

	2024年 6月 10日(月)	6月 11日(火)	6月 12日(水)	6月 13日(木)	6月 14日(金)	6月 15日(土)	6月 16日(日)
朝	◆ごはん(学) 米 ◆白身魚の中華あんかけ(学) 赤魚(60g) しお こしょう粉 片栗粉 調合油 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 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆ひじき卵焼き 卵 ひじき(乾) むき枝豆(冷) 顆粒和風だし しお 調合油 ◆大根の梅肉和え(学) だいこん 生 胡瓜 生 グラニュー糖 塩昆布 山海ぶし ◆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 ◆くだもの(ぶどう) ぶどう 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆鮭のポテト焼き 鮭(生) しお こしょう粉 じゃがいも ホールコーン(缶詰) マヨネーズ 全卵型 しお ピザ用チーズ 粉パセリ 乾 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆ブロッコリーのカレー炒め(学) ブロッコリー(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 ◆大根サラダ(学) だいこん 生 みずな 葉 生 ほぐし鶏 糸カツオ きざみのり ゆずドレッシング ◆みそ汁(あさり)学 あさり 生 みつば 生 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 ◆サバの照り焼き(学) まさば 生 料理酒 しょうが おろし こいくちしょうゆ みりん だいこん 生 かいわれだいこん ゆずドレッシング ◆キャベツと厚揚げの炒め物(学) キャベツ 厚揚げ もやし にんじん レタス にら 食塩 こしょう 白 粉 顆粒和風だし こいくちしょうゆ 調合油 ◆キムチ納豆(学) 納豆 はくさいキムチ 青ネギ ◆ゆで卵 卵 しお ◆すまし汁(もずく) もずく 絹ごし豆腐 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(りんご) りんご 生 ◆ヨーグルト プレーンヨーグルト(400g)	◆サンドイッチ(ツナマヨ) 食パン マーガリン ツナ マヨネーズ 全卵型 しお ◆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 ◆サラダ(プロ) ブロッコリー(冷) トマト生 レタス ホールコーン(缶詰) ほぐし鶏 ごまドレッシング ◆クラムチャウダースープ(学) たまねぎ生 むきあさり(冷) じゃがいも mixベジタブル(令) ベーコン スライス 顆粒コンソメ ホワイトソース 水 粉パセリ 乾 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆サバの味噌煮(学) まさば 生 合わせ味噌 砂糖 料理酒 しょうが おろし かつおだし汁 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆冬瓜ンブシー(学) とうがん にんじん サバ缶(水煮) にら こいくちしょうゆ みりん 食塩 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆白菜のゆかり和え(学) はくさい(生) にんじん ゆかり ◆すまし汁(卵・かまぼこ) 厚焼きたまご(令) なると ほうれん草(冷) 長ネギ 顆粒和風だし うすくちしょうゆ みりん ◆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) 鮭(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(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 ◆なすの煮びたし なす 糸カツオ こいくちしょうゆ みりん 青ネギ ◆うどん汁(学) うどん(冷) なると 乾燥わかめ 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆くだもの(りんご) りんご 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆赤魚の煮付け(学) 赤魚(60g) いんげん(冷) 生しいたけ しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 みりん ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆ゆで卵 卵 しお ◆ささみと胡瓜の梅和え(学) ほぐし鶏 胡瓜 生 食塩 グラニュー糖 山海ぶし ◆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(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳
