令和7年12月分 学校給食献立表 中学校

20 1 1 1 2 2 2 2 2 2 2	月 火			水			木				金							
数型の	1		2	黒糖パン	<u>ソ</u>		3	<u>ご飯</u> 生型						5		コッペパ	<u> </u>	
18		<u>水菜のサラダ</u>	<u>中華コーンス</u> -	<u>⁻プ</u>	<u>白身魚と</u>			<u> T16</u>	豚肉の					洋風			豆もやしの	
1. 1	とり肉 13 赤		_	7 赤	じゃが芋の	<u>თ</u>			梅肉焼き		卵							
25.00																		33 赤 26 緑
### 19 1 4																		7 緑
1		レモンじる							しょうゆ				# FF # 0 Th 0 i					7 緑
10 1		キャベツト			でんぷん				即度清け			-						. ,
1999-197 4 1999-197 1 1 1999-197 1 1999-197 1 1999-197 1 1999-197 1 1 1999-197 1 1999-197 1 1999-197 1 1999-197 1 1 1999-197 1 1999-197 1 1999-197 1 1999-197 1 1 1999-197 1 1 1999-197 1 1999-197 1 1999-197 1					<u>ナムル</u>				·							9 91		*>
大学 10 10 10 10 10 10 10 1							さとう、しょうゆ				エルロンロ				LŽII		ごまあぶら	
************************************				-			高野豆腐の	(全め者	こんぶパウダー、し							17	大学生	
150 15	2911-64-7	C6, CC4), C4)19	TY///// - X	1									9,00,000			1-		65 黄
19	<u>果物</u>					Þ					さとう、しょうゆ			**	273h		さとう、しょうゆ	
30 24 19 77 318 230 77 38 19 75 38 19 75 38 312 25 25	:	I g 脂質 g	エネルキ [*] ー kcal		•••••••	旨質 g		たんぱく	質 g 脂質	Î g	エネルキ [*] ー kcal	たんぱく質	g 脂質 g			たんぱく	質 g 脂質	質 g
生民 一次	809 24.4		776	31.8	8		778	38.			763	38.6		8	50	31.	2 2	
生養者			9	<u>ココアパ</u> 生型	<u> </u>		10	<u>ご飯</u> 生乳						12			パン	
語音		<u>根菜の</u>			卯の花の	<u>)</u>			<u>モウカの</u>				<u>芋もち</u>	スー	プ煮	<u> 十孔</u>	スクランブ	<u>ル</u>
Manual Control	豚肉 38 赤	<u>かき揚げ</u>	クリーム煮		<u>サラダ</u>		豆腐	39 赤	竜田揚げ		豚肉	20 赤	芋もち 65	黄とり肉			エッグ	
The County 1 Stack 1													さとう、しょうゆ、でんふ					63 赤
August									しょつゆ、でんぶ				<u>バン</u> サンスー					9 亦
### 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	こんにゃく 30	ごぼう 7 緑	にんじん	20 緑	水菜	13 緑	ほうれん草			<u> </u>	白菜	20 緑	春雨 5	黄 キャヘ゛ツ	,	20 緑		.
15					ト゛レッシンク゛			- / s÷										
25年度の					ボイルウ・	-	179 りふし、だし	こんか			_							20 禄 26 禄
15 15 15 15 15 15 15 15	<u>うずら卵の</u>		ハ ゛ター	4 黄	'	1本 赤			青ねぎ	7 緑	しめじ	7 緑 7	さとう、しょうゆ、す				ホールコーン	7 緑
### 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1					田州								からし、ごまあぶら				ト゛レッシンク゛	1袋
### 250. La299							マヨネース	1没 寅	けずりぶし				のりの佃煮					
884 31.1 22.4 792 29.1 30.2 30.7 30.2 27.8 752 26.0 13.0 788 33.0 29.3 25.5 生乳					7,000							-		赤				
884 31.1 22.4 792 29.1 30.2 30.7 30.2 27.8 752 26.0 13.0 788 33.0 29.3 25.5 生乳																		
15 17 1250 1																		-
		1 22.4				30.2			.2 2	7.8			13.0					9.3
条野級のみぞけ コロケ	生乳			<u>ながなし</u> 牛乳	<u>ハン</u> カバァリャ	7-								13		<u>フィムユ</u> <u>牛乳</u>	<u></u>	
日雲 20 様 子童和文 20 様 子童和文 20 様 小公 20 様 小公 20 様 小公 20 様 小公 20 様 小女 20 様 から 20 様	冬野菜のみそ汁		ソパ・デ・ア	木	コン・トマー	<u>7</u>	みそおでん			_	<u>八宝菜</u>	<u>.</u>				ープ		8
□ 20 日本 三重和記 1.5 本 1.5 日本 1.													パオス 2コ		,	7 赤		
Table 13 接 無料				13 亦	T145	10 稼	ニエ マクカ し 丿			03 称	o .\J,	13 亦		T 40 -	ŧ*	50 £3		
日、寿かそ 9 素 ももし 20 韓 にんじん 7 様 は しょうか。 サンダック 13 様 年果 20 寿 とりがらえて 1 質 カッカル 17 様 では 15 質 しょうか。 とうしょうか。 こはがに質 を 1 質 とうしょうか。 とうしょうか。 こはがに質 を 1 質 とうしょうか。 こはがに質 を 1 変 とうしょうか。 こはがに質 を 23 様 とし。 3 様 ととりか。 ことりがにがいた こまうか。 ことりがにがいた こまうか。 ことりがにないか。 こまがにがいた こまうか。 こまが、 こまが、 こまが、 こまが、 こまが、 こまが、 こまが、 こまが、	にんじん 13 緑	油揚げ 7 赤	71.17	20 緑	トマト	5 緑				5 黄	白菜	59 緑	<u>さつま芋の</u>			1131		13 赤
日本の			玉ねぎ	26 緑	小麦粉	1 黄	ちくわ じゃが芋	13 赤 52 黄	小麦粉 米粉		たまねぎ	26 緑	ミルク煮	ソテーオ ハ [°] セリ	ニオン	26 緑 0.7 緑	大豆 玉ねぎ	13 赤 20 緑
