



#### うらわポポロ保育園

後期 10~11ヶ月

_	1		後期 10~11ヶ月			
日	曜日	+6.4.7	昼食			
		献立名	材料			
1	金	かゆ 豆腐と豚肉のとろみ煮 野菜の玉子とじ煮 みそ汁	米 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 もやし チンゲン菜 なす 焼ふ			
		かゆ 野菜の玉子とじ煮				
2	土	鶏肉と小松菜のやわらか煮 みそ汁	米 玉ねぎ 人参 玉子 鶏肉 小松菜 キャベツ			
		かゆ 鶏肉とかぼちゃのミルク煮				
4	月	大根サラダ	米 鶏肉 玉ねぎ かぼちゃ なす 粉ミルク 大根 人参 きゅうり			
		かゆ 白糸タラと人参のみそ煮	ツ ウタケニ 1 全 医内 ほこれ / 芸 エわざ カットロカノ			
5	火	豚肉と野菜のやわらか煮 すまし汁	米 白糸タラ 人参 豚肉 ほうれん草 玉ねぎ カットワカメ  豆腐			
		かゆ 鶏肉のとろとろ玉子とじ煮				
6	水		米 鶏肉 玉ねぎ 玉子 もやし きゅうり 人参 しめじ			
		もやしときゅうりのサラダ スープ				
7	木	かゆ 豚肉とキャベツのくたくた煮	米 豚肉 キャベツ 玉ねぎ 人参			
		野菜のやわらか煮				
8	金	かゆ 白糸タラと白菜のくたくた煮	米 白糸タラ 白菜 チンゲン菜 もやし 鶏肉 人参 バナナ			
		チンゲン菜ともやしのサラダ 鶏汁 バナナ				
9	±	かゆ 豚肉と野菜のやわらか煮	米 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 玉子 ソーメン カットワカメ			
		じゃが芋の玉子とじ煮 みそ汁				
11	月	休園 山の日				
12	火	かゆ 鶏肉とさつま芋のほっこり煮	米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ 豆腐 白菜 レッドピーマン 大根 人参			
		豆腐と白菜のサラダースープ				
13	水	かゆ 助宗タラと人参のだし煮	米 助宗タラ 人参 豚肉 かぼちゃ チンゲン菜 なす			
		豚肉とかぼちゃのほくほく煮 みそ汁				
14	木	かゆ 鶏肉のトマト煮	米 鶏肉 トマト 大根 しめじ 玉子			
		大根サラダーみそ汁				
15	金	かゆ 豆腐と豚肉のとろみ煮	米 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 チンゲン菜 なす 焼ふ			
		チンゲン菜の玉子とじ煮 みそ汁 				
16	土	かゆ 野菜の玉子とじ煮	米 玉ねぎ 人参 玉子 鶏肉 小松菜 キャベツ			
		鶏肉と小松菜のやわらか煮 みそ汁				
18	月	かゆ 鶏肉とかぼちゃのミルク煮	米 鶏肉 玉ねぎ かぼちゃ なす 粉ミルク 大根 人参 きゅうり			
		大根サラダ				
19	火	かゆ 白糸タラと人参のみそ煮	米 白糸タラ 人参 豚肉 ほうれん草 玉ねぎ カットワカメ 豆腐			
		豚肉と野菜のやわらか煮 すまし汁	立胸			
20	水	かゆ 鶏肉のとろとろ玉子とじ煮	米 鶏肉 玉ねぎ 玉子 もやし きゅうり 人参 しめじ			
		もやしときゅうりのサラダ スープ				
21	木	豚肉と野菜のくたくた豆乳うどん	うどん 豚肉 さつま芋 玉ねぎ 豆乳 キャベツ 人参			
		野菜のやわらか煮				
22	金	かゆ 白糸タラと白菜のくたくた煮	米 白糸タラ 白菜 チンゲン菜 もやし 鶏肉 人参 バナナ			
		チンゲン菜ともやしのサラダ 鶏汁 バナナ				
23	±	かゆ 豚肉と野菜のやわらか煮	米 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 玉子 ソーメン カットワカメ			
-		じゃが芋の玉子とじ煮 みそ汁				
25	月	かゆ 鮭とかぼちゃのほくほく煮	米 鮭 かぼちゃ 豚肉 人参 インゲン 玉子 ほうれん草			
-	火	豚肉と野菜のやわらか煮のそ汁				
26		かゆ 鶏肉とさつま芋のほっこり煮	米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ 豆腐 白菜 パプリカ 大根 人参			
		豆腐と白菜のサラダースープ				
27	ᇔ	かゆ 助宗タラと人参のだし煮	米 助宗タラ 人参 豚肉 かぼちゃ チンゲン菜 なす バナナ			
		豚肉とかぼちゃのほくほく煮 みそ汁 バナナ				
28		人参かゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮	米 人参 鶏肉 玉ねぎ キャベツ 大根 しめじ 玉子			
		大根サラダーすまし汁				
29	金	かゆ 豆腐と豚肉のとろみ煮	米 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 もやし チンゲン菜 なす 焼ふ			
		野菜の玉子とじ煮の大子				
30	土	かゆ 野菜の玉子とじ煮	米 玉ねぎ 人参 玉子 鶏肉 小松菜 キャベツ			
		鶏肉と小松菜のやわらか煮 みそ汁	N 46 1 1 _ 44 14.			
			栄養士 本山 菜摘			





### うらわポポロ保育園

	完了食					
Ь	曜日	午前おやつ	垣	<b>建</b> 食	午後おやつ	エネルギー
1	I	ר יי פויוו ד	献立名	材料	1 12 03 (- )	たんぱく質
1	金	牛乳	ご飯 豆腐と豚肉の和風煮	米 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 もやし	牛乳	487kcal
'	317	せんべい	玉子ともやしのおかか炒め みそ汁	チンゲン菜 花かつお なす 焼ふ	チーズスコーン	20. 9g
2	_	牛乳	ふりかけごはん 厚焼き玉子	米 ふりかけ 玉ねぎ 玉子 人参 鶏肉 小松菜	牛乳 おこめリング	472kcal
2	土	ビスケット	炒り粉豆腐 みそ汁 パイン	粉とうふ キャベツ 長ねぎ パイン	豆乳くずもち	19. 3g
4	月	牛乳	夏野菜のカレーライス	米 鶏肉 玉ねぎ かぼちゃ なす カレールー	牛乳	465kcal
4	Я	せんべい	大根サラダ オレンジ	豆乳 大根 人参 きゅうり オレンジ	小松菜のおやき風	15. 0g
_	ılı	牛乳	ご飯 白糸タラのねぎ味噌チーズ焼き	米 白糸タラ 長ねぎ スライスチーズ 人参 豚肉	牛乳 ウェハース	425kcal
5	火	ビスケット	豚肉と野菜の煮物 すまし汁 黄桃	ほうれん草 玉ねぎ カットワカメ 豆腐 黄桃	洋ナシ寒天	16. 5g
_		牛乳	ご飯 ふわふわ玉子の甘酢あんかけ		牛乳	484kcal
6	水	せんべい	もやしときゅうりのナムル スープ	人参しめじ	米粉あずき蒸しパン	17. 1g
_		牛乳	《イベント給食》ソース焼きそば	中華めん 竹輪 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ あおさ粉	牛乳	524kcal
7	木	ビスケット	  アメリカンドッグ 焼きもろこし アップルゼリー	ウインナー ホットケーキミックス 豆乳 とうもろこし アップルジュース 粉寒天	たまごチャーハン	17. 7g
		牛乳		米 ふりかけ 白糸タラ パセリ 白菜 納豆	牛乳	469kcal
8	金	せんべい	納豆と野菜和え 鶏汁 バナナ	チンゲン菜 人参 鶏肉 もやし なめこ バナナ	きなこ豆乳パンケーキ	22. 6g
		牛乳	ご飯 豚肉とズッキーニの甘辛炒め	│ │ 米 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ 人参 ツナフレーク缶	牛乳	473kca1
9	±		ツナと玉子煮 みそにゅうめん	だっぱさ スッキーニ 人参 ファフレーツ田   じゃが芋 玉子 ソーメン カットワカメ	ふんわりどら焼き	19. 6g
			27 C = 1 /m 37 C   C   C   P   S   S   S   S   S   S   S   S   S	<u> </u>	340477 2 3762	10.08
11	月			休園 山の日		
		 牛乳	ご飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮	w mah hada taka talan se	牛乳	518kcal
12	火		豆腐と白菜のサラダースープ	米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ カットトマト 豆腐  白菜 レッドピーマン 大根 人参	ミルクパン	18. 1g
		牛乳	ご飯 助宗タラのオランダ煮		牛乳	493kcal
13	水			米 助宗タラ 人参 いり胡麻 豚肉 かぼちゃ  青ネギ チンゲン菜 なす アップルジュース 粉寒天		
			豚肉とかぼちゃの炒め物 みそ汁 アップルゼリー ご飯 チキンソテー		鮭の炊き込みごはん	18. 6g
14	木	牛乳		米 鶏肉 トマト 大根 コーン しめじ 玉子	牛乳	416kcal
			大根とコーンのマヨサラダーみそ汁		しらすじゃが芋スティック	15. 7g
15	金	牛乳	ご飯 豆腐と豚肉の和風煮	米 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 チンゲン菜 花かつお なす 焼ふ	牛乳	486kcal
			せんべい   玉子とチンゲン菜のおかか炒め みそ汁	1Eかりの なり 殊か	チーズスコーン	20. 8g
16	±	牛乳	ふりかけごはん 厚焼き玉子	米 ふりかけ 玉ねぎ 玉子 人参 鶏肉 小松菜 粉とうふ キャベツ 長ねぎ パイン	牛乳 おこめリング	472kcal
			炒り粉豆腐 みそ汁 パイン	初とうぶ キャパク 長ねと ハイン	豆乳くずもち	19. 3g
18	月	牛乳	夏野菜のカレーライス	米 鶏肉 玉ねぎ かぼちゃ なす カレールー	牛乳	472kcal
			大根サラダーみかん	豆乳 大根 人参 きゅうり みかん	小松菜のおやき風	15. 1g
19	火	牛乳	ご飯 白糸タラのねぎ味噌チーズ焼き	米 白糸タラ 長ネギ スライスチーズ 人参	牛乳 ウエハース	427kcal
		ビスケット	豚肉と野菜の煮物 すまし汁 黄桃	豚肉 ほうれん草 玉ねぎ カットワカメ 豆腐 黄桃	洋ナシ寒天	16. 6g
20	水	牛乳	ご飯 ふわふわ玉子の甘酢あんかけ	米 玉子 鶏肉 玉ねぎ パセリ もやし	牛乳	484kcal
	,,	せんべい	もやしときゅうりのナムル スープ	きゅうり 人参 しめじ	米粉あずき蒸しパン	17. 1g
21	木	牛乳	豚肉のごま豆乳うどん	うどん 豚肉 さつま芋 玉ねぎ 豆乳	牛乳	503kcal
	71	ビスケット	キャベツとコーン炒め	すり胡麻 キャベツ コーン 人参	たまごチャーハン	19. 0g
22	金	牛乳	ふりかけごはん 白糸タラの香草パン粉焼き	米 ふりかけ 白糸タラ パセリ 白菜 納豆	牛乳	469kcal
22	¥	せんべい	納豆と野菜和え 鶏汁 バナナ	チンゲン菜 人参 鶏肉 もやし なめこ バナナ	きなこ豆乳パンケーキ	22. 6g
23	Ħ	牛乳	ご飯 豚肉とズッキーニの甘辛炒め	米 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ 人参 ツナフレーク缶	牛乳	473kcal
23	_	ビスケット	ツナと玉子煮 みそにゅうめん	じゃが芋 玉子 ソーメン カットワカメ	ふんわりどら焼き	19. 6g
25	Р	牛乳	ご飯 鮭の磯辺焼き	米 鮭 あおさ粉 かぼちゃ 切干大根 豚肉 人参	牛乳	505kcal
25	月	せんべい	切干大根煮 みそ汁 オレンジ	インゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ	レーズン甘食風	19. 7g