間	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆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	◆(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	◆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	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)
昼	◆ざるそば(学) 日本そば(乾) めんつゆ 三倍濃厚 水 長ネギ きざみのり 白ごま 乾 ◆天ぷら盛り合わせ(学) 卵 小麦粉 ブラックタイガー 養殖 こういか 生 ホキ 生 たまねぎ にんじん にら 調合油 ◆パパイアイリチー(学) パパイア 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 ◆胡瓜とタコの酢の物(学) 胡瓜 生 まだこ 生 カットわかめ 酢 砂糖 うすくちしょうゆ しょうが おろし ◆ヨーグルト和え(学) バナナ 生 パインアップル 缶詰 黄桃缶 プレーンヨーグルト(400g)	◆ピビンバ井(学) 米 牛肉スライス にんにく おろし しょうが おろし 料理酒 砂糖 こいくちしょうゆ コチュジャン ほうれん草(冷) ごま油 鳥がらだし もやし ごま油 鳥がらだし にんじん ごま油 しお はくさいキムチ 卵 白ごま 乾 ◆揚げぎょうざ&春巻き ぎょうざ 冷凍 春巻き(冷) 調合油 サニーレタス 葉 生 ◆中華もやし和え(学) もやし 胡瓜 生 ロースハム こいくちしょうゆ 砂糖 ◆中華風スープ チンゲンサイ(冷) かに風味かまぼこ(令) 乾しいたけ 中華だし しお こしょう 白 粉 ◆杏仁フルーツ(学) 杏仁フルーツ缶 白玉団子(冷)	◆ぶっかけ冷やしうどん(学) うどん(冷) ながいも オクラ 果実 生 トマト生 ほぐし鶏 みょうが しそ きざみのり めんつゆ 三倍濃厚 水 ◆もずくのかき揚げ(学) にんじん もずく たまねぎ ツナ にら 紅しょうが 小麦粉 卵 調合油 ◆ひじきの白和え ひじき(乾) にんじん むき枝豆 木綿豆腐 ピーナッツバター 米みそ 甘みそ グラニュー糖 白ごま 乾 ◆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) さくらんぼ 国産 生	◆ごはん(学) 米 ◆鮭のフライ~タルタルソース 鮭(生) 食塩 こしょう 白 粉 小麦粉 卵 パン粉 調合油 たまねぎ ビクルス(刻み) 鶏卵 全卵 中で マヨネーズ 全卵型 粉パセリ 乾 ◆ひき肉と豆腐のニラ炒め(学) 鶏ミンチ 木綿豆腐 にら にんじん にんにく おろし しょうが おろし 顆粒和風だし こいくちしょうゆ しお ごま油 鷹の爪 ◆ツナキムチ和え はくさい(生) 胡瓜 生 ツナ缶 キムチの素 ◆レバー汁 豚レバー 豚ロース1cmスライス じゃがいも にんじん 小松菜(冷) にんにく おろし 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(りんご) りんご 生	◆ガバオライス 米 青ピーマン生 たまねぎ生 なす 赤ピーマン生 大豆水煮 鶏ミンチ 鷹の爪 にんにく おろし オイスターソース 料理酒 こいくちしょうゆ 鳥がらだし グラニュー糖 調合油 卵 調合油 バジル 粉 ◆焼き餃子(学) ぎょうざ 冷凍 調合油 こいくちしょうゆ 酢 ラー油 サニーレタス 葉 生 ◆エビと春雨のタイ風サラダ(学) はるさめ 緑豆はるさめ たまねぎ にんじん 胡瓜 生 ロースハム むきエビ(冷) 砂糖 顆粒中華だし レモン汁 こいくちしょうゆ ナンブラー 鷹の爪 にんにく おろし ◆かに玉風スープ(学) 卵 かに風味かまぼこ(令) はくさい(生) エリンギ 生 長ネギ 顆粒中華だし しお こいくちしょうゆ 片栗粉 ごま油 青ネギ ◆くだもの(パイン) パインアップル 生	◆ごはん(学) 米 ◆チキンのチーズ照り焼き(学) 鶏もも肉 こいくちしょうゆ みりん 清酒 純米酒 しょうが おろし みりん 調合油 ピザ用チーズ ◆ミートコロッケ(弁) ミートコロッケ(60g) 