主作リふりかけ さとう、しようゆう で まぐろカーク 7 素 とろう、しまつゆ 1 またしにスナッフォル しんにスナッフォル しんがん 7 線 まぐろカーク 2 素 サイン 2 素 サイン 2 素 サイン 2 素 サイン 1 またしまつゆ 2 またし、しまつゆ 2 またし、しまつめ 2 またし、しまつゆ 2 またし、しまつゆ 2 またし、しまつゆ 2 またし、しまつゆ 2 またし、しまつゆ 2 またし 2			玉ねぎ セリー	26 緑 4 緑	小麦粉さとう、しお、こ	1 黄 こしょう	ちくわ じゃが芋 大根	13 赤 52 黄 46 緑	小麦粉 米粉	3 黄	たまねぎ にんじん	26 緑 20 緑	ミルク煮 さつま芋 52	ソテーオ パセリ 黄 しお、こ	ニオンニしょう、し	26 緑 0.7 緑	大豆 玉ねぎ トマト	13 赤 20 緑 13 緑
おこしよう しまっしょう しまっしょう しまっしょう しまっしょう しまっしょう しまっしょう しまっしょう しまっしょう しまっしょう しょう しゃっ しょう しゃっ しょう しゃっ しょう しゃっ しょう しゃっ しょう しゃっ しょう しょう しゃっ しょう しゃっ しょう しょう しゃっ しょう しゃっ しょう しゃっ しょう しゃっ しょう しゃっ しょう しょう しゃっ しょう しゃっ しょっ しょう しゃっ しょう しゃっ しょっ しょう しゃっ しょっ しょう しょっ しょう しょっ しょっ		もやし 20 緑	玉ねぎ セリー にんじん	26 緑 4 緑 7 緑	小麦粉 さとう、しお、こ しょうゆ、オリー	1 黄 こしょう ブオイル	ちくわ じゃが芋 大根 こんにゃく	13 赤 52 黄 46 緑 26	小麦粉 米粉 _{しお}	3 黄	たまねぎ にんじん ヤングコーン	26 緑 20 緑 13 緑	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20	ソテーオ パセリ 黄 しお、こ	ニオンニしょう、し	26 緑 0.7 緑	大豆 玉ねぎ トマト にんにく、しお、	13 赤 20 緑 13 緑 こしょう
上がり、でもある 上がり、でもある ともがらネープ こんじん 7 結 まぐろカーク 20 素 けずりぶし 4 排 が 1 接 上がり、でもある さとう、しおり、でもある さとう、しようゆ、たしょうゆ、たしょうゆ、たしょうゆ、かして 25.7 19.5 25.0 しょうゆ、たしょうゆ 1.5 2.5	けずりぶし	もやし 20 緑 にんじん 7 緑 白ごま 1 黄	玉ねぎ セロリー にんじん パセリ パプリカパウダー	26 緑 4 緑 7 緑 0.4 緑	小麦粉 さとう、しお、こ しょうゆ、オリー エンペドラ まぐろフレーク	1 黄 こしょう ゔオイル ラッド 7 赤	ちくわ じゃが芋 大根 こんにゃく 白みそ	13 赤 52 黄 46 緑 26	小麦粉 米粉 Lお 白菜の煮 落 平天	3 黄 し 7 赤	たまねぎ にんじん ヤングコーン たけのこ 干ししいたけ	26 緑 20 緑 13 緑 7 緑 0.7 緑	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20 さとう	ソテーオ パ [*] セリ しお、こ よりがを ごぼ	ニオン ニしょう、し らスープ うサラ !	26 緑 0.7 緑 ようゆ	大豆 玉ねぎ トマト にんにく、しお、 しょうゆ、とりが	13 赤 20 緑 13 緑 こしょう らスープ
株付けじゃこ 1袋 表 世界の利電 まとうか、かしことう 大人は父母 まとうしようゆ ホーン 大人は父母 まとうしようゆ ホーン 大人は父母 まとうしようゆ ホーン 大人は父母 まとうしようゆ オーン 大人は父母 まとうしようゆ オーン 大人は父母 まとうしようゆ オーン 大人は父母 まとり 大阪府 入選 大阪子子り大学 大阪 大阪子子り大学 大阪子子 大阪子子 大阪子子 大阪子子り大学 大阪子子 大阪子 大阪子子 大阪子子 大阪子 大阪子子 大阪子子 大阪子子 大阪子 大阪子子 大阪子 大阪子子 大阪子 大阪子子 大阪子	けずりぶし 手作りふりかけ	もやし 20 緑 にんじん 7 緑 白ごま 1 黄	玉ねぎ セロリー にんじん パセリ パブリカパウダー にんにく、オリーブ	26 緑 4 緑 7 緑 0.4 緑	小麦粉 さとう、しお、こ しょうゆ、オリー: エンペドラ まぐろフレーク いんげん豆	1 黄 こしょう フォイル ラッド 7 赤 13 黄	ちくわ じゃが芋 大根 こんにゃく 白みそ さとう、しょうゆ	13 赤 52 黄 46 緑 26 赤	小麦粉 米粉 Lお 白菜の煮 平天 白菜	3 黄 し 7 赤	たまねぎ にんじん ヤングコーン たけのこ 干ししいたけ 土しょうが	26 緑 20 緑 13 緑 7 緑 0.7 緑 0.7 緑	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20 さとう 大根の甘酢漬!	ソテーオ パセリ しお、ご きりがを ごぼ ごぼう	ニオン こしょう、し らスープ う サラ :	26 緑 0.7 緑 ようゆ ダ 26 緑	大豆 玉ねぎ トマト にんにく、しお、 しょうゆ、とりが もやしのソ	13 赤 20 緑 13 緑 こしょう らスープ
13 株 13 株 13 株 13 株 13 株 14 k 12 k	けずりぶし 手作りふりかけ けずりぶし 3 赤	もやし 20 緑 にんじん 7 緑 白ごま 1 黄 さとう、しお、しょうゆ、す	玉ねぎ セロリー にんじん パセリ パプリカパウダー にんにく、オリープラ しお、こしょう、し	26 緑 4 緑 7 緑 0.4 緑 オイル ょうゆ	小麦粉 さとう、しお、こ しょうゆ、オリー エンペドラ まぐろフレーク いんげん豆 キャペツ	1 黄 こしょう プオイル ラッド 7 赤 13 黄 26 緑	ちくわ じゃが芋 大根 こんにゃく 白みそ さとう、しょうゆ ツナご飯の	13 赤 黄 46 26 5 赤	小麦粉 米粉 しお 白菜の煮 平天 白菜 さとう、しょうゆ	3 黄 7 赤 52 緑	たまねぎ にんじん ヤングコーン たけのこ 干ししいたけ 土しょうが しお、こしょう	26 緑 20 緑 13 緑 7 緑 0.7 緑 0.7 緑	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20 さとう 大根の甘酢漬 (大根 30	ソテーオ パ セリ	ニオン こしょう、し らスープ う サラ (京	26 緑 0.7 緑 ようゆ 26 緑 26 緑	大豆 玉ねぎ トマト にんにく、しお、 しょうゆ、とりが もやしのソ もやし	13 赤 20 緑 13 緑 こしょう らスープ
12	けずりぶし 手作りふりかけ けずりぶし 3 赤 さとう、しょうゆ	もやし 20 緑 にんじん 7 緑 白ごま 1 黄 さとう、しお、しょうゆ、す 味付けじゃこ	玉ねぎ セロリー にんじん パセリ パブリカパウダー にんにく、オリーブラ しお、こしょう、し とりがらスープ	26 緑 4 緑 7 緑 0.4 緑 オイル ょうゆ	小麦粉 さとう、しお、こしょうゆ、オリー エンペドラ まぐろフレーク いんげん豆キャヘッ にんじん さとう、しょうゆ	1 黄 こしょう プオイル ラッド 7 赤 黄 26 緑 7 よ	ちくわ じゃが芋 大根 こんにゃく 白みそ さとう、しょうゆ ツナご飯の まぐろフレーク にんじん	13 52 46 26 5	小麦粉 米粉 しお 白菜の煮 平天 白菜 さとう、しょうゆ	3 黄 7 赤 52 緑	たまねぎ にんじん ヤングコーン たけのこ 干ししいたけ 土しょうが しお、こしょう しょうゆ、でんぷん	26 緑 20 緑 13 緑 7 緑 0.7 緑 0.7 緑	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20 さとう 大根の甘酢漬 (大根 30	ソテーオリンでは 黄赤 ナ 緑 ではいいでは ではいいに がいばいないでは でいいに かいに かいに かいに かいに かいに かいに かいに	ニオン こしょう、し らスープ う サラ か 京 こん	26 0.7 4.5 4.5 4.5 4.5 4.6 4.8 4.8 5.0 7.1 1.5	大豆 玉ねぎ トマト にんにく、しお、 しょうゆ、とりが もやしのソ もやし しお、こしょう	13 赤 20 緑 13 緑 こしょう らスープ フー 30 緑
