



→ 平成30年 10月 学校給食献立表 牧之原市

吉田梼原学校給食井同調理場(32-1750)

					秦原学校給食共同調理	エネルギー	1 7 0
		使われている食品と主なはたらき				エネルキー (Kcal) たんぱく質(g)	欠食校
日	献 立 名	あか みどり きいろ シュムニョロナ州				小学校	一(子平次)
	1		体の調子を整えるもとになる食品		おもな調味料	中学校	せん
		ぎゅうにゅう		こめ		1 7 12	
			たまねぎ しろねぎ しょうが にんにく		しょうゆ 洒 す	670	
	こまつなのアーモンドあえ		こまつな キャベツ もやし	アーモンド さとう	しょうゆ みりん	27.6	
	さつまいものみそしる	とうふ あぶらあげ	だいこん にんじん えのきたけ	さつまいも	にぼし さばぶし	811	
)		みそ	はねぎ	C 264 0	14100 61000	32.5	
	レーズンパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	ほしぶどう	パン さとう			
	ハムチーズピカタ	たまご ハム チーズ		あぶら さとう でんぷん	塩	593	
	コーンポテト	7.55.2 7.12 7 7	とうもろこし パセリ	じゃがいも バター	塩 こしょう	22.2 797	
	ムナルトナギのフ プ	とりにく ベーコン	キャベツ たまねぎ にんじん	おおむぎ	コンソメ 塩 こしょう		
()	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	こりにく ハーコン	こまつな	 ದಾಗ್ರಕ	しょうゆ がらスープ	28.4	
	ごはん のりつくだに ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう のり		こめ みずあめ さとう	しょうゆ	20.4	川峪
	くろはんぺんのおちゃあげ	くろはんぺん	ちゃ	こむぎこ でんぷん あぶら	02717	630	71155
		1014010	ごぼう にんじん こんにゃく			25.3	
	ぶたにくとごぼうのみそいため	ぶたにく みそ	さやいんげん しょうが	あぶら さとう	しょうゆ	797 32.4	
	かきたまじる	たまご	たまねぎ にんじん ほうれんそう	でんぷん	しょうゆ 塩 かつおぶし		
())	7252	えのきたけ しいたけ	C.0.5.0	こんぶだし		
_	ぶどう	# N 11 # 1	ぶどう			02.4	<u> </u>
			牧之原市産のお茶を使っていま		T	{	
	うどん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		うどん		632	
	カレーなんばんつゆ	とりにく かまぼこ	たまねぎ にんじん しろねぎ	でんぷん	カレールウ しょうゆ	24.4	
		あぶらあげ	ほうれんそう しょうが にんにく	 	みりん 塩 かつおぶし	707	
(,	やさいのたくあんあえ	<u> </u>	キャベツ きゅうり たくあん	ごま	塩	787	
_	おちゃいりおにまん	10.71	ちゃ	こむぎこ さつまいも さとう ラード		29.1	<u> </u>
	ごはん ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		こめ	I - 5.4 - 2.1	637	
•	さんまのかばやき	さんま		あぶら さとう でんぷん	しょうゆ みりん 酒	23.9	
	しおこんぶのそくせきづけ	こんぶ	キャベツ きゅうり こまつな		塩		
<u>(</u>	さわにわん	ぶたにく	にんじん たけのこ ごぼう えのきたけ はねぎ		しょうゆ 酒 塩 こしょう かつおぶし こんぶだし	783	
E)	// ミニトマト		ミニトマト		10. 28320 C/02/2C	27.8	
		<u></u> 良いとされる「フルーベ	<u> 、ーー゚、゚</u> リー」をゼリーにして取り入れ	 ています			
		ぎゅうにゅう	りんご	パン さとう		Ì	
			970	じゃがいも くり さつまいも あぶら		637	
	くりコロッケ			パンこ こむぎこ でんぷん さとう		19.7	
	れんこんサラダ ごまドレッシング		れんこん きゅうり にんじん	ごま さとう	しょうゆ みりん ドレッシング		
	ほうれんそうとたまごのスープ	たまご ベーコン	ほうれんそう とうもろこし にんじん	でんぷん	がらスープ スープストック	855	1
())	7262 - 42	えのきたけ		しお こしょう	25.4	
_	ブルーベリゼリー		ブルーベリー	さとう		20.4	
	げんまいパン ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		パン げんまい		000	
1	しろみざかなのチリソースかけ	ホキ	たまねぎ にんにく しょうが	あぶら でんぷん さとう	スープストック ケチャップ 塩 トマトピューレ チリソース	668	
	ポテトサラダ マヨネーズ		きゅうり キャベツ にんじん	10 . 10 . 1			
	トシにゅういしポタージュフープ				恒 三 上つ	27.4	
٠.		レンにゅう ぎゅうにゅう	レうもスニレ にんじん たまわぎ	じゃがいも マヨネーズ	塩 こしょう		
<)		とうにゅう ぎゅうにゅう	とうもろこし にんじん たまねぎ	あぶら クリーム	ベシャメルソース コンソメ	867	
†)	,		パセリ	あぶら クリーム			
K)	~ 榛原中学校リクエスト給食	~ 人気のメニューを入	パセリ れてアジアを意識した献立を考 え	あぶら クリーム えてくれました。	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう	867	
	~ 榛原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく	パセリ れてアジアを意識した献立を考 にんじん たけのこ にら キムチ	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら	ベシャメルソース コンソメ	867	
	~ 榛原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	パセリ れてアジアを意識した献立を考 にんじん たけのこ にら キムチ にんにく	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒	867 34.2	•
	~ 榛原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	パセリ れてアジアを意識した献立を考 にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう	867 34.2 637	
2	~標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく	パセリ れてアジアを意識した献立を考 にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう ワイン オレガノ バジル ドレッシング しょうゆ 酒 塩 がらスープ	867 34.2 637	
2	~標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう	パセリ れてアジアを意識した献立を考 にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら こま	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう ワイン オレガノ バジル ドレッシング	867 34.2 637 26.5	
2	~標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン	パセリ れてアジアを意識した献立を考 にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら こま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう ワイン オレガノ バジル ドレッシング しょうゆ 酒 塩 がらスープ	867 34.2 637 26.5	
2 È)	~標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう	パセリ れてアジアを意識した献立を考 にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうか スープ こしょう 塩 こしょう ワイン オレガノ バジルドレッシング しょうゆ 酒 塩 がらスープ こしょう ちゅうかスープ	867 34.2 637 26.5 796 32.8	坂音
2	~標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン	パセリ れてアジアを意識した献立を考 にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら こま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう ウィン オレガ バジルドレッシング しょうゆ 酒 塩 がらスープ こしょう ちゅうかスープ 置 しょうゆ ソース	867 34.2 637 26.5 796 32.8	坂部
2 ₹)	~ 榛原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう かつお	パセリ れてアジアを意識した献立を考: にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが しょうが きゅうり キャベツ あかじそ	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうか スープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 百 塩 がらスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう ちゅうかスープ	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9	坂部
2	~ 榛原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう	パセリ れてアジアを意識した献立を考: にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが しょうが きゅうり キャベツ あかじそ たまねぎ にんじん セロリー	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら こま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 増 こしょう 西 塩 がらスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう カレース カレース カレールウ 塩	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9 852	坂部
