ ん だ て あき	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじったけ、たまかぎこだいこん、にんじん、しょうが、たけのこ、しいたけ、たまれぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、えだまめ、ブロッコリー、カリフラワー、コーン C 610 P 24.6 F 17.2 C 740 P 28.9 F 19.6 27(月) 中乳、ぶたにく、だいず、とりレバー、チーズ、こめ、油、さとう、じゃがいも	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ほう、れんこん C 616 P 26.7 F 16.6 C 759 P 32.7 F 18.1 21(火) あじつけもずく 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	にしん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼ ちゃ、にんにん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼ ちゃ、にんにく、だいこん、きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(才人)	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、漁、さとう、べにいも、タピオカコンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ベバイヤ、にんじん、にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの 学習発表会 30(木) てりやきパティー 野菜いため ではん ゆしどうふ ではん ゆしどうふ	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ピース、トマト、りんご C 824 P 33.9 F 27.2 24(金) ふりかえ休
	あき ど	中乳、ぶたにく、きぬあげ、たまご、ハム、ひじったが、たけのこ、しいたけ、たまれぎ、ながねぎ、きゅうり C 634 P 23.6 F 20 C 760 P 27.8 F 23.2 20(月) 黒糖ビーンズ 中乳、ぎゅうにく、だいず こめ、むぎ、油、こくとう、こむぎこにんじん、たまねぎ、しめじ、マッシュルーム、えだまめ、ブロッコリー、カリフラワー、コーン C 610 P 24.6 F 17.2 C 740 P 28.9 F 19.6 27(月) マライスチーズ 中乳、ぶたにく、だいず、とりレバー、チーズ、こめ、油、さとう、じゃがいもたまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、しめ たまねぎ、にんじん、きゅうり、キャベツ、しめ にったいが、出たいず、とりレバー、チーズ、こめ、油、さとう、じゃがいも	中乳、ぶたにく、みそ、カエリ、だいず こめ、さつまいも、油、ごま油、さとう、ご みずあめ、アーモンド だいこん、にんじん、ながねぎ、こんにゃく、 ぼう、れんこん C 616 P 26.7 F 16. C 759 P 32.7 F 18.2 21(火) あじつけもずく 中乳、ぶたにく、かまぼこ、こんぶ、とりに・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	にしん、たまねぎ、ビーマン、なす、かぼ ちゃ、にんにく、だいこん。きゅうり、レモン果 C 626 P 24.3 F 17.6 C 761 P 28.2 F 19.4 22(才)	中乳、ぶたにく、かまぼこ、ツナ、ボーク、きなこめ、油、さとう、べにいも、タピオカコンニャク、しいたけ、とうがん、しょうが、ベバイヤ、にんじん、にら C 636 P 22.8 F 15.3 C 753 P 27.2 F 17.2 23(木) きんろうかんしゃの学習発表会 30(木) てりやきパティー 野菜いため ではん ゆしどうふ ではん ゆしどうふ キャベツ、にんじん、コマツナ、たまねぎ	キ乳、とりにく、あさり、たまご こくとうばん、じゃがいも、こむぎこ たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、グリン ピース、トマト、りんご C 644 P 27.1 F 21.9 C 824 P 33.9 F 27.2 24(金)