749 25.7 19.5 836 41.8 32.2 806 28.1 20.5 769 27.6 14.8 767 34.0 26.1 22	けずりぶし 手作りふりかけ けずりぶし 3 赤 さとう、しょうゆ	もやし 20 緑 にんじん 7 緑 白ごま 1 黄 さとう、しお、しょうゆ、す 味付けじゃこ	玉ねぎ セリー にんじん パセリ パプリカパウダー にんにく、オリープラ しお、こしょう、し とりがらスープ	26 緑 4 緑 7 緑 0.4 緑 オイル ょうゆ	小麦粉 さとう、しお、こしょうゆ、オリーエンペドラ まぐろフレーク いんげん豆 キャヘッ にんじん さとう、しょうゆす、レモンじる、こ	1 黄ニしょう ラッド 7 7 7 7 7 7 7 7 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3	ちくわ じゃが芋 大根 こんにゃく 白みそ さとう、しょうゆ ツナご飯の まぐろフレーク にんじん 白ごま	13 52 46 26 5	小麦粉 米粉 しお 白菜の煮 平天 白菜 さとう、しょうゆ	3 黄 7 赤 52 緑	たまねぎ にんじん ヤングコーン たけのこ 干ししいたけ 土しょうが しお、こしょう しょうゆ、でんぷん	26 緑 20 緑 13 緑 7 緑 0.7 緑 0.7 緑	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20 さとう 大根の甘酢漬 (大根 30	ソテーオリ こう はい	ニオン こしょう、し らスープ う うサラ か たん ミ ング	26 A A A A A A A A A A A A A A A A A A A	大豆 玉ねぎ トマト にんにく、しお、 しょうゆ、とりが もやしのソ もやし しお、こしょう	13 赤 20 緑 13 緑 こしょう らスープ フー 30 緑
23 コッペパン	けずりぶし 手作りふりかけ けずりぶし 3 赤 さとう、しょうゆ	もやし 20 緑 にんじん 7 緑 白ごま 1 黄 さとう、しお、しょうゆ、す 味付けじゃこ	玉ねぎ セリー にんじん パセリ パプリカパウダー にんにく、オリープラ しお、こしょう、し とりがらスープ	26 緑 4 緑 7 0.4 緑 オイル ょうゆ 里 スペイン	小麦粉 さとう、しお、こしょうゆ、オリー エンペドラ まぐろフレーク いんげん豆 キャヘッ にんじん さとう、しょうゆ す、レモンじる、 キャラメル	1 黄 こしょう フォイル ラッド 7 3 6 7 しょう フェック・フェック・カリーフェック・ファイル レチーグ	ちくわ じゃが芋 大根 こんにゃく 白みそ さとう、しょうゆ ツナご飯の まぐろフレーク にんじん 白ごま	13 52 46 26 5	小麦粉 米粉 しお 白菜の煮 平天 白菜 さとう、しょうゆ	3 黄 7 赤 52 緑	たまねぎ にんじん ヤングコーン たけのこ 干ししいたけ 土しょうが しお、こしょう しょうゆ、でんぷん	26 緑 20 緑 13 緑 7 緑 0.7 緑 0.7 緑	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20 さとう 大根の甘酢漬 (大根 30	ソテーオリ こう はい	ニオン こしょう、し らスープ う うサラ か たん ミ ング	26 A A A A A A A A A A A A A A A A A A A	大豆 玉ねぎ トマト にんにく、しお、 しょうゆ、とりが もやしのソ もやし しお、こしょう	13 赤 20 緑 13 緑 こしょう らスープ フー 30 緑
※ 生乳	手作りふりかけ 手作りふりかけ けずりぶし 3 赤 さとう、しょうゆ	もやし 20 緑 にんじん 7 緑 白ごま 1 黄 さとう、しお、しょうゆ、す 味付けじゃこ 1袋 赤 職付けじゃこ 1袋 赤	玉ねぎ セリー にんじん パセリ パブリカパウダー にんにく、オリーファ しお、こしょう、し、 とりがらスープ 世界の料理	26 緑 4 緑 7 緑 0.4 緑 オイル ょうゆ 里 スペイン	小麦粉 さとう、しょうゆ、オリーラ まいん がり にんしょうけん がり にんしょうけ す、レセラメル キャラメルチース で g	1 う ファイル ラッド 7 3 6 7 しょう ファイル	ちくわ じゃが芋 大根 こんにゃく 白みそ さとう、しょうゆ ツナご飯の まぐろフレーク にんじん 白ごま さとう、しょうゆ	13 52 46 26 5 異 20 4 1 たんぱく	小	3 黄 し 7 赤緑	たまねぎ にんじん ヤングコーン たけのこ 干ししいたけ 土しようが しお、こしょう しょうゆ、でんぷ ぶた・とりがらスー	26 緑 20 緑 7 緑 7 緑 7 緑 7 緑 7 緑 7	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20 さとう 大根の甘酢漬! 大根 30 さとう、しお、す	サーマ はい	ニオン こしょう、し らスープ う 克 こん ミ ンク しょうゆ、 	26	大豆 玉ねぎ トマト にんにく、しお、しょうゆ、とりが もやしのソ も やし こしょう しょうゆ、カルーこ g g 脂質 g 脂質 g 脂質 g	13 赤 20 緑 13 緑 こしょう らスープ 30 緑
13 赤 即	手作りぶし 手作りふりかけ けずりぶし 3 赤 さとう、しょうゆ エネルキ'- kcal たんぱく3 749 25.	もやし 20 緑 にんじん 7 緑 白ごま 1 黄 さとう、しお、しょうゆ、す 味付けじゃこ 1袋 赤 職付けじゃこ 1袋 赤	玉ねぎ セロリー にんじん パセリ ハプリカハウダー にんにく、オリーブラ しお、こしょう、し とりがらスープ 世界の料理 エネルギー kcal 836	26 緑 4 緑 7 緑 0.4 緑 オイル ょうゆ エ スペイン たんぱく』 41.6	小麦粉 さとう、しお、こしょうゆ、オリー エンペドラ まぐろフレーク いんげん でっしょうゆ す、レモンじん さとう、レモンじる、キャラメル キャラメルチース で g	1 う ファイル ラッド 7 3 6 7 しょう ファイル	ちくわ じゃが芋 大根 こんにゃく 白みそ さとう、しょうゆ ツナご飯の まぐろじん 白ごま さとう、しょうゆ	13 52 46 26 5 具 20 4 1 たんぱ 28	小表粉 しお 白菜の煮酒 平白さようゆ けずりぶし の の の の の の の の の の の の の	3 黄 し 7 赤緑 52 緑	たまねぎ にんじん ヤングコーン たけのこ 干ししいたけ 土しょうが しお、こしょうしょうゆ、でんぷぶだ・とりがらスーエネルギー kcal 769	26 緑 20 緑 7 日 7 日 7 日 7 日 7 日 7 日 7 日 7 日 7 日 7	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20 さとう 大根の甘酢漬し 大根 30 さとう、しお、す	サーマ はい	ニオン こしょう、し らスープ う 克 こん ミ ンク しょうゆ、 	26	大豆 玉ねぎ トマト にんにく、しお、しょうゆ、とりが もやしのソ も やし こしょう しょうゆ、カルーこ g g 脂質 g 脂質 g 脂質 g	13 赤 20 緑 13 緑 こしょう らスープ 30 緑
