

	2024年 8月 12日(月)	8月 13日(火)	8月 14日(水)	8月 15日(木)	8月 16日(金)	8月 17日(土)	8月 18日(日)
朝	◆ごはん(学) 米 ◆サバの味噌煮 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 ◆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 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 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆かきたま汁(学) 卵 食塩 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし じゃがいもでん粉 みつば 生 ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆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 ◆筑前煮(学) 鶏もも肉 ごぼう 根 生 れんこん 根茎 ゆで 板こんにゃく いんげん(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 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆みそ汁(白菜・えのき) はくさい(生) えのきたけ 生 青ネギ 顆粒和風だし 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 ◆ししゃも塩焼き ししゃも 生干し 生 レモン 全果 生 ◆ツナじゃが(学) ツナ缶 じゃがいも にんじん たまねぎ生 しらたき グリーンピース 冷凍 顆粒和風だし こいくちしょうゆ みりん 料理酒 ◆納豆(学) 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(バナナ) バナナ 生 ◆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 ◆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 しょう油 顆粒和風だし ◆コンスープ 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(りんご) りんご生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆ポークたまご(学) ポークランチョンミート 卵 調合油 レタス ミニトマト 果実 生 ごまドレッシング ◆きんぴらごぼう 干切りごぼう(冷) にんじん 白ごま 乾 こいくちしょうゆ みりん風調味料 ラー油 ◆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 ◆納豆みそ(学) ひきわり納豆 青ネギ 合わせ味噌 砂糖 みりん 3枚肉スライス しょうが おろし 調合油 ◆ゆし豆腐(学) ゆし豆腐 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 ◆白身魚の中華あんかけ(学) ホキ 生 しお こしょう粉 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 ◆パパイアいりちー(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 ◆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 ◆味噌汁(なめこ)学 なめこ 水煮 カットわかめ みつば 生 合わせ味噌 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 ◆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 ◆からし菜炒め(学) 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 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆みそ汁(小松菜/油揚) こまつな 葉 生 油揚げ 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)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)おにぎり(油みそ) 米 赤だしみそ みそ 甘みそ ツナ缶 グラニュー糖 ごま むぎ 焼きのり(10枚)	◆(補)しそ昆布おにぎり 米 しそ昆布	◆(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	◆ビザトースト(学) 食パン ビザソース 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 ビザ用チーズ	◆(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)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)
昼	◆みそラーメン(学) 中華麺 ゆで キャベツ 生 もやし にんじん ホールコーン(缶詰) たけのこ(メンマ) 青ネギ チャーシュー みそラーメンの素 有塩バター ◆冬瓜の煮物(学) とうがん 鶏もも肉 厚揚げ 生しいたけ にんじん 清酒 純米酒 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし みりん 砂糖 ◆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 ◆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 ホールコーン(缶詰) 食塩 顆粒中華だし こいくちしょうゆ こしょう 白粉 調合油 卵 しお こしょう粉 調合油 葉ねぎ 葉 生 ◆鶏チリ(学) 鶏もも肉 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 ◆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 ◆チヨレギサラダ(学) サニーレタス 葉 生 レタス 絹ごし豆腐 ながいも 白すりごま きざみのり チヨレギドレッシング(エ) ◆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 チンゲンサイ 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)	◆ごはん(学) 米 ◆チキンの照り焼き(学) 鶏もも肉 こいくちしょうゆ みりん 砂糖 清酒 純米酒 調合油 いんげん(冷) ホールコーン(缶詰) マーガリン こいくちしょうゆ ◆豚肉のスタミナにら玉炒め(学) 豚肉(薄切り) たまねぎ にら 顆粒和風だし めんつゆ 三倍濃厚 ごま油 ◆海藻サラダ 海藻サラダミックス