

	2024年 11月 18日(月)	11月 19日(火)	11月 20日(水)	11月 21日(木)	11月 22日(金)	11月 23日(土)	11月 24日(日)	
朝	◆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 ◆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 ◆納豆みそ(学) ひきわり納豆 青ネギ 合わせ味噌 砂糖 みりん 三枚肉スライス しょうが おろし 調合油 ◆みそ汁(白菜・えのき) はくさい(生) えのきたけ 生 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 ◆紅鮭のみりん焼き(学) べにざけ 生 こいくちしょうゆ みりん しょうが おろし 白ごま 乾 調合油 ◆キムチ納豆(学) 納豆 はくさいキムチ 青ネギ ◆ツナ和え(学) 胡瓜 生 ホールコーン(缶詰) ツナ缶 マヨネーズ 全卵型 ◆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 ◆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 ◆サバの照り煮(学) サバ(120) こいくちしょうゆ グラニュー糖 かつおだし 調合油 みりん 長ネギ ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆人参しりしりー(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 ◆ほうれん草としめじのお浸し(冷) ほうれん草(冷) しめじ 油揚げ うすくちしょうゆ かつおだし汁 糸カツオ ◆すまし汁(とろろ/花麩) とろろ昆布 花麩 みつば 生 顆粒和風だし うすくちしょうゆ しお ゆず 果皮 生 ◆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) チキンウィナー ピザ用チーズ ◆目玉焼き(学) 卵 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) コールスローレッシング ◆ミネストローネスープ とまと缶詰 えのきたけ 生 ABCマカロニ キャベツ ベーコン トマトジュース 水 顆粒コンソメ しお 粉パセリ 乾 ◆くだもの(柿) 柿 ◆牛乳 普通牛乳	◆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 しお ピザ用チーズ 粉パセリ 乾 ◆納豆 納豆 青ネギ ◆ちんげん菜の中華炒め チンゲンサイ(冷) にんじん いか 生 むきエビ(冷) エリンギ 生 乾しいたけ 調合油 中華だし こいくちしょうゆ 清酒 純米酒 食塩 ブラックペッパー ◆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 ◆赤魚の煮付け(学) 赤魚(60g) しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 みりん ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆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 ◆みそ汁(白菜・えのき) はくさい(生) えのきたけ 生 葉ねぎ 葉 生 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(いちご) いちご 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 ◆納豆(学) 納豆 調合油 レタス 青ネギ ◆巣ごもり卵(学) 卵 キャベツ にんじん ベーコン 粉パセリ 乾 しお こいくちしょうゆ ◆そうめん汁(学) 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 食塩 ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	
間	◆補)大根葉おにぎり 米 葉だいこん 葉 生 しらす めんつゆ 三倍濃厚 ごま油 白ごま 乾	◆補)辛子高菜おにぎり 米 辛子高菜漬け	◆補)塩おにぎり 米 しお 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)	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆(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	◆補)小松菜とわかめの鉄分おにぎり 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)バニラ ザバス(乳飲料)200ml	
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 ◆小松菜の白和え(学) 木綿豆腐 こまつな 葉 生 にんじん かに風味かまぼこ(令) 米みそ 甘みそ グラニュー糖 白ごま 乾 ◆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 ◆ハニークETCHAPPチキン(学) 鶏もも肉 料理酒 マヨネーズ 全卵型 片栗粉 トマトケチャップ はちみつ 顆粒コンソメ 調合油 白ごま 乾 ◆(付)いんげんソテー いんげん(冷) にんじん ベーコン ホールコーン(缶詰) 有塩バター 顆粒コンソメ ◆スバニッシュオムレツ 卵 ミックスベジタブル(冷) ロースハム ピザ用チーズ 固形ブイヨン こいくちしょうゆ ◆おからサラダ おから 胡瓜 生 にんじん たまねぎ 鶏卵 全卵 ゆで