5 と	## ## ## ## ### ### #################	もやし 20 緑にんじん 7 緑白ごま 1 黄さとう、しお、しょうゆ、す 味付けじやこ 1袋 赤 間 g 脂質 g 19.5	玉ねぎ セロリー にんじん パセリ パブリカパウダー にんにく、オリーファ しお、こしょう、し とりがらスープ 世界の料理 エネルギー kcal 836	26 緑 4 緑 7 緑 0.4 緑 オイル ようゆ 里 スペイン たんばく』 41. コッペパ 牛乳	小麦粉 さとう、しょうゆ、オリー エンペドラ まいんげり いんかく リンカス がり じっしょうけん さいっしょうけい サヤラメルチース 質 8 2 2	1 黄ニしょう ラッド 7 13 26 7 よりープ・オリーブ・オリーブ・オリーズ・ 13 32.2	ちくわ じゃが芋 大根 こんかそ らか、しょうゆ ツナご飯の まぐろひん 白ごう、しょうゆ こんじま さとう、しょうゆ	13 52 46 26 5 具 20 4 1 たんぱ 28	小表粉 しお 白菜の煮酒 平白さようゆ けずりぶし の の の の の の の の の の の の の	3 黄 し 7 赤緑 52 緑	たまねぎ にんじん ヤングコーン たけのこ 干ししいたけ 土しょうが しお、こしょうしょうゆ、でんぷぶだ・とりがらスーエネルギー kcal 769	26 緑 20 緑 7 日 7 日 7 日 7 日 7 日 7 日 7 日 7 日 7 日 7	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20 さとう 大根の甘酢漬し 大根 30 さとう、しお、す	サーマ はい	ニオン こしょう、し らスープ う 克 こん ミ ンク しょうゆ、 	26	大豆 玉ねぎ トマト にんにく、しお、しょうゆ、とりが もやしのソ も やし こしょう しょうゆ、カルーこ g g 脂質 g 脂質 g 脂質 g	13 赤 20 緑 13 緑 こしょう らスープ 30 緑
かぼちや 26 縁 しお、こしょう	F作りふりかけ けずりぶし 3 赤 さとう、しょうゆ Tネルキー kcal たんぱく別 749 25. 22	もやし 20 緑 にんじん 7 緑 白ごま 1 黄 さとう、しお、しょうゆ、す 味付けじゃこ 1袋 赤 晴付けじゃこ 1袋 赤 19.5	玉ねぎ セリー にんじん パセリ パブリカパウター にんにく、オリーブラ しお、こしょう、し とりがらスープ 世界の料理 エネルギー kcal 836 23	26 緑 4 緑 7 緑 0.4 緑 オイル ようゆ スペイン たんぱく 41. ユッペパ 生乳	小麦粉 さとう、しょうゆ、オリー まぐろ アン・カーク いっかい しょうけい かっかい しょうけい ささ、トマラメル キャラメル キャラメル キャラメル テース に 8 ペン ハンバー	1 5 また は	ちくわ じ 大	13 52 46 26 5 具 20 4 1 た 28 ☆ 年度	小 米 お 白 菜 の 煮 一	3 黄	たまねぎにんじんヤングコーンたけのこ 干ししいたけ 土しょうがしお、こしょうしょうゆ、でんぷぶた・とりがらスーエネルギー kcal 769	26 緑 20 緑 7 日 3 日 3 日 4 日 5 日 5 日 5 日 5 日 5 日 5 日 5 日 5 日 5	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20 さとう 大根の甘酢漬し 大根 30 さとう、しお、す 「 g 脂質 g 14.8 2月22日)	黄赤 ナ 緑 ニー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ニオン こしょう、し らスープ う 英 いん ミ ンク しょうゆ、 (67	26 緑 0.7 を 26 緑 26 緑 26 緑 1 袋 ごまあぶら たんぱく 34.	大豆 玉ねぎ トマト にんにく、しお、 しょうゆ、とりが もやしのソ もやし しお、こしょう しょうゆ、カレーこ	13 赤 20 緑 13 緑 こしょう iGスープ 30 緑 26.1
	!ナザリぶし 3 赤 たんぱくまでも、しょうゆ たんぱくまでも、 しょうけ できる。 たんぱくまでも、 こか 生乳 冬至うどん 豚肉 13 赤	もやし 20 緑 にんじん 7 緑 白ごま 1 黄 さとう、しお、しょうゆ、す 味付けじゃこ 1袋 赤 脂質 7 19.5	玉ねぎ セリー にんじん パセリ パブリカパウダー にんにく、オリーブラ しお、こしょう、し とりがらスープ 世界の料理 エネルギー kcal 836 23	26 緑 4 緑 7 0.4 緑 オイル ようゆ エー たんぱくま 41. 生乳 ス ス ス 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	小麦粉 さとう、しょうゆ、オリー まぐろ アン・カーク いっかい しょうけい かっかい しょうけい ささ、トマラメル キャラメル キャラメル キャラメル テース に 8 ペン ハンバー	1 5 また は	ちくわ じゃ板 こ白さとうゆ ンナくろしました。 こうゆ ンナくろしました。 こうり こうした。 こうゆ これルギー kcal 806 ☆ 全 私	13 22 46 26 5 具 20 4 1 た 全 年 大	小米お 白菜の煮 平白さけずりぶし 第1 ★ コ選	3 黄 赤緑 ² 52 ★ ⁴ √ ³	たまねぎ にんじん ヤングコーン たけのこ 干ししいたけ 土しょうが しお、こしょう しょうゆ、でんぷん ぶた・とりがらスー	26 緑 20 緑 7 7 8 7 8 7 8 7 8 8 7 8 8 7 8 8 7 8 8 8 8 7 8	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20 さとう 大根の甘酢漬! 大根 30 さとう、しお、す 「 g 脂質 8 14.8 2月22日) ちゃを食べると	黄赤 ナ 緑	ニオン こしょう、し らスープ う 克 たん ミ ング しょうゆ、 (67	26 線線 ようゆ 26 線線 7 1 袋ま たんぱく 34 . 2月ン・ス	大豆 またい にしょうゆ、とりが もやし こしょう かいし こしょう りょう かい ここ がい がい はいがい またい かい ここ はい がい はい がい はい がい はい がい はい がい かい ここ にい はい がい かい ここ にい はい はい かい ここ にい はい はい かい ここ にい はい はい はい はい かい ここ にい はい はい かい ここ にい はい はい かい ここ にい はい	13 赤 20 線 13 は 13
