

	n33			材料名		ノーボーク	
	曜	メニュー	体をつくる	体の調子を整える	熱や力のもとになる	その他	エネルギー
1	木	ごはん メンチカツ▲ たこウィンナー ほうれん草ソテー 大豆のケチャップ煮 フルーツ	豚肉 ウィンナー 大豆	玉葱 人参 キャベツ ほうれん草 ほうれん草 キャベツ 赤ビーマン 玉葱 人参 ピーマン 養桃缶	米 とうもろこし でん形 バン粉 小麦粉 治 砂糖 油 砂糖	塩 香辛料 カレー粉 醤油 中華味 塩 こしょう クチャップ 中華味 塩 こしょう	412
2	金	ごはん 照焼チキン▲ 竹輪の天ぷら▲ 焼うどん▲ しゃが芋ミンチソテー フルーツ	鶏肉 粉末大豆 竹鶴 青のり 鶏肉 枝豆	人参 キャベツ 人参 ぶどう缶	米 砂糖 小麦粉 油 うさん 油 砂糖 じゃが学 油 砂糖	譲油 塩 こしょう 和風だし 醤油 塩 こしょう 中華味	427
3	±	ごはん 卵の花フライ●■▲ ミートボール■▲ 焼きそば▲・がんもどき煮 さつま場げ煮●▲・とろろバック 漬物・フルーツ缶	おから ひじき 卵 鶏肉 鶏肉 豚肉 大豆粉 花かつお 枝豆がんもどき 生姜半平	玉葱 葱 人参 玉葱 漬物 黄桃缶	米 小麦粉 パン粉 油 砂糖 ゴマ パン粉 小麦粉 でん粉 油 砂糖 焼きそは麺 でん粉 ショートニング 砂糖 砂糖 長芋 ゴマ	和風だし 醤油 醤油 ソース 塩 香辛料 和風だし 醤油 醤油 和風だし 白醤油 塩	802
5	月	ごはん 肉団子の酢豚風 揚げ餃子▲ 枝豆 切干大根煮 フルーツ	鶏肉 豚肉 大豆粉 鶏肉 豚肉 大豆 枝豆 沖揚げ	玉葱 人参 ピーマン 生姜 にんにく キャベツ 玉葱 切干大根 人参 白桃缶	米 砂糖 でん粉 油 砂糖 小麦粉 でん粉 油 砂糖	酢 醤油 香辛料 ケチャップ 塩 こしょう 香辛料 醤油 塩 和風だし 醤油	436
6	火	プルーク おにぎり 豚カツ▲ 一口焼き芋 もやレノテー 胡瓜の和え物▲ フルーツ	海苔 豚肉 大豆粉 竹輪 若布	もやし 人参 キャベツ 胡瓜 洋梨缶	米 パン粉 小麦粉 でん粉 油 さつまいも 油 砂糖	塩 塩 ソース 中華味 塩 こしょう 和風だし 醤油	411
7	水	ごはん 星コロッケ▲ ボークビッツ カレースパゲティソテー▲ コールスローサラダ フルーツ	鶏肉 豚肉 ボークビッツ	玉葱 ほうれん草 人参 玉葱 キャベツ 人参 りんご	米 じゃが芋 パン粉 小麦粉 砂糖 でん粉 油 スパグティ 油 砂糖 とうもろこし ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう カレー粉 塩 こしょう	413
8	木	俵ごはん(ゆかり) 鮭の味噌焼き キャベッソテー コーンボール ボテトサラダ フルーツ	鮭 味噌 味噌 いとより	キャベツ 玉葱 人参 胡瓜 人参 パイン缶	米 砂糖 油 砂糖 とうもろこし でん粉 油 砂糖 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ	ゆかり粉 醤油 塩 塩 塩 こしょう	437
0)	金	ごはん 豚しゃぶ キャベツと胡瓜の和え物 ーロイカフライ▲ おかず豆▲ フルーツ	豚肉 イカ うずら豆	玉葱 キャベツ 胡瓜	米砂糖 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 小麦粉 でん粉 バン粉 油砂糖	酢 醤油 塩 こしょう和風だし 醤油塩 こしょう塩	430
10	±	ごはん エビカツ▲○ ハムステーキ・ナポリタンスパヴティ●■▲○ 筑前・煮・さつま揚げ煮●▲ なめ質パック▲ 濃物・フルーツ缶	エビ イカ ハム ウィンナー さつま揚げ	玉葱 玉葱 ピーマン 人参 牛蒡 筍 インゲン えのき茸 漬物 パイン缶	米 でん粉 パン粉 砂糖 油 スパグティ 油 砂糖 でん粉 里芋 砂糖 砂糖 ゴマ	塩 こしょう ケチャップ ソース コンソメ 塩 和風だし 醤油 醤油 塩 こしょう	736
