11月献立表

Q2...Q...QQ...Qq...Q...Q.

谷原中学校

栄

日												
	曜	献 立 名		組織をつくる		本の調子を整える	おもにエネルギ			l	脂質[	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群	(kcal)	(%)	(%)	(g)
4		麦ご飯	鶏肉 豚肉				米	プ士油				
		小松菜とじゃこのふりかけ	木綿豆腐	飲用牛乳	こまつな	にんにく しょうが	麦	ごま油				l l
4	火	鶏の塩麹焼き	油揚げ	ちりめんじゃこ	にんじん	ごぼう だいこん ねぎ	じゃがいも	炒りごま	780	18.8	32.9	3.4
			米みそ				こんにゃく	油				
		豚汁 牛乳	7K07 C				2701217					
		<ねり丸キャベツー斉給食>	豚肉				コッペパン					
		ココア揚げパン				/- / /- /		10, %)				
5	лk	ペンネソテー	鶏肉	飲用牛乳	トマト缶	にんにく たまねぎ	砂糖	揚げ油	636	14.7	34.0	2.8
٦			カットウインナー	2013 1 30	こまつな	しょうが キャベツ	ペンネマカロニ	油				
		ねり丸キャベツポトフ	いんげんまめ				じゃがいも					
		牛乳										
		  高野豆腐のそぼろ丼	<b>拉中</b>		l- / !" /	1 . 7 . 1 . 1 . 0 . 7	米 麦 砂糖					
_			鶏肉		にんじん	しょうが たけのこ	しらたき					
6	木	芋団子汁	凍り豆腐	飲用牛乳	さやいんげん	えのきたけ はくさい	じゃがいも	油	728	15.9	23.6	2.7
		牛乳	鶏もも		こまつな	ねぎ	でん粉					
							C704))					
		えびとあさりのピラフ	ベーコン		にんじん	にんにく たまねぎ	七分つき米					
_	^	じゃがいものハニーサラダ	あさりむき身	A- TO 4- 50		キャベツ きゅうり	麦	油			25.0	
7	金	ジュリアンヌスープ	むきえび	飲用牛乳	青ピーマン	スイートコーン	じゃがいも	揚げ油	691	13.6	25.9	3.3
			豚肉もも		にんじん	セロリー はくさい	はちみつ	3.3.1.1.				
		牛乳	IN PA O O			200 18 (20)						
		炒り玄米ご飯	大豆ミート			ごぼう たまねぎ	米 玄米					
	_	ごぼう入りつくね	鶏肉	飲用牛乳		しょうが 切干しだいこん	でん粉の砂糖	油	l			
10	月	はりはり漬け	豚肉	刻み昆布	にんじん	ぶなしめじ だいこん	こんにゃく	ごま油	778	15.1	22.6	3.6
			木綿豆腐 米みそ	XIV/ LG IP		ねぎ	さつまいも	C 51/M				
		秋野菜の味噌汁 牛乳	小师立例 木のこ			140	6 24010					
- 1		ツナピラフ	ツナ		にんじん	にんにく	七分つき米 麦	マヨネーズ				
, l	,1,	イタリアンスープ		飲用牛乳	青ピーマン		パン粉	(エッグフ	01.	122		
11	火	さつまいもチップス	鶏肉	粉チーズ	にんじん	たまねぎ	さつまいも	リー)	813	13.2	33.1	2.5
- 1			鶏卵		ほうれんそう	ホールコーン	加工糖(粉糖)	揚げ油 油				
		牛乳	Ĺ		10 71110 ( )		<b>ルドー・(ルー・(ル) (ルー・)</b>	ти ш ш			<u> </u>	Щ
12	水											
	٠٠,	V67		2 A 2	抽士 老さ				20			
					别不写上							
13	木											
		ナ / か/共体 ナフ/ギ	F	T	1	Т	1		1	1		
		あんかけ焼きそば				にんにく しょうが	蒸し中華めん					
	^	こんにゃく入り中華サラダ	豚肉	A. — —	にんじん	たけのこ はくさい	砂糖	ごま油	l			
14	金	果物(みかん)	板なしかまぼこ	飲用牛乳	チンゲンサイ	干ししいたけ ねぎ	でん粉	油	649	16.1	27.3	3.2
		, ,	112/6 0/3 6 16 C					ЛШ				
		牛乳				キャベツ きゅうり みかん	つきこんにゃく					
		チキンカレー				にんにく たまねぎ	米 麦					
	_	じゃこ入りサラダ	鶏肉	飲用牛乳		まいたけ きゅうり	じゃがいも					
17	月	果物(りんご)	レンズまめ	ちりめんじゃこ	にんじん	キャベツ だいこん	薄力粉	油	819	12.7	27.0	2.8
		, ,		3.767/00 PC			砂糖					
		牛乳				レモン りんご	砂糖					
		ひじきご飯		****		干ししいたけ ごぼう	七分つき米 麦					
					1	1000,000	しかりさ木 友	1				
		鶏と野菜の煮物	鶏肉	芽ひじき	にんじん	1		油				
18	火	鶏と野菜の煮物	鶏肉	対のしき 飲用牛乳	にんじん	れんこん たけのこ	さといも 砂糖	油	661	15.7	23.4	3.4
18	火	お麩とわかめの味噌汁	鶏肉米みそ		にんじん さやいんげん	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ	さといも 砂糖 こんにゃく	油 ごま油	661	15.7	23.4	3.4
18	火	お麩とわかめの味噌汁 牛乳		飲用牛乳		れんこん たけのこ	さといも 砂糖	1	661	15.7	23.4	3.4
18	火	お麩とわかめの味噌汁	Ж <i>み</i> そ	飲用牛乳		れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ	さといも 砂糖 こんにゃく	1	661	15.7	23.4	3.4
	火	お麩とわかめの味噌汁 牛乳	光みそ	飲用牛乳 カットわかめ		れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩	1				
18	火	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン	米みそ 鶏肉 凍り豆腐	<ul><li>飲用牛乳</li><li>カットわかめ</li><li>飲用牛乳</li><li>粉チーズ</li></ul>	さやいんげんにんじん	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖	ごま油油油			23.4	
	火	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ	光みそ	<ul><li>飲用牛乳</li><li>カットわかめ</li><li>飲用牛乳</li><li>粉チーズ</li><li>海藻ミックス</li></ul>	さやいんげん	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも	ごま油				
	火	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳	米みそ 鶏肉 凍り豆腐	<ul><li>飲用牛乳</li><li>カットわかめ</li><li>飲用牛乳</li><li>粉チーズ</li></ul>	さやいんげんにんじん	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖	ごま油油油				
	火	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ	米みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳	<ul><li>飲用牛乳</li><li>カットわかめ</li><li>飲用牛乳</li><li>粉チーズ</li><li>海藻ミックス</li></ul>	さやいんげんにんじん	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも マカロニ パン粉	ごま油油油				
	水	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳	米みそ 鶏肉 凍り豆腐	飲用牛乳 カットわかめ 飲用牛乳 粉チーズ 海藻ミックス ちりめんじゃこ	さやいんげんにんじん	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦	ごま油 油 バター				
	水	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 <セレクト給食>	米みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳	<ul><li>飲用牛乳</li><li>カットわかめ</li><li>飲用牛乳</li><li>粉チーズ</li><li>海藻ミックス</li><li>ちりめんじゃこ</li><li>飲用牛乳</li></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦 砂糖	ごま油 油 バター 揚げ油	699	17.3		3.0