しめじ 7 線 白菜 52 線 セリー 4 線	Iナポリぶし 手作りふりかけ けずりぶし 3 赤 さとう、しょうゆ たんぱくり 749 25. 22 ご飯 牛乳 冬至うどん 豚肉 13 赤 うどん 65 黄 かぼちゃ 26 緑	もやし 20 緑 にんじん 7 緑 黄 1 黄 さとう、しお、しょうゆ、す 味付けじゃこ 1袋 赤	玉ねぎ セリー にんじん パセリ パブリカパウダー にんにく、オリーブラ しお、こしょう、し とりがらスープ 世界の料理 エネルギー kcal 836 23 ジュリエンタ ベーコン じゃが芋	26 緑 7 0.4 オイル ようは エー・ エー・ エー・ エー・ エー・ エー・ エー・ スー・ スー・ スー・ スー・ スー・ スー・ スー・ ス	小麦粉 さとう、 ここと ここと ここと ここと ここと ここと ここと ここと ここと ここ	1 黄 こしょう ファイル・ラッド 7 13 26 7 しょう 7 13 26 7 しょう 7 13 7 13 8 13 2.2 グ 1コ(50)	ちくわが 学 くわ が 大 こ 白 さと ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	13 24 6 6 5 具 20 4 1 た 全 年 大小赤黄緑 赤 赤緑黄 ^人 28 全 度 阪学	小米お 白菜の煮 平白さけずりぶし 第1 ★ コ選	3 し 7 52 か ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ 	たまねぎ にんじん ヤングコーン たけのこ 干ししいたけ 土しょうが しょうゆ、でんぷん ぶた・とりがらスー	26 緑緑 20 緑緑 7 0.7 0.7 んプ たんぱく質 27.6 とこにかからににかからににかからににかからににからににかける 27.6 とことにかります。 27.6 とことには 20.6 というには 20.6	ミルク煮 さつま芋 52 牛乳 20 さとう 大根の甘酢漬! 大根 30 さとう、しお、す 『 14.8 2月22日) ちない」「長生	黄赤 ナ 緑	ニオン こしょう、し らスープ う 克 たん ミ ング しょうゆ、 (67	26 0.7 か	大豆 玉ねぎ トマト にしょうゆ、とりが もやしのソ も いこしょう しょう しょう しょう しょう しょう カルーこ が カルーこ から 11/20(木	13 赤 20 線 13 は 13
青ねぎ 7 縁 えのきたけ 7 縁 しお、こしょう、しょうゆ パスタサラダ いっぱ 8 黄 元んにゃく 13 だしこんぶ 0.7 赤 とりがらスープ パスタ 8 黄 大けずりぶし、だしこんぶ ゆず 0.4 縁 しお、しょうゆ こんぶパウダー さとう、しょうゆ こんぶパウダー さとう、しょうゆ こんぶパウダー さとう、しょうゆ 上お、こしょう でかぎ 30 黄 しお、こしょう たんぱく質 8 脂質 8 18.1 762 28.2 86.5 18.1 「たんぱく質 8 脂質 8 26.5 18.1 「たんぱく質 8 18.1	Iナポリぶし 手作りふりかけ けずりぶし 3 赤 さとう、しょうゆ エネルギー kcal 749 たんぱくり 25. 工飯 牛乳 冬至うどん 豚肉 13 赤 うどん 65 黄 かぼちゃ 26 緑 にんじん 13 緑	もやし 20 緑 緑 白ごま 1 黄 さとう、しお、しょうゆ、す 味付けじゃこ 1袋 赤 晴付けじゃこ 1 5 赤 エッグ 卵 1コ 5 赤 しお、こしょう	玉ねぎ セリー にんじん パセリ ハブリカパウダー にんにく、オリーファ しお、こしょう、しし とりがらスープ 世界の料理 エネルギー kcal 836 23 ジュリエン で 、ーコン じゃか、 エねぎ	26 緑 4 7 0.4 緑 オイル ようゆ エペイン たんぱく乳 41. マー赤 黄 緑 20 緑	小きとうかとうしまい。 まいんでした。 まいんですり、 まいんですり、 まいんですり、 なったものですり、 キャラメルチースで 第8 ン ハンハーの 会ののののののののののののののののののののののののののののののののののの	1 うつけんルラッド 7 36 7 13 26 7 13 13 26 7 13 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	ちじ大こ白さ ツ まに白さ ご カが か か か か か か か か か か	13 24 6 26 5 夏 24 1 た ☆ 年大市な赤黄緑 赤 赤緑黄 ペ28 ~ 度阪学み	小米は 白 平白さけ 変 交 交 大 対 が が が が が が が が	3 L 7 52 L 7 52 A A A A A A A A A A	たまねぎにんじんヤングコーンたけのこ 干ししいうがようしょうゆ、どがらスーレス・ボー・とりがらスーエネルギー kcal 769	26 緑緑緑 7 0.7 んプ たんぱく 27.6 M で 27.6 M で 27.6 M で 27.6 M で 1 に こ こ こ こ こ こ こ こ こ こ こ こ こ こ こ こ こ こ	ミルク煮 さつま芋 52 件乳 20 さとう 大根の甘酢漬! 大根 30 さとう、しお、す 「	黄赤 ナ 緑 ニーキリ こが ぼ が は の これ に 白 ト さ ニー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ニオン こしょう、し らスープ う 束 しん ミ ンク しょうゆ、 (67	26 0.7 pd 26 26 pd 26 pd 26 pd 27 1 袋ま たんぱく 34 pd 27	大豆 ボート にょうゆ、とりが もやし こしょうゆ、かんしょうゆ しょう しょう カルーこ がん カート 11/20(オッシート は オッシー・カート は オッシー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	13 赤緑 20 ls is
たんにやく 13 だしこんぶ 0.7 赤とりがらスープ	F作りふりかけ	もやし 20 緑 にんじん 7 緑 黄 1 ヴェック で 19.5 で 19.5 で 1 で 1 で 1 で 1 で 1 で 1 で 1 で 1 で 1 で	玉ねぎ セリー にんじん パセリ ハブリカパウダー にんにく、オリーファ しお、こしょう、しし とりがらスーフ 世界の料理 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	26 4 7 0.4 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	小きとうかとうしまい。 まいんでした。 まいんですり、 まいんですり、 まいんですり、 なったものですり、 キャラメルチースで 第8 ン ハンハーの 会ののののののののののののののののののののののののののののののののののの	1 うつけんルラッド 7 36 7 13 26 7 13 13 26 7 13 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	ちじ大こ白さと ツまに白さと ボネル は なんか が はいそ しょ ご アン・	13 24 64 26 5 夏 24 1 た 全 年大市 菜 風赤黄緑 赤 赤緑黄 ペ28 く 度阪学みま み	小米し 白 平白さけ 変 交 で か が が が が が が が が	3 し 7 52 3 4 4 4 4 4 4 4 4 4 	たまねぎにんじんヤングコーン たけのこいたけ 土しょうしょうしょうからスー エネルギー kcal 769	26 20 13 7 0.7 んプ たんぱって	ミルク煮 さつます 52 件乳 20 さとう 大根の甘酢漬! 大根の甘酢漬! 大根の甘酢漬! 大根の甘酢漬! 大根の甘酢漬!	黄赤 ナ 緑 ニーキリ こが ぼ が は の これ に 白 ト さ ニー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ニオン こしょう、し らスープ う 束 しん ミ ンク しょうゆ、 (67	26 0.7 pd 26 26 pd 26 pd 26 pd 27 1 袋ま たんぱく 34 pd 27	大豆 ボート にょうゆ、とりが もやし こしょうゆ、かんしょうゆ しょう しょう カルーこ がん カート 11/20(オッシート は オッシー・カート は オッシー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	13 赤緑 20 ls is