0.0	,1,	牛乳	ご飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮	米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ カットトマト 豆腐	牛乳	517kcal
26	火	ビスケット	豆腐と白菜のサラダ スープ	白菜 パプリカ 大根 人参	ミルクパン	18. 1g
		牛乳		米 助宗タラ 人参 いり胡麻 豚肉 かぼちゃ	牛乳	484kcal
27	水		豚肉とかぼちゃの炒め物 みそ汁 バナナ	万能ねぎ チンゲン菜 なす バナナ	鮭の炊き込みごはん	18. 6g
		牛乳		米 人参 油揚げ 鶏肉 玉ねぎ キャベツ ニラ 生姜 大根 コーン しめじ 玉子	牛乳	447kcal
28	木		大根とコーンのマヨサラダーすまし汁		しらすじゃが芋スティック	17. 5g
-		牛乳	ご飯 豆腐と豚肉の和風煮	   米 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 もやし	牛乳	487kcal
29	金		玉子ともやしのおかか炒め みそ汁	木 豆腐 豚肉 玉ねさ 人参 玉子 もやし  チンゲン菜 花かつお なす 焼ふ	チーズスコーン	20. 9g
			ふりかけごはん 厚焼き玉子	, ,,,,	牛乳 おこめリング	472kcal
30	±		炒り粉豆腐 みそ汁 パイン	粉とうふ キャベツ 長ねぎ パイン	豆乳くずもち	19. 3g
Ц		/ / / /				木山 芸婦







#### うらわポポロ保育園

						乳児食
		ケギャムへ	昼1	食	ケ後かめつ	エネルギー
	曜日	午前おやつ	献立名	材料	午後おやつ	たんぱく質
		牛乳	ご飯 豆腐と豚肉の和風煮	ツ 三座 医内 エムギ 1会 エフ ナム1	牛乳	498kca1
1	金		玉子ともやしのおかか炒め みそ汁	米 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 もやし  チンゲン菜 花かつお なす 焼ふ	チーズスコーン	20. 9g
2	土	牛乳	ふりかけごはん 厚焼き玉子	米 ふりかけ 玉ねぎ 玉子 人参 鶏肉	牛乳 おこめリング	480kcal
_		ビスケット	炒り粉豆腐 みそ汁 パイン	小松菜 粉とうふ キャベツ 長ねぎ パイン	豆乳くずもち	19. 5g
4	月	牛乳	夏野菜のカレーライス	米 鶏肉 玉ねぎ かぼちゃ なす カレールー	牛乳	473kcal
4	Я	せんべい	大根サラダ オレンジ	豆乳 大根 人参 きゅうり オレンジ	小松菜のおやき風	15. 0g
		牛乳	ご飯 白糸タラのねぎ味噌チーズ焼き	米 白糸タラ 長ねぎ スライスチーズ 人参	牛乳 ウェハース	429kcal
5	火		豚肉と野菜の煮物 すまし汁 黄桃	豚肉 ほうれん草 玉ねぎ カットワカメ  豆腐 黄桃	洋ナシ寒天	16. 7g
		牛乳	ご飯 ふわふわ玉子の甘酢あんかけ		牛乳	493kcal
6	水			米 玉子 鶏肉 玉ねぎ パセリ もやし  きゅうり 人参 しめじ		
			もやしときゅうりのナムル スープ		米粉あずき蒸しパン	17. 2g
7	木	牛乳	《イベント給食》ソース焼きそば	中華めん 竹輪 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ あおさ粉 ウインナー ホットケーキミックス	牛乳	532kcal
	.,.	ビスケット	アメリカンドッグ 焼きもろこし アップルゼリー	あおさ粉 ウインナー ホットケーキミックス 豆乳 とうもろこし アップルジュース 粉寒天	たまごチャーハン	17. 9g
	^	牛乳	ふりかけごはん 白糸タラの香草パン粉焼き	米 ふりかけ 白糸タラ パセリ 白菜 納豆	牛乳	480kcal
8	金	せんべい	  納豆と野菜和え 鶏汁 バナナ	チンゲン菜 人参 鶏肉 もやし なめこ バナナ	きなこ豆乳パンケーキ	22. 6g
		牛乳	ご飯 豚肉とズッキーニの甘辛炒め	米 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ 人参	牛乳	477kcal
9	土			ツナフレーク缶 じゃが芋 玉子		
		ヒスケット	ツナと玉子煮 みそにゅうめん	ソーメン カットワカメ	ふんわりどら焼き	19. 8g
11	月			休園 山の日		
	,,					
10	-1-	牛乳	ご飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮	米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ カットトマト 豆腐	牛乳	522kcal
12	火	ビスケット	豆腐と白菜のサラダ スープ	白菜 レッドピーマン 大根 人参	ミルクパン	18. 3g
		牛乳	ご飯 助宗タラのオランダ煮	米 助宗タラ 人参 いり胡麻 豚肉	牛乳	502kcal
13	水			かぼちゃ 青ネギ チンゲン菜 なす	  鮭の炊き込みごはん	
				アップルジュース 粉寒天		18. 7g
14	木	牛乳	ご飯 チキンソテー	米 鶏肉 トマト 大根 コーン しめじ 玉子	牛乳	424kcal
		ビスケット	大根とコーンのマヨサラダ みそ汁		しらすじゃが芋スティック	15. 9g
15	金	牛乳	ご飯 豆腐と豚肉の和風煮	米 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 チンゲン菜	牛乳	497kcal
13	並	せんべい	玉子とチンゲン菜のおかか炒め みそ汁	ボール かけ 生はこ ハシ エー・ノンノンネー	チーズスコーン	20.8g
		牛乳	ふりかけごはん 厚焼き玉子	米 ふりかけ 玉ねぎ 玉子 人参 鶏肉 小松菜	牛乳 おこめリング	480kcal
16	土	ビスケット	炒り粉豆腐 みそ汁 パイン	粉とうふ キャベツ 長ねぎ パイン	豆乳くずもち	19. 5g
		牛乳	夏野菜のカレーライス		生乳 (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1) (1)	480kcal
18	月			米 鶏肉 玉ねぎ かぼちゃ なす カレールー 豆乳 大根 人参 きゅうり みかん	' ' '	
			大根サラダーみかん		小松菜のおやき風	15. 1g
19	火	牛乳	ご飯 白糸タラのねぎ味噌チーズ焼き	米 白糸タラ 長ネギ スライスチーズ 人参  豚肉 ほうれん草 玉ねぎ カットワカメ	牛乳 ウエハース	431kcal
'		ビスケット	豚肉と野菜の煮物 すまし汁 黄桃	豆腐 黄桃	洋ナシ寒天	16.8g