レタス 胡瓜 生 にんじん ミニトマト 果実 生 中華ドレッシング ◆キムチとん汁(学) 豚ロース1cmスライス 里芋 (冷) だいこん 生 にんじん 長ネギ 板こんにゃく キムチの素 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	◆ごはん(学) 米 ◆ブルコギ風(学) 牛肉スライス たまねぎ にんじん にら 焼肉のたれ オイスターソース コチュジャン ◆イカリング(学) いかリングフライ(冷) 調合油 マヨネーズ 全卵型 ◆もやしピリ辛炒め(学) もやし にんじん にら 豚ひき肉 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 ◆鶏塩そうめん(学) そうめん・乾 ほぐし鶏 キャベツ 青ネギ 鳥がらだし にんにく おろし しお こしょう粉 ごま油 白すりごま ◆くだもの(マスカット) マスカット	◆ごはん(学) 米 ◆チキンソテーのきのこソース 鶏もも肉 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 ぼん酢しょうゆ 青ネギ ◆ほうれん草のソテー(学) 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 ◆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 白ごま 乾 ◆あさりのすまし汁(学) あさり 生 カットわかめ 根みつば 葉 生 顆粒和風だし うすくちしょうゆ みりん 食塩 ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	◆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 ◆(付)キャベツ キャベツ 生 にんじん ◆厚焼き卵(学) 卵 調合油 ◆竹輪のチーズ磯辺揚げ(弁) 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 調合油 ◆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 ◆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 ◆バインジュース バインアップル 果実軟	◆ごはん(学) 米 ◆チキンの照り焼き(学) 鶏もも肉 こいくちしょうゆ みりん 砂糖 清酒 純米酒 調合油 ◆ゆで卵 卵 しお ◆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 ◆カボチャ炒め かぼちゃ(冷凍) にんじん にら ツナ 調合油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆小松菜と油揚げのゴマ酢和 こまつな 葉 生 油揚げ ぼん酢しょうゆ 白すりごま ◆オレンジジュース オレンジジュース
夜	◆(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)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 ◆ザバス(200ml)ココア	◆(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)塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油 ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(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)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 ◆ザバス(200ml)バナナ

	2024年 8月 12日(月)	8月 13日(火)	8月 14日(水)	8月 15日(木)	8月 16日(金)	8月 17日(土)	8月 18日(日)
や		ザバス(乳飲料)200ml					ザバス(乳飲料)200ml
タ	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆ぶりの塩焼き(学)</p> <p>ぶり 生</p> <p>料理酒</p> <p>しょうが おろし</p> <p>みりん</p> <p>だいこん 生</p> <p>しそ</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>◆千切りチー(学)</p> <p>切干しだいこん 乾</p> <p>刻み昆布</p> <p>切こんにやく</p> <p>カステラかまぼこ</p> <p>三枚肉スライス</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>清酒 純米酒</p> <p>◆蒸し鶏と胡瓜の梅和え(学)</p> <p>ほぐし鶏</p> <p>胡瓜 生</p> <p>食塩</p> <p>グラニュー糖</p> <p>山海ぶし</p> <p>◆沖縄風みそ汁(学)</p> <p>豚コマ スライス</p> <p>沖縄豆腐</p> <p>卵</p> <p>だいこん 生</p> <p>にんじん</p> <p>青ネギ</p> <p>合わせ味噌</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>◆ぜんざい(学)</p> <p>金時豆</p> <p>押麦</p> <p>砂糖</p> <p>黒砂糖</p> <p>しお</p> <p>水</p> <p>白玉団子(冷)</p>	<p>◆うな丼(学)</p> <p>米</p> <p>しそ</p> <p>みょうが</p> <p>卵</p> <p>しお</p> <p>調合油</p> <p>うなぎ かば焼</p> <p>焼き鳥のたれ</p> <p>きざみのり</p> <p>◆豆乳茶碗蒸し(学)</p> <p>卵</p> <p>豆乳</p> <p>めんつゆ 三倍濃厚</p> <p>鶏もも肉</p> <p>むきエビ(冷)</p> <p>蒸しかまぼこ</p> <p>乾しいたけ</p> <p>みつば 生</p> <p>◆胡瓜の浅漬け(学)</p> <p>胡瓜 生</p> <p>しお</p> <p>昆布だし</p> <p>砂糖</p> <p>白ごま 乾</p> <p>◆すまし汁(もずく)</p> <p>もずく</p> <p>かいわれだいこん</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>食塩</p> <p>◆くだもの(すもも)</p> <p>すもも 生</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆和風ハンバーグ(学)</p> <p>やわらかハンバーグ(16)</p> <p>大根おろし(冷)</p> <p>しそ</p> <p>ほん酢しょうゆ</p> <p>◆高野豆腐の煮物(学)</p> <p>高野豆腐</p> <p>チキンウィンナー</p> <p>にんじん</p> <p>しめじ</p> <p>卵</p> <p>かつおだし</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>みりん</p> <p>砂糖</p> <p>料理酒</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>青ネギ</p> <p>◆ささみとブロッコリーのサラダ</p> <p>ブロッコリー 