11/20(木)時点で		もやし 20 緑緑 黄にんじん 7 は 黄 t t t t t t t t t t t t t t t t t t	玉ねぎ セリー にんじん パセリ パブリカパウダー にんにく、オリーブラ しお、こしょう、し とりがらスープ 世界の料理 エネルギー kcal 836 23 ジュリエンラ ベーコン じゃがツ 玉ねじん セロリー しお、こしょう、し	26 4 7 0.4 オルカウ イン はくし イン 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	小きしまり、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが、これが	1 ういだ 7 3 26 7 しょうパープ・ファイル・ファイル・ファイル・ファイル・ファイル・ファイル・ファイル・ファイル	ちじ大こ白さ ツまに白さ こうか	13 24 64 26 5 夏 24 1 た 4 年大市 菜 風も赤黄緑 赤 赤緑黄 ペ28 く 度 原学み美 みし	小米し 白 平白さけ 変 交 大 が が が が が が が が	3 L 7 52 s b c c c c c c c c c c	たまねぎん ヤング・コーン これば ヤング・コーン これ でんじん ヤング・コーン これ でんしょう しょう しょう でん ない でん ない でん ない でん ない でん ない でん ない と	26 20 13 7 0.7 んプ たんぱつ (I に) 「ちすね (I に) 「ちすね (I に) 「ちすね (I に) 「ちゅんぱつ (I に) 「ちゅんぱつ (I に) 「ちゅん (I に) 」」	ミルク煮 さつます 52 件乳 52 件乳 52 件乳 30 さとう 大根の甘酢漬! 大根 55 大根 55 大根 55 大根 56 大根 57 大根 57 大根 58 大日 58	黄赤	ニオン こしょう、し らスープ 京 えん ミング しょうゆ、 **- kcal 67	26 0.7 1 袋ま た 34. 分ス)ー(マカケ) 1 1 / 1 食 の マか / 金 の	大豆 ボート にしょう にょうゆ、とりが も やし こしょう しょう しょう しょう しょう はかい はいがって が	13 赤緑 20 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13
手作りふりかけ けずりぶし 3 赤 ウンラン・カー 1袋 ロー部を変更して実施します ウン・カー 1袋 ローのおき変更して実施します ウン・カー 1袋 ローのおきである。 ローのいます。 ローのおきである。 ローのおきである。 ローのおきである。 ローのおきである。 ローのおきである。 ローのおきである。 ローのおきである。 ローののでは、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、これ、	Italia + kcal たんぱくず 25. エが +乳 冬至うどん 豚肉 13 赤 かぼちゃ 26 緑 にんじん 13 緑 大根 13 緑 しめじ 7 緑 青ねぎ 7 緑 こんにゃく 13	まやし 20 緑緑 黄にんじん 7 は	玉ねぎ セリー にんじん パセリ パブリカパウダー にんにく、オリーブラ しお、こしょう、し とりがらスープ 世界の料理 エネルギー kcal 836 23 ジュリエンラ ベーコン じゃがツ 玉ねじん セロリー しお、こしょう、し	26 4 7 0.4 オルカウ イン は、1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	小きしまり、これができた。 まいした。 まいした。 まいした。 まいした。 なった。 。 なった。 なった。 なった。 なった。 なった。 なった。 なった。 なった。 なった。 。 なった。 。 なった。 なった。 。 なった。 なった。 なった。 なった。 なった。 なった。 なった。 なった。 。 なった。 。 なった。 なった。 。 なった。 。 なった。 。 。 なった。 。 な。 。 。 。 。 、 な。 。 。 。 、 。 、 な。 。 。 。 、 、 な。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。 。	1 ういが 7 13 6 7 しょう 7 1 13 6	ちじ大こ白さ ツまに白さ こうか	13 24 26 5	小米し 白 平白さけ 質 .1 ? 状 校 き その大 を か か か か か か か か か か	3 L 7 52 A A A A A A A A A A A A A A A A A A A	たまねだん ヤング コーン これが うしょうゆ とりが らんスーレ まん はん こうゆ とりが らる スー	26 20 13 7 0.7 んプ たんぱく 27.6 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	ミルク煮 さつます 52 キカス 52 キカス 52 キカス 52 カカス 53 カカス 54 カカス 54 カカス 55	黄赤 ナ 緑	ニオン こしょう、し らスープ 京 えん ミング しょうゆ、 **- kcal 67	26 0.7 1 袋ま た 34. 分ス)ー(マカケ) 1 1 / 1 食 の マか / 金 の	大豆 ボート にしょう にょうゆ、とりが も やし こしょう しょう しょう しょう しょう はかい はいがって が	13 赤緑 20 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13
手作りふりかけ ドレッシンケ 1袋 けずりぶし 3 赤 コーン・	上がりぶし 手作りふりかけ 上がりぶし 3 赤 きとう、しょうゆ たんぱくり 25. 22 近飯 十乳 上乳 を至うどん 65 黄 かぼちゃ 26 緑 にんじん 13 緑 しめじ 7 緑 こんにゃく 13 けずりぶし、だしこんぶ	まやし 20 緑緑 黄 1 にんじん 7 は まとう、しお、しょうゆ、 ま	玉ねぎ セリー にんじん パセリ パブリカパウダー にんにく、オリーブ しお、こしょう、し とりがらスープ 世界の料理 エネルギー kcal 836 23 ジュリエン じゃがツ 玉んじん セリー しお、たらスープ (小麦粉を使わ	26 4 7 0.4 かけい は、	小さし土まいキにさす土を質82 ハット カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カ	1 ういけん 13 26 7 ようけん 13 27 2 7 ようけん 13 27 2 7 ようけん 13 27 2 8 23 2 2 8 23 数 2 3 2 2 8 2 3 数 2 3 X	ちじ大こ白さ ツまに白さ エネル	13 24 26 5 異 20 4 1	小米し 白 平白さけ 質. 1 ★ 立 入 5 ★ プラウー まかり では、 1 ★ プラウー では、 2 ★ プラウー では、 2 ★ プラウー では、 2 ★ プラウー では、 3 ★ プラー では、	3 L 7 52 S. A L () A A A A A A A A A A	たまん/ かった 下土 はんぶった に ヤン た 下土 はん うった いっこ たから こしょう こしゅ とり から こうま (言 「 を す	26 20 13 7 0.7 6 プ を にに 」「ちすが湯風緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑緑	ミルク素 52 20 大根 52 20 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	黄赤 ナ 緑	ニオン こしょう、し らスープ 京 えん ミング しょうゆ、 **- kcal 67	26 0.7 1 袋 また た 34.	大玉マト にしょうゆ、しいが もししょう しょうゆ かし しょう の り か ト 1 1 / 2 0 (オマンまで 歴史) 1 / 2 5 (火) 1 / 2 5 (大き) で まで は かい	13 赤緑 20 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13