12	月	コーンごはん 豆腐/ハンバーグ ミニアメリカンドッグ▲ 香雨中華炒め さつま芋サラダ フルーツ	豆腐 鶏肉 豚肉 魚肉すり身 枝豆	五. 恵 五. 恵 人参 五. 葱 ビーマン 生姜 人参 みかん缶	とうもろこし 米 でん粉 砂糖 小麦粉 油 砂糖 でん粉 パン粉 香雨 油 砂糖 さつま芋 砂糖 ノンエッグマヨネーズ	塩 醤油 香辛料 塩 カンカエキス 酢 ベーキングパウダー 中単味 醤油 塩 ごしょう 塩	436
13	火	ごはん 白身魚の唐揚げミートソース▲ 南瓜素 焼きでば▲ ブロッコリーの和え物 フルーツ	タラ 鶏肉 ハム	玉葱 人参 南瓜 キャベツ 人参 玉葱 ブロッコリー 人参 養桃缶	米 でん粉 小麦粉 油 砂糖 砂糖 焼きそば麺 油 砂糖	環治 ケチャップ 中華味 塩 こしょう和風だし 醤油ソース 塩 こしょう和風だし 醤油	434
14	水	おにぎり チンシャオロース さくら焼売▲ さつまあげ マカロニサラダ▲ フルーツ	海苔 豚肉 鶏肉 豚肉 大豆粉 昆布 さつまあげ	筍 ビーマン 玉葱 生姜 にんにく 玉葱 生姜 胡瓜 人参 りんご	米 油 片葉粉 砂糖 でん粉 パン粉 小麦粉 砂糖 砂糖 マカロニ とうちろこし ノンエッグマヨネーズ 砂糖	塩 中草味 醤油 塩 ごしょう 白醤油 和風だし 和風だし 醤油 塩 こしょう	450
15	木	ごはん 難物/ドーベキューソース焼き▲ 蓮根の天ぷら▲ もやレンゲー 肉じゃが フルーツ	鶏肉 粉末大豆 青のり 鶏肉	にんにく 生姜 達根 もやし 人参 ほうれん草 玉葱 人参 インゲン 白桃缶	米 砂糖 小麦粉 油 砂糖 とうもろこし 油 じゃが芋 砂糖	塩 こしょう ケチャップ ソース 和風だし 醤油 中草味 塩 こしょう 和風だし 醤油	410

		俵ごはん(菜飯)			*	菜飯の素	
		三角カレー春巻き▲	豚肉	玉葱 トマトペースト にんにく 生姜		塩 香辛料 カレー粉 醤油	
16	金	ミートペンネ▲	鶏肉	玉葱 人参 にんにく	ペンネ 油 砂糖	ケチャップ 塩 こしょう	410
	-112	枝豆	枝豆			塩	
		豆腐チャンプル▲	豆腐 竹輪 花かつお	キャベツ 人参	油	中華味 塩 こしょう 醤油	
		フルーツ		ぶどう缶			
		こはん			*		
		焼肉	豚肉	玉葱 人参 ニラ	じゃが芋 油 ゴマ	焼肉のタレ	
17		春巻き▲・金平蓮根	豚肉		香荷 ゴマ油 水あめ 砂糖 小麦粉 油 でん粉 ゴマ	醤油 塩 オイスターソース 和風だし	856
		オムレツ●▲	卵 大豆粉	玉葱	砂糖 油 でん粉 マーガリン	塩 酢 ケチャップ コンソメ 醤油	
		がんも煮▲	がんもどき		砂糖 ゴマ	和風だし 醤油	
		漬物・デザート		漬物	ゴマ ミニゼリー		
	月	こばん			*		
		エビカツ▲〇 ハムステーキ	エビ イカ ハム	玉葱	でん粉 小麦粉 パン粉 コーンフラワー	塩 醤油 ソース	
19		キャベツソテー	714	キャベツ 赤ピーマン 玉葱	油	中華味 塩 こしょう	417
		人参ピーマン金平		人参 ピーマン	油砂糖	和風だし 醤油	
		フルーツ		りんご		100000 = 100	
		おにぎり	海苔		*	塩	
00	火	ハンバーグ▲	鶏肉 牛肉	玉葱	パン粉 でん粉 砂糖	醤油 香辛料 ケチャップ	
		ポテトフライ			じゃが芋 でん粉 油	塩	404
20		マカロニソテー▲		玉葱 人参	マカロニ 砂糖	ケチャップ 塩 こしょう	421