2	~ 榛原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ ポークカレー	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう かつお	パセリ れてアジアを意識した献立を考: にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが しょうが きゅうり キャベツ あかじそ	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう さとう ごま あぶら じゃがいも	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 百 塩 がらスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう ちゅうかスープ ニレンース 塩 カレーこ こしょう チャツネ	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9	
2	~ 榛原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう かつお	パセリ れてアジアを意識した献立を考: にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベッ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが きゅうり キャベツ あかじそ たまねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう さとう ごま あぶら じゃがいも	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 増 こしょう 西 塩 がらスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう カレース カレース カレールウ 塩	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9 852 36.5	
<u>?</u> 5	~ 榛原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ ポークカレー	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう かつお	パセリ れてアジアを意識した献立を考: にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが きゅうり キャベツ あかじそ たまねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう さとう ごま あぶら じゃがいも	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 増 こしょう 西 塩 がらスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう カレース カレース カレールウ 塩	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9 852 36.5	•
2 (a)	~標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ ポークカレー こくとうパン ぎゅうにゅう ポテトのカップグラタン	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう かつお ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう	パセリ れてアジアを意識した献立を考: にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベッ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが きゅうり キャベツ あかじそ たまねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう さとう ごま あぶら じゃがいも パン こくとう じゃがいも でんぷん あぶら さとう マーガリン こむぎこ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 増 こしょう 増 ないらスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう ちゅうかスープ 温 カレーこ こしょう チャツネ ソース カレールウ 塩 スープストック	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9 852 36.5	•
2 €)	~ 標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ ポークカレー こくとうパン ぎゅうにゅう ポテトのカップグラタン マカロニサラダ マヨネーズ	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう かつお ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう チーズ	パセリ れてアジアを意識した献立を考: にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが きゅうり キャベツ あかじそ たまねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう さとう ごま あぶら じゃがいも パン こくとう じゃがいも でんぷん あぶら さとう マーガリン こむぎこ マカロニ マヨネーズ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 増 でいる オレガ バジル ドレッシング しょうゆ 酒 塩 がらスープ こしょう ちゅうかスープ 温 カレーこ こしょう チャツネ ソース カレールウ 塩 スープストック 塩 チキンエキス 塩 こしょう	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9 852 36.5 634 19.8	•
2 5 1)	~標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ ポークカレー こくとうパン ぎゅうにゅう ポテトのカップグラタン マカロニサラダ マヨネーズ	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう かつお ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう	パセリ れてアジアを意識した献立を考: にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが きゅうり キャベツ あかじそ たまねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう さとう ごま あぶら じゃがいも パン こくとう じゃがいも でんぷん あぶら さとう マーガリン こむぎこ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 増 こしょう 増 ないらスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう ちゅうかスープ 温 カレーこ こしょう チャツネ ソース カレールウ 塩 スープストック	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9 852 36.5 634 19.8	•
2 2 5	~標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ ポークカレー こくとうパン ぎゅうにゅう ポテトのカップグラタン マカロニサラダ マヨネーズ	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう かつお ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう チーズ	パセリ れてアジアを意識した献立を考 にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが きゅうり キャベツ あかじそ たまねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく かぼちゃ たまねぎ にんじん とうもろこし きゅうり にんじん とうもろこし	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう さとう ごま あぶら じゃがいも パン こくとう じゃがいも でんぷん あぶら さとう マーガリン こむぎこ マカロニ マヨネーズ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 7 で カレース 1 世 カレーこ こしょう チャツネ ソース カレールウ 塩 アーブストック 塩 チキンエキス 塩 こしょう がらスープ ちゅうかスープ	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9 852 36.5 634 19.8	•
2 (₹) (5) (4)	~標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ ポークカレー こくとうパン ぎゅうにゅう ポテトのカップグラタン マカロニサラダ マヨネーズ やさいとにくだんごのスープ	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう かつお ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう チーズ	パセリ れてアジアを意識した献立を考 にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが きゅうり キャベツ あかじそ たまねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく かぼちゃ たまねぎ にんじん とうもろこし きゅうり にんじん とうもろこし キャベツ たまねぎ ほうれんそう にんじん チンゲンサイ しめじ	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう さとう ごま あぶら じゃがいも パン こくとう じゃがいも でんぷん あぶら さとう マーガリン こむぎこ マカロニ マヨネーズ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 7 で カレース 1 世 カレーこ こしょう チャツネ ソース カレールウ 塩 アーブストック 塩 チキンエキス 塩 こしょう がらスープ ちゅうかスープ	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9 852 36.5 634 19.8	坂部