19	水水木	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 <セレクト給食> 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース	米みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳 鶏肉 たら	飲用牛乳 カットわかめ 飲用牛乳 粉チーズ 海藻ミックス ちりめんじゃこ	さやいんげんにんじん	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦	ごま油 油 バター	699	17.3	32.4	3.0
19	火 水 木	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 <セレクト給食> 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げ B B Q ソース	米みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳 鶏肉	<ul><li>飲用牛乳</li><li>カットわかめ</li><li>飲用牛乳</li><li>粉チーズ</li><li>海藻ミックス</li><li>ちりめんじゃこ</li><li>飲用牛乳</li></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦 砂糖	ごま油 油 バター 揚げ油	699	17.3	32.4	3.0
19	火 水 木	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 <セレクト給食> 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース	米みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳 鶏肉 たら	<ul><li>飲用牛乳</li><li>カットわかめ</li><li>飲用牛乳</li><li>粉チーズ</li><li>海藻ミックス</li><li>ちりめんじゃこ</li><li>飲用牛乳</li></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦 砂糖 でん粉	ごま油 油 バター 揚げ油	699	17.3	32.4	3.0
19	火 水 木	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 くセレクト給食> 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げ B B Q ソース ちくわぶ汁	米みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳 鶏肉 たら	<ul><li>飲用牛乳</li><li>カットわかめ</li><li>飲用牛乳</li><li>粉チーズ</li><li>海藻ミックス</li><li>ちりめんじゃこ</li><li>飲用牛乳</li></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦 砂糖 でん粉 竹輪ふ	ごま油 油 バター 揚げ油	699	17.3	32.4	3.0
19	火 水 木 _	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 <セレクト給食> 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げBBQソース ちくわぶ汁 プルコギ丼	来みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳 鶏肉 たら 豚肉	<ul><li>飲用牛乳</li><li>カットわかめ</li><li>飲用牛乳</li><li>粉チーズ</li><li>海藻ミックス</li><li>ちりめんじゃこ</li><li>飲用牛乳</li><li>あまのり</li></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦 砂糖 でん粉 竹輪ふ 米 麦	ごま油 油 バター 揚げ油 ごま油	699	17.3	32.4	3.0
19	火 水 木	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 くセレクト給食> 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げ BBQソース ちくわぶ汁 プルコギ丼 麦雨スープ	米みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳 鶏肉 たら	<ul><li>飲用牛乳</li><li>カットわかめ</li><li>飲用牛乳</li><li>粉チーズ</li><li>海藻ミックス</li><li>ちりめんじゃこ</li><li>飲用牛乳</li></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦 砂糖 でん粉 竹輪ふ 米糖 を称 き	ごま油 油 バター 揚げ油 ごま油	699 927	17.3	32.4 27.8	3.0
19	火 / 水 / 木 / 金	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 くセレクト給食> 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げ BBQソース ちくわぶ汁 プルコギ丼 麦雨スープ	来みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳 鶏肉 たら 豚肉	<ul><li>飲用牛乳</li><li>カットわかめ</li><li>飲用牛乳</li><li>粉チーズ</li><li>海藻ミックス</li><li>ちりめんじゃこ</li><li>飲用牛乳</li><li>あまのり</li></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん にろ	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラックマッぺもやし	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦 砂糖 でん粉 竹輪ふ 米 麦	ごま油 油 バター 揚げ油 ごま油	699 927	17.3	32.4 27.8	3.0
19	火 水 木 金	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 <セレクト給食> 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げ BBQソース ちくわぶ汁 プルコギ丼 春雨スープ	米みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳 鶏肉 たら 豚肉	<ul> <li>飲用牛乳</li> <li>カットわかめ</li> <li>飲用牛乳</li> <li>粉チーズ</li> <li>海藻シックス</li> <li>ちりめんじゃこ</li> <li>飲用牛乳</li> <li>あまのり</li> <li>飲用牛乳</li> <li>飲用牛乳</li> <li>飲用牛乳</li> </ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラックマッペもやし 干ししいたけ はくさい	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦 砂糖 でん粉 竹輪ふ 米糖 を称 き	ごま油 油 バター 揚げ油 ごま油	699 927	17.3	32.4 27.8	3.0
19	火 水 木 金	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 くセレクト給食〉 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げ BBQソース ちくわぶ汁 プルコギ丼 春雨スープ ぶどうゼリー 牛乳	米みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳 鶏肉 たら 豚肉	<ul> <li>飲用牛乳</li> <li>カットわかめ</li> <li>飲用牛乳</li> <li>粉チーズ</li> <li>海藻シックス</li> <li>ちりめんじゃこ</li> <li>飲用牛乳</li> <li>あまのり</li> <li>飲用牛乳</li> <li>飲用牛乳</li> <li>飲用牛乳</li> </ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん にろ	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラックマッぺもやし	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦 砂糖 でん粉 竹輪ふ 米 たき や糖 でん粉	ごま油 油 バター 揚げ油 ごま油	699 927	17.3	32.4 27.8	3.0