		ほうれん草サラダ	シーチキン	ほうれん草 人参	ノンエッグマヨネーズ	塩 こしょう	
		フルーツ		パイン缶			
		俵ごはん(ゆかり)			*	ゆかり粉	
	水	鯖の照焼き	鯖		砂糖	醤油	
21		さつま芋レモン煮		レモン果汁	さつま芋 砂糖	塩	458
21		蓮根金平	鶏肉	蓮根 人参 蒟蒻	砂糖 油	和風だし 醤油	456
		春雨サラダ	ハム	胡瓜 人参	春雨 ノンエッグマヨネーズ 砂糖	酢 塩 胡椒	
		フルーツ		黄桃缶			
		こはん					
	+	白身魚フライ▲	タラ		パン粉 小麦粉 でん粉 油	塩	
24		ウィンナー■・塩焼そば▲	ウィンナー		焼きそば麺 ショートニング ゴマ油	塩焼きそばソース	777
- '		筍かつお・おかず豆▲	花かつお 油揚げ うずら豆		砂糖	和風だし 醤油 塩	
		茶碗蒸し●▲	卵 枝豆	椎茸	砂糖	塩 醤油 和風だし	
		漬物・デザート●■▲ ごはん		漬物	ゴマ ブチもっちーな *		
	月	酢鶏▲	鶏肉 大豆粉	生姜 にんにく 玉葱 人参 ピーマン	715	酢 ケチャップ 中華味 塩 こしょう 醤油	
		町場▲ 粉ふき芋	期内 人豆初	土安 にんにく 玉池 人参 ヒーマノ パセリ粉	万来初 小変初 油 砂糖 じゃが芋	あ グチャップ 中華味 延 こしょう 譲出 塩	
26		原揚げ煮	厚揚げ	7 E 9 kij	砂糖	血 和風だし 醤油	425
		キャベツツナ和え	シーチキン	キャベツ 人参 胡瓜	69 精·	和風だし 醤油	
		フルーツ	2 7 12	白桃缶	U7 415	TOMECO BAND	
		おにぎり	海苔		*	塩	
	火	ホイコーロー	豚肉 味噌	キャベツ 生姜	油砂糖	- 中華味 醤油 塩 こしょう	
27		コーンフライ▲		プロッコリー	とうもろこし じゃが芋 パン粉 砂糖 でん粉 小麦粉 油	塩 こしょう	427
			枝豆				
21	火	枝豆				塩	721
21	火	枝豆 生麩の煮物▲	14.12	大根 人参 インゲン	生麩 砂糖	塩 和風だし 醤油	721
21	火	生麩の煮物▲ フルーツ	IALE	大根 人参 インゲン 洋梨缶			721
21	火	生麸の煮物▲ フルーツ ごはん			*	和風だし 醤油	721
21	<u>у</u>	生麸の煮物 ▲ フルーツ ごはん ーロ白身魚フライ▲	ホキ 青のり	洋梨缶	米 パン粉 小麦粉 砂糖 油	和風だし醤油塩	721
		生麸の煮物▲ フルーツ ごはん ーロ白身魚フライ▲ ミートボール		洋梨缶 エ葱 ブロッコリー	米 パン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油	塩 酢 醤油 香辛料	
28	水水	生蛙の煮物▲ フルーツ ごはん 一口白身魚フライ▲ ミートボール スパゲティソテー▲	ホキ 青のり 鶏肉 豚肉 大豆粉	洋梨缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参	米 パン粉 小麦粉 砂糖 油砂糖 でん粉 油 スパゲティ 砂糖	塩 酢 醤油 香辛料 ケチャップ 塩 こしょう	418
		生鼓の薫物▲ フルーツ ごはん ーロ白身魚フライ▲ ミートボール スパゲティソテー▲ 胡瓜と若布の酢の物▲	ホキ 青のり	洋梨缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参 胡瓜 人参	米 パン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油	塩 酢 醤油 香辛料	