55 ()	~標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ ポークカレー こくとうパン ぎゅうにゅう ポテトのカップグラタン マカロニサラダ マヨネーズ やさいとにくだんごのスープ みかん	~ 人気のメニューを入ぎゅうにゅう ぶたにくとりにくかいそう ペーコン ぎゅうにゅう かつお ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう チーズ ぶたにく とりにく	パセリ れてアジアを意識した献立を考 にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが きゅうり キャベツ あかじそ たまねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく かぼちゃ たまねぎ にんじん とうもろこし きゅうり にんじん とうもろこし キャベツ たまねぎ ほうれんそう にんじん チンゲンサイ しめじ	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう さとう ごま あぶら じゃがいも パン こくとう じゃがいも でんぷん あぶら さとう マーガリン こむぎこ マカロニ マヨネーズ でんぷん あぶら みずあめ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 西 塩 がらスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう カレーこ こしょう チャツネ ソース カレールウ 塩 チキンエキス 塩 こしょう がらスープ ちゅうかスープ しょうゆ 酒 塩 こしょう	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9 852 36.5 634 19.8 807 24.7	坂部
2 (全) (5) (5) (6) (7)	~ 標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ ポークカレー こくとうパン ぎゅうにゅう ポテトのカップグラタン マカロニサラダ マヨネーズ やさいとにくだんごのスープ みかん わかめごはん ぎゅうにゅう	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう かつお ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう チーズ ぶたにく とりにく	パセリ れてアジアを意識した献立を考: にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが きゅうり キャベツ あかじそ たまねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく かぼちゃ たまねぎ にんじん とうもろこし きゅうり にんじん とうもろこし キャベツ たまねぎ ほうれんそう にんじん チンゲンサイ しめじ みかん	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう さとう ごま あぶら じゃがいも パン こくとう じゃがいも でんぷん あぶら さとう マーガリン こむぎこ マカロニ マヨネーズ でんぷん あぶら みずあめ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 酒 塩 がらスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう ウェールウ 塩 カレーこ こしょう チャツネ ソース カレールウ 塩 チキンエキス 塩 こしょう ガ らスープ ちゅうかスープ しょうゆ 酒 塩 こしょう しょうゆ 酒 塩 こしょう	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9 852 36.5 634 19.8	坂部
2 金) 5 引 6	~標原中学校リクエスト給食 キムチチャーハン ぎゅうにゅう とりにくのハーブやき かいそうサラダ あおじそドレッシング ワンタンスープ いもかりんとう ごはん ぎゅうにゅう かつおのソースがらめ ゆかりあえ ポークカレー こくとうパン ぎゅうにゅう ポテトのカップグラタン マカロニサラダ マヨネーズ やさいとにくだんごのスープ みかん わかめごはん ぎゅうにゅう ちくわのもみじあげ いそかあえ	~ 人気のメニューを入 ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく かいそう ベーコン ぎゅうにゅう かつお ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう チーズ ぶたにく とりにく ぎゅうにゅう わかめ ちくわ のり	パセリ れてアジアを意識した献立を考 にんじん たけのこ にら キムチ にんにく キャベツ きゅうり チンゲンサイ もやし にんじん えのきたけ しょうが きゅうり キャベツ あかじそ たまねぎ にんじん セロリー りんご しょうが にんにく かぼちゃ たまねぎ にんじん とうもろこし きゅうり にんじん とうもろこし キャベツ たまねぎ ほうれんそう にんじん チンゲンサイ しめじ みかん	あぶら クリーム えてくれました。 こめ おおむぎ ごまあぶら オリーブあぶら ごま こむぎこ さつまいも あぶら さとう みずあめ こめ あぶら でんぷん さとう さとう ごま あぶら じゃがいも パン こくとう じゃがいも でんぷん あぶら さとう マーガリン こむぎこ マカロニ マヨネーズ でんぷん あぶら みずあめ	ベシャメルソース コンソメ がらスープ 塩 こしょう 塩 しょうゆ 酒 ちゅうかスープ こしょう 塩 こしょう 塩 こしょう 西 塩 がらスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう ちゅうかスープ こしょう カレーこ こしょう チャツネ ソース カレールウ 塩 チキンエキス 塩 こしょう がらスープ ちゅうかスープ しょうゆ 酒 塩 こしょう	867 34.2 637 26.5 796 32.8 700 30.9 852 36.5 634 19.8 807 24.7	坂部

★ 3 0年 10月 学校給食献立表 < B > 牧之原市

吉田榛原学校給食共同調理場(32-1750)

ソフトめん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ボたにく レンズまめ だいず チーズ ぶたにく レンズまめ だいず チーズ ではん ぎゅうにゅう さば みそ だいず のいそに だいず とりにく うずらたまご りんご ではん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ではん ざゅうにゅう でくだんごのトマトソースあえ ボたにく とりにく ボンサンスー でもいのスープに ではん でもいのスープに でもいのスープに ウインナー でもいのスープに ウインナー でもいのスープに ウインナー でもいのスープに ウィンナー でもいのスープに ウィンナー ではん ぎゅうにゅう だゅうだゅう だゅうだゅう ガッとぎのあまからだれ かかさぎ でまりにゅう カかさぎ でまりにゅう カかさぎ でまりにゅう カかさぎ でまりにゅう カかさぎ でまりにゅう カかさぎ でまりにゅう カかさぎ フライドチキン とりにく でもにいりやさいソテー しらす ミネストローネ スライスチーズ チーズ ではん ぎゅうにゅう さけ カかめ ボーンときゅうりのすのもの かかめ ボたい ボンドにく けいず でもににまるよいよう でもににまるよいよう でもにゅう でもらにゅう でもにまる でもにまる でもによる でもによる でもらにゅう でもらにゅう でもらにゅう でもによる でもによるによるによる でもによるによるによるによるによるによるによるによるによるによるによるによるによるに	ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん れんこん しいたけ	きいろ エネルギーのもとになる食品 ソフトめん あぶら さとう あぶら さとう さつまいも バター あぶら さとう こめ さとう さとう あぶら はるさめ でんぷん こめ もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら	ハヤシルウ デミグラスソース 塩 こしょう ケチャップ トマトビューレ ソース ワイン がらスープ ベシャメルソース しょうゆ す しょうゆ ちゅうかスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう からスープ コンソメ セーショウ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう カリム カリム 酒 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん 酒	(Keel) (Feel)	欠(学は世界の) 大食体の (学は世界の) 大食体の (学は世界の) 大食体の (学は世界の) 大きない (大きない)
大学 18 アンドめん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ボーンズソース ボーズ ほうれんそうサラダ キャラメルボテト ごはん ぎゅうにゅう さば みそ だいず のいそに だいず とりにく ひじき はるさめスープ りんご ごはん ぎゅうにゅう ざゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん でんご ボーどうふ とうふ ぶたにく とりにく バンサンスー マーボーどうふ とうふ ぶたにく みそ でがしていのスープに ウインナー ではんごのトマトソースあえ ボース・グーコン ではん ぎゅうにゅう ボーコン ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではていのスープに でんしていのスープに でんしていのスープに でんしていのスープに でんしていのスープに でんしていのスープに でんしていのままからだれ かかさぎ でまドレッシング ではる でまドレッシング ではていりできいファー とりにく でもこいりやさいファー とりにく でもこいりやさいファー とりにく でもこいりやさいファー とりにく でもこいりやさいファー とりにく でもこいりやさいファー とりにく でもこいりやさいファー とりにく でもこいりでもの でんしていのよりにようゆやき ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう でもっにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう でもっにゅう でもっにゅう でもっにゅう ではん ぎゅうにゅう でもっにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう でもっにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅん ではん ぎゅうにゅん ではん ぎゅうにゅん ではん ぎゅうにゅん ではん ぎゅうにゅん ではん ではん ぎゅうにゅん ではん ぎゅうにゅん ではん	体の調子を整えるもとになる食品 たまねぎ にんじん セロリー トマトマッシュルーム グリンピース しょうが にんにく ほうれんそう キャベツ とうもろこし しょうが こんにゃく にんじん さやいんげん たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ りんご たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ ぶなしめじ エリンギマッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん	エネルギーのもとになる食品 ソフトめん あぶら さとう あぶら さとう さつまいも バター あぶら さとう こめ さとう あぶら はるさめ でんぷん こめ さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら さとう でんぷん こまから さとう でんぷん こまから さとう でんぷん こまから さとう でんぷん こまから さとう でんぷん こまから こめ おおむ さとう こめ おおむぎ さとう	ハヤシルウ デミグラスソース 生 こしょう ケチャップトマトビューレ ソース ワイン がらスープ ベシャメルソース しょうゆ す は こしょう がらスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう ガらスープ 塩 こしょう ガらスープ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう がらスープ カース・ツク 塩 こしょう みりん ドレッシング 塩 しょうゆ みりん ドレッシング	中学校 686 25.0 839 29.9 656 25.6 805 29.9 643 25.5 817 31.6 633 23.7	世ん)
