

	2024年 9月 23日(月)	9月 24日(火)	9月 25日(水)	9月 26日(木)	9月 27日(金)	9月 28日(土)	9月 29日(日)
朝	<p>◆☆試合当日メニュー☆ ◆(試合前)餅入りみぞれうどん うどん(冷) なると もち 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 大根おろし(冷) 卵 青ネギ ◆うめおにぎり 米 種ぬきかつお梅 白ごま 乾 焼きのり(10枚) ◆フルーツ盛り合わせ(学) オレンジ(生) キウイフルーツ(ゴールド) バナナ 生 ◆気になる野菜100 賛沢野菜 賛沢野菜1日分</p>	<p>◆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 卵 しお ピザ用チーズ 粉パセリ 乾 ◆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 ◆玉ねぎとわかめの和え物 たまねぎ カットわかめ かに風味かまぼこ(令) 和風ドレッシングタイプ調 ◆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</p>	<p>◆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) 牛肉スライス 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</p>	<p>◆ホットドッグ コッペパン 卵 マヨネーズ 全卵型 しお ブラックペッパー ◆ベーコン ベーコン スライス しお こしょう粉 調合油 ◆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 ◆ミネストローネスープ(学) とまと缶詰 たまねぎ マカロニ 乾 はくさい(生) ベーコン トマトジュース 水 顆粒コンソメ しお トマトケチャップ にんにく おろし 粉パセリ 乾 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳</p>	<p>◆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 卵 しお ピザ用チーズ 粉パセリ 乾 ◆ひじきの五目煮(学) ひじき(乾) 乾しいたけ にんじん 油揚げ えだまめ 冷凍 めんつゆ ストレート 水 顆粒和風だし 白ごま 乾 ◆なすの煮びたし なす 糸カツオ こいくちしょうゆ みりん 青ネギ ◆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 赤だしみそ 白みそ 青ネギ ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳</p>	<p>◆☆試合当日メニュー☆ ◆(試合前)とろろ月見温うどん うどん(冷) なると 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 山芋とろろ(冷) 卵 かいわれだいこん ◆捕鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚) ◆フルーツ盛り合わせ(学) 梨(生) キウイフルーツ(ゴールド) ◆気になる野菜100 賛沢野菜 賛沢野菜1日分</p>	<p>◆☆試合当日メニュー☆ ◆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 しお 減塩しょうゆ ◆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 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆かきたまうどん汁(学) うどん(冷) 卵 青ネギ 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 ◆気になる野菜100 β-カロ 気になる野菜 β-カロテ</p>
間	<p>◆(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) ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml</p>	<p>◆(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</p>	<p>◆(補)ジャムトースト 食パン マーガリン いちご ジャム</p>	<p>◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり</p>	<p>◆(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) ◆ザバス(200ml)ココア ザバス(乳飲料)200ml</p>	<p>◆(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) ◆ザバス(200ml)ココア ザバス(乳飲料)200ml</p>	<p>◆(補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)</p>
昼	<p>◆スーパージャーチャー麺(学) 中華麺 ゆで なす たまねぎ 青ピーマン生 赤ピーマン生 豚ひき肉 にら マーボー豆腐の素 ラー油 ◆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 ◆ワンドラップ(学) ワンドラップ 冷凍 豆苗 乾しいたけ 顆粒中華だし ◆くだもの(梨)学 梨(生)</p>	<p>◆ごはん(学) 米 ◆マーボー茄子(学) なす 調合油 乾しいたけ 豚ひき肉 鶏ミンチ 大豆水煮 にら にんにく おろし しょうが おろし こいくちしょうゆ 甜麺醤 調合油 ごま油 片栗粉 トウバンジャン ◆蒸しゆまい(学) しゅうまい 冷凍 こいくちしょうゆ からし 練り ラー油 ◆ささ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 ◆鶏団子とチンゲン菜のとろみ 鶏だんご(冷) チンゲンサイ 葉 生 乾しいたけ はるさめ 普通はるさめ 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(パイ) パイナップル 生</p>	<p>◆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 ◆デザート(ももゼリー) もものゼリー(60g)</p>	<p>◆あわごはん(学) 米 マージン ◆サバの香味ソースかけ(学) サバ(120) 料理酒 うすくちしょうゆ 長ネギ みょうが こいくちしょうゆ 酢 砂糖 ごま油 白ごま 乾 ◆牛肉と青菜のかき油炒め(学) 牛肉スライス 清酒 純米酒 しめじ えのきたけ 生 チンゲンサイ 葉 生 食塩 こいくちしょうゆ 顆粒中華だし ごま油 オイスターソース 調合油 ◆ゆで卵 卵 しお ◆冷やっこ(学) 絹ごし豆腐 青ネギ 糸カツオ こいくちしょうゆ ◆鶏肉のスープ(学) はくさい(生) にんじん しめじ とりむね(皮なし) 顆粒中華だし 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</p>	<p>◆ごはん(学) 米 ◆チーズハンバーグ~デミソー