令和5年度5月 アレルギー詳細献立表

I、「予定献立表(アレルギー)」には、食品衛生法にさだめられた28品目を表示しています。 特定原材料(表示義務)7品目 特定原材料に準するもの(表示を推奨)21品目 あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、ごま、さけ、さば 大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、アーモンド えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生

TEL: 945-4935

- 大旦、鶏肉、パナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りん
 2、同一ライン上でのアレルゲンの情報を確認したい方は、給食調理場までご連絡ください。
 3、西原センターで使用している繰り製品類には、卵は使用されていません。※使用されている食材には「(卵)」表示がありますので確認ください。
 4、アーサやもずく、チリメンはエビ、カニ、貝が生息しているところでとれたものを使用しているため、「エビ、カニ、貝」が混入することがあります。
 5、天候や食材料の都合により、献立の変更や食材を変更することがあります。(※特に葉野菜やくだものは天候や価格によって変動することが多くなっていますのでご理解ください)
 ※ 醤油・酢に含まれている「小麦・大豆」は省略しています。
 「報が必要な方は給食調理場までご連絡ください。

				(あか)	(きいろ)	(みどり)	
日	曜日		こんだて	おもに体をつくるもとになる食品	おもにエネルギーのもとになる食品	おもに体の調子を整えるもとになる食品	調味料
	-		ごはん	3301-11 C = 100 C = 3 C C C	28	0.00-11 - Mag C = 200 C - 0.0 KM	
	月		ごじる	青大豆(大豆),とうふ(大豆),油あげ(大豆),みそ(大豆)	さつまいも	こまつな,しめじ	
		牛乳	いりどり	とりにく	大豆油,三温糖	こんにゃく,だいこん,にんじん,ごぼう,れんこん,えだまめ	
						(大豆),しいたけ	
			かしわもち	あずき	さとう、水あめ、米粉		大豆
2	ıl.		麦ごはん		こめ,麦		
_	火	牛乳	たまごスープ	卵,とうふ(大豆)	でんぷん	チンゲンサイ	鶏肉
			魚の甘酢いため	赤魚	小麦粉,でんぷん,大豆油,ごま油,三温糖	パブリカ,ピーマン,玉ねぎ,しめじ,ウージパウダー	鶏肉
8	月火		カルシウムごはん		こめ、カルシウム米		
		牛乳 牛乳	けの汁	油あげ(大豆),高野豆腐(大豆)	ごま油	だいこん,にんじん,ごぼう,長ねぎ,しいたけ	
			じゃがいものそぼろ煮	ぶたにく,大豆たんぱく,大豆,あつあげ(大豆)	じゃがいも,三温糖	にんじん,こんにゃく,いんげん,しめじ	
			ベビーチーズ	チーズ(乳)			乳
			麦ごはん		こめ,麦		
			魚汁	赤魚,みそ(大豆)		だいこん,こまつな	
			ゴーヤーチャンプルー	チキアギ,ぶたにく,とうふ(大豆),卵	大豆油	ゴーヤー,にんじん,にんにく	
			コッペパン(幼・小)	脱脂粉乳(乳)	小麦粉、さとう、ショートニング (大豆)		小麦、乳、大豆
10	水		きなこあげパン(中)	きなこ(大豆),脱脂粉乳(乳)	コッペパン(小麦、乳、大豆),大豆油,アーモンド,三温糖,		
					黒糖		
		牛乳	クラムチャウダー	あさり,ベーコン(豚肉),脱脂粉乳(乳)	じゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),生クリーム	玉ねぎ,にんじん,マッシュルーム,にんにく	鶏肉
					(乳)		
			コロコロ豆サラダ	ひよこ豆、青えんどう豆、赤いんげん豆,白いんげん豆	アーモンド,卵なしマヨネーズ(大豆)	きゅうり,コーン,えだまめ(大豆)	
	_		麦ごはん		こめ,麦		
	木		マーボー豆腐	とうふ(大豆),ぶたにく,豚レバー,大豆たんぱく,みそ(大	ごま油,でんぷん,三温糖,大豆油	ウージパウダー,にんにく,しょうが,にんじん,玉ねぎ,長	豚肉、鶏肉、りんご,小麦、大豆、ごま
		牛乳	Л	豆)		ねぎ,しいたけ	
			パンサンスー	ハム(大豆、豚肉)	はるさめ、ごま、三温糖、ごま油	きゅうり,にんじん,きくらげ,レモン	
1.0	金		黒米ごはん		こめ,黒米		
12			イナムドゥチ	ぶたにく,かまぼこ,みそ(大豆)	ごま	こんにゃく,しいたけ	豚肉、鶏肉、りんご
		牛乳	フーブイリチー フーブイリチー	こんぶ、ぶたにく、チキアギ	三温糖,大豆油	切干大根,こんにゃく	
			オレンジ		<u> </u>	オレンジ	
		1	ごはん	+	ි. දහ		
15	月	l	もずくのみそ汁	とうふ(大豆),もずく,かまぼこ,油あげ(大豆),みそ(大	 	 玉ねぎ	
13	7	(1	豆)		· · ·	
		牛乳	キャベツと卵炒め	ぶたにく,卵	 大豆油,オリーブ油	キャベツ,にんじん,しめじ	
		I	さばの柚庵やき	さば	.,,	ゆず	
16 17			トマトリゾット	とりにく,チーズ(乳)	 こめ,麦,三温糖,大豆油	^ ^ にんにく,玉ねぎ,アスパラ,マッシュルーム,コーン,トマト	1
			ごぼうのナッツサラダ		アーモンド,卵なしマヨネーズ(大豆),三温糖	ごぼう,にんじん,きゅうり	
		牛乳	かぼちゃコロッケ		さとう,でん粉,じゃがいも,パン粉(小麦),小麦粉、植物油	T	小麦、大豆
			7 W 24-11/		脂、大豆油	114c, 0 14 94	7.2.7.1
			ごはん		cø		
		4乳	 	胡	でんぷん,ごま油	 コーン,長ねぎ	豚肉,鶏肉,りんご
			J レバニラ炒め	豚レバー,ぶたにく	大豆油,三温糖,でんぷん,ごま油	もやし,玉ねぎ,にら,にんじん,しょうが,にんにく	
18	木	弁	当の日				
	•	弁		ぶたにく,大豆たんぱく	スパゲティー(小麦),オリーブ油,三温糖	· 玉ねぎ,にんじん,パジル,しめじ,マッシュルーム,ウージ	小麦、鶏肉、大豆、りんご
18	•	弁	パジルミートソーススパゲッティー	ぶたにく,大豆たんぱく	スパゲティー(小麦),オリーブ油,三温糖	玉ねぎ,にんじん,パジル,しめじ,マッシュルーム,ウージ パウダー,にんにく,トマト	小麦、鶏肉、大豆、りんご
	·	弁	バジルミートソーススパゲッティー ブロッコリーのツナサラダー	大豆,ツナ(大豆)	三温糖,オリーブ油	パウダー,にんにく,トマト ブロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン	
	•		パジルミートソーススパゲッティー		三温糖,オリーブ油 バン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、	パウダー,にんにく,トマト	小麦、鶏肉、大豆、りんご
19	金		バジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャベツメンチカツ	大豆,ツナ(大豆)	三温糖、オリーブ油 パン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、 小麦粉、でんぷん、大豆油	パウダー,にんにく,トマト ブロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン	
	金		バジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャベツメンチカツ きびごはん	大豆,ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく	三温糖、オリーブ油 パン粉(小麦)、さどう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、 小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きび	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(天豆),レモン キャベツ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
19	金	#乳	バジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャベツメンチカツ きびごはん わかめスープ	大豆,ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ,とうふ(大豆)	三温糖、オリーブ油 パン粉(小麦)、さどう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、 小麦粉、でんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき,長ねぎ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