ソフトめん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう だしず チーズ ほうれんそうサラダ キャラメルボテト ごはん ぎゅうにゅう さば みそ だいず のいそに だいず とりにく ひじき はるさめスープ りんご ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ではん でいてく とりにく パンサンスー マーボーどうふ とうふ ぶたにく とりにく パンサンスー マーボーどうふ とうふ ぶたにく とりにく ボンサンスー マーボーどうふ とうふ ぶたにく とりにく さのこスパゲッティ ペーコン やさいのスープに ウインナー やさいのスープに ウインナー やさいのスープに ウインナー やさいのスープに ウィンナー ではん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かかさぎ でまドレッシング ぬっぺじる みかん パーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう でまドレッシング なっぺじる みかん パーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう でまストローネ スライスチーズ チーズ ではん ぎゅうにゅう さけ カかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけ カかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう でもして だして だって でするに でするにゅう できたして でするにゅう できたして だっして でするにゅう できたして だっして できたして でするにゅう できたして でするにゅう できたして でするにゅう できたして でするにゅう できたして でするにゅう できたして でするにゅう できたして できたして でするにゅう でするにゅう できたして でするにゅう でするにゅう でするにゅう でするにゅう でするにゅう でするにゅう でするにゅうにゅう でするにゅう でするにゅうにゅう でするにゅう でする でするにゅう でするにゅう でするにゅ	たまねぎ にんじん セロリー トマトマッシュルーム グリンピース しょうが にんにく ほうれんそう キャベツ とうもろこし しょうが こんにゃく にんじん きやいんげん たまねぎ にんじん チンゲンサイえのきたけ りんご たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ ドマト にんにく たまねぎ ネなしめじ エリンギマッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイっ ペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん だいこん にんじん だいこん にんじん だいこんば	ソフトめん あぶら さとう あぶら さとう さつまいも パター あぶら さとう こめ さとう あぶら はるさめ でんぷん こめ もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん ことう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	ハヤシルウ デミグラスソース 生 こしょう ケチャップトマトビューレ ソース ワイン がらスープ ベシャメルソース しょうゆ す は こしょう がらスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう ガらスープ 塩 こしょう ガらスープ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう がらスープ カース・ツク 塩 こしょう みりん ドレッシング 塩 しょうゆ みりん ドレッシング	686 25.0 839 29.9 656 25.6 805 29.9 643 25.5 817 31.6 633 23.7	川崎小
18 ビーンズソース	マッシュルーム グリンピース しょうが にんにく ほうれんそう キャベツ とうもろこし しょうが こんにゃく にんじん さやいんげん たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ りんご たまねぎ しょうが きゅうり にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ ネなしめじ エリンギ マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っぺ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん	あぶら さとう あぶら さとう さっまいも バター あぶら さとう こめ さとう あぶら はるさめ でんぷん こめ もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら かとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら しゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	塩 こしょう ケチャップ トマトビューレ ソース ワイン がらスープ ベシャメルソース しょうゆ す しょうゆ ちゅうかスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう からスープ コンソメ セニしょうゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう	25.0 839 29.9 656 25.6 805 29.9 643 25.5 817 31.6 633 23.7 840 31.3	
In In In In In In In In	マッシュルーム グリンピース しょうが にんにく ほうれんそう キャベツ とうもろこし しょうが こんにゃく にんじん さやいんげん たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ りんご たまねぎ しょうが きゅうり にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ ネなしめじ エリンギ マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っぺ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん	あぶら さとう さっまいも バター あぶら さとう こめ さとう さとう あぶら はるさめ でんぶん こめ もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	塩 こしょう ケチャップ トマトビューレ ソース ワイン がらスープ ベシャメルソース しょうゆ す しょうゆ ちゅうかスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう からスープ コンソメ セニしょうゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう からスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう	25.0 839 29.9 656 25.6 805 29.9 643 25.5 817 31.6 633 23.7 840 31.3	
コリカン ではん ぎゅうにゅう でいず とりにく ひじき はるさめスープ とりにく うずらたまご りんご ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう とりにく ひじき にるさめスープ とりにく うずらたまご りんご ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう だんご かたにく とりにく バンサンスー マーボーどうふ とうふ ぶたにく みそ とうふ ぶたにく みそ このこれがッティ ペーコン やさいのスープに ウィンナー やさいのスープに ウィンナー やさいのスープに ウィンナー でおきのあまからだれ わかさぎ のまからだれ こぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう でゅうにゅう フライドチキン とりにく にゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ スライスチーズ ごはん ぎゅうにゅう きけ コーンときゅうりのすのもの わかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さいろいりのすのもの かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごとして だいず とりにく だいず このみりにゅう ぎゅうにゅう	しょうが こんにゃく にんじん さやいんげん たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ りんご たまねぎ しょうが きゅうり にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ ふなしめじ エリンギ マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん たんにく	さつまいも バター あぶら さとう こめ さとう さとう あぶら はるさめ でんぷん こめ もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん ことう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です 。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	しょうゆ す しょうゆ みりん わふうだし しょうゆ ちゅうかスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう しょうゆ しょうゆ す 塩 トウハンジャン ちゅうかスープ オイスターソース しょうゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん ドレッシング	29.9 656 25.6 805 29.9 643 25.5 817 31.6 633 23.7	