		牛乳	ご飯 ふわふわ玉子の甘酢あんかけ	米 玉子 鶏肉 玉ねぎ パセリ もやし	牛乳	493kcal
20	水	せんべい	  もやしときゅうりのナムル スープ	きゅうり 人参 しめじ	米粉あずき蒸しパン	17. 2g
			豚肉のごま豆乳うどん		牛乳	511kcal
21	木			うどん 豚肉 さつま芋 玉ねぎ 豆乳 すり胡麻 キャベツ コーン 人参 梨		
<u> </u>			キャベツとコーン炒め、梨		たまごチャーハン	19. 2g
22	金	牛乳	ふりかけごはん 白糸タラの香草パン粉焼き	米 ふりかけ 白糸タラ パセリ 白菜 納豆	牛乳	480kcal
		せんべい	納豆と野菜和え 鶏汁 バナナ	チンゲン菜 人参 鶏肉 もやし なめこ バナナ	きなこ豆乳パンケーキ	22. 6g
23	±	牛乳	ご飯 豚肉とズッキーニの甘辛炒め	米 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ 人参 ツナフレーク缶 じゃが芋 玉子	牛乳	477kcal
23	ㅗ	ビスケット	ツナと玉子煮 みそにゅうめん	ソーメン カットワカメ	ふんわりどら焼き	19.8g
		牛乳	ご飯 鮭の磯辺焼き	米 鮭 あおさ粉 かぼちゃ 切干大根	牛乳	513kcal
25	月		切干大根煮 みそ汁 オレンジ	豚肉 人参 インゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ	レーズン甘食風	19. 7g
<del></del>						
26	火	牛乳	ご飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮	米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ カットトマト 豆腐 白菜 パプリカ 大根 人参	牛乳	521kcal
		ビスケット	豆腐と白菜のサラダ スープ	口木 ハノリカ 八瓜 八参	ミルクパン	18. 3g
27	水	牛乳	ご飯 助宗タラのオランダ煮	米 助宗タラ 人参 いり胡麻 豚肉 かぼちゃ	牛乳	493kcal
"	小	せんべい	豚肉とかぼちゃの炒め物 みそ汁 バナナ	万能ねぎ チンゲン菜 なす バナナ	鮭の炊き込みごはん	18. 7g
28	木	牛乳	《イベント給食》金魚飯 鶏ちゃん焼き(岐阜県)	米 人参 油揚げ 鶏肉 玉ねぎ キャベツ ニラ	牛乳	455kcal
			大根とコーンのマヨサラダーすまし汁	生姜 大根 コーン しめじ 玉子		17. 7g
29		牛乳		米 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 もやし キ乳 チンゲン菜 花かつお なす 焼ふ チープ	_	498kcal
	金				_	
<u> </u>			玉子ともやしのおかか炒め みそ汁		チーズスコーン	20. 9g
30	±	牛乳	ふりかけごはん 厚焼き玉子	かんこと ナルベル 目れギ パノン	牛乳 おこめリング	480kcal
		ビスケット	炒り粉豆腐 みそ汁 パイン		豆乳くずもち	19. 5g
			<del></del>		·v + 1	木山 並嫡





#### うらわポポロ保育園

日	幼児食					
##	エネルギー					
# 至子ともやしのおかか妙め みそけ	たんぱく質					
	594kcal					
2 上 かり砂豆腐 みそ汁 パイン         物とうる。キャベツ 長むき パイン         豆乳人ですちち 中泉 大根 シヴ カレールー 豆乳 大根 シヴ オレンジ 大根 人参 ちゅうり オレンジ 小投風のおやき居 大根 人参 ちゅうり オレンジ 小投風のおやき居 大根 人参 ちゅうり オレンジ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	25. 4g					
2 上 かり砂豆腐 みそ汁 パイン         物とうる。キャベツ 長むき パイン         豆乳人ですちち 中泉 大根 シヴ カレールー 豆乳 大根 シヴ オレンジ 大根 人参 ちゅうり オレンジ 小投風のおやき居 大根 人参 ちゅうり オレンジ 小投風のおやき居 大根 人参 ちゅうり オレンジ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・						
4 月 更野菜のカレーライス 大根 今 きゅうり オレンジ 中乳 小仏変のおやき居 ター の	23. 5g					
4 月 大機サラダ オレンジ         大根 八参 きゅうり オレンジ         小松菜のおやき居 小水 ロック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファック・ファ	565kcal					
<ul> <li>大服 り A マリン カレン 大規 と A マリン カレン 大規 と A を A マリン スタース 人参</li></ul>						
5 欠         豚肉と野菜の煮物 すまし汁 黄桃         ぼうれん草 玉むぎ カットワカメ 豆腐 黄桃         洋ナシ寒天 十年           6 水         ボ飯 ふわふわ玉子の甘酢あんがけ	17. 6g					
	511kcal					
0 か         もやしときゅうりのナムル スープ         しめし         米物あずき蒸しパーマップルゼリー         ・ 中華の人 竹輪 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベッ あおき粉 たまごチャーハン かまいけいごはん 白糸タラの香車パン粉焼き 水りがけごはん 白糸タラの香車パン粉焼き 水のけい コムシース が来来 かまいけいごはん 白糸タラの香車パン粉焼き 水のけい コムシース かます カット・マト 豆腐 白菜 きなこ ロスパンケー かり 大阪 豚肉と スッキーニの甘辛炒め ツナと 玉子煮 みそにゅうめん とめご パナナ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	19. 7g					
7 木 (ベント総金) ソース焼きそば アメリカンドッグ 焼きもろこし アップルゼリー タインナーボットバーキョックス 豆乳 とうもろこし アップルゼリー タインナーボットバーキョックス 豆乳 とうもろこし アップルゼリー ターンコンニス 物案ス	591kcal					
