

	2024年 9月 2日(月)	9月 3日(火)	9月 4日(水)	9月 5日(木)	9月 6日(金)	9月 7日(土)	9月 8日(日)
朝	◆ごはん(学) 米 ◆魚のホイル焼き(学) 赤魚(60g) しお こしょう粉 えのきたけ 生 しめじ たまねぎ マーガリン にんにく おろし レモン 全果 生 ◆目玉焼き(学) 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆ツナ和え 胡瓜 生 ホールコーン(缶詰) ツナ缶 マヨネーズ 全卵型 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆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) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆ぶりのゆず醤油焼き ぶり 生 こいくちしょうゆ みりん ゆず 果皮 生 清酒 純米酒 しょうが おろし 食塩 調合油 ◆ブロッコリーの洋風ソテー ブロッコリー(冷) しめじ ベーコン にんにく おろし オリーブ油 顆粒コンソメ ◆小松菜とちくわの辛し和え(学) 小松菜(冷) 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 ◆味噌汁(じゃがいも・人参) じゃがいも にんじん 合わせ味噌 顆粒和風だし 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 ◆鮭のゴマ味噌マヨ焼き(学) 鮭(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 ◆ゆで卵 卵 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) ホールコーン(缶詰) ◆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) こいくちしょうゆ こしょう粉 ◆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 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	◆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 ◆ゆで卵 卵 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) ホールコーン(缶詰) ◆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) こいくちしょうゆ こしょう粉 顆粒和風だし ◆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 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	◆あわごはん(学) 米 マージン ◆白身魚の中華あんかけ(学) 赤魚(60g) 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 ◆スパニッシュオムレツ 卵 ミックスベジタブル(冷) ローズハム 固形ピジョン こいくちしょうゆ キャンディーチーズ ◆キムチ納豆(学) 納豆 はくさいキムチ 青ネギ ◆すまし汁(学) だいこん 生 しめじ ほうれん草(冷) 顆粒和風だし しお うすくちしょうゆ ◆くだもの(りんご) りんご生 ◆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 ◆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 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆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 白すりごま ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆ベーコンエッグ ベーコン スライス 卵 しお こしょう粉 ◆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 ◆もやしの胡麻和え(学) もやし こまつな 葉 生 ほぐし鶏 白すりごま 酢 こいくちしょうゆ ごま油 ◆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(オレンジ) オレンジ(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)塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油	◆(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	◆(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)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)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
昼	◆ごはん(学) 米 ◆なすとチキンのチリソース炒 鶏もも肉 こいくちしょうゆ 片栗粉 調合油 なす じゃがいも にんじん れんこん 生 調合油 チリソース トマトケチャップ 青ネギ ◆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 ◆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 ◆白菜の野菜スープ(学) はくさい(生) にんじん 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(デラウェア) デラウェア	◆ごはん(学) 米 ◆鶏肉のトマト焼き 鶏もも肉 料理酒 しお こしょう粉 とまと缶詰 にんにく おろし オリーブ油 顆粒コンソメ トマトケチャップ ピザ用チーズ 粉パセリ 乾 ◆いんげんの炒め物 いんげん(冷) にんじん ツナ缶 調合油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆大根のおかか和え だいこん 生 酢 砂糖 しお 糸カツオ ◆もやしとひき肉と坦々豆乳ス 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(パイナップル) パイナップル 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 鶏ミンチ 大豆水煮 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 顆粒中華味 グラニュー糖 調合油 卵 調合油 バジル 粉 ◆ポテトフライ(増量) フライドポテト 調合油 しお 粉パセリ 乾 ◆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 ローズハム 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(冷) 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 ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆ごはん(学) 米 ◆鶏肉のピザ焼き(学) 鶏もも肉 こしょう粉 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 ◆ブロッコリーのソテー(学) ブロッコリー(冷) にんじん ホールコーン(缶詰) ベーコン スライス 顆粒コンソメ こしょう粉 トマト生 モッツアレラ 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 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(ぶどう) ぶどう 生	◆ロコモコ丼 米 やわらかハンバーグ(16) ウスターソース トマトケチャップ 水 レタス ミニトマト 果実 生 アボカド 生 卵 ◆ナゲット&ポテト チキンナゲット フライドポテト(クリンクル) 調合油 トマトケチャップ ◆ゴボウサラダ(学) ごぼう 根 生 にんじん 胡瓜 生 ほぐし鶏 白すりごま ◆マッシュルームスープ マッシュルームスープ 水 しめじ 生 ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	◆ごはん(学) 米 ◆鶏肉の生姜焼き(学) 鶏もも肉 たまねぎ 料理酒 みりん こいくちしょうゆ 砂糖 ごま油 しょうが おろし ◆(付)スパゲッティ スパゲッティ(乾) オリーブ油 こいくちしょうゆ 食塩 ブラックペッパー ◆厚焼き卵(学) 卵 しお 調合油 ◆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 ◆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 ◆キャロットラペ(弁) にんじん たまねぎ生 オレンジジュース オリーブ油 粒入りマスタード 酢 しお	◆ごはん+梅干し(学) 米 種ぬきかつお梅 ◆豚カツ(学) 豚肉トンカツ用(100) しお こしょう粉 小麦粉 卵 パン粉 調合油 とんかつソース トマトケチャップ ◆(付)キャベツ キャベツ 生 にんじん ◆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 ◆焼きウィンナー ポークソーセージ 調合油 ◆きんぴらごぼう(弁) 千切りごぼう(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 ◆グレープフルーツジュース グレープフルーツ 果実
夜	◆(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)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆(補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚) ◆ザバス(200ml)パニラ ザバス(乳飲料)200ml	◆(補)塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油	◆(補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 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
夕	◆(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 ローズハム 乾燥わかめ 冷やし中華のたれ ◆手羽先の照り焼き(学)	◆ごはん(学) 米 ◆ひじき入り鶏つくね(学) 鶏ミンチ 大豆水煮 にんじん むき枝豆(冷) ひじき(乾) しお 片栗粉 こいくちしょうゆ 砂糖	◆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	◆ごはん(学) 米 ◆サバの梅みそ焼き(学) サバ(120) しょうが おろし 清酒 純米酒 合わせ味噌 山海ぶし みりん ながいも こいくちしょうゆ わさび 練り	◆ごはん(学) 米 ◆チキンソテーきのこソースか 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	◆ごはん(学) 米 肉じゃが(学) 豚コマ スライス 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	◆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 ◆魚の磯辺揚げ

	2024年 9月 2日(月)	9月 3日(火)	9月 4日(水)	9月 5日(木)	9月 6日(金)	9月 7日(土)	9月 8日(日)
タ	鶏手羽先 料理酒 砂糖 こいくちしょうゆ にんにく おろし 白ごま 乾 ◆人参とほうれん草のゴマ和え にんじん ほうれんそう(生) 白ごま 乾 こいくちしょうゆ 酢 砂糖 ◆デザート(ももゼリー) もものゼリー(60g)	料理酒 みりん 青ネギ ◆きびなごの南蛮漬け(学) きびなご 生 片栗粉 調合油 たまねぎ にんじん 青ピーマン生 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 ◆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 ◆ゆし豆腐(学) ゆし豆腐 顆粒和風だし 合わせ味噌 青ネギ ◆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)	しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 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 ◆豆苗ともやしのナムル(学) 豆苗 もやし ほぐし鶏 ごま油 うすくちしょうゆ 酢 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	きざみのり ◆厚焼き卵(学) 卵 しお ◆ケーバイリチー(学) 刻み昆布 切こんにやく カステラかまぼこ 豚コマ スライス 調合油 うすくちしょうゆ 清酒 純米酒 みりん 顆粒和風だし ◆白菜と小松菜のごま和え はくさい(冷) 小松菜(冷) ツナ缶 白すりごま 酢 こいくちしょうゆ ◆キムチとん汁(学) 豚ロース1cmスライス 里芋(令) だいこん 生 にんじん 長ネギ 板こんにやく キムチの素 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生)	ぼん酢しょうゆ 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 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆生ハムサラダ(学) レタス 生ハム ミニトマト 果実 生 イタリアンドレッシング ◆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(メロン) メロン(生)	料理酒 ◆トマトのチーズ焼き(学) トマト生 しお ブラックペッパー マヨネーズ 全卵型 ピザ用チーズ 粉パセリ 乾 ◆みょうがと鶏肉の和え物(学) ほぐし鶏 もやし みずな 葉 生 みょうが 胡瓜 生 錦糸卵 酢 砂糖 うすくちしょうゆ ごま油 黒ゴマ ◆かきたまうどん汁(学) うどん(冷) 卵 カットわかめ 青ネギ 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	ホキ(20)天ぶら用 しままーす こしょう粉 あおのり 小麦粉 たまご 水 調合油 ◆シーフードマリネ(学) シーフードmix 胡瓜 生 トマト生 たまねぎ生 にんにく おろし レモン汁 酢 オリーブ油 砂糖 粒入りマスタード ◆中華めん(学) 中華麺 ゆで にんじん チンゲンサイ 葉 生 ほぐし鶏 錦糸卵 しお 顆粒中華だし ごま油 青ネギ ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)