キャフメルホテト ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さば みそ だいず のいそに だいず とりにく ひじき はるさめスープ とりにく うずらたまご りんご ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん でからにゅう ではたいで カインナー でもいのスープに でものうにゅう でもうにゅう でもうにゅう でもうにゅう でもうにゅう でもうにゅう ではん ぎゅうにゅう でもうにゅう でもっにゅう でもうにゅう でもうにゅう でもっにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ぎゅうにゅう ではん ではん ではん ではない ではない	こんにゃく にんじん さやいんげん たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ りんご たまねぎ しょうが きゅうり にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ ドマト にんにく たまねぎ ギャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん	こめ さとう さとう あぶら はるさめ でんぷん こめ もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら パンこ でんぷん ごまあぶら パンこ でんぷん ことう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	しょうゆ ちゅうかスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょうゆ す 塩 トウハンジャン ちゅうかスープ オイスターソース レようゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう ボらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん ドレッシング	656 25.6 805 29.9 643 25.5 817 31.6 633 23.7 840 31.3	
19 さばのみそに さば みそ だいず とりにく ひじき はるさめスープ とりにく うずらたまご りんご ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく バンサンスー マーボーどうふ とうふ ぶたにく みそ とうふ ぶたにく みそ こめにせわりパン チョュレートワリーム ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう にくだんごのトマトソースあえ ぶたにく とりにく きのこスパゲッティ ベーコン ウィンナー やさいのスープに ウインナー やさいのスープに ウィンナー かさぎのあまからだれ わかさぎ ごぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ スライスチーズ チーズ ごはん ぎゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さからがっこう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき さけ コーンときゅうりのすのもの わかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう	こんにゃく にんじん さやいんげん たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ りんご たまねぎ しょうが きゅうり にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ ドマト にんにく たまねぎ ギャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん	さとう さとう あぶら はるさめ でんぷん こめ もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	しょうゆ ちゅうかスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょうゆ す 塩 トウハンジャン ちゅうかスープ オイスターソース レようゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう ボらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん ドレッシング	25.6 805 29.9 643 25.5 817 31.6 633 23.7 840 31.3	
だいずのいそに だいず とりにく ひじき はるさめスープ とりにく うずらたまご りんご ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく バンサンスー マーボーどうふ とうふ ぶたにく みそ とうふ ぶたにく みそ さいこスパゲッティ ベーコン ウインナー やさいのスープに ウインナー マー本 好の方にゅう ぎゅうにゅう かつおぶし わかさぎのあまからだれ ごぼうサラダ ごまドレッシング かっぺじる みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きゅうにゅう フライドチキン とりにく とりにく こくとしいく さいファー しらす ミネストローネ スライスチーズ ごはん ぎゅうにゅう きゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ がたにく うずらたまご あっあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごたにく うずらたまご あっあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう だたにく ろずらたまご あっあげ さつまあげ こんぶ	こんにゃく にんじん さやいんげん たまねぎ にんじん チンゲンサイ えのきたけ りんご たまねぎ しょうが きゅうり にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ ドマト にんにく たまねぎ ギャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん	さとう あぶら はるさめ でんぷん こめ もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です 。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	しょうゆ ちゅうかスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょうゆ す 塩 トウハンジャン ちゅうかスープ オイスターソース レようゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう ボらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん ドレッシング	25.6 805 29.9 643 25.5 817 31.6 633 23.7 840 31.3	榛原中
金) はるさめスープ とりにく うずらたまご りんご ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく パンサンスー マーボーどうふ とうふ ぶたにく みそ とうふ ぶたにく みそ このこせわりパン チョコレートワリーム ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう にくだんごのトマトソースあえ ぶたにく とりにく きのこスパゲッティ ベーコン やさいのスープに ウインナー やさいのスープに ウインナー ですうにゅう かつおぶし わかさぎのあまからだれ わかさぎ ごぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる みかん バーガーパン ぎゅうにゅう きゅうにゅう フライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ スライスチーズ ごはん ぎゅうにゅう きゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごたにく うずらたまご あっあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん チンゲンサイえのきたけりんご たまねぎ しょうが きゅうり にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ トマト にんにく たまねぎ ぶなしめじ エリンギ マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん	はるさめ でんぷん こめ もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	しょうゆ ちゅうかスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょうゆ す 塩 トウハンジャン ちゅうかスープ オイスターソース レようゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう ボらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん ドレッシング	805 29.9 643 25.5 817 31.6 633 23.7 840 31.3	
