

	2024年 5月 27日(月)	5月 28日(火)	5月 29日(水)	5月 30日(木)	5月 31日(金)	6月 1日(土)	6月 2日(日)
朝	◆ごはん(学) 米 ◆ベーコンエッグ ベーコン スライス 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆魚の紙つつみ焼き(学) 鮭(生) しお こしょう粉 たまねぎ しめじ えのきたけ 生 生しいたけ 有塩バター ぼん酢しょうゆ レモン 全果 生 ◆ほうれん草のしらす和え(学) ほうれん草(冷) しらす干し 半乾燥品 酢 グラニュー糖 こいくちしょうゆ ◆味噌汁(玉ねぎ・わかめ)学 たまねぎ 乾燥わかめ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆くだもの(りんご) りんご生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆サバの塩焼き(学) サバ(120) しお だいこん 生 しそ こいくちしょうゆ ◆キムチ納豆(学) 納豆 はくさいキムチ 青ネギ ◆からし菜炒め(学) 青ネギ からしな 葉 生 にんじん 沖縄豆腐 ツナ缶 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆けんちん汁(学) 豚コマ スライス だいこん 生 にんじん 板こんにゃく 里芋(冷) 油揚げ こいくちしょうゆ 食塩 顆粒和風だし 青ネギ ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆ししゃも塩焼き ししゃも 生干し 生 レモン 全果 生 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆かに玉厚焼き玉子 卵 かに風味かまぼこ(冷) 乾しいたけ 青ネギ 鳥がらだし ごま油 ◆沖縄風みそ汁(学) 豚コマ スライス 沖縄豆腐 卵 だいこん 生 にんじん 青ネギ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド) ◆牛乳 普通牛乳	◆サンドイッチ(卵) 食パン マーガリン 卵 マヨネーズ 全卵型 粒入りマスタード しお ◆サラダ(キャベツ・コーン) キャベツ ホールコーン(缶詰) 胡瓜 生 ツナ缶 フレンチドレッシング ◆ほうれん草のソテー ほうれん草(冷) しめじ ベーコン ホールコーン(缶詰) 有塩バター こいくちしょうゆ こしょう粉 顆粒和風だし ◆コーンスープ コーンクリームスープ ホールコーン(缶詰) 普通牛乳 水 粉パセリ 乾 ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆あわごはん(学) 米 マージン ◆鮭のマヨネーズ焼き 鮭(生) しお たまねぎ にんじん 青ピーマン生 乾しいたけ こいくちしょうゆ マヨネーズ 全卵型 ピザ用チーズ ◆厚焼き卵(学) 卵 しお 調合油 だいこん 生 しそ こいくちしょうゆ ◆キムチ納豆(学) 納豆 はくさいキムチ 青ネギ ◆ゆし豆腐(学) ゆし豆腐 葉ねぎ 葉 生 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(パイナップル) パイナップル 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆ぶりの照り焼き(学) ぶり 生 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 砂糖 しょうが おろし 調合油 ししとう 果実 生 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆フーチャンブルー(学) 車麩 卵 キャベツ にんじん もやし にら 豚肩ロース(細切り) 顆粒和風だし 食塩 うすくちしょうゆ 調合油 ◆おろし和え 大根おろし(冷) なめこ 水煮 みつば 生 ぼん酢しょうゆ ◆みそ汁(じゃが芋/ねぎ)学 じゃがいも えのきたけ 生 青ネギ 