ツナ缶 マヨネーズ 全卵型 サラダ菜 ◆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 にら 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 ◆くだもの(メロン) メロン(生)	◆ごはん(学) 米 ◆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 ◆揚げぎょうざ&春巻き ぎょうざ 冷凍 春巻き(冷) 調合油 サニーレタス 葉 生 ◆中華もやし和え(学) もやし 胡瓜 生 ロースハム こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 顆粒中華味 白ごま 乾 ◆五目中華スープ(学) はくさい(生) 乾しいたけ にんじん 豚コマ スライス 絹ごし豆腐 顆粒中華味 うすくちしょうゆ しお 片栗粉 ◆BDケーキ(学) ショートケーキ(カット)	◆ごはん(学) 米 ◆チーズハンバーグ(学) あいびき肉 高野豆腐 たまねぎ生 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 ピザ用チーズ レタス トマト生 ◆きんぴられんこん(学) れんこん(スライス ゆで) にんじん 白ごま 乾 ごま油 こいくちしょうゆ みりん風調味料 ラー油 ◆コブサラダ(学) レタス 胡瓜 生 トマト生 アボカド 生 ほぐし鶏 卵 コブドレッシング ◆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(りんご) りんご生	◆焼きそば(学) 焼きそば麺 キャベツ にんじん たまねぎ もやし ロースハム 豚コマ スライス 調合油 しお こしょう粉 料理酒 焼きそばソース あおのり 紅しょうが ◆目玉焼き(学) 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆ツナポテトサラダ(学) じゃがいも 胡瓜 生 たまねぎ にんじん 鶏卵 全卵 ゆで レタス マヨネーズ 全卵型 しお ◆ワタンスープ(学) ワタん 冷凍 豆苗 乾しいたけ 顆粒中華だし ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆ごはん(学) 米 ◆ひじき入り鶏つくね(学) 鶏ミンチ にんじん たまねぎ むき枝豆 ロース(乾) 豚コマ スライス 調合油 しお こしょう粉 料理酒 焼きそばソース あおのり 紅しょうが ◆目玉焼き(学) 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆ツナポテトサラダ(学) じゃがいも 胡瓜 生 たまねぎ にんじん 鶏卵 全卵 ゆで レタス マヨネーズ 全卵型 しお ◆ワタンスープ(学) ワタん 冷凍 豆苗 乾しいたけ 顆粒中華だし ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆ごはん(学) 米 ◆ひじき入り鶏つくね(学) 鶏ミンチ にんじん たまねぎ むき枝豆 ロース(乾) 豚コマ スライス 調合油 しお こしょう粉 料理酒 焼きそばソース あおのり 紅しょうが ◆目玉焼き(学) 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆ツナポテトサラダ(学) じゃがいも 胡瓜 生 たまねぎ にんじん 鶏卵 全卵 ゆで レタス マヨネーズ 全卵型 しお ◆ワタンスープ(学) ワタん 冷凍 豆苗 乾しいたけ 顆粒中華だし ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆ごはん(学)梅付き 米 種ぬきかつお梅 ◆鶏の唐揚げ(学) 鶏もも肉 食塩 ブラックペッパー ひじき(乾) しお 片栗粉 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 ◆厚焼き卵(学) 卵 しお 調合油 ◆蒸ししゅうまい(学) しゅうまい 冷凍 こいくちしょうゆ 酢 からし 練り ◆人参しりしりー にんじん にら コンビーフハッシュ 調合油 顆粒和風だし こしょう粉 こいくちしょうゆ ◆ピーマンの塩昆布和え(弁) 青ピーマン生 しめじ 塩昆布 ごま油
夜	◆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)塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油	◆補)梅じゃこおにぎり(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 山海がし しそ ◆ザバス(200ml)バニラ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 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) ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)しそ昆布おにぎり 米 しそ昆布 ◆ザバス(200ml)ココア ザバス(乳飲料)200ml	
夕	◆ごはん(学) 米 ◆よだれ鶏(学) とりむね(皮なし) 料理酒 砂糖 しお	◆うな丼(学) 米 しそ みょうが 卵 しお 調合油	◆ごはん(学) 米 ◆ゆで豚の薬味ソースかけ(学) 豚かたロース(ブロック) 料理酒 砂糖 長ネギ	◆ビビンバ丼(学) 米 牛肉スライス にんにく おろし しょうが おろし 料理酒 砂糖	◆ごはん(学) 米 ◆豚肉の生姜焼き(学) 豚ロース1cmスライス たまねぎ 料理酒 みりん	◆ごはん(学) 米 ◆スコッチエッグ(学) 卵 あいびき肉 しお たまねぎ生	◆ちゃんぽん麺(学) 中華麺 ゆで 豚コマ スライス キャベツ 生 にんじん もやし 赤かまぼこ	