白ごま 1 黄 じゃが芋 30 黄 じゃが芋 30 黄 しお、こしょう エネルギー kcal 751 28.5 18.1 762 28.2 26.5		もやし 20 緑緑 黄 1 にんじん 7 は	玉ねぎ セリー にんじん パセリ パブリカパウダー にんにく、オリーブ しお、こしょう、し とりがらスープ 世界の料理 エネルギー kcal 836 23 ジュリエン じゃがツ 玉んじん セリー しお、たらスープ (小麦粉を使わ	26 4 7 0.4 オル・カー ス たんぱ 1. フキュー 赤 黄緑 緑緑 緑 緑 緑 緑 緑 緑 緑 緑 緑 緑 は 1. プ キュー カー 赤 黄緑 緑 緑 緑 緑 緑 緑 か い 。	小さし工まいキにさす土を質82 ハル カンドーク豆 は、キャラ 8 ハン 成スパースタッリー かいかん カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カ	1 うい ド 7 13 6 7 しょす 7 13 8 23 15 8 黄 赤 黄緑 緑 うい ズ 赤	ちじ大こ白さと ツまに白さと エネ 806 ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆	13 24 26 5 人 20 4 1 た 今 年 大 市 菜 風もテニッ牛 赤黄緑 赤 赤緑黄 ペ 28 ぐ 度 阪 学み美 みやイゼペ乳	小米し 白 平白さけ 質 .1 ? 吠 校 き そのクーン	3 L 7 52 S A A A A A A A A A A	たまんぴつのいうこと は	26 20 13 7 0.7 6 プ	ミルク煮 52 20	黄赤	ニオン こしょう、し う う た た う う た う た う う う う う う う う う う	26 0.7 1 袋 a c c c c c c c c c c c c c c c c c c	大玉 トマト にしょう やししょう ししょう やしし こか が が か い にしょう やし しょう か い か い か い か い か い か い か い か い か い か	13 a a a a a a a a a a a a a a a a a a a
さとう、しょうゆ Iネルキ'- kcal たんぱく質 g 脂質 g Iネルキ'- kcal たんぱく質 g 脂質 g Tネルキ'- kcal 762 28.2 26.5	大根	もやし 20 緑緑 黄 1 にんじん 7 は	玉ねぎ セリー にんじん パセリ パブリカパウダー にんにく、オリーフ にんにく、オリーフ にんにく、オリーフ でした ひしょう、し とりがらスープ 世界の料理 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	26 4 7 0.4 かけっぱく 1.4 で	小さし工まい キにさす キャラ g ハン・ハー スタッ リーん が はんか タッ リーん かっかん かっかん かっかん カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	1 うい ド 7 13 6 7 しょす 7 13 8 23 15 8 黄 赤 黄緑 緑 うい ズ 赤	ちじ大こ白さ ツまに白さ エ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆	13 24 26 5 人 20 4 1 た 今 年 大 市 菜 風もテニッ牛 赤黄緑 赤 赤緑黄 ペ 28 ぐ 度 阪 学み美 みやイゼペ乳	小米し 白 平白さけ 質 .1 ? 吠 校 き そのクーン	3 L 7 52 S. A A A A A A A A A A A A A A A A A A A	たにヤンた干土 ししぶ たい でんら と	20 13 7 0.7 んプ	ミルク煮 52 20 大 大きと 大 大きと	黄赤	ニオン こしょう、し こうスープ で う 京 たんミンしょうゆ、 12 インニ イマニ イマニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフ	26 0.7 i 受 26 7 1 袋ま た 34 分ス)ー(マイ・食日 11学の)・オータのマかク金 の1 (終ラのマかク金 の1) (※ファン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	大玉 トマ にしょう もししょ が とり の とり し こり か し しょか とり の か ト 11 一 で 振火 点り 人 に か し 1 / 25 に 時預の は な オ で も で 都 の の も に か か し で 都 の の も に か か し で 都 の の も に か か とり	13 20 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13
751 28.5 18.1 762 28.2 26.5	大きりぶし 13 赤 古 はいじん 13 赤 古 はいじん 13 緑 はいじん 13 緑 はいじん 13 はいじん 1	もやし 20 緑緑 黄 1 にんじん 7 は	玉ねぎ セリー にんじん パセリ パブリカパウダー にんよう、したとりがらスープ 世界の料理 エネルギー kcala 836 23 ジュリエン じゃかッ ぎ にしり たいらスープ じゃかっ ぎ とりがう またん セロリー したしよう、した とりがっ こしょう、した とりがっ にたい。 とりがっ にたい。 とりがらスープ にたい。 とりがらスープ にたい。 とりがらる、 でした。 とりがら ない。 とりがら ない。 とりがら ない。 とりがら ない。 とりがら ない。 とりがら ない。 とりがっ とりがっ とりがっ とりがっ とりがっ とりがっ とりがっ とりがっ	26 4 7 0.4 かけい また	小さし工まい キにさす キャラ g ハン・ハー スタッ リーん が はんか タッ リーん かっかん かっかん かっかん カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	1 うルド 7 326 7 しずー 1 32.2 7 1 1 1 1 8 2 3 1 5 8 3 2 2 5 1 1 1 1 1 8 2 3 1 5 8 3 2 1 5 8 2 1 5 8 2 1 5 8 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5	ちじ大こ白さ ツまに白さ エ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆	13 24 26 5 人 20 4 1 た 今 年 大 市 菜 風もテニッ牛 赤黄緑 赤 赤緑黄 ペ 28 ぐ 度 阪 学み美 みやイゼペ乳	小米し 白 平白さけ 質 .1 マ ば す 校 き そんクーン て ま粉 交	3 L 7 52 S A A A A A A A A A A A A A A A A A A	たにヤンた干土 ししぶ たい でんら と	20 13 7 0.7 んプ	ミルク煮 52 20 大 大きと 大 大きと	黄赤	ニオン こしょう、し こうスープ で う 京 たんミンしょうゆ、 12 インニ イマニ イマニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフ	26 0.7 1 袋 to 1 2 2 2 7 1 袋 to 2 2 3 4 2 2 3 4 2 2 3 4 2 2 2 7 1 袋 to 2 2 3 4 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 2	大玉 ト マ に しょ も し しょ か と い と い か と い と い か と い と い か と い と い	13 20 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13