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆魚の香草パン粉焼き(学) ホキ 生 しお こしょう粉 パン粉 にんにく おろし バジル 粉 粉チーズ レモン 全果 生 ◆納豆みそ(学) ひきわり納豆 青ネギ 合わせ味噌 砂糖 みりん 三枚肉スライス しょうが おろし 調合油 ◆パパイヤイりちー(学) パパイヤ 未熟 生 にんじん ツナ にら 調合油 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆もやしの胡麻和え(学) もやし こまつな 葉 生 ほぐし鶏 ごま むき グラニュー糖 こいくちしょうゆ ◆すまし汁(もずく) もずく かいわれだいこん 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆くだもの(ぶどう) ぶどう 生 ◆牛乳 普通牛乳
間	◆補)たくあんおにぎり 米 たくあん漬 むき枝豆 めんつゆ 三倍濃厚 ごま油	◆補)おにぎり(油みそ) 米 赤だしみそ 米みそ 甘みそ ツナ缶 グラニュー糖 ごま むき 焼きのり(10枚)	◆補)うめおにぎり 米 種ぬきかつお梅 白ごま 乾 焼きのり(10枚)	◆補)梅じゃこごはん(学) 米 しらす干し 半乾燥品 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 白ごま 乾 山海ぶし しそ	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆補)ジュシーおにぎり 米 豚ロース1cmスライス にんじん 蒸しかまぼこ ひじき(乾) 青ネギ こいくちしょうゆ 料理酒 みりん風調味料 しお 調合油	◆補)塩昆布チーズおにぎり 米 塩昆布 スティックチーズ ごま油
昼	◆ごはん(学) 米 ◆ラタトゥイユ風鶏肉のトマト煮 鶏もも肉 しお こしょう粉 ズッキーニ 果実 生 たまねぎ 黄ピーマン しめじ にんにく おろし オリーブ油 とまと缶詰 顆粒コンソメ ◆ジャーマンポテト(学) じゃがいも たまねぎ生 ベーコン 顆粒コンソメ 食塩 こしょう 白 粉 パセリ 葉 生 ◆ささみとブロccoliのサラダ ブロccoli(冷) ほぐし鶏 ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング ◆オニオンスープ(学) たまねぎ生 有塩バター 水 顆粒コンソメ 粉パセリ 乾 ◆ヨーグルト和え(学) バナナ 生 パイナップル 缶詰 黄桃缶 プレーンヨーグルト(400g)	◆オムライス(学) 米 鶏もも肉 青ピーマン生 にんじん たまねぎ ホールコーン(缶詰) トマトケチャップ 顆粒コンソメ 卵 しお 調合油 トマトケチャップ ◆クリームコロッケ(学) クリーミーコロッケ(30g) 調合油 ◆豚しゃぶサラダ(学) レタス 胡瓜 生 みょうが トマト生 豚肉(もも) ごまドレッシング ◆白菜の野菜スープ(学) はくさい(生) にんじん ホールコーン(缶詰) 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆くだもの(メロン) メロン(生)	◆スパゲティミートソース(学) スパゲティ(乾) 粉パセリ 乾 豚ひき肉 たまねぎ にんじん 青ピーマン生 トマトケチャップ トマトソース ミートソース 調合油 ◆チキンナゲット(学) チキンナゲット 調合油 ◆ポテトサラダ(学) じゃがいも にんじん 胡瓜 生 鶏卵 全卵 ゆで 食塩 こしょう 白 粉 マヨネーズ 全卵型 ◆具だくさんコンソメスープ(学) キャベツ たまねぎ にんじん 黄ピーマン ホールコーン(缶詰) ほぐし鶏 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆くだもの(スイカ) すいか 赤肉種 生	◆ごはん(学) 米 ◆カルシウムUPカレー(学) 鶏もも肉 たまねぎ とまと缶詰 プレーンヨーグルト(400g) 牛乳(大) にんにく おろし しょうが おろし 有塩バター カレールー しお こしょう 白 粉 ◆ブロccoliとコーンのサラダ ブロccoli(冷) ほぐし鶏 レタス ホールコーン(缶詰) 和風ドレッシングタイプ調 ◆フルーツ盛り合わせ(学) オレンジ(生) キウイフルーツ(ゴールド) デラウェア	◆ロコモコ丼 米 やわらかハンバーグ(16) ウスターソース トマトケチャップ 水 レタス ミニトマト 果実 生 アボカド 生 卵 調合油 ◆ナゲット&ポテト チキンナゲット フライドポテト(クリンクル) 調合油 トマトケチャップ ◆カプレーゼサラダ(学) トマト生 モッツアレラ イタリアンドレッシング バジル 粉 ◆マッシュルームスープ マッシュルームスープ 水 しめじ 生 ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	◆ごはん(学) 米 ◆鶏肉の生姜焼き(学) 鶏もも肉 たまねぎ 料理酒 みりん こいくちしょうゆ 砂糖 ごま油 ◆(付)スパゲティ スパゲティ(乾) にんにく りん茎 生 オリーブ油 こいくちしょうゆ 食塩 ブラックペッパー 卵 ◆ゆで卵 卵 しお ◆竹輪のチーズ磯辺揚げ(学) ちくわ(20g) スティックチーズ 小麦粉 しょうが 漬物 酢漬 卵 あおのり 食塩 調合油 ◆ブロccoliのカレー炒め(学) ブロccoli(冷) にんじん チキンウィンナー カレー粉 顆粒コンソメ 有塩バター ◆キャロットラペ(弁) にんじん たまねぎ生 オレンジジュース オリーブ油 粒入りマスタード 酢 しお ◆パインジュース パイナップル 果実飲	◆ごはん(学) 米 ◆豚カツ(学) 豚ロース1cmスライス しお こしょう粉 小麦粉 卵 パン粉 調合油 とんかつソース トマトケチャップ ◆(付)キャベツ キャベツ 生 にんじん ◆ひじき卵焼き 卵 ひじき(乾) えだまめ 冷凍 顆粒和風だし しお 調合油 ◆きんぴらごぼう(弁) 千切りごぼう(冷) にんじん 白ごま 乾 調合油 こいくちしょうゆ みりん風調味料 ラー油 ◆からし菜炒め からしな 葉 生 にんじん 沖縄豆腐 ツナ缶 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆漬物 漬物 しば漬 ◆オレンジジュース オレンジジュース
夜	◆補)やみつきおにぎり 米 天かす しらす干し 半乾燥品 しそ めんつゆ 三倍濃厚 白ごま 乾 ごま油	◆ピザトースト(学) 米 食パン ピザソース たまねぎ生 青ピーマン生 ホールコーン(缶詰) チキンウィンナー ピザ用チーズ ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)おかかとチーズのおにぎり 米 糸カツオ キャンディーチーズ めんつゆ 三倍濃厚 ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚)	◆補)梅じゃこおにぎり(学) 米 しらす干し 半乾燥品 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 白ごま 乾 山海ぶし しそ ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	
タ	◆ごはん(学) 米 ◆白身魚のトマトバターソース ホキ 生 しお ブラックペッパー 小麦粉 有塩バター	◆ごはん(学) 米 ◆スコッチエッグ(学) 卵 あいびき肉 鶏ミンチ しお たまねぎ生	◆ごはん(学) 米 ◆揚げない油淋鶏(学) 鶏もも肉 食塩 砂糖 ブラックペッパー こいくちしょうゆ	◆ごはん(学) 米 ◆白身魚の中華あんかけ(学) ホキ 生 しお こしょう粉 片栗粉 調合油	◆ごはん(学) 米 ◆チキンステーキのソースか とりむね(皮なし) しお こしょう粉 小麦粉 調合油	◆ごはん(学) 米 ◆牛肉とセロリのオイスターソ 牛肉スライス 片栗粉 セロリ 生 赤ピーマン生 にんにく おろし	◆ごはん(学) 米 ◆豆腐ハンバーグ(学) 鶏ミンチ 木綿豆腐 たまねぎ生 にんじん ひじき(乾)

	2024年 5月 27日(月)	5月 28日(火)	5月 29日(水)	5月 30日(木)	5月 31日(金)	6月 1日(土)	6月 2日(日)