### おからにゅう おからにゅう おからにゅう はん ぎゅうにゅう おたにく とりにく パンサンスー マーボーどうふ とうふ ぶたにく みそ とうふ ぶたにく みそ とうふ ぶたにく みそ とうふ ぶたにく とりにく さいこくだんごのトマトソースあえ ぶたにく とりにく きのこスパゲッティ ベーコン ウインナー やさいのスープに ウインナー やさいのスープに ウインナー からぎのあまからだれ わかさぎのあまからだれ こぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる みかん バーガーパン ぎゅうにゅう きゅうにゅう フライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ スライスチーズ デーズ ごはん ぎゅうにゅう きけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけ カカめ がんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きけのみりんじょうゆやき さげ コーンときゅうりのすのもの おかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きけん ぎゅうにゅう ぎゃりきにゅう ぎゅうにゅう きゅうにゅう せいない せいひん きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう とりにゅう せい はん ぎゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう とりにゅう せい はん ぎゅうにゅう きゅうにゅう せい ぎゅうにゅう きゅうにゅう とりにゅう せい さん ぎゅうにゅう とりにゅう せい はん ぎゅうにゅう きゅうにゅう とりにゅう せい さいない せい さい さいとり はん ぎゅうにゅう きゅうにゅう とりにゅう とりにゅう せい さい さいとりにゅう はん ぎゅう とりにゅう とりにゅう とりにゅう はん ぎゅうにゅう とりにゅう せい さい とりにゅう はん ぎゅうにゅう はん ぎゅうにゅう せい さいと とりにゅう せい ひにゅう とりにゅう とりにゅう せい ひにゅう せい ひにゅう とりにゅう とりにゅう はん さい とりにゅう はん さい とりにゅう はん さい とりにゅう はん さい とりにゅう とりにゅう とりにゅう とりにゅう しん とりにゅう とりにゅう とりにゅう とりにゅう とりにゅう とりにゅう とりにゅう しん とりにゅう とりにん とりにゅう とりにゅう とりにゅう とりにゅう とりにゅう とりにん とりにん とりにん とりにん とりにん とりにん とりにん とりにん	えのきたけりんご たまねぎ しょうが きゅうり にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ トマト にんにく たまねぎ ぶなしめじ エリンギ マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん	こめ もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です 。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう しょうゆ しょうゆ す 塩 トウハンジャン ちゅうかスープ オイスターソース しょうゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん バレッシング	29.9 643 25.5 817 31.6 633 23.7 840 31.3	
リルご ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう がたにく とりにく バンサンスー マーボーどうふ とうふ ぶたにく とりにく バンサンスー マーボーどうふ とうふ ぶたにく みそ こめこせわりパン テョコレートクリーム ぎゅうにゅう だけんごのトマトソースあえ ぶたにく とりにく きのこスパゲッティ やさいのスープに ウインナー やさいのスープに ウインナー やさいのスープに ウインナー やさいのスープに ウインナー かかきぎのあまからだれ わかきぎのあまからだれ だいがきのあまからだれ だいがきのあまからだれ だいがきがったまが ごぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ スライスチーズ チーズ ごはん ぎゅうにゅう さけ カかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけ カかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ごとこく だいず でしてきまんげ こんぶ でしてきまんが でしてきまんが でしてきまりにゅう でしてきまんが でしてきましが でしてきまんが でしてきましが でしてきまんが でして	りんご たまねぎ しょうが きゅうり にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ トマト にんにく たまねぎ ぶなしめじ エリンギ マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん	もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも あるのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	塩 こしょう しょうゆ しょうゆ す 塩 トウハンジャン ちゅうかスープ オイスターソース しょうゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうけ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング	643 25.5 817 31.6 633 23.7 840 31.3	
ではん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう だっぱん ぎゅうにゅう だっぱん だっぱんで がっぱんで がっぱんで がっぱんで がっぱんで でっぱんでのトマトソースあえ でっぱんでのトマトソースあえ でっぱんでのカーマトソースあえ でっぱんでのカーマトソースあえ でっぱんでのカーマトソースあえ でっぱらから でっぱん でんぱん	たまねぎ しょうが きゅうり にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ トマト にんにく たまねぎ ぶなしめじ エリンギ マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん	もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも あるのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	しょうゆ す 塩 トウハ'ンジャン ちゅうかスープ オイスターソース しょうゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング	25.5 817 31.6 633 23.7 840 31.3	
22	きゅうり にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ トマト にんにく たまねぎ ぶなしめじ エリンギ マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っぺ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん	もちごめ パンこ でんぷん さとう はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも あるのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	しょうゆ す 塩 トウハ'ンジャン ちゅうかスープ オイスターソース しょうゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング	25.5 817 31.6 633 23.7 840 31.3	
バンサンスー マーボーどうふ とうふ ぶたにく みそ このこせわりパン チョョレートワリーム ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう にくだんごのトマトソースあえ ぶたにく とりにく きのこスパゲッティ ペーコン やさいのスープに ウインナー ~日本味めぐり給食の日 (茨城県) ~ 郷土料理「め なめし ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かつおぶし わかさぎのあまからだれ つかさぎ ごぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる とうふ あぶらあげ いか みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく しゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ ベーコン スライスチーズ チーズ ごはん ぎゅうにゅう さゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの かめめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	きゅうり にんじん ほうれんそう たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ トマト にんにく たまねぎ ぶなしめじ エリンギ マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っぺ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん	はるさめ ごま さとう ごまあぶら さとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	しょうゆ す 塩 トウハ'ンジャン ちゅうかスープ オイスターソース しょうゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング	817 31.6 633 23.7 840 31.3	
アーボーどうふ とうふ ぶたにく みそ こめこせわりパン テョュレートウワーム ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう にくだんごのトマトソースあえ ぶたにく とりにく きのこスパゲッティ ペーコン やさいのスープに ウインナー やさいのスープに ウインナー やさいのスラープに ウインナー やさいのスラープに ウィンナー かかさぎのあまからだれ わかさぎのあまからだれ わかさぎ ごぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ブライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ スライスチーズ ごはん ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの かかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ざゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ごにゃまんじゅう ごはん ぎゅうにゅう ごもにく だいず でにちまんじゅう ごたにく だいず でもっこ ではっていまりにゅう でもっこにゅう ではらいこにゅう でもっこにゅう でもっこにゅう ではらいこにゅう でもっこにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅうにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅうにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅうにゅう ではらいこにゅうにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅうにゅう ではらいこにゅう ではらいこにゅうにゅうにゅうにゅう ではらいこにゅうではらいにゅうではらいにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうに	たまねぎ たけのこ にんじん しろねぎ しいたけ しょうが にんにく たまねぎ トマト にんにく たまねぎ ぶなしめじ エリンギ マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん れんこん しいたけ	さとう でんぷん ごまあぶら パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です 。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	トウハンジャン ちゅうかスープ オイスターソース しょうゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング	31.6 633 23.7 840 31.3	