19	火 水 木 金	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 くセレクト給食> 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げ BBQソース ちくわぶ汁 プルコギ丼 春雨スープ ぶどうゼリー	米みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳 鶏肉 たら 豚肉	<ul> <li>飲用牛乳</li> <li>カットわかめ</li> <li>飲用牛乳</li> <li>粉チーズ</li> <li>海藻シックス</li> <li>ちりめんじゃこ</li> <li>飲用牛乳</li> <li>あまのり</li> <li>飲用牛乳</li> <li>飲用牛乳</li> <li>飲用牛乳</li> </ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん にろ	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラックマッペもやし 干ししいたけ はくさい ぶどうジュース パイン缶	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦 砂糖 でん粉 竹輪ふ 米 たき や糖 でん粉	ごま油 油 バター 揚げ油 ごま油	699 927	17.3	32.4 27.8	3.0
19	火 水 木 金	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 くセレクト給食〉 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げ BBQソース ちくわぶ汁 プルコギ丼 春雨スープ ぶどうゼリー 牛乳	米みそ 鶏肉 凍り豆腐 豆乳 鶏肉 たら 豚肉	<ul> <li>飲用牛乳</li> <li>カットわかめ</li> <li>飲用牛乳</li> <li>粉チーズ</li> <li>海藻シックス</li> <li>ちりめんじゃこ</li> <li>飲用牛乳</li> <li>あまのり</li> <li>飲用牛乳</li> <li>飲用牛乳</li> <li>飲用牛乳</li> </ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん にろ	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラックマッペもやし 干ししいたけ はくさい ぶどうジュース パイン缶 だいこん えのきたけ	さといも 砂糖 こんにゃく 小町麩 黒砂糖パン 米粉 砂糖 じゃがいも マカロニ パン粉 米 麦 砂糖 でん粉 竹輪ふ 米 たき や糖 でん粉	ごま油 油 バター 揚げ油 油 ごま油	699 927	17.3	32.4 27.8	3.0
19 20 21	火 水 木 金	お麩とわかめの味噌汁 牛乳  黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳	米みそ 鶏肉 東豆 鶏肉 ら 豚肉 豚鶏肉	<ul><li>飲用牛乳カットわかめ</li><li>飲用牛乳 ボットカン カットカン カット カットカン かい カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・</li></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようかいかり	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラックマッペもやし 干ししいたけ はくさい ぶどうジュース パイン缶 だいこん えのきたけ たまねぎ	さといも こんにやく 小町麩 黒粉がいコニ 米糖でか 大糖 で竹輪が 大糖 で竹輪がかる 大糖 でが輪がかる 大糖 でが 米糖のはる 大きながらがら 大きながら 大	ごま油 油 バター 揚げま油 コ ますりごま	699 927 756	17.3 18.8	27.8	3.0
19	火 水 木 金 火	お麩とわかめの味噌汁 牛乳  黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳  〈セレクト給食〉 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げ B B Q ソース ちくわぶ汁  プルコギ丼 春雨スープ ぶどうゼリー 牛乳  〈今月のお米・北海道郷土料理〉 北海道産きらら米 さばの塩焼きおろしぞえ	米みそ 鶏肉 東豆乳 鶏肉 た豚 豚肉 は 豚肉	<ul> <li>飲用牛乳</li> <li>カットわかめ</li> <li>飲用牛乳</li> <li>粉チーズ</li> <li>海藻シックス</li> <li>ちりめんじゃこ</li> <li>飲用牛乳</li> <li>あまのり</li> <li>飲用牛乳</li> <li>飲用牛乳</li> <li>飲用牛乳</li> </ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラックマッペもやし 干ししいたけ はくさい ぶどうジュース パイン缶 だいこん えのきたけ	さといる こんにもく 小町麩 黒砂糖パン 米粉がいコニ パン粉 米糖で で竹輪 を動きる 大糖 で竹輪 大糖 で大輪 大糖 で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大き で大き で大き で大き で大き で大き で大き	ごま油 油 バター 揚げ油 油 ごま油	699 927 756	17.3 18.8	32.4 27.8	3.0
19 20 21	火 水 木 金 火	お麩とわかめの味噌汁 牛乳  黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳	米みそ 鶏肉 東豆 鶏肉 ら 豚肉 豚鶏肉	<ul><li>飲用牛乳カットわかめ</li><li>飲用牛乳 ボットカン カットカン カット カットカン かい カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・</li></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようかいかり	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラックマッペもやし 干ししいたけ はくさい ぶどうジュース パイン缶 だいこん えのきたけ たまねぎ	さといも こんにやく 小町麩 黒粉がいコニ 米糖でか 大糖 で竹輪が 大糖 で竹輪がかる 大糖 でが輪がかる 大糖 でが 米糖のはる 大きながらがら 大きながら 大	ごま油 油 バター 揚げま油 コ ますりごま	699 927 756	17.3 18.8	27.8	3.0
19 20 21	火 水 木 金 火	お麩とわかめの味噌汁 牛乳  黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳  〈セレクト給食〉 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げBBQソース ちくわぶ汁  プルコギ丼 春雨スープ ぶどうゼリー 牛乳  〈今月のお米・北海道郷土料理〉 北海道産きらら米 さばの塩焼きおろしぞえ ほうれん草のごま和え どさんこ汁 牛乳	米みそ 鶏肉 東豆乳 鶏肉 た豚 豚肉 は 豚肉	<ul><li>飲用牛乳カットわかめ</li><li>飲用牛乳 ボットカン カットカン カット カットカン かい カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・</li></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラックマッペもやし 干ししいたけ はくさい ぶどうジュース パイン缶 だいこん えのきたけ たまねぎ スイートコーン	さといる こんにもく 小町麩 黒砂糖パン 米粉がいコニ パン粉 米糖で で竹輪 を動きる 大糖 で竹輪 大糖 で大輪 大糖 で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大き で大き で大き で大き で大き で大き で大き	ごま油 油 バター 揚げま油 コ ますりごま	699 927 756	17.3 18.8	27.8	3.0