7 木         ボットケーキミックス 豆乳 とうもちこし アップルゼリー アップルゼリー ショウパンシュス 砂寒 アメリカンドッグ 焼きもろこし アップルゼリー ファップルジュス 砂寒 アメリカンドッグ 焼き およご ドネごチャーハン 中乳 さな豆乳パンケー 中乳 さなこれパケー 生乳 かんわりどら焼き かんかりではん 自余タラの香草パン粉焼き 米 ありかけ 自糸タラ パゼリ 自菜 納豆 チンゲン葉 中乳 さなこ別パンケー 中乳 ふんわりどら焼き アップルグラカメ アッメン カットワカメ かんわりどら焼き アップルジュス 砂寒 アップルジュス 砂寒 アップルジュス 砂寒 アップルジュス 砂寒 アップルジュス 砂寒 アップルジュス 砂寒 アップルジュース ウェージ・ログ アップルジュース ウェージ・アップルジュース ウェージ から カッカル サール・アップルジュース ウェージ・アップルジュース サール・アップルグラー サール・アップルグラー サール・ファーグ・アーズスコーン クリ粉をうぶ キャベツ 長ねぎ バイン ワネパイン ワネパイン ロボ かっかい アーズスコーン 大根 大き ボッシの カかん 大根 人参 きゅう カかん 大根 人参 きゅう カかん スーガ ウェーグ・アップルグラーズ 大き 豚肉 エねぎ カット・フル ラ 原物 美様 ディン楽 アーズスコーン しめ アース カット・ファース 大き 豚肉 エねぎ カット・ファース 大き 豚肉 エねぎ カット・ファース 大き ボール・ファース 大き 水のかけご たまごチャーハン かりがけご にん 白糸タラの香草パン粉焼き から から からから アイセリ 白菜 かりがけご にん 白糸タラの香草パン粉焼き から かりがけご にん 白糸タラの香草パン粉焼き から かりがけご にん 白糸タラの香草パン粉焼き から かりがけご にん 白糸タラの香草パン粉焼き かりがけご にん 白糸タラの香草パン粉焼き から かりがけご にん 白糸タラの香草パン粉焼き から かりがけご たまごチャーハン 大き かりがけご たまごチャーハン 大きなご 原内・アイ 大根素 みそにゅうめん アイナ 大き 悪肉 エッキ エねぎ カット・アト 豆腐 白菜 中乳 サース 大根素 みそけ オレンジ エ子 ほうれん草 エねぎ カット・アト 豆腐 白菜 中乳 グングン エ子 ほうれん草 エねぎ カット・アト 豆腐 白菜 中乳 グングン エ子 ほうれん草 エねぎ カット・アト 豆腐 白菜 中乳 グング・エー・ローズン けきぬ エーダ・ファース トゥ ローズン けきぬ エージ・ファース トゥ ローズン けきぬ エージ・ファース トゥ・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア	/ 20.4g					
8 金         かりかけごはん 白糸タラの香草パン粉焼き 納豆と野菜和え 鶏汁 バナナ	643kca1					
8 金         納豆と野菜和え 鶏汁 パナナ         人参 鶏肉 もやし なめこ パナナ         きなこ豆乳パンケー           9 土 ご飯 豚肉とズッキーこの甘辛炒め ツナと玉子煮 みそにゆうめん         米 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ 人参 ツナフレーク缶 中乳 ふんわりどら焼き じゃが芋 玉子 ソーメン カットワカメ ふんわりどら焼き 世界 大根 人参 ご飯 助宗タラのオランダ煮 財際人がぼちゃの炒め物 みそ汁 アッブルゼリー         米 助宗タラ 人参 いり削麻 豚肉 かぼちゃ 青ネギ 蛙の炊き込みごは 上乳 大板とコーンのマヨサラダ みそ汁 デンゲン菜 なす アッブルジュース 粉寒天 上乳 大板とコーンのマヨサラダ みそ汁 生乳 塩の 豆腐 豚肉 玉ねぎ 太子 チンゲン菜 こ飯 豆腐 と豚肉の和風煮 スティッグ 長ねぎ パイン しめじ 玉子 サーズスコーン かけがけごはん 厚焼き玉子 かけがけごはん 厚焼き玉子 サッかけごはん 厚焼き玉子 大板 大き かりがけごはん 厚焼き玉子 大板 人参 大根 サラダ みかん 大板 サラダ みかん 大板 サラグ みかん 大板 サラク みなれ 大板 サラグ みかん 大板 サラグ みかん 大板 サラのねぎ味噌チーズ焼き ドカルルコ 五ねぎ あったり スカル 小松菜のおやき原り 人参 たまごもうりのナムル スープ しめじ まゆうり みかん まなぎ かったりカメ 豆腐 黄桃 洋ナン寒天 しめじ ボイン は たった ロールー 豆乳 十乳 大板 サラク あからかね まねぎ まし汁 黄桃 ほうれん草 玉ねぎ カットワカメ 豆腐 黄桃 洋ナシ寒天 といかけごはん 白糸タラのねぎ味噌チーズ焼き けっれん草 玉ねぎ カットワカメ 豆腐 黄桃 洋ナシ寒天 といめ こがけ 日糸 ラの 大き 一年乳 カイル スープ といり ちゃしときゅうりのナムル スープ といり ローズ 大阪 窓内 ごま 豚肉 ことま こま こま こま エカギ カットウカ ストカリン スープ こ飯 豚肉 とズッキーニの対め 梨 キャベツ コーン 人参 梨 キャベツ コーン 人参 梨 きここ 乳汁 パナ まるこ 豆乳 パナリ 日菜 梨 まるこ 豆乳 パナリ 日菜 シープン 女 カットワカメ ふんわりどら焼き エチ エスティンシ カットワカメ ふんわりどら焼き エチ エスティンシ カットフカメ ふんわりどら焼き カット大根煮 みそ汁 オレンジ エチ ほうれん草 エルギ エねぎ カットトマト 豆腐 白菜 牛乳 こま は かっトトマト 豆腐 白菜 牛乳 こま まれぎ カットトマト 豆腐 白菜 牛乳 こま まれぎ カットトマト 豆腐 白菜 キャグ・カー・ナー こま まれぎ カットトマト 豆腐 白菜 キャグ・カー・ナー こま まれぎ カットトマト 豆腐 白菜 キャグ・カー・ナー コー・ナー エー・カー・ナー こま は カットトマト この 白菜 キャグ・ナー エー・ナー エー・ナー・ナー エー・ナー エー・サー・ナー エー・ナー エー・ナー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー・ナー エー・ナー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・ナー エー・エー・エー・エー・エー・エー・エー・エー・エー・エー・エー・エー・エー・エ	21. 3g					
	571kcal					
9 土         サンナと玉子煮 みそにゅうめん         (しゃが年 玉子 ソーメン カットワカメ)         ふんわりどら焼き           11 月         (する) はます また。 カットトマト 豆腐 白菜 とりっぱし また。 カット はちゃ かま アップルジュース 粉寒天 また。 カット・マト 大根 コーン しめじ 玉子 とりかけごはん 厚焼き玉子 かりが豆腐 高みそ汁 バイン また。 カット はん また。 カット はん を また。 カール に また。 カット に	27. 7g					