19	金		パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャベツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ	大豆,ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく	三温糖、オリーブ油 パン粉(小麦)、さどう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、 小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きび	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉ねき,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
19	金	#乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ	大豆,ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ,とうふ(大豆)	三温糖、オリーブ油 パン粉(小麦)、さどう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、 小麦粉、でんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく,	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
19	金月	# ₁	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャベツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん	大豆,ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ,とうふ(大豆) ぶたにく	三温糖、オリーブ油 パン粉(小麦)、さどう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、 小麦粉、でんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉ねき,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
19	金月	4乳 4乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャベツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁	大豆,ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ,とうふ(大豆) ぶたにく	三温糖,オリーブ油 パン粉(小麦)、さどう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、てんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
19	金月	# ₁	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャベツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん	大豆,ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ,とうふ(大豆) ぶたにく	三温糖・オリーブ油 「ご教(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、てんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
19	金月	4乳 4乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ	大豆,ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ,とうふ(大豆) ぶたにく	三温糖、オリーブ油 バン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば	小麦、大豆、雞肉、豚肉 鶏肉 大豆
19	金月	4乳 4乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャベツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド	大豆,ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ,とうふ(大豆) ぶたにく	三温糖、オリーブ油 バン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油 こめ じゃがいも、ごま、大豆油、三温糖	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉
19 22 23	金月火	牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびろおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、デーズ(乳)	三温糖、オリーブ油 バン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油 こめ しゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャペツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さ ば)、だいこんばー	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド
19	金月火	4乳 4乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャベツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド	大豆,ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ,とうふ(大豆) ぶたにく	三温糖、オリーブ油 バン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油 こめ じゃがいも、ごま、大豆油、三温糖	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さ	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆
19 22 23	金月火	牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびろおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、デーズ(乳)	三温糖、オリーブ油 バン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油 こめ しゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉和孝,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、きば)、だいこんばー	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド
19 22 23	金月火水	牛乳	バジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャベツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チキンストロガノフ	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく,大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳)	三温糖,オリーブ油 パン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、てんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖,はちみつ、ごま、ごま油 こめ しゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉和孝,はくさい,にんじん,ビーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,エねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さば)、だいこんばー にんにく,玉ねぎ,にんじん,セロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆
19 22 23	金月火水	牛乳牛乳牛乳牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ プルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チキンストロガノフ ごまじゃごサラダ	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく,大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳)	三温糖,オリーブ油 バンが(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、てんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油,ごま 大豆油,三温糖,はちみつ,ごま,ごま油 こめ じゃがいも,ごま,大豆油,三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ,麦 じゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉和孝,はくさい,にんじん,ビーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,エねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さば)、だいこんばー にんにく,玉ねぎ,にんじん,セロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド
19 22 23	金月火水	牛乳	バジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャベツメンチカツ きびごはん わかめスープ プルコギ リんご ごはん とびろおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チキンストロガノフ ごまじゃごサラダ ごはん	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく,大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レパー、白いんげん豆、脱脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし	三温糖,オリーブ油 バンが(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、てんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖,はちみつ、ごま、ごま油 こめ しゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉ねき,はくさい,にんじん,ビーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さば)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん,セロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー もやし,にんじん,きゅうり,シークワサー	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆
19 22 23	金月火水	牛乳牛乳牛乳牛乳	バジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャベツメンチカツ きびごはん わかめスープ プルコギ リんご ごはん とびろおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チキンストロガノフ ごましゃごサラダ ごはん チムシンジ	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく,大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レパー、白いんげん豆、脱脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆)	三温糖,オリーブ油 バンが(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、てんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖,はちみつ、ごま、ごま油 こめ じゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 じゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳、大豆)、大豆油	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん、えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉ねき,はくさい,にんじん,ビーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さば)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん,セロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー もやし,にんじん,きゅうり,シークワサー だいこん,にんじん,にんじくの芽,にんにく,しょうが	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド
22 23 24 25	金 月 火 水 木	牛乳牛乳牛乳牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん デエンズトロガフフ ごまじゃごサラダ ごはん デムシンジ ウカライリチー	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レバー、白いんげん豆、根脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レバー、ぶたにく、みそ(大豆)	三温糖,オリーブ油 バンが(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、てんぶん、大豆油 こめ、きび 正ま油,ごま 大豆油,三温糖,はちみつ,ごま,ごま油 こめ じゃがいも,ごま,大豆油,三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ,麦 じゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳、大豆)、大豆油 ごま油 こめ ことがいも、小麦粉、マーガリン(乳、大豆)、大豆油	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん、えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉ねき,はくさい,にんじん,ビーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さば)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん,セロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー もやし,にんじん,きゅうり,シークワサー だいこん,にんじん,にんじくの芽,にんにく,しょうが	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆
19 22 23	金 月 火 水 木	牛乳牛乳牛乳牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ プルコギ リんご ごはん とびおおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チキンストロガノフ ごましゃごサラダ ごはん チムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レバー、白いんげん豆、根脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レバー、ぶたにく、みそ(大豆)	三温糖,オリーブ油 ・	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん、えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉ねき,はくさい,にんじん,ビーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さば)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん,セロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー もやし,にんじん,きゅうり,シークワサー だいこん,にんじん,にんじくの芽,にんにく,しょうが	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆
22 23 24 25	金 月 火 水 木	牛乳牛乳牛乳牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チキンストロガノフ ごまじゃごサラダ ごはん デムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レパー、白いんげん豆、根脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆)	三温糖,オリーブ油 ・	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく,ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さば)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん,をロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー もやし,にんじん,きゅうり,シークワサー だいこん,にんじん,だんにくの芽,にんにく,しょうが にんじん,玉ねぎ,きくらげ,だいこんばー	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆
19 22 23 24 25	金 月 火 水 木	牛乳牛乳牛乳牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チキンストロガノフ ごましゃごサラダ ごはん チムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ ごはん ホキとアーサのみそ汁	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レバー、白いんげん豆、脱脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レバー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆)	三温糖,オリーブ油 パンが(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、てんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油,ごま 大豆油,三温糖,はちみつ,ごま,ごま油 こめ しゃがいも,ごま,大豆油,三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ,麦 しゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油 ごま油 こめ しゃがいも	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん、えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉和き,はくさい,にんじん,ビーマン,たけのこ,にんにく、 ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さば)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん,をロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー もやし,にんじん,きゅうり,シークワサー だいこん,にんじん,だんにくの芽,にんにく,しょうが にんじん,玉ねぎ,きくらげ,だいこんぱー	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆
19 22 23 24 25 26	金 月 火 水 木 金	牛乳牛乳牛乳牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チキンストロガノフ ごましゃごサラダ ごはん チムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ ごはん ホキとアーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レバー、白いんげん豆、根脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レバー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく	三温糖、オリーブ油 バン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油 こめ じゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 じゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳、大豆)、大豆油 ごま油 こめ じゃがいも 三温糖、大豆油 小麦粉、でんぷん、大豆油	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん、えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉和き,はくさい,にんじん,ビーマン,たけのこ,にんにく、 ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さば)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん,をロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー もやし,にんじん,きゅうり,シークワサー だいこん,にんじん,だんにくの芽,にんにく,しょうが にんじん,玉ねぎ,きくらげ,だいこんぱー	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご
19 22 23 24 25 26	金 月 火 水 木 金	牛乳牛乳牛乳牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チキンストロガノフ ごまじゃごサラダ ごはん チムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ ごはん ホキとアーザのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため ヨーブルト	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レバー、白いんげん豆、根脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レバー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく	三温糖、オリーブ油 バン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油 こめ じゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 じゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳、大豆)、大豆油 ごま油 こめ しゃがいも 三温糖、大豆油 小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ 三温糖、大豆油	パウダー、にんにく、トマト プロッコリー、きゅうり、にんじん、えだまめ(大豆)、レモン キャベツ だいこん、えのき、長ねぎ 玉ねぎ、はくさい、にんじん、ピーマン、たけのこ、にんにく、 ウージパウダー りんご だいこん、長ねぎ、みつば はくざい、にんじん、玉ねぎ、キム子(小麦、りんご、大豆、さば、)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ、にんじん、セロリ、マッシュルーム、アスパラ、ウージパウダー もやし、にんじん、きゅうり、シークワサー だいこん、にんじん、にんにくの芽、にんにく、しょうが にんじん、玉ねぎ、さくらげ、たいこんばー エねぎ キャベツ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、きくらげ、しょうが	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご
19 22 23 24 25 26	金 月 火 水 木 金	牛乳牛乳牛乳牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チエンストロガノフ ごまじゃこサラダ ごはん チムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ ごはん ホキとアーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため コーグルト きびごはん 冬瓜のカレー煮	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうぶ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レパー、白いんげん豆、脱脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかざぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳)	三温糖,オリーブ油 パン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖,はちみつ、ごま、ごま油 こめ じゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 じゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳、大豆)、大豆油 ごま油 こめ じゃがいも 三温糖、大豆油 ・麦粉、でんぷん、大豆油 こめ ・ニ温糖、大豆油 こめ ・ニ温糖、大豆油 こめ ・ニ温糖、大豆油 ・スカー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さば)、だいこんばー にんにく,玉ねぎ,にんじん,セロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー もやし,にんじん,きゅうり,シークワサー だいこん,にんじん,にんにくの芽,にんにく,しょうがにんじん,玉ねぎ,きくらげ,だいこんばー エねぎ キャベツ,玉ねぎ,にんじん,ピーマン,きくらげ,しょうがにんじん,玉ねぎ,きくらげ,だいこんばー	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご
22 23 24 25	金 月 火 水 木 金	牛乳牛乳牛乳牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チエンストロガノフ ごまじゃこサラダ ごはん チムシンジ ウカライリチー わかざぎのからあげ ごはん ホキとアーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため ヨーグルト きびごはん 冬瓜のカレー煮 鉄入サラダ	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レパー、白いんげん豆、根脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳)	三温糖、オリーブ油 パン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油 こめ じゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 じゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳、大豆)、大豆油 ごま油 こめ 三温糖、大豆油 こめ 三温糖、大豆油 こめ 三温糖、大豆油 こめ 三温糖、大豆油 こめ 三温糖、大豆油 こめ 三温糖、大豆油 こさとう こめ、きび でんぶん、大豆油	パウダー、にんにく、トマト プロッコリー、きゅうり、にんじん、えだまめ(大豆)、レモン キャベツ だいこん、えのき、長ねぎ 玉ねぎ、はくさい、にんじん、ピーマン、たけのこ、にんにく、 ウージパウダー りんご だいこん、長ねぎ、みつば はくざい、にんじん、玉ねぎ、キム子(小麦、りんご、大豆、さば、)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ、にんじん、セロリ、マッシュルーム、アスパラ、ウージパウダー もやし、にんじん、きゅうり、シークワサー だいこん、にんじん、にんにくの芽、にんにく、しょうが にんじん、玉ねぎ、さくらげ、たいこんばー エねぎ キャベツ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、きくらげ、しょうが	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご
22 23 24 25 26	· 金 月 火 水 木 金 月	牛乳牛乳牛乳牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チェンストロガノフ ごまじゃごサラダ ごはん チムシンジ ウカライリチー わかざぎのからあげ ごはん 本上アーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため ヨーグルト きびごはん 零瓜のカレー煮 鉄人ザラダ ごはん	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) と切にく、豚レパー、白いんげん豆、脱脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳) まぐろ、かまぼこ、がんもどき(大豆) ひじき、ツナ(大豆)	三温糖,オリーブ油 パン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖,はちみつ、ごま、ごま油 こめ じゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 じゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳、大豆)、大豆油 ごま油 こめ じゃがいも 三温糖、大豆油 ・麦粉、でんぷん、大豆油 こめ ・ニ温糖、大豆油 こめ ・ニ温糖、大豆油 こめ ・ニ温糖、大豆油 ・スカー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さば)、だいこんばー にんにく,玉ねぎ,にんじん,セロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー もやし,にんじん,きゅうり,シークワサー だいこん,にんじん,にんにくの芽,にんにく,しょうがにんじん,玉ねぎ,きくらげ,だいこんばー 玉ねぎ キャベツ,玉ねぎ,にんじん,ピーマン,きくらげ,しょうがにんじん,玉ねぎ,きくらげ,だいこんだく。	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご 乳 乳
22 23 24 25 26	· 金 月 火 水 木 金 月	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん デエンストロガノフ ごまじゃごサラダ ごはん デムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ ごはん 本生とアーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため ヨーグルト きびごはん 零瓜のカレー煮 鉄入サラダ ごはん クーリジシ	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうぶ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レパー、白いんげん豆、脱脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかざぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳)	三温糖,オリーブ油 パン粉(小麦)、さら、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きび ごま油ごま 大豆油,三温糖,はちみつ,ごま,ごま油 こめ しゃがいも,ごま,大豆油,三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 しゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油 ごま油 こめ しゃがいも 三温糖,大豆油 、三温糖,大豆油 こめ こがいた。大豆油 こめ 三温糖,大豆油	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん、えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん、ピーマン,たけのこ,にんにく、 ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん、五ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、きば)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん、セロリ、マッシュルーム、アスパラ、ウージパウダー もやし、にんじん、きゅうり、シークワサー だいこん,にんじん、にんにくの芽、にんにく、しょうがにんじん、玉ねぎ,きくらげ、だいこんばー エねぎ キャベツ、玉ねぎ,にんじん、ピーマン、きくらげ、しょうがにんじん、玉ねぎ,にんじん、ピーマン、きくらげ、たいこんだん。こまつな、きゅうり、にんにく	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご
22 23 24 25 26	· 金 月 火 水 木 金 月	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チェンストロガノフ ごまじゃごサラダ ごはん チムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ ごはん 本上アーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため コーグルト きびごはん 零瓜のカレー煮 鉄人サラダ ごはん フーリジシ ゴーヤーのウサチ	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レパー、白いんげん豆、脱脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳) まぐろ、かまぼこ、がんもどき(大豆) ひじき、ツナ(大豆) ぶたにく,明、かまぼこ	三温糖,オリーブ油 パン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油,三温糖,はちみつ,ごま,ごま油 こめ しゃがいも,ごま,大豆油,三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 しゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油 ごま油 こめ じゃがいも 三温糖,大豆油 、水麦粉,でんぷん,大豆油 こめ こぶま流	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん、えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉和孝,はくさい,にんじん、ピーマン,たけのこ,にんにく、 ウージパウダー りんご だいこん。長ねぎ,みつば はくさい,にんじん、五ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、きば、)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん、セロリ、マッシュルーム、アスパラ、ウージパウダー もやし、にんじん、きゅうり、シークワサー だいこん,にんじん、にんにくの芽,にんにく、しょうがにんじん、玉ねぎ,きくらげ,だいこんばー 玉ねぎ キャベツ、玉ねぎ,にんじん、ピーマン、きくらげ、しょうがにんじん、玉ねぎ,きゃうり、にんじん、にんじん、こんにゃく、いんげん、えだまめ(大豆)、にんにく こまつな、きゅうり、にんじん、こににゃく、いんげん、えだまめ(大豆)、にんにく	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご 乳 乳
22 23 24 25 26	· 金 月 火 水 木 金 月	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん デエンストロガノフ ごまじゃごサラダ ごはん デムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ ごはん 本生とアーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため ヨーグルト きびごはん 零瓜のカレー煮 鉄入サラダ ごはん クーリジシ	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レバー、白いんげん豆、根脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レバー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳) まぐろ、かまぼこ、がんもどき(大豆) ひじき、ツナ(大豆) ぶたにく、卵、かまぼこ なっとう(大豆)、みそ(大豆)、ぶたにく、ツナ(大豆)、かっ	三温糖,オリーブ油 パン粉(小麦)、さら、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きび ごま油ごま 大豆油,三温糖,はちみつ,ごま,ごま油 こめ しゃがいも,ごま,大豆油,三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 しゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油 ごま油 こめ しゃがいも 三温糖,大豆油 、三温糖,大豆油 こめ こがいた。大豆油 こめ 三温糖,大豆油	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん、えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん、ピーマン,たけのこ,にんにく、 ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん、五ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、きば)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん、セロリ、マッシュルーム、アスパラ、ウージパウダー もやし、にんじん、きゅうり、シークワサー だいこん,にんじん、にんにくの芽、にんにく、しょうがにんじん、玉ねぎ,きくらげ、だいこんばー エねぎ キャベツ、玉ねぎ,にんじん、ピーマン、きくらげ、しょうがにんじん、玉ねぎ,にんじん、ピーマン、きくらげ、たいこんだん。こまつな、きゅうり、にんにく	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご 乳 乳
22 23 24 25 26	· 金 月 火 水 木 金 月	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご こはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん ギキンズトロガノフ ごまじゃこサラダ ごはん ホムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ ごはん ホキとアーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため ヨーグルト きびごはん 苳瓜のカレー煮 鉄入ザラダ ごはん ブーヤーのウサチ 頼豆アンダンスー	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく、とりにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳) まぐろ、かまぼこ、がんもどき(大豆) ひじき、ツナ(大豆) ぶたにく、卵、かまぼこ なっとう(大豆),みそ(大豆),ぶたにく、ツナ(大豆),かつおぶし	 三温糖、オリーブ油 パン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きび ごま油ごま 大豆油,三温糖,はちみつ,ごま,ごま油 こめ	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん、えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉和孝,はくさい,にんじん、ピーマン,たけのこ,にんにく、 ウージパウダー りんご だいこん。長ねぎ,みつば はくさい,にんじん、五ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、きば、)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん、セロリ、マッシュルーム、アスパラ、ウージパウダー もやし、にんじん、きゅうり、シークワサー だいこん,にんじん、にんにくの芽,にんにく、しょうがにんじん、玉ねぎ,きくらげ,だいこんばー 玉ねぎ キャベツ、玉ねぎ,にんじん、ピーマン、きくらげ、しょうがにんじん、玉ねぎ,きゃうり、にんじん、にんじん、こんにゃく、いんげん、えだまめ(大豆)、にんにく こまつな、きゅうり、にんじん、こににゃく、いんげん、えだまめ(大豆)、にんにく	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご 乳 乳
22 23 24 25 26 29	· 金 月 火 水 木 金 月 火	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チェンストロガノフ ごまじゃごサラダ ごはん チムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ ごはん 本上アーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため コーグルト きびごはん 零瓜のカレー煮 鉄人サラダ ごはん フーリジシ ゴーヤーのウサチ	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レバー、白いんげん豆、根脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レバー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳) まぐろ、かまぼこ、がんもどき(大豆) ひじき、ツナ(大豆) ぶたにく、卵、かまぼこ なっとう(大豆)、みそ(大豆)、ぶたにく、ツナ(大豆)、かっ	三温糖,オリーブ油 パン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油,三温糖,はちみつ,ごま,ごま油 こめ しゃがいも,ごま,大豆油,三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 しゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油 ごま油 こめ じゃがいも 三温糖,大豆油 、水麦粉,でんぷん,大豆油 こめ こぶま流	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん、えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉和孝,はくさい,にんじん、ピーマン,たけのこ,にんにく、 ウージパウダー りんご だいこん。