

	2024年 7月 29日(月)	7月 30日(火)	7月 31日(水)	8月 1日(木)	8月 2日(金)	8月 3日(土)	8月 4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 ◆チャブチェ(学) はるさめ 普通はるさめ 赤ピーマン生 シーフードmix きくらげ 乾 にら こいくちしょうゆ 顆粒中華だし 料理酒 オイスターソース ごま油 ◆納豆(学) 納豆 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(バナナ) バナナ 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 ◆豚肉とキャベツの辛み炒め キャベツ にんじん きくらげ 乾 豚コマ スライス 調合油 しょうが おろし 料理酒 こいくちしょうゆ トウバンジャン ◆ニラと卵の味噌汁 卵 にら 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 ◆マッカルレピカタ サバ(120) 小麦粉 卵 調合油 マッシュルーム 水煮缶 トマトケチャップ ウスターソース ◆牛肉とブロッコリーの炒め(学) ブロッコリー(冷) たけのこ 水煮缶詰(ホ) にんじん にんにく おろし 調合油 こいくちしょうゆ 食塩 オイスターソース ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆そうめん汁(学) そうめん・乾 乾しいたけ 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(バナナ) バナナ 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 ◆目玉焼き(学) 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆サラダ(学) レタス トマト生 ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング ◆かぼちゃの豆乳スープ(学) 西洋かぼちゃ 果実 生 豆乳 粉パセリ 乾 顆粒コンソメ 食塩 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆白身魚のにらピカタ(学) ホキ 生 しお こしょう粉 小麦粉 卵 にら 調合油 キャベツ トマト生 ごまドレッシング ◆たまナーチャンブルー キャベツ にんじん 豚コマ スライス にら 食塩 こしょう 白粉 顆粒和風だし うすくちしょうゆ ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆五目中華スープ(学) はくさい(生) 乾しいたけ にんじん 豚コマ スライス 絹ごし豆腐 顆粒中華味 うすくちしょうゆ しお 片栗粉 ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド) ◆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 ◆冬瓜のそぼろ煮 とうがん にんじん 鶏ミンチ 青ネギ 食塩 顆粒和風だし みりん こいくちしょうゆ ◆納豆(学) 納豆 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 ◆鮭の塩焼き(学) べにざけ 生 食塩 こしょう粉 だいこん 生 しそ こいくちしょうゆ ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆からし菜炒め(学) からしな 葉 生 にんじん 沖縄豆腐 ツナ缶 調合油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆味噌汁(卵/ねぎ) 卵 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
間	◆(補)ボークたまごおにぎり 米 ボークランチオンミート 卵 調合油 焼きのり(10枚)	◆(補)塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油	◆(補)ジャムトースト 食パン マーガリン いちご ジャム	◆(補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚) ◆ザバス(200ml)バニラ ザバス(乳飲料)200ml	◆(補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚) ◆ザバス(200ml)バニラ 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)辛子高菜おにぎり 米 辛子高菜漬
昼	◆(学)冷やし中華 中華麺 ゆで 胡瓜 生 もやし トマト生 しそ ほぐし鶏 卵 ロースハム 乾燥わかめ 冷やし中華のたれ 紅しょうが ◆エビカツ(学) エビカツ60g 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 ◆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	◆ごはん(学) 米 ◆牛肉とピーマン炒め(学) 牛肉スライス たまねぎ生 しらたき 長ネギ 調合油 砂糖 料理酒 こいくちしょうゆ みりん風調味料 顆粒和風だし しょうが おろし こいくちしょうゆ みりん 顆粒和風だし 顆粒中華味 ごま油 ◆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 ラー油 ◆春雨の和え物(学) はるさめ 普通はるさめ ロースハム 胡瓜 生 白ごま 乾 錦糸卵 にんじん きくらげ 乾 酢 砂糖 こいくちしょうゆ ごま油 白ごま 乾 ◆鶏団子とチンゲン菜のどろみ 鶏だんご(冷) チンゲンサイ 葉 生 乾しいたけ しょうが おろし こいくちしょうゆ 鳥がらだし 料理酒 オイスターソース ごま油 片栗粉 ◆くだもの(デラウェア) デラウェア	◆牛丼 米 牛肉スライス たまねぎ生 しらたき 長ネギ 調合油 砂糖 料理酒 こいくちしょうゆ みりん風調味料 顆粒和風だし しょうが おろし 紅しょうが ◆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 ◆もやしとわかめの酢の物(学) もやし 胡瓜 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 ◆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 青ネギ ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	◆ごはん(学) 米 ◆鮭の紙つつみ焼き(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 ほん酢しょうゆ レモン 全果 生 ◆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 ◆みょうがと鶏肉の和え物(学) みょうが ほぐし鶏 もやし みずな 葉 生 みょうが 胡瓜 生 錦糸卵 砂糖 うすくちしょうゆ ごま油 黒ゴマ ◆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	