11 月	574kca1					
11   月	23. 9g					
12						
12						
12   火   立版   と自菜のサラダ スープ	635kcal					
13 水   一	21. 9g					
13   水   豚肉とかぼちゃの炒め物 みそ汁 アップルゼリー						
14 本	603kcal					
14 本 大根とコーンのマヨサラダ みそ汁						
15 金	499kcal					
15 金	18. 7g					
五子とチンゲン菜のおかか炒め みそ汁	593kcal					
16     土     炒り粉豆腐 みそ汁 パイン     競叉野菜のカレーライス       18     月     夏野菜のカレーライス     大根 人参 きゅうり みかん     中乳 小松菜のおやき属       19     火     ご飯 白糸タラのねぎ味噌チーズ焼き 豚肉 ほうれん草 玉ねぎ カットワカメ 豆腐 黄桃 洋ナシ寒天     米 白糸タラ 長ネギ スライスチーズ 人参 豚肉 ほうれん草 玉ねぎ カットワカメ 豆腐 黄桃 洋ナシ寒天       20     水     ご飯 ふわふわ玉子の甘酢あんかけ もやしときゅうりのナムル スープ しめじ 豚肉のごま豆乳うどん キャベツとコーン炒め 梨 キャベツ コーン 人参 梨 たまごチャーハン 参加 たまごチャーハン 大き 梨 たまごチャーハン 大き シーナン・カットワカメ カットワカメ かりかけ 白糸タラ パセリ 白菜 納豆 チンゲン菜 大きなこ豆乳パンケー 23 土 一部 下水のでは、鶏汁 バナナ 大きなこ豆乳パンケー 大き 瀬肉 もやし なめこ バナナ きなこ豆乳パンケー 半乳 カード 大き 大き カース カットワカメ かんわりどら焼き サンナと玉子煮 みそにゅうめん 米 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ 人参 ツナフレーク缶 じゃが芋 玉子 ソーメン カットワカメ ふんわりどら焼き サンデン エ子 ほうれん草 オレンジ レーズン甘食風 サリカ オリン・カットマト素 カース カット・マト 豆腐 白菜 サリカー マース・カットマト 豆腐 白菜 サリカー マース・カットマト マース・カット・マト マース・カットマト マース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カットマース・カッ	25. 3g					
かり粉豆腐 みそ汁 パイン   数とうか キャヘツ 長ねぎ ハイツ   豆乳くずもち   豆乳くずもち   ファイス   大根サラダ みかん   大根サラダ みかん   大根サラダ みかん   大根サラダ みかん   大根サラダ みかん   大根 人参 きゅうり みかん   小松菜のおやき風   大根 白糸タラのねぎ味噌チーズ焼き   豚肉と野菜の煮物 すまし汁 黄桃   米 白糸タラ 長ネギ スライスチーズ 人参 豚肉   ほうれん草 玉ねぎ カットワカメ 豆腐 黄桃   キ乳 ウエハース   洋ナシ寒天   一次   一次   一次   一次   一次   一次   一次   一	573kcal					
18 月 大根サラダ みかん     大根 人参 きゅうり みかん     小松菜のおやき属 小松菜のおやき属 かいりつかく かん	23. 5g					
19 火     大根サラダ みかん     大根 人参 きゅうり みかん     小松菜のおやき風       19 火     ご飯 白糸タラのねぎ味噌チーズ焼き 豚肉と野菜の煮物 すまし汁 黄桃     米 白糸タラ 長ネギ スライスチーズ 人参 豚肉 ほうれん草 玉ねぎ カットワカメ 豆腐 黄桃     牛乳 ウエハース 洋ナシ寒天       20 水     ご飯 ふわふわ玉子の甘酢あんかけ もやしときゅうりのナムル スープ     米 玉子 鶏肉 玉ねぎ パセリ もやし きゅうり 人参 上めじ 米粉あずき蒸しパ キャベッとコーン炒め 梨 キャベッとコーン炒め 梨 キャベッ コーン 人参 梨 たまごチャーハン 会参 鶏肉 もやし なめこ パナナ     牛乳 たまごチャーハン キャベッ コーン 人参 鶏肉 もやし なめこ パナナ       22 金 かりかけごはん 白糸タラの香草パン粉焼き 納豆と野菜和え 鶏汁 バナナ タ参 鶏肉 もやし なめこ バナナ きなこ豆乳パンケース ま子 いナと玉子煮 みそにゅうめん ツナと玉子煮 みそにゅうめん とが芋 玉子 ソーメン カットワカメ ふんわりどら焼き サース アースン カットワカメ ホんわりどら焼き サース は かぼちゃ 切干大根 豚肉 人参 インゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ レーズン甘食風 とる 火 電 鶏肉とさつま芋のトマト煮       25 月 ご飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮     米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ カットトマト 豆腐 白菜 牛乳 コーカー サース ます エねぎ カットトマト 豆腐 白菜 牛乳 カース・フェー ロース・フェー ロース・フェース・フェース・フェース・フェース・フェース・フェース・フェース・フェ	574kca1					
19   火   豚肉と野菜の煮物 すまし汁 黄桃   ほうれん草   玉ねぎ カットワカメ   豆腐   黄桃   洋ナシ寒天   20   水   ご飯 ふわふわ玉子の甘酢あんかけ   米 玉子 鶏肉 玉ねぎ パセリ もやし きゅうり 人参   米粉あずき蒸しパ   大   豚肉のごま豆乳うどん   キャベッとコーン炒め 梨   キャベッコーン 人参 梨   たまごチャーハン   22   金   金   かりかけごはん 白糸タラの香草パン粉焼き   ※ ふりかけ	17. 7g					
19   火   豚肉と野菜の煮物 すまし汁 黄桃   ほうれん草   玉ねぎ カットワカメ   豆腐   黄桃   洋ナシ寒天   20   水   ご飯 ふわふわ玉子の甘酢あんかけ   米 玉子 鶏肉 玉ねぎ パセリ もやし きゅうり 人参   米粉あずき蒸しパ   大   豚肉のごま豆乳うどん   キャベッとコーン炒め 梨   キャベッコーン 人参 梨   たまごチャーハン   上まごチャーハン   22   金   かりかけごはん 白糸タラの香草パン粉焼き   ※ ふりかけ 白糸タラ パセリ 白菜   納豆 チンゲン菜   ト表ごチャーハン   23   土   ご飯   豚肉とズッキーニの甘辛炒め   ツナと玉子煮   みそにゅうめん   米   豚肉   玉ねぎ   ズッキーニ   人参   ツナと玉子煮   みそにゅうめん   カ・ドフカメ   小   大   大   大   大   大   大   大   大   大	513kcal					