		生麩の煮物▲ フルーツ ごはん 一口白身魚フライ▲ ミートボール スパヴァィソテー▲ 胡風と苦布の酢の物▲ フルーツ	ホキ 青のり 鶏肉 豚肉 大豆粉	洋梨缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参	※ パン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油 スパヴティ 砂糖 砂糖	和風だし 醤油 塩 酢 醤油 香辛料 ケチャップ 塩 こしょう 酢 塩	
		生麩の煮物▲ フルーツ ごはん ーロ白身像フライ▲ ミートボール スパヴティソテー▲ 超風と苦布の酢の物▲ フルーツ 及ぶばん(保飯)	ホキ 膏のり 鶏肉 豚肉 大豆粉 竹輪 わかめ	洋梨缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参 胡瓜 人参 みかん缶	※ パン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油 スパヴティ 砂糖 砂糖	和風だし 醤油 塩 酢 醤油 番辛料 グチャップ 塩 こしょう 酢 塩 菜飯の素	
28	水	生麩の煮物▲ フルーツ ごはん 一口白身魚フライ▲ ミートボール ストバボール 双風と苦布の酢の物▲ フルーツ 機ごはん(早飯) 第つくね▲	ホキ 青のり 鶏肉 豚肉 大豆粉	洋製缶 玉葱 プロッコリー 玉葱 人参 胡瓜 人参 みかん店 玉葱 人参 れんこん 葱	米 バン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油 スパグティ 砂糖 砂糖 米米 パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油	和風だし 醤油 塩 酢 醤油 香辛料 グチャップ 塩 こしょう 酢 塩 菜飯の素 醤油	418
		生麩の煮物▲ フルーツ ごはん ーロ白鼻魚フライ▲ ミートボール スパヴティソテー▲ 胡瓜と皆布の酢の物▲ フルーツ 様ごはん環飯 締つぐね▲ 南知福灯煮	ホキ 南のり 額肉 豚肉 大豆粉 竹舗 わかめ	洋製缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参 胡瓜 人参 みかん缶 玉葱 人参 れんこん 葱 周瓜	米 バン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油 スパヴティ 砂糖 砂糖 米 パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 小麦粉 水粉 油 砂糖 かき かき かき かき かき かき 油	和風だし 醤油 塩 酢 醤油 酉辛料 ケチャップ 塩 こしょう 酢 塩 菜飯の素 醤加 乳取定し 醤油	
28	水	生転の煮物▲ フルーツ ごはん ーロ白身像フライ▲ ミートボール スパヴティンテー▲ 超瓜と苦布の酢の物▲ フルーツ 様広はん「保飯) 難つくね▲ 南周場「煮肉」場内煮肉	ボキ 帯のり 鶏肉 豚肉 大豆粉 竹餡 わかめ 鍋肉 粉末大豆 豚肉	洋製缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参 胡瓜 人参 みかん缶 玉葱 人参 れんこん 葱 南瓜 キャベツ 玉葱 人参	米 バン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油 ユバヴティ 砂糖 砂糖 米 バン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 加 焼きそば種 油	和風だし 醤油 塩 節 醤油 番辛料 ケチャップ 塩 こしょう 酢 塩油 和風だし 醤油 繊加ラーメンスープ	418
