

	2024年 8月 5日(月)	8月 6日(火)	8月 7日(水)	8月 8日(木)	8月 9日(金)	8月 10日(土)	8月 11日(日)
朝	◆ごはん(学) 米 ◆サバの味噌煮 サバ(120) 合わせ味噌 砂糖 料理酒 しょうが おろし かつおだし汁 ◆人参しりー(学) にんじん 卵 ツナ缶 にら 調合油 かつおだし こしょう粉 こいくちしょうゆ ◆納豆 納豆 青ネギ ◆みそ汁(高野豆腐/わかめ)学 高野豆腐 カットわかめ 青ネギ 顆粒和風だし 赤だしみそ 白みそ ◆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 ◆しゃも塩焼き しゃも 生干し 生 レモン 全果 生 ◆からし菜炒め(学) からし菜 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 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆そうめん汁 そうめん・乾 かいわれだいこん 顆粒和風だし うすくちしょうゆ ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆ヤクルト ヤクルト	◆ごはん(学) 米 ◆ポークたまご(学) ポークランチョンミート 卵 レタス ミニトマト 果実 生 ごまドレッシング ◆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 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆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 ◆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 ゆず皮(冷) ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ホットドッグ(ツナポテトサラダ コッペパン じゃがいも たまねぎ にんじん 胡瓜 生 ツナ缶 マヨネーズ 全卵型 しお ブラックペッパー ◆目玉焼き(学) 卵 しお こしょう粉 ◆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 ◆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 粉パセリ 乾 ◆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 ししとう 果実 生 ◆タマネーチャンプルー 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 ◆きのこのみそ汁 えのきたけ 生 しめじ 油揚げ 葉ねぎ 葉 生 麦みそ かつおだし 顆粒和風だし ◆くだもの(みかん) 温州みかん ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆グルクンのネギソースかけ(学) たかさご 生 食塩 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 トマト生 ◆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 ◆ゆで卵 卵 しお ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆みそ汁(へちま/ねぎ) へちま 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 ◆鮭の塩焼き(学) 鮭60g(冷) こしょう粉 調合油 だいこん 生 しそ ぼん酢しょうゆ ◆キムチ納豆(学) 納豆 はくさいキムチ 青ネギ ◆きのこのソテー(学) しめじ えのきたけ 生 まいたけ 生 エリンギ 生 ベーコン スライス 食塩不使用バター 粉パセリ 乾 食塩 こしょう 白 粉 こいくちしょうゆ ◆三色なます(学) だいこん 生 かに風味かまぼこ(冷) 胡瓜 生 しままーす 酢 砂糖 ◆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(りんご) りんご生 ◆牛乳 普通牛乳
間	◆(補)チキンライスおにぎり 米 鶏もも肉 たまねぎ生 ミックスベジタブル(冷) トマトケチャップ ウスターソース しお 有塩バター ◆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)	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆(補)うめおにぎり 米 種ぬめかつお梅 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)	◆(補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚)	◆(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)
昼	◆三枚肉そば 沖縄そば麺 三枚肉(ブロック) 料理酒 グラニュー糖 こいくちしょうゆ しょうが チキアギ こまつな 葉 生 葉ねぎ 葉 生 食塩 鳥がらだし 沖縄そばだし こいくちしょうゆ ◆野菜炒め(学) キャベツ にんじん たまねぎ 豚コマ スライス にら 調合油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆ゆで卵 卵 しお ◆三色なます(学) カットわかめ だいこん 生 かに風味かまぼこ(冷) 胡瓜 生 しままーす 酢 砂糖 ◆ぜんざい(学) 金時豆 押麦 砂糖 黒砂糖 しお 水 白玉団子(冷)	◆親子丼(学) 米 鶏もも肉 たまねぎ生 にんじん こいくちしょうゆ 砂糖 みりん 顆粒和風だし 卵 しお みつば 生 きざみのり ◆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 ◆中華いか和え(学) 中華いか だいこん 生 胡瓜 生 カットわかめ 中華ドレッシング ◆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(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	◆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 ◆蒸し鶏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 ◆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 ◆くだもの(りんご) りんご生	◆ごはん(学) 米 ◆きびなごのカレー揚げ(学) きびなご 生 食塩 こしょう粉 片栗粉 カレー粉 調合油 サラダ菜 ◆アスパラの豚肉巻(学) アスパラガス(冷) 豚ロース(薄切り) こしょう粉 こいくちしょうゆ 料理酒 砂糖 みりん ◆千切りイリチー(学) 切干しだいこん 乾 刻み昆布 切こんにゃく 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 ◆中身汁(学) 三枚肉スライス 切こんにゃく 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	◆ごはん(学) 米 ◆高野豆腐入りハンバーグ(学) あいびき肉 高野豆腐 たまねぎ生 にんじん 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 ぶどう酒 赤 しめじ ◆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 ◆ゴボウサラダ(学) ごぼう 根 生 にんじん 胡瓜 生 マヨネーズ 全卵型 白すりごま ◆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(りんご) りんご生	◆ごはん(学) 米 ◆鶏の唐揚げ(学) 鶏もも肉 食塩 ブラックペッパー こいくちしょうゆ しょうが おろし にんにく おろし 小麦粉 卵 調合油 ◆(付)キャベツ キャベツ 生 にんじん ◆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 大豆水煮 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 にんじん 葉ねぎ 葉 生 食塩 こしょう 白 粉 顆粒コンソメ ◆蒸しとうもろこし スイートコーン 未熟種 ◆バインジュース バインアップル 果実飲	◆ごはん(学) 米 ◆漬物 漬物 しば漬 ◆しょうが焼き 豚肉(もも) 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(冷) 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)しそ昆布おにぎり 米 しそ昆布	◆(補)辛子高菜おにぎり 米 辛子高菜漬け ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆ピザトースト(学) 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)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 ◆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) ◆ザバス(200ml)ココア 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)バナナ ザバス(乳飲料)200ml
夕	◆ごはん(学) 米 ◆ピーマンの肉詰め(学) 青ピーマン生 小麦粉 豚ひき肉 鶏ミンチ 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	◆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 だいこん 生 しそ ◆もやしビリ辛炒め(学) もやし にんじん にら 豚ひき肉	◆ごはん(学) 米 ◆青椒肉絲(学) 豚肩ロース(細切り) 青ピーマン生 赤ピーマン生 たけのこ 水煮缶詰(干) 料理酒 顆粒中華だし こいくちしょうゆ 砂糖 オイスターソース しょうが おろし ◆パンパンジーサラダ(学) ほぐし鶏 もやし	◆ごはん(学) 米 ◆ゆで豚の薬味ソースかけ(学) 豚肉(もも) 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 砂糖 ごま油 白ごま 乾 レタス	◆ごはん(学) 米 ◆すき焼き(学) 牛肉スライス 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 ◆スコップコロッケ(学) じゃがいも 牛乳(大) たまねぎ にんじん	◆ごはん(学) 米 ◆揚げない油淋鶏(学) 鶏むね肉 食塩 砂糖 ブラックペッパー こいくちしょうゆ 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 にんじん じゃがいも たまねぎ しめじ カレールーウ 調合油 福神漬 らっきょう 甘酢漬 ◆イカリング(学) いかリングフライ(冷) 調合油

	2024年 8月 5日(月)	8月 6日(火)	8月 7日(水)	8月 8日(木)	8月 9日(金)	8月 10日(土)	8月 11日(日)
タ	みりん 料理酒 レタス トマト生 ◆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 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 ◆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 ◆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(りんご) りんご生	調合油 顆粒和風だし うすくちしょうゆ トウバンジャン 食塩 こしょう 白 粉 ◆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 ◆冷ややっこ(学) 絹ごし豆腐 青ネギ 糸カツオ こいくちしょうゆ しょうが おろし ◆鶏汁(学) 鶏むね肉 里芋 (冷) だいこん 生 厚揚げ にんじん 長ネギ 板こんにゃく 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆デザート(ももゼリー) もものゼリー(60g)	胡瓜 生 セロリ 生 トマト生 ごまドレッシング ◆小籠包(学) 小籠包(30g) こいくちしょうゆ 酢 からし 練り ◆サンラータン(学) 卵 はくさい(生) 乾しいたけ 豆苗 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 ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆揚げだし豆腐(学) 絹ごし豆腐 片栗粉 調合油 だいこん 生 しょうが おろし かつおだし こいくちしょうゆ みりん きざみのり 青ネギ ◆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 ◆魚汁(学) 赤魚(20g) 小松菜(冷) 乾しいたけ 板かまぼこ(赤) 顆粒和風だし うすくちしょうゆ しお みつば 生 ゆず皮(冷) ◆くだもの(メロン) メロン(生)	あいびき肉 むき枝豆 ホールコーン(缶詰) しお うすくちしょうゆ みりん 砂糖 顆粒コンソメ マーガリン マヨネーズ 全卵型 パン粉 粉チーズ 粉パセリ 乾 ◆小松菜とちくわの辛し和え(学) こまつな 葉 生 ちくわ(20g) 顆粒和風だし こいくちしょうゆ からし 練り 糸カツオ ◆魚汁(学) 赤魚(20g) 小松菜(冷) 乾しいたけ 板かまぼこ(赤) 顆粒和風だし うすくちしょうゆ しお みつば 生 ゆず皮(冷) ◆あんこ団子(学) 白玉団子(冷) あんこ(こしあん) きな粉	ごま油 レタス ◆やみつき豆苗サラダ(学) 豆苗 ツナ 顆粒中華だし ごま油 白ごま 乾 ◆茶碗蒸し 卵 かつおだし汁 めんつゆ 三倍濃厚 鶏もも肉 むきエビ(冷) 蒸しかまぼこ 乾しいたけ みつば 生 ◆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(GF) グレープフルーツ	マヨネーズ 全卵型 ◆シーザーサラダ(学) レタス 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 ◆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)