長ねぎ,みつば はくさい,にんじん、五ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、きば、)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん、セロリ、マッシュルーム、アスパラ、ウージパウダー もやし、にんじん、きゅうり、シークワサー だいこん,にんじん、にんにくの芽,にんにく、しょうがにんじん、玉ねぎ,きくらげ,だいこんばー 玉ねぎ キャベツ、玉ねぎ,にんじん、ピーマン、きくらげ、しょうがにんじん、玉ねぎ,きゃうり、にんじん、にんじん、こんにゃく、いんげん、えだまめ(大豆)、にんにく こまつな、きゅうり、にんじん、こににゃく、いんげん、えだまめ(大豆)、にんにく	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご 乳 乳
19 22 23 24 25 26 29	· 金 月 火 水 木 金 月	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご こはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん ギキンズトロガノフ ごまじゃこサラダ ごはん ホムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ ごはん ホキとアーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため ヨーグルト きびごはん 苳瓜のカレー煮 鉄入ザラダ ごはん ブーヤーのウサチ 頼豆アンダンスー	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく、とりにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳) まぐろ、かまぼこ、がんもどき(大豆) ひじき、ツナ(大豆) ぶたにく、卵、かまぼこ なっとう(大豆),みそ(大豆),ぶたにく、ツナ(大豆),かつおぶし	三温糖、オリーブ油 パン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぶん、大豆油 こめ、きび ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油 こめ じゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 じゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳、大豆)、大豆油 ごま油 こめ じゃがいも 三温糖、大豆油 、大豆油 、 ことは ことがいる。 こ温糖、大豆油 ことが ことは ことがいる。 こ温糖、大豆油 ことがいる。 こ温糖、大豆油 ことが、ことには ことが、ことには ことが、ことには ことが、ことには ことが、ことには ことには ことには ことには ことには ことには ことには ことには	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん、えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉和孝,はくさい,にんじん、ピーマン,たけのこ,にんにく、 ウージパウダー りんご だいこん。長ねぎ,みつば はくさい,にんじん、五ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、きば、)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん、セロリ、マッシュルーム、アスパラ、ウージパウダー もやし、にんじん、きゅうり、シークワサー だいこん,にんじん、にんにくの芽,にんにく、しょうがにんじん、玉ねぎ,きくらげ,だいこんばー 玉ねぎ キャベツ、玉ねぎ,にんじん、ピーマン、きくらげ、しょうがにんじん、玉ねぎ,きゃうり、にんじん、にんじん、こんにゃく、いんげん、えだまめ(大豆)、にんにく こまつな、きゅうり、にんじん、こににゃく、いんげん、えだまめ(大豆)、にんにく	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご 乳 乳
19 22 23 24 25 26 29	· 金 月 火 水 木 金 月 火	4乳 4乳 4乳 4乳 4乳 4乳 4乳 4乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チムンンジ ウカライリチー わかざぎのからあげ ごはん 本上アーザのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため ヨーグルト きびごはん 冬瓜のカレー煮 鉄入ザラダ ごはん クーリジシ ゴーヤーのウサチ 納豆アンダンスー きなこあげパン(幼・小)	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうぶ(大豆) ぶたにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) と切にく、豚レパー、白いんげん豆、脱脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳) まぐろ、かまぼこ、がんもどき(大豆) ひじき、ツナ(大豆) ぶたにく,卵、かまぼこ なっとう(大豆)、みそ(大豆) ぶたにく,卵、かまぼこ	三温糖,オリーブ油 パン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きび ごま油ごま 大豆油,三温糖,はちみつ,ごま,ごま油 こめ しゃがいも,ごま,大豆油,三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 しゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油 ごま油 こめ しゃがいも 三温糖,大豆油 こめ こ温糖,大豆油 こめ こぶま流。大豆油 こめ こぶま流。大豆油 こめ こま温糖,大豆油 こめ こま温糖,大豆油 こめ こま温糖,大豆油 ことう この、きび でんぷん,大豆油 三温糖 こめ こま、三温糖,ごま油 フーモンド,三温糖, ごま油	パウダー,にんにく、トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん、えだまめ(大豆),レモン キャベツ だいこん,えのき、長ねぎ 玉和孝,はくさい,にんじん、ピーマン,たけのこ,にんにく、 ウージパウダー りんご だいこん。長ねぎ,みつば はくさい,にんじん、五ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、きば、)、だいこんばー にんにく、玉ねぎ,にんじん、セロリ、マッシュルーム、アスパラ、ウージパウダー もやし、にんじん、きゅうり、シークワサー だいこん,にんじん、にんにくの芽,にんにく、しょうがにんじん、玉ねぎ,きくらげ,だいこんばー 玉ねぎ キャベツ、玉ねぎ,にんじん、ピーマン、きくらげ、しょうがにんじん、玉ねぎ,きゃうり、にんじん、にんじん、こんにゃく、いんげん、えだまめ(大豆)、にんにく こまつな、きゅうり、にんじん、こににゃく、いんげん、えだまめ(大豆)、にんにく	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉、牛肉、大豆、りんご 乳 小麦、牛肉、鶏肉、大豆 豚肉