こめこせわりパン テョュレートウリーム ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう にくだんごのトマトソースあえ ぶたにく とりにく きのこスパゲッティ ベーコン ウィンナー やさいのスープに ウィンナー マ日本味めぐり給食の日 (茨城県) ~ 郷土料理「めなめし ぎゅうにゅう かつさぎのあまからだれ わかさぎ ごぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ブライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ スライスチーズ ごはん ぎゅうにゅう さけ カかめ かんとうに ぶだう さいまがら がったにく うずらたまに あっあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ごとまんじゅう ごとまんじゅう ごとにく だいず でにまるしていまり でにまるしていまり ごとにく だいず でっていまり でになる ではなる でになる でになる でになる でになる でになる ではなる で	しいたけ しょうが にんにく たまねぎ トマト にんにく たまねぎ ぶなしめじ エリンギ マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん	パン こめこ チョコレートクリーム あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	オイスターソース しょうゆ 酒 ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング	31.6 633 23.7 840 31.3	
こめこせわりパン テョュレートウリーム ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう にくだんごのトマトソースあえ ぶたにく とりにく きのこスパゲッティ ベーコン ウインナー やさいのスープに ウインナー マ日本味めぐり給食の日 (茨城県) ~ 郷土料理「めなめし ぎゅうにゅう がつさぎのあまからだれ わかさぎのあまからだれ だぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりよく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ スライスチーズ チーズ ごはん ぎゅうにゅう さけ カかめ かんとうに ぶだら ざゅうにゅう ぶたにく うずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごなり でにまるじゅう ごとまくじゅう ごとまくじゅう ごとにく だいず プローンときゅうしゅう ごとにく だいず プロース・プロース・プロース・プロース・プロース・プロース・プロース・プロース・	たまねぎ トマト にんにく たまねぎ ぶなしめじ エリンギ マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん れんこん しいたけ	あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	ワイン ソース ケチャップ 塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング	633 23.7 840 31.3	
23 にくだんごのトマトソースあえ ぶたにく とりにく きのこスパゲッティ ベーコン ウインナー やさいのスープに ウインナー マ日本味めぐり給食の日 (茨城県) ~ 郷土料理「めなめし ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かつおぶし わかさぎのあまからだれ ごぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる とうふ あぶらあげ いか みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく しらす ミネストローネ ベーコンスライスチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごたにく ちずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ	たまねぎ ぶなしめじ エリンギマッシュルーム にんにく たまねぎ キャベッ だいこん にんじん チンゲンサイ っぺ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん	あぶら パンこ でんぷん さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング	840 31.3	
きのこスパゲッティ ベーコン やさいのスープに ウインナー ウインナー やさいのスープに ウインナー 24 かかさぎのあまからだれ わかさぎ ごまドレッシング ぬっぺじる みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ネストローネ スライスチーズ ごはん ぎゅうにゅう さけ のみりんじょうゆ やき コーンときゅうりのすのもの かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけ のみりんじょうゆ さけ のみりんじょうゆ さけ ごさい ぎゃうにゅう さけ のみりんじょうゆ さけ ごさい ぎゃうにゅう ごなん ぎゅうにゅう さけ のみりんじょうゆ さけ ごさい ぎゃうにゅう ごなん ぎゅうにゅう さけ ひかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごさん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごさん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ ぶなしめじ エリンギマッシュルーム にんにく たまねぎ キャベッ だいこん にんじん チンゲンサイ っぺ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん	さとう スパゲッティ オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	塩 こしょう コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング	840 31.3	
大学さいのスープに ウインナー ウインナー マ日本味めぐり給食の日 (茨城県) ~ 郷土料理「ゆなめし ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かつおぶし わかさぎのあまからだれ わかさぎ ごぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる とうふ あぶらあげ いか かん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく しらす ミネストローネ スライスチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの かんとうに ぶだこく きずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ がどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	マッシュルーム にんにく たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん	オリーブあぶら じゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	コンソメ 塩 こしょう がらスープ 塩 こしょう スープストック 塩 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング	840 31.3	
大	たまねぎ キャベツ だいこん にんじん チンゲンサイ っペ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん れんこん しいたけ	じゃがいも るのが特徴です。 こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	ユープストック 塩 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング	31.3	
~日本味めぐり給食の日(茨城県) ~ 郷土料理「ゆなめし ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かつおぶし わかさぎのあまからだれ わかさぎ ごぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる とうふ あぶらあげ いか みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ ベーコン スライスチーズ ごはん ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぶたにく うずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かんとうに ぶだう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かんとうに ぶたにく ちずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ	っぺ汁」にはするめが入ってい ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん れんこん しいたけ	こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	塩 しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング	637	