28	水	生麩の煮物▲ フルーツ ごはん ーロ白身魚フライ▲ ミートパティンテー 胡瓜と苦布の酢の物▲ フルーツ 様ごはん(乗飯) 鶏つくね▲ 南瓜銀付煮 塩焼きそば▲ ごぼうサラダ	ホキ 南のり 額肉 豚肉 大豆粉 竹舗 わかめ	洋製缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参 みかん缶 玉葱 人参 れんごん 葱 南瓜 キャベツ 玉葱 人参 ごぼう	米 バン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油 スパヴティ 砂糖 砂糖 米 パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 小麦粉 水粉 油 砂糖 かき かき かき かき かき かき 油	和風だし 醤油 塩 節 醤油 番辛料 ケチャップ 塩 こしょう 酢 塩油 和風だし 醤油 繊加ラーメンスープ	418
28	水	生麩の煮物▲ フルーツ ごはん ーロ白身像フライ▲ ミートボール スパヴティンテー▲ 胡瓜と若布の酢の物▲ フルーツ 倭ごはん(菜飯) 霧つぐね▲ 南瓜揚げ煮 塩焼きさば ▲	ボキ 帯のり 鶏肉 豚肉 大豆粉 竹餡 わかめ 鍋肉 粉末大豆 豚肉	洋製缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参 胡瓜 人参 みかん缶 玉葱 人参 れんこん 葱 南瓜 キャベツ 玉葱 人参	米 バン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油 スパゲティ 砂糖 砂糖 米 バン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 油 焼きそば種 油 とうもろこし ノンエッグマヨネーズ 砂糖	和風だし 醤油 塩 節 醤油 番辛料 ケチャップ 塩 こしょう 酢 塩油 和風だし 醤油 繊加ラーメンスープ	418
28	水	生麩の煮物▲ フルーツ ごはん ーロ白身像フライ▲ ミートボール スパヴティンテー▲ 超風と苦布の酢の物▲ フルーツ 機面ともの原物物 園のよりは、原類の 調力である。 関連が表現した。 関連が表現した。 関連が表現した。 「はん	ホキ 裏のり 鶏肉 豚肉 大豆粉 竹輪 わかめ 部肉 粉末大豆 豚肉	洋製缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参 みかん缶 玉葱 人参 れんごん 葱 南瓜 キャベツ 玉葱 人参 ごぼう	米 バン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油 ユバヴティ 砂糖 砂糖 米 バン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 加 焼きそば種 油	和風だし 醤油 塩 節 醤油 番辛料 ケチャップ 塩 こしょう 酢 塩油 乳味の 悪 醤油 乳味の 醤油	418
28	水木	生麩の煮物▲ フルーツ ごはん ーロ白鼻のフライ▲ ミートボール スパヴティソテー▲ 胡瓜と岩布の前の物▲ フルーツ 後にはんは風飯 跨のつくね人 関切接げ点 塩焼きずみが	ホキ 帯のり 第約 移向 大豆粉 竹輪 わかめ 総約 粉末大豆 豚肉 枝豆 焼き豚	洋製缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参 みかん缶 玉葱 人参 れんごん 葱 南瓜 キャベツ 玉葱 人参 ではう りんご	米 バン町 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油 スパグティ 砂糖 砂糖 水砂糖 でん粉 油 スパグティ 砂糖 砂糖 小麦粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 油 焼きそば種 油 とうもろこし ノンエッグマヨネーズ 砂糖	和風だし 醤油 塩 酢 醤油 書辛料 ケチャップ 塩 こしょう 酢 塩 菜飯の素 瀬和風だし 醤油 城油ラーメンスープ 塩 こしょう	418