19 20 21	火 水 木 金 火	お麩とわかめの味噌汁 牛乳  黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳	米みそ 鶏肉 東豆乳 鶏肉 た豚 豚肉 は 豚肉	<ul><li>飲用牛乳カットわかめ</li><li>飲用牛乳 ボットカン カットカン カット カットカン かい カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・</li></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラックマッペもやし 干ししいたけ はくさい ぶどうジュース パイン缶 だいこん えのきたけ たまねぎ スイートコーン	さといる こんにもく 小町麩 黒砂糖パン 米粉がいコニ パン粉 米糖で で竹輪 を動きる 大糖 で竹輪 大糖 で大輪 大糖 で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 で大輪 で大輪 で大輪 で大輪 で大輪 で大輪 で大輪	ごま油 油 バター 揚げま油 コ ますりごま	699 927 756	17.3 18.8	27.8	3.0
19 20 21	火 水 木 金 火	お麩とわかめの味噌汁 牛乳  黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳  〈セレクト給食〉 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げBBQソース ちくわぶ汁  プルコギ丼 春雨スープ ぶどうゼリー 牛乳  〈今月のお米・北海道郷土料理〉 北海道産きらら米 さばの塩焼きおろしぞえ ほうれん草のごま和え どさんこ汁 牛乳	米みそ 鶏肉 東豆乳 鶏肉 た豚 豚肉 は 豚肉	<ul><li>飲用牛乳カットわかめ</li><li>飲用牛乳 ボットカン カットカン カット カットカン かい カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・ カー・</li></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん こまつな	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラリンのたけ はくさい ボどうジュース パイン缶 だいこん えのきたけ たまねぎ スイートコーン ねぎ にんにく しょうが	さといいで こといいで といいで といいで といいで といいで をといいで をといいで をといいで でいいで をといいで をといいで でいいで をといいで でいいで でいいで をおいいで でいいで をおいいで でいいで をおいいで はると といいで でいいで といいで でいいで でいいで でいいで でいいで でいいで はると でいいで に	ごま油 油 バター 揚げま油 コ ますりごま	699 927 756	17.3 18.8 14.9	32.4 27.8 20.0	3.0 4.1 2.7
19 20 21	火 水 木 金 火	お麩とわかめの味噌汁 牛乳  黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳  〈セレクト給食〉 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらの唐揚げBBQソース ちくわぶ汁  プルコギ丼 春雨スープ ぶどうゼリー 牛乳  〈今月のお米・北海道郷土料理〉 北海道産きらら米 さばの塩焼きおろしぞえ ほうれん草のごま和え どさんこ汁 牛乳  スパゲティミートソース キャベツとコーンのソテー	発 発 発 東 更 の の の の の の の の の の の の の	飲用牛乳力ットわかめ飲料・発薬飲用牛・スクッしの飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようかいかけん にらいる にんじん まつかいがいかける にんじん こまつな にんじん 青ピーマン	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベッ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラックマッペもやし 干しいたけ はくさい ぶどうジュース パイン缶 だいこん えのきたけ たまねぎ スインも だいこん えのきたけ たまねぎ スインも だいこん えのきたけ たまねぎ スインも	さといる こんにもく 小町麩 黒砂糖パン 米粉がいコニ パン粉 米糖で で竹輪 を動きる 大糖 で竹輪 大糖 で大輪 大糖 で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 大き で大輪 で大輪 で大輪 で大輪 で大輪 で大輪 で大輪 で大輪	ごま油 カバ オンボー カバ オンボー カー	699 927 756	17.3 18.8 14.9	27.8	3.0 4.1 2.7
19 20 21	火 水 木 金 火 水	お麩とわかめの味噌汁 牛乳  黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳	米みそ 鶏肉の 頭の 鶏た豚 豚肉肉 ば肉みそ	<ul> <li>飲用牛乳カットわかめ</li> <li>飲料 海菜 かんじゃこ</li> <li>飲用牛乳カットのり</li> <li>飲用牛乳カットのり</li> <li>飲用牛乳カットのり</li> <li>飲用牛乳カットのり</li> <li>飲用牛乳カットのの</li> <li>飲用牛乳カットのの</li> <li>飲用牛乳のの</li> <li>飲用牛乳のの</li> <li>飲用牛乳のの</li> <li>食物の</li> <li>りが、</li> <li< td=""><td>さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん テンゲンサイ にろいん スまつな にんじん カーマン トマトピューレー</td><td>れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ご で はく ねぎ たまねぎ りんご しょうが マック はくしい ボビラック はくしい ボビンシュース パイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン にんにく しょうが たまねぎ スイン にんにく カッシュルーム キャベツ</td><td>さといいで こといいで といいで といいで といいで といいで をといいで をといいで をといいで でいいで をといいで をといいで でいいで をといいで でいいで でいいで をおいいで でいいで をおいいで でいいで をおいいで はると といいで でいいで といいで でいいで でいいで でいいで でいいで でいいで はると でいいで に</td><td>ごま油 油 バター 湯げま油 コカター カウー</td><td>699 927 756</td><td>17.3 18.8 14.9</td><td>32.4 27.8 20.0</td><td>3.0 4.1 2.7</td></li<></ul>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん テンゲンサイ にろいん スまつな にんじん カーマン トマトピューレー	れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ご で はく ねぎ たまねぎ りんご しょうが マック はくしい ボビラック はくしい ボビンシュース パイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン にんにく しょうが たまねぎ スイン にんにく カッシュルーム キャベツ	さといいで こといいで といいで といいで といいで といいで をといいで をといいで をといいで でいいで をといいで をといいで でいいで をといいで でいいで でいいで をおいいで でいいで をおいいで でいいで をおいいで はると といいで でいいで といいで でいいで でいいで でいいで でいいで でいいで はると でいいで に	ごま油 油 バター 湯げま油 コカター カウー	699 927 756	17.3 18.8 14.9	32.4 27.8 20.0	3.0 4.1 2.7