22 23 24 25 26	· 金 月 火 水 木 金 月 火	4乳 4乳 4乳 4乳 4乳 4乳 4乳 4乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チエンストロガノフ ごましゃごサラダ ごはん チムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ ごはん ホキとアーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため コーグルト きびごはん 苳瓜のカレー煮 鉄入サラダ ごはん フーリジシ ゴーヤーのウサチ 鞆豆アンダンスー きなこあげパン(幼・小) コッペパン(中)	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく、 とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レパー、白いんげん豆、脱脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳) まぐろ、かまぼこ、がんもどき(大豆) いじき、ツナ(大豆)、みそ(大豆) ぶたにく、卵、かまぼこ なっとう(大豆)、みそ(大豆)、ぶたにく、ツナ(大豆)、かつおぶし きなこ(大豆)、脱脂粉乳(乳) 脱脂粉乳(乳) 、ペーコン(豚肉)、とりにく 平肉、ぶたにく、ウインナー(豚肉)、豚レパー、大豆たんぱ 平肉、ぶたにく、ウインナー(豚肉)、豚レパー、大豆たんぱ	三温糖、オリーブ油 バン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きで ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油 こめ しゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 しゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳、大豆)、大豆油 ごま油 こめ しゃがいも 三温糖、大豆油 小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ ことがいれる。 これでは、大豆油 こま油 こめ こまま油 こめ こまま油 こめ こまままね ことがいる。 これでは、大豆油 ことがいる。 これでは、大豆油 ことが、これでは、大豆油 アーモンド、三温糖、大豆油 フッペパン(小麦、乳、大豆)、大豆油、アーモンド、三温糖・ 黒糖 小麦粉、ことう、ショートニング(大豆)	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャペツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく、 ウージパウダー リんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さは)、だいこんばー にんにく,玉ねぎ,にんじん,をロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー もやし,にんじん,まねぎ,きくらげ,だいこんばー エねぎ キャペツ,玉ねぎ,きくらげ,だいこんばー まねき キャペツ,玉ねぎ,にんじん,ピーマン,きくらげ,しょうが にんじん,まねぎ,きくらげ,だいこんばー こまつな,きゅうり,にんじん,ごぼう,レモン こんにゃく,しいたけ,とうがん ゴーヤー,もやし,にんじん,きゅうり しょうが	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご 乳 小麦、牛肉、鶏肉、大豆
22 23 24 25 26 29	· 金 月 火 水 木 金 月 火	4乳 4乳 4乳 4乳 4乳 4乳 4乳 4乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご こはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん ギキンズトロガノフ ごまじゃこサラダ ごはん ホキとアーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため ヨーグルト きびごはん 苳瓜のカレー煮 鉄入ザラダ ごはん クーリジシ ゴーヤーのウサチ 輔豆アンダンスー きなこあげパン(幼・小) コッペパン(中) ABCチキンスープ デリコンカン	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく、とりにく とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳) まぐろ、かまぼこ、がんもどき(大豆) ひじき、ツナ(大豆)、みを(大豆) ぶたにく 中乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、乳、	 三温糖,オリーブ油 パン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きびごま油ごま 大豆油,三温糖,はちみつ,ごま,ごま油 こめ こめ じゃがいも,ごま,大豆油,三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 じゃがいも,小麦粉,マーガリン(乳、大豆),大豆油 ごま油 この ごま油 この この表 じゃがいも 三温糖,大豆油 こさめ 三温糖,大豆油 こめ 三温糖,大豆油 三温糖,大豆油 こか、きびでんぷん,大豆油 三温糖 こめ ごま,三温糖,大豆油 ニュッペパン(小麦、乳、大豆),大豆油,アーモンド,三温糖,黒糖 小麦粉、さとう、ショートニング(大豆) ABCマカロニ(小麦) 三温糖,てんぷん,大豆油 三温糖,てんぷん,大豆油 	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャペツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく, ウージパウダー りんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さば)、だいこんばー にんにく,玉ねぎ,にんじん,もロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー もやし,にんじん,まゅうり,シークワサー だいこん,にんじん,にんにくの芽,にんにく,しょうが にんじん,玉ねぎ,きくらげ,だいこんぱー エねぎ キャペツ,玉ねぎ,さんじん,ピーマン,きくらげ,しょうが とうがん,だいこん,にんじん,こんにゃく,いんげん,えだまめ(大豆),にんにく こまつな,きゅうり,にんじん,こんにゃく,いんげん,えだまの(大豆),にんにく こまつな,きゅうり,にんじん,こんでく,しいたけ,とうがん ゴーヤー,もやし,にんじん,きゅうり しょうが	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご 乳 小麦、牛肉、鶏肉、大豆 豚肉
19 22 23 24 25 26 29 30	· 金 月 火 水 木 金 月 火	4乳 4乳 4乳 4乳 4乳 4乳 4乳 4乳	パジルミートソーススパゲッティー プロッコリーのツナサラダ キャペツメンチカツ きびごはん わかめスープ ブルコギ リんご ごはん とびうおボールのすまし汁 豚じゃがキムチーズ アーモンド 麦ごはん チエンストロガノフ ごましゃごサラダ ごはん チムシンジ ウカライリチー わかさぎのからあげ ごはん ホキとアーサのみそ汁 豚肉と野菜のしょうがいため ヨーグルト きびごはん 苳瓜のカレー煮 鉄入サラダ ごはん フーリジシ ゴーヤーのウサチ 鞆豆アンダンスー きなこあげパン(幼・小) コッペパン(中) ABCチギンスープ	大豆、ツナ(大豆) ぶたにく、とりにく わかめ、とうふ(大豆) ぶたにく、 とびうおつみれ ぶたにく、大豆、あつあげ(大豆)、チーズ(乳) とりにく、豚レパー、白いんげん豆、脱脂粉乳(乳) ちりめん、大豆、かつおぶし 豚レパー、ぶたにく、みそ(大豆) とりにく、おから(大豆) わかさぎ ホキ、アーサ、かまぼこ、みそ(大豆) ぶたにく 生乳(乳)、乳飲料(乳) まぐろ、かまぼこ、がんもどき(大豆) いじき、ツナ(大豆)、みそ(大豆) ぶたにく、卵、かまぼこ なっとう(大豆)、みそ(大豆)、ぶたにく、ツナ(大豆)、かつおぶし きなこ(大豆)、脱脂粉乳(乳) 脱脂粉乳(乳) 、ペーコン(豚肉)、とりにく 平肉、ぶたにく、ウインナー(豚肉)、豚レパー、大豆たんぱ 平肉、ぶたにく、ウインナー(豚肉)、豚レパー、大豆たんぱ	三温糖、オリーブ油 バン粉(小麦)、さとう、ボークオイル(豚肉)、植物油脂、小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ、きで ごま油、ごま 大豆油、三温糖、はちみつ、ごま、ごま油 こめ しゃがいも、ごま、大豆油、三温糖 アーモンド、植物油脂 こめ、麦 しゃがいも、小麦粉、マーガリン(乳、大豆)、大豆油 ごま油 こめ しゃがいも 三温糖、大豆油 小麦粉、でんぷん、大豆油 こめ ことがいれる。 これでは、大豆油 こま油 こめ こまま油 こめ こまま油 こめ こまままね ことがいる。 これでは、大豆油 ことがいる。 これでは、大豆油 ことが、これでは、大豆油 アーモンド、三温糖、大豆油 フッペパン(小麦、乳、大豆)、大豆油、アーモンド、三温糖・ 黒糖 小麦粉、ことう、ショートニング(大豆)	パウダー,にんにく,トマト プロッコリー,きゅうり,にんじん,えだまめ(大豆),レモン キャペツ だいこん,えのき,長ねぎ 玉ねぎ,はくさい,にんじん,ピーマン,たけのこ,にんにく、 ウージパウダー リんご だいこん,長ねぎ,みつば はくさい,にんじん,玉ねぎ,キムチ(小麦、りんご、大豆、さは)、だいこんばー にんにく,玉ねぎ,にんじん,をロリ,マッシュルーム,アスパラ,ウージパウダー もやし,にんじん,まねぎ,きくらげ,だいこんばー エねぎ キャペツ,玉ねぎ,きくらげ,だいこんばー まねき キャペツ,玉ねぎ,にんじん,ピーマン,きくらげ,しょうが にんじん,まねぎ,きくらげ,だいこんばー こまつな,きゅうり,にんじん,ごぼう,レモン こんにゃく,しいたけ,とうがん ゴーヤー,もやし,にんじん,きゅうり しょうが	小麦、大豆、鶏肉、豚肉 鶏肉 大豆 アーモンド 小麦、鶏肉,牛肉,大豆,りんご 乳 小麦、キ肉、鶏肉、大豆 豚肉