28	水	生麩の煮物▲ フルーツ ではん 一口白身像フライ▲ ミートボール スパグティンテー▲ 胡瓜と岩布の酢の物▲ フルーツ 俵のこはん、保飯 鶏つくむ▲ 周山揚げ煮 場合さばる はほうプラグ フルーツ にはん 焼き豚ム ロにカーサッツ ロにん 焼き豚ム ロールキャベツ▲	ホキ 裏のり 鶏肉 豚肉 大豆粉 竹輪 わかめ 部肉 粉末大豆 豚肉	洋製缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参 胡瓜 人参 みかん缶 玉葱 人参 れんこん 葱 周瓜 キャベツ 玉葱 人参 でほう りんこ	※ //ン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でル粉 油 Zパゲティ 砂糖 砂糖 ※ //ン粉 でル粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 油 焼きそば麺 油 とうもろこし /ンエッグマヨネーズ 砂糖 ※ //ン粉 油 コーンスターチ	利風だし 醤油 塩 簡 醤油 音辛料 ケチャップ 塩 こしょう 酢 塩 菜飯の茶 醤油 割油ラーメンスープ 塩 こしょう	418
28	水木	生麩の煮物▲ フルーツ ごはん ーロ白鼻のフライ▲ ミートボール スパヴティソテー▲ 胡瓜と岩布の前の物▲ フルーツ 後にはんは風飯 跨のつくね人 関切接げ点 塩焼きずみが	ホキ 帯のり 第約 移向 大豆粉 竹輪 わかめ 総約 粉末大豆 豚肉 枝豆 焼き豚	洋製缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参 みかん缶 玉葱 人参 れんごん 葱 南瓜 キャベツ 玉葱 人参 ではう りんご	米 バン町 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油 スパグティ 砂糖 砂糖 水砂糖 でん粉 油 スパグティ 砂糖 砂糖 小麦粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 油 焼きそば種 油 とうもろこし ノンエッグマヨネーズ 砂糖	和風だし 醤油 塩 酢 醤油 書辛料 ケチャップ 塩 こしょう 酢 塩 菜飯の素 瀬和風だし 醤油 城油ラーメンスープ 塩 こしょう	418
28	水木	生転の煮物▲ フルーツ ごはん ーロ白身魚フライ▲ ミートボール スパヴティソテー▲ 超瓜と若布の酢の物▲ フルーツ 佐ごはんり傑館の (最近) (最近) (最近) (最近) (最近) (最近) (最近) (最近)	ボキ 帯のり 鶏肉 豚肉 大豆粉 竹舗 わかめ 部肉 粉末大豆 豚肉 枝豆 焼き豚 鶏肉 大豆粉	学製缶	※ //ン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でル粉 油 Zパゲティ 砂糖 砂糖 ※ //ン粉 でル粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 油 焼きそば麺 油 とうもろこし /ンエッグマヨネーズ 砂糖 ※ //ン粉 油 コーンスターチ	和風だし 醤油 塩 暦 再科 アチャップ 塩 こしょう 酢 醤油 西季料 アチャップ 塩 こしょう 酢 醤油 和風圧 レメンスープ 塩 酒 声 サンブイヨン 中単味 吐 こしょう 醤油	418