あいびき肉 鶏ミンチ 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 デミグラスソース 水 しめじ たまねぎ ピザ用チーズ ◆ブロッコリーの洋風ソテー ブロッコリー(冷) にんじん ベーコン にんにく おろし オリーブ油 顆粒コンソメ ◆生ハムサラダ(学) レタス にんじん 赤ピーマン生 黄ピーマン 生ハム イタリアンドレッシング ◆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(ぶどう) ぶどう 生</p>	<p>◆ゆかりごはん(学) 米 ゆかり ◆豚ロースのガーリックソテー(学) 豚ロース1cmスライス しお こしょう粉 にんにく おろし 調合油 砂糖 料理酒 こいくちしょうゆ みりん ◆(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 ◆ゆで卵 卵 しお ◆コロケ ポテトコロケ(冷) 調合油 サラダ菜 ミニトマト 果実 生 ◆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 ◆人参しりりー にんじん 卵 にら 調合油 かつおだし こしょう粉 こいくちしょうゆ</p>	<p>◆ごはん(学) 米 ◆タンドリーチキン(学) 鶏むね肉 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 調合油 ◆アスパラの肉巻き(学) アスパラガス(冷) 豚ロース(薄切り) しお こしょう粉 調合油 めんつゆ 三倍濃厚 白ごま 乾 ◆ゆで卵 卵 しお ◆切り干し大根の煮物(学) 切り干しだいこん 乾 にんじん 油揚げ 調合油 顆粒和風だし 砂糖 うすくちしょうゆ ◆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 ◆りんごジュース りんご 果実飲料 濃縮</p>
夜	<p>◆(補)じゃこチーズおにぎり 米 しらす干し 半乾燥品 スティックチーズ ごま油 めんつゆ 三倍濃厚</p>	<p>◆(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</p>	<p>◆(補)辛子高菜おにぎり 米 辛子高菜漬け</p>	<p>◆(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</p>	<p>◆(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) ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml</p>	<p>◆(補)辛子高菜おにぎり 米 辛子高菜漬け ◆ザバス(200ml)ココア ザバス(乳飲料)200ml</p>	<p>◆(補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚) ◆チーズ(学) 6Pチーズ</p>
夕	<p>◆おろしボン酢豚丼(学) 米 豚コマ スライス たまねぎ生 調合油 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 卵 紅しょうが</p>	<p>◆ごはん(学) 米 ◆ビーフシチュウ(学) 牛肩ロース 調合油 じゃがいも たまねぎ生 にんじん マッシュルーム 水煮缶 ブロッコリー 花序 生 ビーフシチュウ ルウ ◆マカロニツナサラダ(学) マカロニ 乾 胡瓜 生 にんじん</p>	<p>◆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 ◆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)</p>	<p>◆ごはん(学) 米 ◆ソーキの煮付け(学) 豚ソーキ(40g) だいこん 生 にんじん まこんぶ 素干し 板こんにやく チンゲンサイ 葉 生 こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 顆粒和風だし 食塩 ◆フーチャンブルー(学)</p>	<p>◆☆試合前日メニュー☆ ◆ほうれん草とツナの和風スパ スパゲッティ(乾) ほうれん草(生) たまねぎ ツナ缶 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 顆粒和風だし ◆トマトと豚肉のふわふわ卵炒 トマト生</p>	<p>◆☆試合前日メニュー☆ ◆三色丼(学) 米 鶏むねミンチ 調合油 めんつゆ 三倍濃厚 しょうが おろし 卵 しお こしょう粉 調合油 ほうれん草(冷) しお 顆粒和風だし こいくちしょうゆ</p>	<p>◆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 調合油 福神漬 らっきょう 甘酢漬 ◆ささみとブロッコリーのサラダ ブロッコリー(冷)</p>

	2024年 9月 23日(月)	9月 24日(火)	9月 25日(水)	9月 26日(木)	9月 27日(金)	9月 28日(土)	9月 29日(日)
タ	◆パンバンジーサラダ(学) ほぐし鶏 レタス もやし 胡瓜 生 セロリ 生 トマト生 ごまドレッシング ◆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 板こんにゃく 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	たまねぎ ) 鶏卵 全卵 ゆで ツナ缶 マヨネーズ 全卵型 ミニトマト 果実 生 ◆くだもの(みかん) 温州みかん	パン粉 普通牛乳 卵 にんにく おろし しお ごしょう粉 ナツメグ 粉 だいこん 生 しそ ほん酢しょうゆ ◆白菜と小松菜のごまサラダ( ) 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 ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	車麩 卵 キャベツ にんじん もやし いら ポークランチョンミート 顆粒和風だし 食塩 うすくちしょうゆ 調合油 ◆豚しゃぶサラダ(学) レタス 胡瓜 生 みょうが トマト生 豚コマ スライス ごまドレッシング ◆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	豚コマ スライス )卵炒 卵 ごま油 顆粒中華だし しお ブラックペッパー ◆野菜たっぷりコンソースープ(学) 鶏むね肉 ブロccoli(冷) じゃがいも たまねぎ生 ホールコーン(缶詰) 顆粒コンソメ ホワイトソース 水 粉パセリ 乾 ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	きざみのり 青ネギ ◆胡瓜とタコの酢の物(学) 胡瓜 生 まだこ 生 酢 砂糖 うすくちしょうゆ しょうが おろし ◆鶏塩そうめん(学) そうめん・乾 鶏むね肉 キャベツ 青ネギ 鳥がらだし にんにく おろし しお ごしょう粉 ごま油 白すりごま ◆くだもの(りんご) りんご生	・ほぐし鶏 ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング ◆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)