19 20 21	火 水 木 金 火 水	お麩とわかめの味噌汁 牛乳  黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳  〈セレクト給食〉 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらわぶ汁  プル 再でうりのが出れるです。 カンガー 牛乳  〈今月のお米・北海道郷土料理〉 北海道産きらろとでえにあった。とさんこ汁 牛乳 スパゲティミーンのソテー 元気ヨーグルト 牛乳	発 発 発 東 更 の の の の の の の の の の の の の	飲用牛乳力ットわかめ飲料・発薬飲用牛・スクッしの飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようかいかけん にらいる にんじん まつかいがいかける にんじん こまつな にんじん 青ピーマン	れんこん たけのこ 干ししいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベッ しょうが にんにく りんご だいこん ごぼう はくさい えのきたけ ねぎ たまねぎ りんご しょうが にんにく ブラックマッペもやし 干しいたけ はくさい ぶどうジュース パイン缶 だいこん えのきたけ たまねぎ スインも だいこん えのきたけ たまねぎ スインも だいこん えのきたけ たまねぎ スインも	さといいで こといいで といいで といいで といいで といいで をといいで をといいで をといいで でいいで をといいで をといいで でいいで をといいで でいいで でいいで をおいいで でいいで をおいいで でいいで をおいいで はると といいで でいいで といいで でいいで でいいで でいいで でいいで でいいで はると でいいで に	ごま油 カバ オンボー カバ オンボー カー	699 927 756	17.3 18.8 14.9	32.4 27.8 20.0	3.0 4.1 2.7
19 20 21	火 水 木 金 火 水	お麩とわかめの味噌汁 牛乳  黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳	<ul><li>米みそ</li><li>鶏東豆</li><li>鶏た豚</li><li>豚鸡</li><li>ざ豚米</li><li>豚の</li><li>が豚み</li><li>が豚み</li><li>か</li><li>が豚</li><li>ボウン</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・<td>飲用牛乳力ットわかめ飲料・発薬飲用牛・スクッしの飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳</td><td>さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん テンゲンサイ にろいん スまつな にんじん カーマン トマトピューレー</td><td>れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ご で はく ねぎ たまねぎ りんご しょうが マック はくしい ボビラック はくしい ボビンシュース パイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン にんにく しょうが たまねぎ スイン にんにく カッシュルーム キャベツ</td><td>さといいで こといいで といいで といいで といいで といいで をといいで をといいで をといいで でいいで をといいで をといいで でいいで をといいで でいいで でいいで をおいいで でいいで をおいいで でいいで をおいいで はると といいで でいいで といいで でいいで でいいで でいいで でいいで でいいで はると でいいで に</td><td>ご油バ場ごすバオ油油カラーカラーブーーカラーブーーブーーカラーブーーブーーカーーカーーカーーーカーーカーーカーーーカーーカーーーカーーーカーーカーーーーカーーーカーーカーーカーーーカーーカーーカーーーカーー&lt;</td><td>699 927 756</td><td>17.3 18.8 14.9</td><td>32.4 27.8 20.0</td><td>3.0 4.1 2.7</td></li></ul>	飲用牛乳力ットわかめ飲料・発薬飲用牛・スクッしの飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん テンゲンサイ にろいん スまつな にんじん カーマン トマトピューレー	れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッシュルーム きゅうり キャベツ しょうが にんにく りんご だいこん ご で はく ねぎ たまねぎ りんご しょうが マック はくしい ボビラック はくしい ボビンシュース パイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン だいこん えのきたけ たまねぎ スイン にんにく しょうが たまねぎ スイン にんにく カッシュルーム キャベツ	さといいで こといいで といいで といいで といいで といいで をといいで をといいで をといいで でいいで をといいで をといいで でいいで をといいで でいいで でいいで をおいいで でいいで をおいいで でいいで をおいいで はると といいで でいいで といいで でいいで でいいで でいいで でいいで でいいで はると でいいで に	ご油バ場ごすバオ油油カラーカラーブーーカラーブーーブーーカラーブーーブーーカーーカーーカーーーカーーカーーカーーーカーーカーーーカーーーカーーカーーーーカーーーカーーカーーカーーーカーーカーーカーーーカーー<	699 927 756	17.3 18.8 14.9	32.4 27.8 20.0	3.0 4.1 2.7
19 20 21 25	火 水 木 金 火 水	お麩とわかめの味噌汁 牛乳  黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳  〈セレクト給食〉 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらわぶ汁  プル 再でうりのが出れるです。 カンガー 牛乳  〈今月のお米・北海道郷土料理〉 北海道産きらろとでえにあった。とさんこ汁 牛乳 スパゲティミーンのソテー 元気ヨーグルト 牛乳	米みそ 鶏東豆 鶏た豚 豚鶏 さ豚米 豚ベ 生揚が では肉み マール はって はっしょう はっしょう はっしょう はっしょう はっしょう はっしょう はっしょう はっしょう はっしょう はいしょう はいまい はい ない はいまい はいしょう はいしょく はいまい はい はいしょく はいしょく はいしょく はい	飲用牛乳力ットカット 乳かめ飲粉 藻り飲用チ 運動飲用 まのり第二飲用 井 子乳中 子乳かったカー <t< td=""><td>さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん まつれんそう にんじん こまつな にんじん 青ピーマン トマトピューレー にんじん</td><td>れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッうり キャベッ しょうが にんにく りんご はく ねぎ たまねぎ りんご はんこう たまねぎ りんご しょうが マッけっていたまねぎ にんにくうが マッけっていたい ぶどこん えのきたけ たまねぎ スインムぎ にんにく しょうが たまねぎ スインムぎ</td><td>さといいで さといいで はいいで はいいで はいいで がいいで 大棚で がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で 大脚で 大脚で 大脚で 大脚で 大脚で 大脚で 大脚</td><td>ご油油油油カリカー</td><td>699 927 756 765</td><td>17.3 18.8 14.9</td><td>32.4 27.8 20.0 30.7</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></t<>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん まつれんそう にんじん こまつな にんじん 青ピーマン トマトピューレー にんじん	れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッうり キャベッ しょうが にんにく りんご はく ねぎ たまねぎ りんご はんこう たまねぎ りんご しょうが マッけっていたまねぎ にんにくうが マッけっていたい ぶどこん えのきたけ たまねぎ スインムぎ にんにく しょうが たまねぎ スインムぎ	さといいで さといいで はいいで はいいで はいいで がいいで 大棚で がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大棚を がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で がいいで 大脚で 大脚で 大脚で 大脚で 大脚で 大脚で 大脚で 大脚	ご油油油油カリカー	699 927 756 765	17.3 18.8 14.9	32.4 27.8 20.0 30.7	3.0 4.1 2.7 3.0
