

	2024年 9月 9日(月)	9月 10日(火)	9月 11日(水)	9月 12日(木)	9月 13日(金)	9月 14日(土)	9月 15日(日)
朝	◆ごはん(学) 米 ◆白身魚のたらこ(学) ホキ(60g) こしょう粉 小麦粉 卵 にら キャベツ トマト生 ごまドレッシング ◆人参しりしり(学) にんじん たまねぎ生 卵 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(学) 納豆 青ネギ ◆とん汁(学) 豚ロース1cmスライス 里芋(令) だいこん 生 厚揚げ にんじん 長ネギ 板こんにやく 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) べにざけ 生 こしょう粉 調合油 大根おろし(冷) しそ こいくちしょうゆ ◆目玉焼き(学) 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆もやしニラ炒め(学) もやし にんじん にら ツナ ごま油 顆粒中華だし こいくちしょうゆ ◆赤だし汁(なめこ) なめこ 水煮 豆腐(冷) こねぎ(令) 顆粒和風だし 赤だしみそ 合わせ味噌 ◆くだもの(メロン) メロン(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 ◆野菜炒め(学) キャベツ にんじん たまねぎ コンビーフハッシュ にら 調合油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆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	◆ホットドッグ(ツナポテトサラダ) コッパン 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 ◆スクランブルエッグ 卵 調合油 しお こしょう粉 ◆サラダ(学) レタス ブロッコリー(冷) ミニトマト 果実 生 ホールコーン(缶詰) ほぐし鶏 ごまドレッシング ◆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) チキンウィンナー 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆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 ホキ 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 ◆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 めんつゆ 三倍濃厚 水 顆粒和風だし 白ごま 乾 ◆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 ◆赤魚の梅煮(学) 赤魚(60g) しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 みりん うめ 梅干し 調味漬 しそ ◆炒り豆腐 沖縄豆腐 にんじん 乾しいたけ いんげん(冷) 調合油 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし しお ◆ほうれん草のしらす和え(学) ほうれん草(冷) しめじ しらす干し 半乾燥品 酢 グラニュー糖 こいくちしょうゆ ◆にゅうめん(学) そうめん・乾 赤かまぼこ カットわかめ しょうが しお 調合油 こいくちしょうゆ 食塩 顆粒和風だし 青ネギ ◆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 ◆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 ◆冬瓜ンブシー(学) とうがん にんじん ツナ缶 にら こいくちしょうゆ みりん 食塩 顆粒和風だし ◆さきみと胡瓜の梅和え(学) ほぐし鶏 胡瓜 生 食塩 グラニュー糖 山海ぶし ◆みそ汁(高野豆腐/わかめ) 高野豆腐 カットわかめ 顆粒和風だし 合わせ味噌 青ネギ ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳
間	◆(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)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆(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) ◆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)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚)	◆(補)小松菜とわかめの鉄分お 米 カットわかめ 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
昼	◆中身そば(学) 沖繩そば麺 豚中身 豚ロース1cmスライス 乾しいたけ 切こんにやく こいくちしょうゆ 鳥がらだし 沖繩そばだし しょうが おろし 青ネギ ◆魚の二色天ぷら ホキ(20)天ぷら用 しままーす こしょう粉 小麦粉 たまご 水 黒ゴマ ゆかり 調合油 ◆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 ◆ぜんざい(学) 金時豆 押麦 砂糖 黒砂糖 しお 水 白玉団子(冷)	◆ごはん(学) 米 ◆クリームシチュー(学) 鶏もも肉 たまねぎ じゃがいも にんじん ホールコーン(缶詰) 顆粒コンソメ 普通牛乳 ホワイシチュールウ ◆さき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 ◆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 ◆ぶりのにんにく大葉みそ焼き(学) ぶり 生 料理酒 長ネギ しそ にんにく おろし 砂糖 合わせ味噌 みりん こいくちしょうゆ ◆じゃが芋と豚肉の炒め物(学) じゃがいも 豚コマ スライス にら 調合油 顆粒和風だし めんつゆ 三倍濃厚 ◆豆乳茶碗蒸し(学) 卵 豆乳 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 ◆肉すい(大阪名物) 牛肉スライス 絹ごし豆腐 青ネギ うどん(冷) かつおだし汁 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 七味唐辛子 ◆くだもの(ぶどう) ぶどう 生	◆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 ◆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 ◆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 ◆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)	◆おろしポン酢牛丼(学) 米 牛肉スライス 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 ◆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 ◆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 青ネギ ◆くだもの(りんご) りんご生	◆ごはん(学) 米 ◆ひれカツ ヒレカツ(豚)100 調合油 とんかつソース ◆(付)キャベツ キャベツ 生 にんじん ◆ゆで卵 卵 しお ◆小松菜炒め(弁) 小松菜(冷) にんじん 魚肉ソーセージ めんつゆ 三倍濃厚 調合油 ◆人参しりしり にんじん 卵 ツナ にら 調合油 かつおだし こしょう粉 こいくちしょうゆ ◆蒸しとうもろこし スイートコーン 未熟種 ◆グレープフルーツジュース グレープフルーツ 果実	◆ごはん(学) 米 ◆豚肉のはちみつペッパーソース 豚ロース1cmスライス しお こしょう粉 しめじ 料理酒 こいくちしょうゆ みりん はちみつ 有塩バター ◆イカフライ(冷)60g いかフライ(冷)60 調合油 ◆しらす入り厚焼き玉子 卵 しらす干し 半乾燥品 青ネギ 顆粒和風だし ◆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 ◆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 粉チーズ 顆粒コンソメ こしょう 白 粉 ◆りんごジュース りんご 果実飲料 濃縮
夜	◆(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	◆(補)塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油 ◆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) ◆ヤクルト ヤクルト	◆(補)あんぱん あんぱん ◆牛乳 普通牛乳	◆焼きいも 焼きいも ◆牛乳 普通牛乳	◆(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)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(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)バナナ ザバス(乳飲料)200ml
タ	◆ごはん(学) 米 ◆チキン南蛮(学) 鶏もも肉 食塩 こしょう粉 小麦粉 卵 調合油 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 こしょう粉 粉パセリ 乾 サラダ菜 ◆パパイヤいりち(学)	◆ごはん(学) 米 ◆牛肉と春雨の韓国風炒め(学) 牛肉肩ロース たまねぎ にんじん 青ピーマン生 はるさめ 緑豆はるさめ にんにく おろし こいくちしょうゆ 清酒 純米酒 みりん 顆粒和風だし コチュジャン 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 からし 練り ◆中華いか和え(学)	◆ごはん(学) 米 ◆タンドリーチキン(学) 鶏もも肉 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	◆クファージュシー(学) 米 豚ロース1cmスライス にんじん カステラかまぼこ 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 ◆魚の南蛮漬(学) 鮭(生) 食塩 小麦粉 調合油 たまねぎ にんじん 青ピーマン生 かつおだし汁	◆ごはん(学) 米 ◆鶏肉となすの味噌炒め(学) 鶏もも肉 しお こしょう粉 片栗粉 なす たまねぎ にんじん 青ピーマン生 調合油 乾しいたけ にんにく おろし しょうが みりん 合わせ味噌 砂糖 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆ほうれん草とひじきの鉄分強	◆ほうれん草とベーコンの和風 スパゲッティ(乾) ほうれん草(生) たまねぎ ベーコン しめじ 有塩バター しそ きざみのり 白ごま 乾 めんつゆ 三倍濃厚 調合油 顆粒和風だし ◆チーズトースト 食パン スライスチーズ ブラックペッパー ◆コブサラダ(学) レタス 胡瓜 生 トマト生 アボカド 生	◆うこんライス(学) 米 ターメリック ◆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 カレールウ 調合油 福神漬 らっきょう 甘酢漬 ◆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)

	2024年 9月 9日(月)	9月 10日(火)	9月 11日(水)	9月 12日(木)	9月 13日(金)	9月 14日(土)	9月 15日(日)
タ	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 ◆キムチのせ冷奴(学) 絹ごし豆腐 はくさいキムチ 胡瓜 生 しお ごま油 こいくちしょうゆ 白ごま 乾 ◆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(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	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 ◆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 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生)	◆シーザーサラダ(学) レタス レッドキャベツ 結球葉 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 ◆春雨と白菜のスープ(学) はるさめ 普通はるさめ はくさい(生) 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 ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	酢 グラニュー糖 みりん風調味料 こいくちしょうゆ 鷹の爪 ◆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 ◆白菜と小松菜のごま和え(学) はくさい(生) 小松菜(冷) ごま むき 酢 こいくちしょうゆ ごま油 ◆イナムルチ汁(学) 豚ロース1cmスライス 板こんにやく 乾しいたけ 蒸しかまぼこ イナムドゥチ味噌 顆粒和風だし ◆ミルクずもち(学) いもくず 普通牛乳 黒砂糖 砂糖 きな粉	ほうれん草(冷) 水分強 ひじき(乾) ツナ ホールコーン(缶詰) マヨネーズ 全卵型 こいくちしょうゆ 白すりごま ◆ソーキ汁(学) 豚ソーキ(40g) 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 ◆くだもの(メロン) メロン(生)	ほぐし鶏 卵 コブドレッシング ◆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) チキンウィンナー 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆くだもの(マスカット) マスカット	◆めんつゆ 三倍濃厚 ラダ(山海ぶし) ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)