28	水木	生麩の煮物▲ フルーツ ごはん ーロ白鼻魚フライ▲ ミートボール スパグティソテー▲ 現区と帯の節の物▲ フルーツ 横切とに保飯 着肉瓜揚げ煮 塩焼きのる人 塩焼きびる人 は戻きがラダ フルーツ こはん ロールキャベツ▲ ヒーティンリー▲	ボキ 帯のり 鶏肉 豚肉 大豆粉 竹舗 わかめ 部肉 粉末大豆 豚肉 枝豆 焼き豚 鶏肉 大豆粉	洋製缶 玉葱 ブロッコリー 玉葱 人参 あかん缶 玉葱 人参 みかん店 玉葱 人参 おいんこん 葱 南瓜 キャベツ 玉葱 人参 ではう りんご キャベツ 玉葱 マンソ 玉葱 人参	※ //ン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でル粉 油 Zパゲティ 砂糖 砂糖 ※ //ン粉 でル粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 油 焼きそば麺 油 とうもろこし /ンエッグマヨネーズ 砂糖 ※ //ン粉 油 コーンスターチ	和風だし 醤油 塩 暦 再科 アチャップ 塩 こしょう 酢 醤油 西季料 アチャップ 塩 こしょう 酢 醤油 和風圧 レメンスープ 塩 酒 声 サンブイヨン 中単味 吐 こしょう 醤油	418
28	水木	生麩の煮物▲ フルーツ ではん ーロ白身像フライ▲ ミートボール スパヴティンテー▲ 胡瓜と苦布の酢の物▲ フルーツ 後近はん(原飯) 鶴つくお▲ 南面推断煮 塩焼きそば▲ コルーツ にばっかラック こだれ。 焼き形 ▲ ロールキャペツ▲ ヒーフンソテー ドライカレー▲ フルーツ	ホキ 帯のり 第約 移向 大豆粉 竹輪 わかめ 総物 粉末大豆 豚肉 枝豆 焼き豚 大豆粉 枝豆 焼き豚 大豆粉 枝豆 焼き豚 大豆粉 枝豆 焼き豚 大豆粉 大豆粉 大豆粉 大豆粉 大豆粉 大豆粉 大豆粉 大豆粉	学製缶	※ //ン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でル粉 油 Zパゲティ 砂糖 砂糖 ※ //ン粉 でル粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 油 焼きそば麺 油 とうもろこし /ンエッグマヨネーズ 砂糖 ※ //ン粉 油 コーンスターチ	和風だし 醤油 塩 暦 再科 アチャップ 塩 こしょう 酢 醤油 西季料 アチャップ 塩 こしょう 酢 醤油 和風圧 レメンスープ 塩 酒 声 サンブイヨン 中単味 吐 こしょう 醤油	418
28 29 30	水	生転の漁物▲ フルーツ ごはん ーロ白魚フライ▲ ミートボール スパヴティソテー▲ 場別と市の市の物 ■フルーツ 後にはん(単版) 第四(場げき) 第四(場げき) 第四(場げき) 第四(場がき) 第一(以下の・) はん	ホキ 帯のり 第約 移向 大豆粉 竹輪 わかめ 総物 粉末大豆 豚肉 枝豆 焼き豚 大豆粉 枝豆 焼き豚 大豆粉 枝豆 焼き豚 大豆粉 枝豆 焼き豚 大豆粉 大豆粉 大豆粉 大豆粉 大豆粉 大豆粉 大豆粉 大豆粉	学製缶	※ バン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん奶 油 スパグティ 砂糖 砂糖 でん奶 油 スパグティ 砂糖 砂糖 小麦粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 油 増きそば種 油 とうもろこし ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ※ パン粉 油 コーンスターチ ピーフン 油	利風だし 醤油 塩 語 選油 書辛料 ケチャップ 塩 こしょう 酢 塩 単級の素 調油 利風だし 醤油 調油 フェンスープ 塩 ごしょう	418