タ	にんにく おろし トマト生 しめじ こいくちしょうゆ ◆人参しりしりー(学) にんじん たまねぎ生 ツナ缶 卵 にら 調合油 かつおだし こしょう粉 こいくちしょうゆ ◆たこときゅうりの和え物 まだこ ゆで 胡瓜 生 乾燥わかめ 和風ドレッシングタイプ調 ◆ジーマーミー豆腐 ジーマミ豆腐 ◆ソーキ汁(学) 豚ソーキ とうがん にんじん 蒸し昆布 乾しいたけ 顆粒和風だし 料理酒 こいくちしょうゆ しお かつおだし汁 青ネギ ◆デザート(ももゼリー) もものゼリー(60g)	パン粉 普通牛乳 卵 ナツメグ 粉 こしょう粉 小麦粉 卵 パン粉 調合油 トマトケチャップ ウスターソース サラダ菜 ◆ゴボウサラダ(学) ごぼう 根 生 にんじん 胡瓜 生 ほぐし鶏 マヨネーズ 全卵型 白すりごま ◆ミネストローネスープ(学) とまと缶詰 たまねぎ ABCマカロニ はくさい(生) ベーコン トマトジュース 水 顆粒コンソメ しお トマトケチャップ にんにく おろし 粉パセリ 乾 ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	しょうが おろし にんにく おろし 調合油 長ネギ しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 レタス ◆エビとレタスの卵炒め レタス むきエビ(冷) 卵 食塩 こしょう 白 粉 清酒 純米酒 調合油 ◆水菜としらすの豆腐サラダ みずな 葉 生 だいこん 生 しらす 絹ごし豆腐 白ごま 乾 ゆずドレッシング きざみのり ◆お雑煮風すまし汁(学) 鶏もも肉 小松菜(冷) 乾しいたけ 板かまぼこ(赤) もち 顆粒和風だし うすくちしょうゆ しお みつば 生 ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	にんじん いんげん(冷) しめじ 顆粒中華味 こいくちしょうゆ 料理酒 みりん かつおだし汁 片栗粉 ◆ゴーヤーチャンプルー(学) ゴーヤー にんじん ツナ 沖縄豆腐 卵 こいくちしょうゆ 食塩 顆粒和風だし 調合油 ◆厚焼き卵(学) 卵 しお 調合油 ◆小松菜のなめたけ和え こまつな 葉 生 なめたけ 食塩 こいくちしょうゆ ◆根菜汁(学) だいこん 生 にんじん 乾しいたけ さつまいも(生) 油揚げ 顆粒和風だし こいくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆くだもの(びわ) びわ 生	しめじ えのきたけ 生 まいたけ 生 有塩バター ぼん酢しょうゆ 青ネギ ◆いんげんの炒めもの いんげん(冷) にんじん たまねぎ ツナ缶 調合油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆生ハムサラダ(学) レタス にんじん 赤ピーマン生 黄ピーマン 生ハム イタリアンドレッシング ◆たまごスープ(学) 卵 ホールコーン(缶詰) 豆苗 顆粒コンソメ しお ◆くだもの(すもも) すもも 生	しょうが おろし 料理酒 オイスターソース 調合油 しお ブラックペッパー ◆小籠包(学) 小籠包(30g) こいくちしょうゆ 酢 からし 練り ◆パンバンジーサラダ(学) ほぐし鶏 もやし 胡瓜 生 セロリ 生 トマト生 ごまドレッシング ◆もずく入りキムチスープ(学) もずく 絹ごし豆腐 はくさい(生) にんじん たまねぎ しめじ キムチの素 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	パン粉 普通牛乳 卵 にんにく おろし しお こしょう粉 ナツメグ 粉 だいこん 生 しそ ぼん酢しょうゆ ◆焼きビーフン ビーフン ツナ缶 シーフードmix にら しめじ にんじん 顆粒中華だし こいくちしょうゆ みりん 砂糖 ごま油 ◆サラダ(プロ) ブロッコリー(冷) トマト生 レタス ツナ缶 ごまドレッシング ◆中身汁(学) 中身 豚ロース1cmスライス 板こんにやく 乾しいたけ 顆粒和風だし こいくちしょうゆ 食塩 しょうが ◆くだもの(スイカ) すいか 赤肉種 生