	大きりぶし 13 赤 古 はいじん 13 赤 古 はいじん 13 緑 はいじん 13 緑 はいじん 13 はいじん 1	もやし 20 緑緑 黄 1 にんじん 7 は	玉ねぎ セリーにんじん ハ*セリ ハ*プリカハ*ウダーにん こしょう、し とりがらスープ 世界の料理 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	26 4 7 0.4 かけい は 1.4 で	小さし工まい キにさす キャラ g ハン・ハー スタッ リーん が まっしん グライン かん	1 うルド 7 326 7 しずー 1 32.2 7 1 1 1 1 8 2 3 1 5 8 3 2 2 5 1 1 1 1 1 8 2 3 1 5 8 3 2 1 5 8 2 1 5 8 2 1 5 8 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5 2 1 5	ちじ大こ白さ ツまに白さ エネ 806 ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆	13 24 26 5 人 20 4 1 た 今 年 大 市 菜 風もテニッ牛 赤黄緑 赤 赤緑黄 ペ 28 ぐ 度 阪 学み美 みやイゼペ乳	小米し 白 平白さけ 質.1 マ 吠 す校 きそのクーン て ま粉 菜 文 よい	3 L 7 52 A A A A A A A A A A A A A A A A A A A	たにヤンた干土 ししぶ たい でんら と	20 13 7 0.7 んプ	ミルク煮 52 20 大 大きと 大 大きと	黄赤	ニオン こしょう、し こうスープ で う 京 たんミンしょうゆ、 12 インニ イマニ イマニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフ	26 0.7 1 袋 to 1 2 2 2 7 1 袋 to 2 2 3 4 2 2 3 4 2 2 3 4 2 2 2 7 1 袋 to 2 2 3 4 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 2	大玉 ト マ に しょ も し しょ か と い と い か と い と い か と い と い か と い と い	13 20 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13
エネルキ・ たんぱく質 脂質 食塩相当量 カルシウム マグ・ネシウム 鉄 じょりょう とりまり 食物繊維 ほの このコーカギギスロは	手作りふりかけ けずりぶし 3 赤 さとう、しょうゆ エネルギー kcal たんぱく乳 25. 22	きやし 20 緑緑 黄 1 1 1 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2	玉 セリーにんじん ハ ヤリ ハ ブリカハウダー にんじん ハ ヤリ ハ ブリカハウダー にん とりがら ステップ 世界 の 大	26 4 7 0.4 オルカウ イン は 41.6 サイン は	小さし 工 まいキにさす キ キ質 8ン ハン 乳ソン パパキプにドす 質	1 うルド 7 3 6 7 しが 1 2 6 7 しが 1 3 2 2 2 1 5 8 袋 5 世 3 2 2 1 5 8 袋 5 世 3 2 2 1 5 8 袋 8 3 1 5 8 袋 8 3 1 5 8 袋 8 5 1 5 8 袋 8 5 1 5 8 袋 8 5 1 5 8 袋 8 5 1 5 8 袋 8 5 1 5 8 袋 8 5 1 5 8 袋 8 5 1 5 8 袋 8 5 1 5 8 袋 8 5 1 5 8 袋 8 5 1 5 8 袋 8 5 1 5 8 袋 8 5 1 5 8 \$ 8 \$ 8 5 1 5 8 \$ 8 \$ 8 5 1 5 8 \$ 8 \$ 8 5 1 5 8 \$ 8 \$ 8 5 1 5 8 \$ 8 \$ 8 5 1 5 8 \$ 8 \$ 8 5 1 5 8 \$ 8 \$ 8 5 1 5 8 \$ 8 \$ 8 5 1 5 8 \$ 8 \$ 8 5 1 5 8 \$ 8 \$ 8 \$ 8 \$ 8 \$ 8 \$ 8 \$ 8 \$ 8 \$ 8	ちじ大こ白さ ツまに白さ エネ 806 ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆	13 24 26 5 人 28 1 28 1 1 29 1 20 4 1 1 20 1 20 1 20 1 20 20 1 20 1	小米し 白 平白さけ 質.1 マ 吠 す校 きそのクーン て ま粉 菜 文 よい	3 L 7 52 A A A A A A A A A A A A A A A A A A A	たにヤンた干土 ししぶ たい でんら と	20 13 7 0.7 んプ	ミルク煮 52 20 大 大きと 大 大きと	黄赤	ニオン こしょう、し こうスープ で う 京 たんミンしょうゆ、 12 インニ イマニ イマニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフニ イフ	26 0.7 1 袋 to 1 2 2 2 7 1 袋 to 2 2 3 4 2 2 3 4 2 2 3 4 2 2 2 7 1 袋 to 2 2 3 4 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 7 1 2 2 2 2	大玉 ト マ に しょ も し しょ か と い と い か と い と い か と い と い か と い と い	13 20 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13 13

	エネルキ・ー	たんぱく質 脂質		食塩相当量 カルシウム		マグネシウム	鉄		食物繊維			
	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	A μg	B1 mg	B2mg	Cmg	g
12月分の平均	789	31.0(15.7%)	22.6 (25.8%)	2.8	424	110	4.4	294	0.68	0.70	42	6.5
文部科学省 摂取基準	830	摂取エネルキー 全体の13~20%		2.5未満	450	120	4.5	300	0.50	0.60	35	7以上

このマークがある日はスープジャー(保温容器)に入っています。