花序 生</p> <p>レタス</p> <p>ほぐし鶏</p> <p>ホールコーン(缶詰)</p> <p>ごまドレッシング</p> <p>◆味噌汁(玉ねぎ・わかめ)学</p> <p>たまねぎ</p> <p>乾燥わかめ</p> <p>合わせ味噌</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>◆くだもの(GF)</p> <p>グレープフルーツ</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆魚の南蛮漬け(学)</p> <p>鮭(生)</p> <p>食塩</p> <p>片栗粉</p> <p>調合油</p> <p>たまねぎ</p> <p>にんじん</p> <p>青ピーマン生</p> <p>かつおだし汁</p> <p>酢</p> <p>グラニュー糖</p> <p>みりん風調味料</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>鷹の爪</p> <p>◆ひじきの五目煮(学)</p> <p>ひじき(乾)</p> <p>乾しいたけ</p> <p>にんじん</p> <p>油揚げ</p> <p>むき枝豆(冷)</p> <p>めんつゆ ストレート</p> <p>水</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>白ごま 乾</p> <p>◆小松菜のなめたけ和え</p> <p>ごまつな 葉 生</p> <p>にんじん</p> <p>なめたけ</p> <p>食塩</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>◆キムチチゲ(学)</p> <p>豚コマ スライス</p> <p>はくさい(生)</p> <p>たまねぎ生</p> <p>もやし</p> <p>絹ごし豆腐</p> <p>にら</p> <p>にんにく おろし</p> <p>顆粒中華味</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>白ごま 乾</p> <p>コチュジャン</p> <p>合わせ味噌</p> <p>◆くだもの(パイン)</p> <p>パインアップル 生</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆白身魚のトマトバターソース</p> <p>すずき 生</p> <p>しお</p> <p>ブラックペッパー</p> <p>小麦粉</p> <p>有塩バター</p> <p>にんにく おろし</p> <p>トマト生</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>◆チンゲン菜とホタテの塩炒め</p> <p>チンゲンサイ 葉 生</p> <p>ほたてが い 貝柱 生</p> <p>たまねぎ生</p> <p>にんじん</p> <p>うずら卵 水煮缶詰</p> <p>片栗粉</p> <p>食塩</p> <p>しょうが おろし</p> <p>にんにく おろし</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>食塩</p> <p>◆焼き餃子(学)</p> <p>ぎょうざ 冷凍</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>酢</p> <p>ラー油</p> <p>サニーレタス 葉 生</p> <p>◆中華和え</p> <p>だいこん 生</p> <p>胡瓜 生</p> <p>にんじん</p> <p>むきエビ(冷)</p> <p>カットわかめ</p> <p>酢</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>砂糖</p> <p>ごま油</p> <p>◆オニオンスープ(学)</p> <p>たまねぎ生</p> <p>有塩バター</p> <p>水</p> <p>顆粒コンソメ</p> <p>粉パセリ 乾</p> <p>◆くだもの(ぶどう)</p> <p>ぶどう 生</p>	<p>◆おろしボン酢豚丼(学)</p> <p>米</p> <p>豚ロース(薄切り)</p> <p>たまねぎ生</p> <p>調合油</p> <p>砂糖</p> <p>料理酒</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>みりん</p> <p>しょうが おろし</p> <p>大根おろし(冷)</p> <p>ほん酢しょうゆ</p> <p>青ネギ</p> <p>卵</p> <p>紅しょうが</p> <p>◆やみつき豆苗サラダ(学)</p> <p>豆苗</p> <p>ツナ</p> <p>顆粒中華だし</p> <p>ごま油</p> <p>白ごま 乾</p> <p>◆鶏汁(学)</p> <p>鶏むね肉</p> <p>里芋(令)</p> <p>だいこん 生</p> <p>厚揚げ</p> <p>にんじん</p> <p>長ネギ</p> <p>板こんにやく</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>合わせ味噌</p> <p>◆キウイヨーグルト(学)</p> <p>プレーンヨーグルト(400g)</p> <p>キウイフルーツ(ゴールド)</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆ミートローフ(学)</p> <p>豚ひき肉</p> <p>大豆水煮</p> <p>にんにく おろし</p> <p>たまねぎ</p> <p>マッシュルーム 水煮缶</p> <p>ミックスベジタブル(冷)</p> <p>マーガリン</p> <p>卵</p> <p>食塩</p> <p>こしょう粉</p> <p>トマトケチャップ</p> <p>ウスターソース</p> <p>ブロッコリー 花序 生</p> <p>◆イカのマリネ(学)</p> <p>こういか 生</p> <p>にんじん</p> <p>胡瓜 生</p> <p>黄ピーマン</p> <p>たまねぎ生</p> <p>酢</p> <p>オリーブ油</p> <p>砂糖</p> <p>粒入りマスタード</p> <p>しお</p> <p>◆BLTスープ(学)</p> <p>ベーコン</p> <p>レタス</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>トマト生</p> <p>水</p> <p>顆粒中華だし</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>片栗粉</p> <p>卵</p> <p>ブラックペッパー</p> <p>◆フルーツポンチ(学)</p> <p>白玉団子(冷)</p> <p>パインアップル 缶詰</p> <p>みかん 缶詰</p> <p>バナナ 生</p> <p>サイダー</p>