なめし ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かつおぶし わかさぎのあまからだれ こぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる とうふ あぶらあげ いか みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく しらす ミネストローネ ベーコン スライスチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごなん ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの かかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごとにく ちずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ	ひろしまな きょうな だいこんば ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん れんこん しいたけ	こめ おおむぎ さとう あぶら でんぷん さとう	しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング		
24 わかさぎのあまからだれ わかさぎ ごぼうサラダ ごまドレッシング ぬっぺじる とうふ あぶらあげ いか みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ ベーコン スライスチーズ チーズ ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ かんとうに ぶどう ぶたにく うずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ	ごぼう きゅうり にんじん こんにゃく にんじん だいこん れんこん しいたけ	あぶら でんぷん さとう	しょうゆ みりん 酒 しょうゆ みりん ドレッシング		I
でぼうサラダ でまドレッシング ぬっぺじる みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ ベーコン スライスチーズ チーズ ではん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ かんとうに ぶどう ではん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	こんにゃく にんじん だいこん れんこん しいたけ		しょうゆ みりん ドレッシング		
(水) ぬっぺじる とうふ あぶらあげ いか みかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ ベーコン スライスチーズ デーズ ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ごだにく うずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	こんにゃく にんじん だいこん れんこん しいたけ	ごま さとう			
次)	れんこん しいたけ		d	21.1	
がかん バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ ベーコン スライスチーズ チーズ ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ かんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう		でんぷん さといも	しょうゆ 塩 みりん 酒 かつおぶし こんぶだし	773	
バーガーパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう フライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ ベーコン スライスチーズ チーズ ごはん ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ ぶたにく うずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう でにまるじゅう ごさにく だいず でもっちにゅう ごもっちにゅう こんちにゅう こんちにゅう こんちにゅう こんちにゅうにゅう こんちにゅう こんちにゅう こんちにゅう こんちにゅうにゅう こんちにゅうにゅうにゅうにゅう こんちにゅうにゅうにゅうにゅう こんちにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅう こんちにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうにゅうに	みかん		<u> </u>	24.8	
25 フライドチキン とりにく じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ ベーコン スライスチーズ チーズ ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ がんとうに ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごさん ぎゅうにゅう ごさん ぎゅうにゅう ごさん ぎゅうにゅう ごさん ぎゅうにゅう ごさにく だいず		パン			細江小
じゃこいりやさいソテー しらす ミネストローネ ベーコン スライスチーズ チーズ ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき さけ コーンときゅうりのすのもの わかめ かんとうに ぶたにく うずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	しょうが	あぶら でんぷん こむぎこ	塩 こしょう	622	
(木) ミネストローネ ベーコン スライスチーズ チーズ ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき コーンときゅうりのすのもの わかめ ぶたにく うずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう これにく だいず		さとう みずあめ		28.6	
(木) スライスチーズ チーズ チーズ ごはん ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき さけ コーンときゅうりのすのもの わかめ ぶたにく うずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ ごさん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ここに ましんぎ ごさん ぎゅうにゅう ごたにく だいず	キャベツ もやし こまつな	あぶら	コンソメ 塩 酒 こしょう		
スライスチーズ チーズ ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さけのみりんじょうゆやき さけ コーンときゅうりのすのもの わかめ ぶたにく うずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	たまねぎ にんじん トマト にんにく パセリ	マカロニ じゃがいも	コンソメ ケチャップ 塩 こしょう ワイン	813	
26 さけのみりんじょうゆやき さけ コーンときゅうりのすのもの わかめ がんとうに ぶたにく うずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごたにく だいず				35.8	
26 さけのみりんじょうゆやき さけ コーンときゅうりのすのもの わかめ がんとうに ぶたにく うずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごたにく だいず		こめ		1	坂部小
かんとうに ぶたにく うずらたまご あつあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう			みりん しょうゆ	651	
金) がんとうに あつあげ さつまあげ こんぶ ぶどう ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ジャン ボース ボンボ		さとう	しょうゆ す 塩	31.9	
ボンジン ボング ボッション ボッション ボッション かっと かっと ボッション かっと	だいこん こんにゃく にんじん	さとう じゃがいも	しょうゆ みりん 酒	793	
ごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう			わふうだし	793 37.3	
20 によんじゅう ぶたにく だいず	ぶどう	- u		27.3	を用さす -1-
29 にももじゅう しさたにく だいぎ	キャベツ トン・コマヤギ トノーノ	こめ あぶら こむぎこ ラード		606	細江小
20 1000 NOW) SYSICK 15619	キャベツ にら しろねぎ にんにく しょうが こんにゃく	めふら こむさこ フート さとう でんぷん	しょうゆ 塩 こしょう	27.1	
きゅうりとだいこんのひたひた かつおぶし かつおぶし	きゅうり だいこん	さとう ごまあぶら	しょうゆ す とうがらし		
, 」 はっぽうさい ぶたにく いか	にんじん たまねぎ キャベツ たけのこ	ごまあぶら でんぷん	ちゅうかスープ 酒 しょうゆ	760	
(月) うずらたまご	チンゲンサイ しいたけ しょうが		オイスターソース こしょう 塩	32.7	
うずまきパン ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう		パン			
30 トマトいりメンチカツ ぶたにく	 たまねぎ	でんぷん さとう あぶら	塩 こしょう ケチャップ	690	
イタリアンサラダ イタリアント・レッシング	7-0-10-L	こむぎこ パンこ	トマトピューレ ドレッシング	24.3	
	キャベツ きゅうり とうもろこし				
火 きのことさつまいものシチュー ベーコン チーズ ぎゅうにゅう	キャベツ きゅうり とうもろこし パプリカ	さつまいも あぶら	塩 こしょう がらスープ ベシャメルソース	894	
	キャベツ きゅうり とうもろこし パプリカ にんじん たまねぎ エリンギ	ì	塩	31.5	
さつまいもごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	キャベツ きゅうり とうもろこし パプリカ	さとう あぶら			
31 ぶたにくのしょうがやき ぶたにく	キャベツ きゅうり とうもろこし パプリカ にんじん たまねぎ エリンギ ぶなしめじ えのきたけ パセリ	さとう あぶら こめ さつまいも おおむぎ	塩 酒		
ごまあえ	キャベツ きゅうり とうもろこし パプリカ にんじん たまねぎ エリンギ ぶなしめじ えのきたけ パセリ		塩 酒 しょうゆ みりん	628	
ちゅうか ふうコーンスープ たまご ベーコン なると	キャベツ きゅうり とうもろこし パプリカ にんじん たまねぎ エリンギ ぶなしめじ えのきたけ パセリ かぼちゃ			628 27.8	
(x)	キャベツ きゅうり とうもろこし パプリカ にんじん たまねぎ エリンギ ぶなしめじ えのきたけ パセリ かぼちゃ しょうが にんにく	こめ さつまいも おおむぎ	しょうゆ みりん		