卵 しお 調合油 ◆きんぴらごぼう(弁) ささがきごぼう(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 ◆ジャガイモのチーズ炒め(弁) じゃがいも たまねぎ いんげん(冷) チキンウィンナー パセリ 葉 生 粉チーズ 顆粒コンソメ 食塩 こしょう 白 粉 ◆ピーマンの塩昆布和え(弁) 青ピーマン生 しめじ 塩昆布 ごま油	◆ごはん(学) 米 ◆しょうが焼き 豚ロース(薄切り) こいくちしょうゆ 清酒 純米酒 しょうが おろし みりん 調合油 たまねぎ ◆(付)キャベツ キャベツ 生 にんじん ◆イカフライ(冷)60g いかフライ(冷)60 調合油 ◆焼きウィンナー ポークソーセージ みりん風調味料 調合油 ◆きんぴらごぼう(弁) 千切りごぼう(令) 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 ◆チンゲン菜とホタテの塩炒め チンゲンサイ(冷) ほたてが い貝柱 生 たまねぎ生 にんじん 片栗粉 調合油 しょうが おろし にんにく おろし こいくちしょうゆ 食塩 ◆パインジュース パインアップル 果実飲
夜	◆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)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆補)あんぱん あんぱん ◆牛乳 普通牛乳	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆(補)枝豆塩昆布おにぎり 米 むき枝豆 塩昆布 ごま油 ◆ザバス(200ml)ココア ザバス(乳飲料)200ml	◆補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚)	◆補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚) ◆オレンジジュース オレンジジュース
夕	◆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	◆ごはん(学) 米 ◆焼きチキン南蛮(学) 鶏むね肉 食塩	◆ごはん(学) 米 ◆ピーマンの肉詰め(学) 青ピーマン生 小麦粉	◆ごはん(学) 米 ◆鶏肉のピザ焼き(学) とりむね(皮なし) こしょう粉	◆ごはん(学) 米 ◆酢豚(学) 豚かたロース(ブロック) グラニュー糖	◆ごはん(学) 米 ◆筑前煮(学) 鶏もも肉 ごぼう 根 生	◆ごはん(学) 米 ◆Wポークカレー 豚ロース1cmスライス ポークランチョンミート

	2024年 6月 10日(月)	6月 11日(火)	6月 12日(水)	6月 13日(木)	6月 14日(金)	6月 15日(土)	6月 16日(日)
タ	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 ◆ささみとブロッコリーのサラダ ブロッコリー(冷) ほぐし鶏 ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング ◆BLTスープ(学) ベーコン レタス トマト生 水 顆粒中華だし こいくちしょうゆ 片栗粉 卵 ブラックペッパー ◆くだもの(スイカ) すいか 赤肉種 生	マト煮 しょう粉 小麦粉 卵 こいくちしょうゆ グラニュー糖 酢 マヨネーズ 全卵型 卵 たまねぎ ピクルス(刻み) 食塩 しょう粉 粉バセリ 乾 サラダ菜 ◆アスパラいかバター炒め アスパラガス(冷) エリンギ 生 いか 生 有塩バター こいくちしょうゆ にんにく おろし ◆カプレーゼサラダ(学) トマト生 モッツアレラ ブラックオリーブ イタリアンドレッシング バジル 粉 ◆鶏ささみと青菜のスープ春雨 はるさめ 緑豆はるさめ ほぐし鶏 テンゲンサイ 葉 生 顆粒中華だし しお うすくちしょうゆ 料理酒 青ネギ 白ごま 乾 ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	豚ひき肉 おから たまねぎ 食塩 清酒 純米酒 こいくちしょうゆ しょうが おろし 卵 調合油 こいくちしょうゆ 砂糖 みりん 料理酒 レタス トマト生 ◆目玉焼き(学) 卵 しお しょう粉 調合油 ◆チロレギサラダ(学) サニーレタス 葉 生 レタス 絹ごし豆腐 ながいも ほぐし鶏 白すりごま きざみのり チョレギドレッシング(エ) ◆もやしとひき肉の坦々豆乳ス もやし にら 絹ごし豆腐 豚ひき肉 豆乳 ごま油 白すりごま ラー油 みりん こいくちしょうゆ 合わせ味噌 しょうが おろし にんにく おろし ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	しお たまねぎ 青ピーマン生 ホールコーン(缶詰) ピザソース ピザ用チーズ バジル 粉 ◆コールスローサラダ(学) キャベツ にんじん ホールコーン(缶詰) コールスロードレッシング ◆きんぴられんこん(学) れんこん(スライス ゆで) にんじん 白ごま 乾 ごま油 こいくちしょうゆ みりん風調味料 ラー油 ◆沖縄そば汁(小) 沖縄そば麺 錦糸卵 チキアギ 青ネギ 顆粒和風だし 沖縄そばだし しお うすくちしょうゆ 料理酒 ◆ぜんざい(学) 金時豆 押麦 砂糖 黒砂糖 しお 水 白玉団子(冷)	こいくちしょうゆ じゃがいもでん粉 調合油 青ピーマン生 たまねぎ にんじん 乾しいたけ パインアップル 缶詰 黄ピーマン トマトケチャップ 酢 顆粒中華だし ◆スパニッシュオムレツ 卵 ミックスベジタブル(冷) ロースハム 固形ブイヨン こいくちしょうゆ ピザ用チーズ ◆中華いか和え(学) 中華イカ だいこん 生 胡瓜 生 カットわかめ 中華ドレッシング ◆具だくさんもずく汁(学) もずく 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ しめじ 卵 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 みつば 生 ◆くだもの(スイカ) すいか 赤肉種 生	れんこん 根茎 ゆで 板こんにやく きぬさや(冷) 生しいたけ にんじん 顆粒和風だし こいくちしょうゆ みりん 清酒 純米酒 グラニュー糖 調合油 ◆魚のマリネ風(学) ホキ 生 しお しょう粉 調合油 トマト生 胡瓜 生 たまねぎ生 セロリ 生 酢 しお 砂糖 こいくちしょうゆ カットわかめ ◆ねばねば豆腐(学) 絹ごし豆腐 オクラ(冷) ながいも 納豆 糸カツオ きざみのり 白ごま 乾 こいくちしょうゆ わさび 練り ◆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(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド) ◆ヨーグルト プレーンヨーグルト(400g)	にんじん じゃがいも たまねぎ しめじ カレールウ 調合油 福神漬 らっきょう 甘酢漬 ◆きびなごのから揚げ(学) きびなご 生 食塩 しょう粉 片栗粉 調合油 サラダ菜 ◆ハンパングーサラダ(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 ◆くだもの(りんご) りんご生

	2024年 6月 17日(月)	6月 18日(火)	6月 19日(水)	6月 20日(木)	6月 21日(金)	6月 22日(土)	6月 23日(日)
朝	◆ごはん(学) 米 ◆鮭のチーズマヨネーズ焼き(生) 料理酒 しお 卵 マヨネーズ 全卵型 粉チーズ 粉パセリ 乾 サラダ菜 ミニトマト 果実 生 ◆中華風炒め はくさい(生) 小松菜(冷) むきエビ(冷) たけのこ 水煮缶詰(干) 乾しいたけ にんじん 豚肩ロース(細切り) 片栗粉 中華だし こいくちしょうゆ ごま油 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆みそ汁(もやし) もやし にんじん 葉ねぎ 葉 生 麦みそ かつおだし 顆粒和風だし ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆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 ◆サバの塩焼き(学) サバ(120) ◆厚焼き卵(学) 卵 しお 調合油 ◆山芋とシラスの梅肉和え ながいも やまといも 塊 ◆(付)アスパラバター炒め アスパラガス(冷) ベーコン ホールコーン(缶詰) 有塩バター 顆粒コンソメ こいくちしょうゆ ◆すまし汁(はんぺん)学 はんぺん みつば 生 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆くだもの(バナナ) バナナ 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 だいこん 生 しそ こいくちしょうゆ ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆厚焼き卵(学) 卵 しお 調合油 ◆山芋とシラスの梅肉和え ながいも やまといも 塊 しらす干し 半乾燥品 しそ 山海ぶし 糸カツオ ◆根菜汁(学) だいこん 生 にんじん 乾しいたけ 里芋 (令) 油揚げ 鶏もも肉 顆粒和風だし こいくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆くだもの(りんご) りんご 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ホットドッグ コッペパン チキンウィンナー スティックチーズ 調合油 トマトケチャップ 粒マスタード ◆スクランブルエッグ 卵 調合油 しお こしょう粉 ◆根菜豆サラダ(学) さがきごぼう(冷) れんこん(スライス) ゆで にんじん ミックスビーンズ ほぐし鶏 マヨネーズ 全卵型 からし 練り ◆具だくさんコンソメスープ(学) キャベツ たまねぎ しそ 黄ピーマン ホールコーン(缶詰) ベーコン 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆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 納豆 青ネギ ◆かに玉風厚焼き玉子 卵 かに風味かまぼこ(令) 乾しいたけ 青ネギ 鳥がらだし ごま油 ◆キムチのせ冷奴(学) 絹ごし豆腐 はくさいキムチ 胡瓜 生 からし 練り ごま油 こいくちしょうゆ 白ごま 乾 ◆味噌汁(キャベツ) キャベツ にんじん こねぎ(令) 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(GF) グレープフルーツ ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆鮭のゴマ味噌マヨネーズ焼き(生) しお たまねぎ しめじ ブロッコリー(冷) マヨネーズ 全卵型 合わせ味噌 白すりごま ピザ用チーズ ◆人参しりしりー(学) にんじん ツナ缶 卵 にら 顆粒和風だし こしょう粉 こいくちしょうゆ 調合油 ◆ほうれん草としめじのお浸し(ほうれん草(冷)) しめじ うすくちしょうゆ かつおだし汁 糸カツオ ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆味噌汁(玉ねぎ・わかめ) たまねぎ 乾燥わかめ 青ネギ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆白身魚のトマトバターソース すずき 生 しお ブラックペッパー 小麦粉 有塩バター にんにく おろし トマト生 こいくちしょうゆ ◆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 ◆もやし炒め(学) もやし にんじん にら ツナ 調合油 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 こしょう 白 粉 ◆うどん汁(学) うどん(冷) なると 乾燥わかめ 卵 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳
間	◆補)ジュースおにぎり 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 ◆りんごジュース りんご 果実飲料 濃縮	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆補)辛子高菜おにぎり 米 辛子高菜漬け	◆補)小松菜とわかめの鉄分お 米 カッパわかめ 白ごま 乾 小松菜(冷) ごま油 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし	◆補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚)	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆(補)塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油
昼	◆ごはん(学) 米 ◆ビーフシチュー(学) 牛肉スライス 調合油 たまねぎ生 にんじん マッシュルーム 水煮缶 ビーフシチュー ルウ ◆シーザーサラダ(学) レタス 胡瓜 生 にんじん トマト生 アボカド 生 卵 粉チーズ クルトン シーザードレッシング ◆くだもの(パイ) パイナップル 生 ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆チャーハン(学) 米 ベーコン スライス たまねぎ にんじん 青ピーマン生 卵 ホールコーン(缶詰) 葉ねぎ 葉 生 食塩 顆粒中華だし こいくちしょうゆ こしょう 白 粉 ごま油 ◆エビチリ(学) むきエビ(冷) 料理酒 しょうが おろし 片栗粉 調合油 長ネギ トマトケチャップ 料理酒 砂糖 ごま油 こいくちしょうゆ 