20 水       ご飯 ふわふわ玉子の甘酢あんかけ もやしときゅうりのナムル スープ       米 玉子 鶏肉 玉ねぎ パセリ もやし きゅうり 人参 と粉あずき蒸しパ 米粉あずき蒸しパ 米粉あずき蒸しパ スカウン スタッショーン 大参 梨       牛乳 米粉あずき蒸しパ キャベッとコーン炒め 梨 キャベッ コーン 人参 梨 たまごチャーハン 人参 乳肉 もやし なめこ パナナ 自菜 納豆 チンゲン菜 大多 鶏肉 もやし なめこ パナナ きなこ豆乳パンケー 23 土 ご飯 豚肉とズッキーニの甘辛炒め ツナと玉子煮 みそにゅうめん       米 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ 人参 ツナフレーク缶 じゃが芋 玉子 ソーメン カットワカメ ふんわりどら焼き エネ ソーメン カットワカメ ホんわりどら焼き カーナ は あおき粉 かぼちゃ 切干大根 豚肉 人参 インゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ レーズン甘食風         26 火 ご飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮       米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ カットトマト 豆腐 白菜 サ乳	19. 9g					
1	591kcal					
21       木       豚肉のごま豆乳うどん キャベツとコーン炒め 梨       ウどん 豚肉 さつま芋 玉ねぎ 豆乳 すり胡麻 キャベツ コーン 人参 梨       牛乳 たまごチャーハン         22       金       ふりかけごはん 白糸タラの香草パン粉焼き 納豆と野菜和え 鶏汁 バナナ       米 ふりかけ 白糸タラ パセリ 白菜 納豆 チンゲン菜 大参 鶏肉 もやし なめこ バナナ       牛乳 きなこ豆乳パンケー         23       土 ご飯 豚肉とズッキーニの甘辛炒め ツナと玉子煮 みそにゆうめん       米 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ 人参 ツナフレーク缶 じゃが芋 玉子 ソーメン カットワカメ       牛乳 ふんわりどら焼き         25       月 ご飯 鮭の磯辺焼き 切干大根煮 みそ汁 オレンジ       米 鮭 あおさ粉 かぼちゃ 切干大根 豚肉 人参 インゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ       牛乳 レーズン甘食風         26       火 ご飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮       米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ カットトマト 豆腐 白菜       牛乳						
21 木       キャベッとコーン炒め 梨       キャベッコーン 人参 梨       たまごチャーハン         22 金       ふりかけごはん 白糸タラの香草パン粉焼き 納豆と野菜和え 鶏汁 バナナ       米 ふりかけ 白糸タラ パセリ 白菜 納豆 チンゲン菜 大参 鶏肉 もやし なめこ バナナ       牛乳 きなこ豆乳パンケー きなこ豆乳パンケー ででいます。 カチにゆうめん         23 土       ご飯 豚肉とズッキーニの甘辛炒め ツナと玉子煮 みそにゆうめん       米 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ 人参 ツナフレーク缶 じゃが芋 玉子 ソーメン カットワカメ       牛乳 ふんわりどら焼き サインゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ         25 月       ご飯 鮭の磯辺焼き 切干大根煮 みそ汁 オレンジ       米 鮭 あおさ粉 かぼちゃ 切干大根 豚肉 人参インゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ       サ乳 レーズン甘食風         26 火       火 ご飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮       米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ カットトマト 豆腐 白菜 牛乳	614kcal					
22     金     ふりかけごはん 白糸タラの香草パン粉焼き 納豆と野菜和え 鶏汁 バナナ     米 ふりかけ 白糸タラ パセリ 白菜 納豆 チンゲン菜 大参 鶏肉 もやし なめこ パナナ     牛乳 きなこ豆乳パンケー さない ボナナ       23     土 ご飯 豚肉とズッキーニの甘辛炒め ツナと玉子煮 みそにゆうめん     米 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ 人参 ツナフレーク缶 じゃが芋 玉子 ソーメン カットワカメ ふんわりどら焼き マンゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ     牛乳 レーズン甘食風 サ乳 は かんで サース・カット・マト 豆腐 白菜 サ乳 カット・マト 豆腐 白菜 サポーカ カット・マト 豆腐 白菜 サルーズ・カット・マト 豆腐 白菜 サルーズ・カット・マト 豆腐 白菜 サ乳 カット・マト マーバン サーカ カット・マト ウェ カット・マーバン サーカ カット・マーバン ウェ カット・マー ウェ カット・マー ウェ カット・マー ウェ カット・マーバン ウェ カット・マー ウェ カット・ファー ウェ カット・ファン カット・ファー ウェ ローズ・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー						