◆ごはん(学) 米 ◆鶏肉のピザ焼き(学) 鶏もも肉 こしょう粉 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 パジャル 粉 ◆チンゲン菜とホタテの塩炒め チンゲンサイ 葉 生 ほたてが い貝 柱 生 たまねぎ生 にんじん きくらげ 乾 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 ◆胡瓜の浅漬け(学) 胡瓜 生 しお 昆布だし 砂糖 白ごま 乾 ◆アーサ汁(学) あおさ 素干し 絹ごし豆腐 こいくちしょうゆ 食塩 顆粒和風だし ◆くだもの(マスカット) マスカット	◆ごはん(学) 米 ◆はんぺんのチーズフライ(学) はんぺん(60g) スライスチーズ ハム(四角) パン粉 小麦粉 卵 調合油 ◆厚焼き卵(学) 卵 しお 調合油 ◆ひじきの五目煮 ひじき(乾) 乾しいたけ にんじん 油揚げ むき枝豆(冷) めんつゆ 三倍濃厚 水 顆粒和風だし 白ごま 乾 ◆ジャーマンポテト じゃがいも ベーコン 食塩 こしょう 白粉 顆粒コンソメ 有塩バター ◆蒸しとうもろこし スイートコーン 未熟種 ◆パインジュース パインアップル 果実飲	◆ごはん(学) 米 ◆漬物 漬物 しば漬 ◆しょうが焼き 豚コマ スライス たまねぎ 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 ◆ミートコロッケ(弁) ミートコロッケ(60g) 調合油 ◆ひじき卵焼き 卵 ひじき(乾) むき枝豆 顆粒和風だし しお 調合油 ◆ピーマンソテー 青ピーマン生 黄ピーマン ベーコン 有塩バター しお こしょう粉 ◆エビの旨塩炒め(弁) むきエビ(冷) アスパラガス(冷) にんにく おろし オリーブ油 しお こしょう粉 こいくちしょうゆ ◆グレープジュース ぶどう 果実飲料 濃縮
夜	◆(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)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)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) ◆ザバス(200ml)ココア ザバス(乳飲料)200ml	◆(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)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)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)
夕	◆ごはん(学) 米 ◆チキンソテーきのこかけ(学) とりむね(皮なし) しお こしょう粉 小麦粉 調合油 しめじ えのきたけ 生 まいたけ 生 有塩バター	◆コーンご飯(学) 米 ホールコーン 缶詰 粉パセリ 乾 ◆ハヤシライス 豚肉(もも) マッシュルーム ゆで たまねぎ にんにく おろし トマトケチャップ ウスターソース こしょう 白粉	◆ごはん(学) 米 ◆豆腐ハンバーグ(学) 鶏ミンチ 木綿豆腐 大豆水煮 たまねぎ生 にんじん ひじき(乾) パン粉 普通牛乳 卵	◆ごはん(学) 米 ◆ゆで豚の薬味ソースかけ(学) 豚かたロース(ブロック) 料理酒 しお 長ネギ 胡瓜 生 みょうが しそ こいくちしょうゆ 酢	◆ごはん(学) 米 ◆酢鶏(学) 鶏もも肉 こしょう粉 片栗粉 調合油 たまねぎ にんじん 青ピーマン生 黄ピーマン パインアップル 缶詰	◆ごはん(学) 米 ◆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	◆ごはん(学) 米 ◆カツカレー(学)☆リクエスト 鶏もも肉 にんじん じゃがいも たまねぎ しめじ カレールー 調合油 福神漬 らっきょう 甘酢漬

	2024年 7月 29日(月)	7月 30日(火)	7月 31日(水)	8月 1日(木)	8月 2日(金)	8月 3日(土)	8月 4日(日)
タ	ぼん酢しょうゆ 青ネギ ◆ブロッコリーとツナのチーズ ブロッコリー(冷) ツナ缶 マヨネーズ 全卵型 しお ピザ用チーズ ◆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 ◆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(GF) グレープフルーツ	ハヤシルウ 卵 調合油 こしょう粉 ◆大根サラダ(学) だいこん 生 みずな 葉 生 ツナ 糸カツオ きざみのり ゆずドレッシング ◆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)	にんにく おろし しお こしょう粉 ナツメグ 粉 だいこん 生 顆粒和風だし うすくちしょうゆ しょうが おろし 片栗粉 青ネギ ◆白菜と小松菜のごまサラダ(学) はくさい(生) 小松菜(冷) ツナ缶 ごま むき 酢 こいくちしょうゆ ごま油 ◆春雨入り酸辣湯(学) たけのこ 水煮缶詰(干) にんじん えのきたけ 生 いら はるさめ 緑豆はるさめ 豚ひき肉 長ネギ しょうが おろし トウバンジャン 顆粒中華だし こいくちしょうゆ 酢 しお 料理酒 卵 ◆大学芋(学) さつまいも(生) 調合油 砂糖 水 黒ゴマ ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	砂糖 ごま油 白ごま 乾 レタス ◆パイパイイリチー パパイア 未熟 生 にんじん ツナ いら 調合油 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆冷奴(学) 絹ごし豆腐 青ネギ 糸カツオ こいくちしょうゆ ◆日本そば汁(学) 日本そば(乾) なると 乾燥わかめ 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆くだもの(メロン) メロン(生)	乾しいたけ トマトケチャップ 酢 顆粒中華だし ◆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 ◆根菜豆サラダ(学) ささがきごぼう(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 粒入りマスタード ◆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	ウスターソース トマトケチャップ ピザ用チーズ ◆サラダ(学) レタス トマト生 ブロッコリー(冷) ホールコーン(缶詰) ツナ ごまドレッシング ◆アスパラとエビのバター炒め(学) アスパラガス(冷) むきエビ(冷) 有塩バター 顆粒コンソメ ◆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(冷) 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 ◆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	豚肉トンカツ用(100) トメ しお こしょう粉 小麦粉 卵 パン粉 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) 卵 ごまドレッシング ◆くだもの(メロン) メロン(生)