鳥がらだし オイスターソース しょうが おろし にんにく おろし トウバンジャン 水 ◆蒸ししゅうまい(学) しゅうまい 冷凍 こいくちしょうゆ 酢 からし 練り ◆春雨サラダ(学) はるさめ 普通はるさめ ロースハム 胡瓜 生 白ごま 乾 卵 にんじん きくらげ 乾 和風ドレッシングタイプ調 ◆ワタンスープ(学) ワタンスープ 冷凍 豆苗 乾しいたけ 顆粒中華だし しお うすくちしょうゆ ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	◆キムチ焼うどん(学) うどん(冷) 豚コマ スライス キャベツ 生 たまねぎ生 砂糖 料理酒 こいくちしょうゆ みりん しょうが おろし 青ネギ 卵 紅しょうが きざみのり ◆冬瓜ンブシー(学) とうがん にんじん サバ缶(水煮) にら こいくちしょうゆ みりん 食塩 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆白菜と小松菜のごまサラダ(学) はくさい(生) 小松菜(冷) ほぐし鶏 ごま むき 酢 こいくちしょうゆ ごま油 ◆具だくさんもずく汁(学) もずく 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ しめじ 卵 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 みつば 生 ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	◆豚丼(学) 米 豚コマ スライス たまねぎ生 砂糖 料理酒 こいくちしょうゆ みりん しょうが おろし 青ネギ こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 ラー油 にんにく おろし しょうが おろし しお 白すりごま 七味唐辛子 水 レタス ◆にんにくの芽炒め(学) にんにくの芽(冷) たまねぎ にんじん 牛肉スライス たけのこ 水煮缶詰(干) 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 調合油 マーガリン しお こしょう粉 にんにく おろし ◆明太ゴボウサラダ(学) ごぼう 根 生 にんじん 胡瓜 生 ほぐし鶏 辛子明太子(バラ)冷凍 マヨネーズ 全卵型 ◆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(デラウェア) デラウェア	◆ごはん(学) 米 ◆よだれ鶏(学) 鶏もも肉 料理酒 食塩 砂糖 こしょう 白 粉 卵 パン粉 調合油 合わせ味噌 砂糖 水 白ごま 乾 ◆(付)キャベツ キャベツ 生 にんじん ミニトマト 果実 生 ◆ひじきの五目煮(弁) ひじき(乾) 乾しいたけ にんじん 油揚げ むき枝豆 めんつゆ 三倍濃厚 水 顆粒和風だし 白ごま 乾 ◆千切りイチー 切干しだいこん 乾 みりん 切こんにやく カステラかまぼこ 三枚肉スライス 調合油 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし 清酒 純米酒 ◆からし菜炒め からし菜(冷) にんじん ツナ缶 顆粒和風だし こいくちしょうゆ 調合油 ◆いんげんゴマ和え いんげん(冷) しめじ 生 白ごま 乾 こいくちしょうゆ 酢	◆ごはん(学) 米 ◆タンドリーチキン(学) 鶏むね肉 ヨーグルト 全脂無糖 カレー粉 トマトケチャップ ウスターソース はちみつ 食塩 こしょう粉 しょうが おろし にんにく おろし 調合油 ◆アスパラの肉巻き(学) アスパラガス(冷) 豚コマ スライス しお こしょう粉 調合油 めんつゆ 三倍濃厚 白ごま 乾 ◆ゆで卵 卵 しお ◆切り干し大根の煮物(学) 切干しだいこん 乾 にんじん 油揚げ 調合油 顆粒和風だし 砂糖 うすくちしょうゆ ◆ピーマンの塩昆布和え 青ピーマン生 しめじ 塩昆布 ごま油 ◆くだもの(バナナ) バナナ 生	
夜	◆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	◆補)おみつきおにぎり 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 ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆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	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(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) ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚) ◆オレンジジュース オレンジジュース