23     土     が動豆と野菜和え 鶏汁 バナナ     人参 鶏肉 もやし なめこ パナナ     きなこ豆乳パンケー       23     土     ご飯 豚肉とズッキーニの甘辛炒め ツナと玉子煮 みそにゅうめん     米 豚肉 玉ねぎ ズッキーニ 人参 ツナフレーク缶 じゃが芋 玉子 ソーメン カットワカメ ふんわりどら焼き マインゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ     牛乳 レーズン甘食風       25     月     ご飯 鮭の磯辺焼き サインゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ     サ乳 レーズン甘食風       26     火     ご飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮     米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ カットトマト 豆腐 白菜 サ乳 ナカット・マト 豆腐 白菜 サストラー     サ乳 カット・マト マステー・カット・マト マステー・カット・マー・カット・マー・カット・マー・カット・マー・カット・マー・カット・マー・カット・マー・カット・マー・カット・マー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・マー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カット・ファー・カー・カット・ファー・カット・ファー・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	23. 1g					
23   土   ご飯   豚肉とズッキーニの甘辛炒め   米   豚肉   玉ねぎ   ズッキーニ   人参   ツナンレーク缶   じゃが芋   玉子   ソーメン   カットワカメ   ふんわりどら焼き   大   全様   サーズン甘食風   大   大   大   大   大   大   大   大   大	571kcal					
23 土     ツナと玉子煮 みそにゅうめん     じゃが芋 玉子 ソーメン カットワカメ     ふんわりどら焼き       25 月     ご飯 鮭の磯辺焼き 切干大根煮 みそ汁 オレンジ     米 鮭 あおさ粉 かぼちゃ 切干大根 豚肉 人参インゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ     牛乳 レーズン甘食風       26 火     火 ご飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮     米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ カットトマト 豆腐 白菜 牛乳						
25 月     ご飯 鮭の磯辺焼き     米 鮭 あおさ粉 かぼちゃ 切干大根 豚肉 人参インゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ     牛乳 レーズン甘食風       26 火     火     ご飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮     米 鶏肉 さつま芋 エねぎ カットトマト 豆腐 白菜 ペパブリカ ナガ	574kca1					
25 月     切干大根煮 みそ汁 オレンジ     インゲン 玉子 ほうれん草 オレンジ     レーズン甘食風       26 火     ご飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮     米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ カットトマト 豆腐 白菜 ペパーカー ナリーボン サミュー サミュー サミュー サミュー サミュー サミュー サミュー サミュー	23. 9g					
26     火       で飯 鶏肉とさつま芋のトマト煮     米 鶏肉 さつま芋 玉ねぎ カットトマト 豆腐 白菜 ペパーカー・サリー・カット・マト 豆腐 白菜 ペパーカー・サリー・カット・マト 豆腐 白菜 大い カット・マト マースン 甘食風 サース・カット・マト マース・カット・マト マース・カット・マト マース・カット・マト マース・カット・マト マース・カット・マト マース・カット・マト マース・カット・マト マース・カット・マト マース・カット・マート マース・カット・マーム・カット・マート マース・カット・マース・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・マーム・カット・フェート・カット・マーム・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・ファン・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フト・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カット・フェート・カー・カット・フェート・カー・カット・フェート・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・	619kcal					
26   火	23. 8g					
20   火   ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	633kcal					
	21. 8g					
27 よ ご飯 助宗タラのオランダ煮 米 助宗タラ 人参 いり胡麻 豚肉 かぼちゃ 万能ねぎ 牛乳	591kcal					
27   水   一						
William Andrew Steller (1944 (1945)	540kcal					
28   木   《イベント給食》金魚飯 鶏ちゃん焼き(岐阜県)   米 人参 油揚げ 鶏肉 玉ねぎ キャベツ ニラ 生姜   午乳   大根とコーンのマヨサラダ すまし汁   大根 コーン しめじ 玉子   しらすじゃが芋スティッ						
	594kcal					
29   金   ご飯 豆腐と豚肉の和風煮   米 豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 玉子 もやし チンゲン菜   牛乳	25. 4g					
30   土						
炒り切立歯 のて   ハイン 立れくりもつ	23.5g					