19 20 21 25	火 水 木 金 火 水	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 くセレクト給食〉 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げBBQソース ちくわぶ汁 プル コギ丼 春のであるが、カース 大今月のお米・北海道郷土料理〉 北海道産きおろしぞえ ほうれん草のごま和え どさんこ汁 牛乳 スパゲティミートンのソテー 元気ーグルト 牛乳 家常豆腐丼 切り干し炒めナムル	<ul><li>米みそ</li><li>鶏東豆</li><li>鶏た豚</li><li>豚鸡</li><li>ざ豚米</li><li>豚の</li><li>が豚み</li><li>が豚み</li><li>か</li><li>が豚</li><li>ボウン</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・</li><li>・<td>飲用牛乳力ットわかめ飲料・発薬飲用牛・スクッしの飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳</td><td>さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようれんそう にんじん まうれんそう にんじん まつれんそう にんじん こまつな にんじん こまつな にんじん オンケンサイ</td><td>れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッラウッツ しょうり さんにう だいこう だいこう だいこう だいこうが でんにん でんしょうが でんにん でんしょうが マッカ がんご しょうがん アッカ たまねぎ スイぎ にんにぎ スイぎ にんにぎ スイぎ にんにぎ スイックスイーン はっかい にんにく たまのこ にんにく たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ</td><td>さこん いに では といに をいた がいた をいた がいた をいた がいた をいた がいた をいた をいた がいた をいた がいた をいた をいた がいた をいた をいた がいた をいた をいた でいた をいた でいた でいた でいた でいた でいた でいた でいた で</td><td>ご油バ場ごすバオ油油ごまリクーーはまジーーブーはまボーボーボーはボーボー<td< td=""><td>699 927 756 765</td><td>17.3 18.8 14.9</td><td>32.4 27.8 20.0</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></td<></td></li></ul>	飲用牛乳力ットわかめ飲料・発薬飲用牛・スクッしの飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳飲用牛・乳	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようれんそう にんじん まうれんそう にんじん まつれんそう にんじん こまつな にんじん こまつな にんじん オンケンサイ	れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッラウッツ しょうり さんにう だいこう だいこう だいこう だいこうが でんにん でんしょうが でんにん でんしょうが マッカ がんご しょうがん アッカ たまねぎ スイぎ にんにぎ スイぎ にんにぎ スイぎ にんにぎ スイックスイーン はっかい にんにく たまのこ にんにく たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ	さこん いに では といに をいた がいた をいた がいた をいた がいた をいた がいた をいた をいた がいた をいた がいた をいた をいた がいた をいた をいた がいた をいた をいた でいた をいた でいた でいた でいた でいた でいた でいた でいた で	ご油バ場ごすバオ油油ごまリクーーはまジーーブーはまボーボーボーはボーボー <td< td=""><td>699 927 756 765</td><td>17.3 18.8 14.9</td><td>32.4 27.8 20.0</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></td<>	699 927 756 765	17.3 18.8 14.9	32.4 27.8 20.0	3.0 4.1 2.7 3.0
19 20 21	火 水 木 金 火 水	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サータート給食> 麦ご飯のりの佃煮 鶏のあまりの一番をある。 ちくわぶ汁 プルストラインのカー キ乳 マク月のお米・北海道郷土料理> 北海道塩焼きおろしぞえ ほうれん草のごま和え とさんのガーンのソテー 元気にあるが、キ乳 スパゲアとコーンのソテー 元気にありたりのソース スキャンコーンのソテー 元気にありた。 スキャンカー スキャン スキャン スキャン スキャン スキャン スキャン スキャン スキャン	米みそ 鶏東豆 鶏た豚 豚鶏 さ豚米 豚ベ 生揚が では肉み マール はって はっしょう はっしょう はっしょう はっしょう はっしょう はっしょう はっしょう はっしょう はっしょう はいしょう はいまい はい ない はいまい はいしょう はいしょく はいまい はい はいしょく はいしょく はいしょく はい	飲用牛乳力ットカット 乳かめ飲粉 藻り飲用チ 運動飲用 まのり第二飲用 井 子乳中 子乳かったカー <t< td=""><td>さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようれんそう にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん オンウンサイ にんじん カマトピューレー にんじん チンゲンサイ ほうれんそう</td><td>れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッうり キャベ うが だいこう にんにう はいっかい だいこう はいっかい だいこう たけ なぎ たまねぎ かんご しんごう たけ なぎ たまなが マックス はいかい ない まなぎ スカート スクラン はいかい まなぎ スカー といっかい たまなぎ スカー といっかい たけっしょうがい はいしい スイーン はっかい にんにく オーン しょうが にんにく オーシート にんじいたけ キャベツ ねぎ</td><td>さこか 黒米じマ 米砂で竹 米砂では 米砂じ ス 米麦砂 おいて</td><td>ご油油油油カリカー</td><td>699 927 756 765</td><td>17.3 18.8 14.9</td><td>32.4 27.8 20.0 30.7</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></t<>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようれんそう にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん オンウンサイ にんじん カマトピューレー にんじん チンゲンサイ ほうれんそう	れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッうり キャベ うが だいこう にんにう はいっかい だいこう はいっかい だいこう たけ なぎ たまねぎ かんご しんごう たけ なぎ たまなが マックス はいかい ない まなぎ スカート スクラン はいかい まなぎ スカー といっかい たまなぎ スカー といっかい たけっしょうがい はいしい スイーン はっかい にんにく オーン しょうが にんにく オーシート にんじいたけ キャベツ ねぎ	さこか 黒米じマ 米砂で竹 米砂では 米砂じ ス 米麦砂 おいて	ご油油油油カリカー	699 927 756 765	17.3 18.8 14.9	32.4 27.8 20.0 30.7	3.0 4.1 2.7 3.0