夕	◆スーパージャーチャー麺(学) 中華麺 ゆで	◆ごはん(学) 米	◆ごはん(学) 米	◆ごはん(学) 米	◆おろしポン酢豚丼(学) 米	◆トマトとツナの冷製梅ぱスタ(スパゲッティ(乾))	◆うな丼(学) 米

	2024年 6月 17日(月)	6月 18日(火)	6月 19日(水)	6月 20日(木)	6月 21日(金)	6月 22日(土)	6月 23日(日)
タ	なす たまねぎ 青ピーマン生 赤ピーマン生 豚ひき肉 にら マーボー豆腐の素 ラー油 ◆レバーのカレー竜田揚げ(学) 豚レバー カレー粉 こいくちしょうゆ 料理酒 食塩 グラニュー糖 しょうが こしょう粉 片栗粉 調味油 ミニトマト 果実 生 サニーレタス 葉 生 ◆胡瓜の酢の物(学) 胡瓜 生 かに風味かまぼこ(令) カットわかめ 酢 砂糖 うすくちしょうゆ しょうが おろし ◆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 ◆くだもの(スイカ) すいか 赤肉種 生	◆すき焼き(学) 牛肉スライス しょうが おろし 調味油 はくさい(生) 長ネギ えのきたけ 生 生しいたけ しらたき 木綿豆腐 すき焼きのたれ ◆イカリング(学) いかリングフライ(冷) 調味油 マヨネーズ 全卵型 ◆大根のおかか和え だいこん 生 酢 砂糖 しお 糸カツオ ◆イナムル汁(学) 豚ロース1cmスライス 板こんにゃく 乾しいたけ カステラかまぼこ イナムドゥチ味噌 顆粒和風だし ピーナッツバター ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	◆チーズハンバーグ(学) あいびき肉 たまねぎ生 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 ウスターソース トマトケチャップ ピザ用チーズ ブロッコリー(冷) ◆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 ◆豆腐とキャベツの生姜レモン 絹ごし豆腐 キャベツ しょうが おろし 水 顆粒中華だし しお こしょう粉 レモン汁 ◆くだもの(すもも) すもも 生	◆サバの梅みそ焼き(学) まさば 生 しょうが おろし 清酒 純米酒 合わせ味噌 山海ぶし みりん しょうが おろし 大根おろし(冷) ぼん酢しょうゆ 青ネギ 卵 ◆パパイア(学) パパイア 未熟 生 にんじん ツナ にら 調味油 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆なすの煮びたし なす 糸カツオ こいくちしょうゆ みりん 青ネギ ◆レバー汁(学) 豚レバー 豚ロース1cmスライス じゃがいも にんじん こまつな 葉 生 にんにく おろし 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生)	豚コマ スライス たまねぎ生 砂糖 料理酒 こいくちしょうゆ みりん しょうが おろし 大根おろし(冷) ぼん酢しょうゆ 青ネギ 卵 紅しょうが ◆ささみと胡瓜の梅和え(学) ほぐし鶏 胡瓜 生 食塩 グラニュー糖 山海ぶし ◆サンラータン(学) 卵 はくさい(生) 乾しいたけ 豆苗 はるさめ 緑豆はるさめ 鳥がらだし こいくちしょうゆ オイスターソース 酢 ラー油 片栗粉 ◆フルーツポンチ(学) 白玉団子(冷) パインアップル 缶詰 みかん 缶詰 サイダー	しお トマト生 ツナ みずな 葉 生 オリーブ油 めんつゆ 三倍濃厚 山海ぶし しそ ◆ひじき入り鶏つくね(学) 鶏ミンチ おから にんじん むき枝豆 ひじき(乾) しお 片栗粉 こいくちしょうゆ 砂糖 料理酒 みりん だいこん 生 青ネギ ◆豆腐サラダ(学) 絹ごし豆腐 サニーレタス 葉 生 かいわれだいこん ミニトマト 果実 生 きざみのり 和風ドレッシングタイプ調 ◆鶏肉のスープ(学) はくさい(生) にんじん しめじ ほぐし鶏 顆粒中華だし しお こしょう粉 こいくちしょうゆ しょうが おろし 青ネギ ◆ヨーグルト和え(学) バナナ 生 キウイフルーツ(ゴールド) プレーンヨーグルト(400g)	しそ みょうが 卵 しお 調味油 うなぎ かば焼 焼き鳥のたれ きざみのり ◆蒸し鶏の梅ヨーグルトサラダ(学) ほぐし鶏 レタス にんじん しそ かいわれだいこん プレーンヨーグルト(400g) めんつゆ 三倍濃厚 山海ぶし ◆赤だし汁(学) なめこ 生 絹ごし豆腐 顆粒和風だし 赤だしみそ みつば 生 ◆くだもの(りんご) りんご生