28	水木	生麩の煮物▲フルーツ ごはん ーロ白鳥畑フライ▲ ミートボール スパヴティノテー▲ 胡瓜と若布の酢の物▲フルーツ 接ごはん(環節) 霧つくはる 腐の塩焼ぎでは 人 国の塩焼きが当め フルーツ ははらサラダフルーツ これーツ これーツ	ホキ 第のり 弱肉 豚肉 大豆粉 竹輪 わかめ 鶏肉 粉末大豆 豚肉 枝豆 焼き豚 肉肉 枝豆 肉肉 枝豆 肉肉 枝豆	学製缶	※ //ン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 でん粉 油 Zパゲティ 砂糖 砂糖 ※ //ン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 油 焼きそば麺 油 とうもろこし /ンエッグマヨネーズ 砂糖 ※ //ン粉 油 コーンスターチ ビーフン 油	利風だし 醤油 塩 簡 醤油 音辛料 ケチャップ 塩 こしょう 酢 塩 コレよう 酸 醤油 醤油ラーメンスープ 塩 ごしょう 塩 酒 チキンプイヨン 中単味 塩 こしょう 醤油 ルーキ 中## クチャッフ ケース ま こしょう	418
28 29 30	水	生麩の煮物▲ フルーツ ではん ーロトリース ではん ーロトリース のにはん ーロトリース のにはん を コルーツ を ではた の で を で で で で で で で で で で で で で で で で で	ホキ 第のり 弱肉 豚肉 大豆粉 竹輪 わかめ 鶏肉 粉末大豆 豚肉 枝豆 焼き豚 肉肉 枝豆 肉肉 枝豆 肉肉 枝豆	学製缶	※ バン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 油 砂糖 でん奶 油 スパヴティ 砂糖 砂糖 ※ パン粉 でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 砂糖 油 とうもろこし ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ※ バン粉 油 コーンスターチ ピーフン 油 パン粉 砂糖 油 晴きぞば離 でんめ ショートニング 砂糖 油 晴きぞば離 でんめ ショートニング 砂糖	和風だし 醤油 塩 番辛料 ケチャップ 塩 こしょう 酢 塩 菜飯の茶 醤油 和風だし 醤油 醤油ラーメンスープ 塩 石 しょう 単年 塩 こしょう 醤油 ホーモ 中間 フサップ ツスミ こしょう ソース 塩 番辛料	418
28 29 30	水	生麩の煮物▲フルーツ ごはん ーロ白鼻のフライ▲ ミートボール スパグティソテー▲ 3月以下・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア	ホキ 帯のり 譲肉 移肉 大豆粉 竹輪 わかめ 鶏肉 粉末大豆 豚肉 枝豆 焼き豚 鶏肉 大豆粉 鶏肉 大豆粉 鶏肉 枝豆 鶏肉 枝豆	学製缶	※ バン粉 小麦粉 砂糖 油 砂糖 油 砂糖 でん粉 油 スパゲティ 砂糖 砂糖 か でん粉 か でん粉 砂糖 小麦粉 米粉 油 特許さば種 油 とうもろこし ノンエッグマヨネーズ 砂糖 ピーフン 油 パン粉 砂糖 油 焼きでば離 でんめ ショートニング 砂糖 油 砂糖 ゴマ ゴマ油	利風だし 醤油 塩 酢 醤油 雪辛科 ケチャップ 塩 こしよう 酢 塩 栗飯の素 類飯の素 剤助産だし 醤油 エしょう 塩 酒 チキンブイヨン 中華味 塩 こしょう 醤油 ホーモ 中華 フナップ ツース ミ こしょう	418

☆アレルギー物質(特定原材料7品目)を含む献立は右の印にて表示しています。卵…● 乳…■ 小麦…▲ そば…♡ 落花生…◎ えび…○ かに…□☆食材仕入れの都合により多少変更することがございます。