19 20 21 25	火 水 木 金 火 水 木	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 〈セレクト給食〉 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらわぶ汁 プルコギ丼 春雨とうが、カース 大大のお米・北海道郷土料理〉 北海道産きらら米 さばの塩焼きおろしぞえ ほうれんごまれる。 どさんこ汁 牛乳 スパゲティミーンのソテー 元気中グルト 牛乳 家常豆腐丼 切りチトマト 牛乳	米	飲用牛乳力ットカット 乳かめ飲粉 藻り飲用チ 運動飲用 まのり第二飲用 井 子乳中 子乳かったカー <t< td=""><td>さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようれんそう にんじん まうれんそう にんじん まつれんそう にんじん こまつな にんじん こまつな にんじん オンケンサイ</td><td>れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッラウッツ しょうり さんにう だいこう だいこう だいこう だいこうが でんにん でんしょうが でんにん でんしょうが マッカ がんご しょうがん アッカ たまねぎ スイぎ にんにぎ スイぎ にんにぎ スイぎ にんにぎ スイックスイーン はっかい にんにく たまのこ にんにく たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ</td><td>さこん いに では といに をいた がいた をいた がいた をいた がいた をいた がいた をいた をいた がいた をいた がいた をいた をいた がいた をいた をいた がいた をいた をいた でいた をいた でいた でいた でいた でいた でいた でいた でいた で</td><td>ご油バ場ごすバオ油油ごまリクーーはまジーーブーはまボーボーボーはボーボー<td< td=""><td>699 927 756 765</td><td>17.3 18.8 14.9</td><td>32.4 27.8 20.0 30.7</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></td<></td></t<>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようれんそう にんじん まうれんそう にんじん まつれんそう にんじん こまつな にんじん こまつな にんじん オンケンサイ	れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッラウッツ しょうり さんにう だいこう だいこう だいこう だいこうが でんにん でんしょうが でんにん でんしょうが マッカ がんご しょうがん アッカ たまねぎ スイぎ にんにぎ スイぎ にんにぎ スイぎ にんにぎ スイックスイーン はっかい にんにく たまのこ にんにく たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ たけのこ	さこん いに では といに をいた がいた をいた がいた をいた がいた をいた がいた をいた をいた がいた をいた がいた をいた をいた がいた をいた をいた がいた をいた をいた でいた をいた でいた でいた でいた でいた でいた でいた でいた で	ご油バ場ごすバオ油油ごまリクーーはまジーーブーはまボーボーボーはボーボー <td< td=""><td>699 927 756 765</td><td>17.3 18.8 14.9</td><td>32.4 27.8 20.0 30.7</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></td<>	699 927 756 765	17.3 18.8 14.9	32.4 27.8 20.0 30.7	3.0 4.1 2.7 3.0
19 20 21 25	火 水 木 金 火 水 木	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サータート給食> 麦ご飯のりの佃煮 鶏のあまりの一番をある。 ちくわぶ汁 プルストラインのカー キ乳 マク月のお米・北海道郷土料理> 北海道塩焼きおろしぞえ ほうれん草のごま和え とさんのガーンのソテー 元気にあるが、キ乳 スパゲアとコーンのソテー 元気にありたりのソース スキャンコーンのソテー 元気にありた。 スキャンカー スキャン スキャン スキャン スキャン スキャン スキャン スキャン スキャン	米	飲用牛乳力ットカット 乳かめ飲粉 藻り飲用チ 運動飲用 まのり第二飲用 井 子乳中 子乳かったカー <t< td=""><td>さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようれんそう にんじん まうれんそう にんじん まつれんそう にんじん こまつな にんじん マトピューレー にんじん にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん まつな</td><td>れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッうり キャベ うが だいこう にんにう はいっかい だいこう はいっかい だいこう たけ なぎ たまねぎ かんご しんごう たけ なぎ たまなが マックス はいかい ない まなぎ スカート スクラン はいかい まなぎ スカー といっかい たまなぎ スカー といっかい たけっしょうがい はいしい スイーン はっかい にんにく オーン しょうが にんにく オーシート にんじいたけ キャベツ ねぎ</td><td>さこか 黒米じマ 米砂で竹 米砂では 米砂じ ス 米麦砂 おいて</td><td>ご油バ場ごすバオ油油ごまリクーーはまジーーブーはまボーボーボーはボーボー<td< td=""><td>699 927 756 765</td><td>17.3 18.8 14.9</td><td>32.4 27.8 20.0 30.7</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></td<></td></t<>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようれんそう にんじん まうれんそう にんじん まつれんそう にんじん こまつな にんじん マトピューレー にんじん にんじん チンゲンサイ ほうれんそう にんじん まつな	れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッうり キャベ うが だいこう にんにう はいっかい だいこう はいっかい だいこう たけ なぎ たまねぎ かんご しんごう たけ なぎ たまなが マックス はいかい ない まなぎ スカート スクラン はいかい まなぎ スカー といっかい たまなぎ スカー といっかい たけっしょうがい はいしい スイーン はっかい にんにく オーン しょうが にんにく オーシート にんじいたけ キャベツ ねぎ	さこか 黒米じマ 米砂で竹 米砂では 米砂じ ス 米麦砂 おいて	ご油バ場ごすバオ油油ごまリクーーはまジーーブーはまボーボーボーはボーボー <td< td=""><td>699 927 756 765</td><td>17.3 18.8 14.9</td><td>32.4 27.8 20.0 30.7</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></td<>	699 927 756 765	17.3 18.8 14.9	32.4 27.8 20.0 30.7	3.0 4.1 2.7 3.0
19 20 21 25 26	火 水 木 金 火 水 木	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳 〈セレクト給食〉 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げねぎソース たらわぶ汁 プルコギ丼 春雨とうが、カース 大大のお米・北海道郷土料理〉 北海道産きらら米 さばの塩焼きおろしぞえ ほうれんごまれる。 どさんこ汁 牛乳 スパゲティミーンのソテー 元気中グルト 牛乳 家常豆腐丼 切りチトマト 牛乳	米み	飲用牛乳力ットカット 乳かめ飲粉 藻り飲用チ 運動飲用 まのり第二飲用 井 子乳中 子乳かったカー <t< td=""><td>さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようれんそう にんじん ようれんそう にんじん まうれんそう にんじん まつれん こまつな にんじん 青ピーマン にんじん トマトピューレー にんじん にんじん チンゲンサイ ほうれんそう こまつな</td><td>れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッうり キャベ うが だいこう たいこう たいこう たいこう たいこう たいこう たいこう たいこう た</td><td>さこ小 黒米じマ 米砂で竹 米砂では 米砂じ ス 米麦砂で 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大</td><td>ご油バ場ごすバオ油油ごまリクーーはまジーーブーはまボーボーボーはボーボー<td< td=""><td>699 927 756 765 694</td><td>17.3 18.8 14.9 17.6</td><td>32.4 27.8 20.0 30.7 29.7</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></td<></td></t<>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようれんそう にんじん ようれんそう にんじん まうれんそう にんじん まつれん こまつな にんじん 青ピーマン にんじん トマトピューレー にんじん にんじん チンゲンサイ ほうれんそう こまつな	れんこん たけのこ 干しいたけ ねぎ えのきたけ たまねぎ マッうり キャベ うが だいこう たいこう たいこう たいこう たいこう たいこう たいこう たいこう た	さこ小 黒米じマ 米砂で竹 米砂では 米砂じ ス 米麦砂で 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	ご油バ場ごすバオ油油ごまリクーーはまジーーブーはまボーボーボーはボーボー <td< td=""><td>699 927 756 765 694</td><td>17.3 18.8 14.9 17.6</td><td>32.4 27.8 20.0 30.7 29.7</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></td<>	699 927 756 765 694	17.3 18.8 14.9 17.6	32.4 27.8 20.0 30.7 29.7	3.0 4.1 2.7 3.0
19 20 21 25	火 水 木 金 火 水 木 金	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のカロニグラタン 海草サイン でしたいでは、 一大のりの個素 現のののでは、 まで、まで、まで、まで、まで、まで、まで、まで、まで、まで、まで、まで、まで、ま	米み鶏凍豆鶏た豚豚鶏さ豚米豚べ生豚米豚へカウラ内ら肉は肉みカーカーカウラカウカウラカウラカウラカウラカウカウカウラカウラカウラカウカウカウカウラカウラカーカウカウカウカウカーカウカウカウカウカーカー	飲用牛和かめ飲粉海ち飲粉海ち飲粉飲料飲用チンクじ乳大大11大11大11大1111111111111111111111111<	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん にらしいがンサイ ほうれんそう にんじん まうれんそう にんじん まつれんとう にんじん まつな にんじん オントマーレー にんじん チンゲンサイ ほうれんそう こまつな にんじん チンゲンサイ こまつな にんじん チンゲンサイ こまつな にんじん	れんしいたけ たけのきれぎ れんしいたけ たまかりでする。 されているできれるです。 たまかりでする。 たまないではないできないです。 たまないではないできないです。 たまないではないできないです。 たまないではないできないではないできないである。 たまないではないではないではないではないではないではないではないである。 たまないではないではないではないではないではないではないではないではないではないでは	さこ小 黒米じマ 米砂で竹 米砂では 米砂じ ス 米麦砂で 米パ いに数 糖がい	ご油バ場ごすバオ油油ごまリクーーはまジーーブーはまボーボーボーはボーボー <td< td=""><td>699 927 756 765 694</td><td>17.3 18.8 14.9 17.6</td><td>32.4 27.8 20.0 30.7</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></td<>	699 927 756 765 694	17.3 18.8 14.9 17.6	32.4 27.8 20.0 30.7	3.0 4.1 2.7 3.0
19 20 21 25 26	火 水 木 金 火 水 木 金	お麩とわかめの味噌汁 牛乳 黒砂糖パン 豆乳のマカロニグラタン 海草サラダ 牛乳  <セレクト給食> 麦ご飯 のりの佃煮 鶏の唐揚げBBQソース ちくわぶ汁  プルコギ丼 春ぶどうれんでリー 牛乳  <今月のお米・北海道郷土料理> 北海道の塩焼きおろしぞえ ほうれん草のごま和え どさんこ汁 牛乳 スパゲティミーンのソテー 元気ヨーグルト 牛乳 家常豆腐丼 切りチトマト 牛乳 麦ご飯	米	飲用牛乳力ット放用サース飲物飲物 (大)飲物飲料飲物飲用 (大)飲物飲用 (大)飲用 (大)(大)(大)(大)(大) <td< td=""><td>さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようれんそう にんじん ようれんそう にんじん まうれんそう にんじん まつれん こまつな にんじん 青ピーマン にんじん トマトピューレー にんじん にんじん チンゲンサイ ほうれんそう こまつな</td><td>れんこれたけれるぎ えのきたけ たまねぎ マッカッツ しり ごう たけ しんにう かんにう かんにもしい がったい かんにもしい がっかい かんにもしい がんにもしい がんにも かんにまれず しょう かんにまれず しょう かんにまれず しょう かんにしい かんにまれず しょうが しゅう しょうが しゅう しょうが しゅう しょうが しゅう しょり かんしい たまれぎ にんまな シュート がった はんしい たまれず しょうが しゅう しょり でんしい たまれず はいこん しゃ でいた はいこん しゃ でいた はい まれず はいこん しゃ でい しゃ はいこん しゃ でい しゃ はいこん しゃ でい しゃ はいこん しゃ でい しゃ はいこん しゃ でいこん しゃ でいこん しゃ でいこん しゃ でいこん しゃ でいこん しゃ でいこん しゃ でい しゃ たまれず はいこん ちゃく しゃく しゃく しゃく しゃく しゃく しゃく しゃく しゃく しゃく し</td><td>さこか 黒米じマ 米砂で竹 米砂では 米砂じ ス 米麦砂で 米 をいた といに 数</td><td>ご油バ場ごすバオ油油ごまリクーーはまジーーブーはまボーボーボーはボーボー<td< td=""><td>699 927 756 765 694</td><td>17.3 18.8 14.9 17.6</td><td>32.4 27.8 20.0 30.7 29.7</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></td<></td></td<>	さやいんげん にんじん ほうれんそう にんじん ようれんそう にんじん ようれんそう にんじん まうれんそう にんじん まつれん こまつな にんじん 青ピーマン にんじん トマトピューレー にんじん にんじん チンゲンサイ ほうれんそう こまつな	れんこれたけれるぎ えのきたけ たまねぎ マッカッツ しり ごう たけ しんにう かんにう かんにもしい がったい かんにもしい がっかい かんにもしい がんにもしい がんにも かんにまれず しょう かんにまれず しょう かんにまれず しょう かんにしい かんにまれず しょうが しゅう しょうが しゅう しょうが しゅう しょうが しゅう しょり かんしい たまれぎ にんまな シュート がった はんしい たまれず しょうが しゅう しょり でんしい たまれず はいこん しゃ でいた はいこん しゃ でいた はい まれず はいこん しゃ でい しゃ はいこん しゃ でい しゃ はいこん しゃ でい しゃ はいこん しゃ でい しゃ はいこん しゃ でいこん しゃ でいこん しゃ でいこん しゃ でいこん しゃ でいこん しゃ でいこん しゃ でい しゃ たまれず はいこん ちゃく しゃく しゃく しゃく しゃく しゃく しゃく しゃく しゃく しゃく し	さこか 黒米じマ 米砂で竹 米砂では 米砂じ ス 米麦砂で 米 をいた といに 数	ご油バ場ごすバオ油油ごまリクーーはまジーーブーはまボーボーボーはボーボー <td< td=""><td>699 927 756 765 694</td><td>17.3 18.8 14.9 17.6</td><td>32.4 27.8 20.0 30.7 29.7</td><td>3.0 4.1 2.7 3.0</td></td<>	699 927 756 765 694	17.3 18.8 14.9 17.6	32.4 27.8 20.0 30.7 29.7	3.0 4.1 2.7 3.0

<sup>☆</sup>天候など、食材料の購入が難しい場合、献立を変更する場合があります。

たんぱく質

(%)

16.0

745

エネルギー

(kcal)

月

平均值

食塩相当量

(g)

3.1

カルシウム

(mg)

358

マグネシウム

(mg)

111

鉄

(mg)

3.4

脂質

(%)

28.0

ビタミンB2

(mg)

ビタミンB1

(mg)

0.35

ビタミンA

(ugRAE)

254

16

ビタミンC

(mg)

食物繊維

(g)

7.0

<sup>☆</sup>サラダ、和え物は衛生を考慮し、加熱してあります。

<sup>☆</sup>学校給食用牛乳の予定産地は東京都、群馬県、岩手県、青森県、秋田県、山形県、北海道、山梨県、福島県、宮城県になります。