	2024年 11月 18日(月)	11月 19日(火)	11月 20日(水)	11月 21日(木)	11月 22日(金)	11月 23日(土)	11月 24日(日)
タ	長ネギ 青ネギ こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 ラー油 にんにく おろし しょうが おろし しょう 白すりごま 七味唐辛子 水 レタス ◆おでん(学)小盛 だいこん 生 しらたき 焼きちくわ チキンウィンナー 蒸し昆布 小松菜(冷) 顆粒和風だし こいくちしょうゆ みりん からし 練り ◆タコとワカメの中華和え(学) まだこ ゆで 胡瓜 生 カットわかめ 中華ドレッシング ◆ニラと卵の味噌汁 卵 には 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆デザート(ももゼリー) もものゼリー(60g)	うなぎ かば焼 焼き鳥のたれ きざみのり ◆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 ◆大根和え物(学) だいこん 生 みずな 葉 生 ツナ 和風ドレッシングタイプ調 糸カツオ きざみのり ◆みそ汁(じゃが芋/ねぎ)(学) じゃがいも えのきたけ 生 長ネギ 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(りんご) りんご生	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 ◆揚げぎょうざ&春巻き ぎょうざ 冷凍 春巻き(冷) 調合油 サニーレタス 葉 生 ◆豆腐サラダ(学) 絹ごし豆腐 レタス 黄ピーマン かいわれだいこん ミニトマト 果実 生 きざみのり 和風ドレッシングタイプ調 ◆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 しょう みつば 生 ゆず皮(冷) ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	こいくちしょうゆ コチュジャン ほうれん草(冷) ごま油 鳥がらだし もやし ごま油 鳥がらだし にんじん ごま油 しょう はくさいキムチ 卵 白ごま 乾 ◆タコとワカメの中華和え(学) まだこ ゆで 胡瓜 生 カットわかめ 中華ドレッシング ◆鶏さき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 しょう 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	こいくちしょうゆ ごま油 ◆クリームコロッケ(学) クリーミーコロッケ(30g) 調合油 ◆パンパンジーサラダ(学) ほぐし鶏 もやし 胡瓜 生 セロリ 生 トマト生 ごまドレッシング ◆中身汁(学) 中身 豚ロース1cm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(梨)学 梨(生) ◆きなこ団子(学) 白玉団子(冷) きな粉 黒蜜	パン粉 普通牛乳 卵 ナツメグ 粉 こしょう粉 小麦粉 卵 パン粉 調合油 トマトケチャップ ウスターソース ◆ブロッコリー炒め(学) ブロッコリー(冷) にんじん しめじ 沖ハム チョリソー(80) 顆粒コンソメ 有塩バター ◆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 ◆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 ◆ヨーグルト和え(学) バナナ 生 バインアップル 缶詰 黄桃缶 プレーンヨーグルト(400g)	・ホールコーン(缶詰) ごま油 しょうが おろし 鳥がらだし こいくちしょうゆ オイスターソース 普通牛乳 水 しょう こしょう粉 ラー油 ゆずこしょう ◆かに玉風あんかけ(学) 卵 かに風味かまぼこ(令) 乾しいたけ 長ネギ 調合油 鳥がらだし 水 こいくちしょうゆ 酢 砂糖 片栗粉 青ネギ ◆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 ◆中華いか和え(学) 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 ◆杏仁フルーツ(学) 杏仁フルーツ缶 白玉粉

	2024年 11月 25日(月)	11月 26日(火)	11月 27日(水)	11月 28日(木)	11月 29日(金)	11月 30日(土)	12月 1日(日)
朝	◆ごはん(学) 米 ◆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 ◆ベーコンエッグ ベーコン スライス 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆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 ◆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(りんご) りんご生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆サバの塩焼き(学) サバ(120) しお だいこん 生 しそ こいくちしょうゆ ◆キムチ納豆(学) 納豆 はくさいキムチ 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 ◆けんちん汁(学) 豚コマ スライス だいこん 生 にんじん 板こんにやく 里芋(令) 油揚げ こいくちしょうゆ 食塩 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 ◆ししゃも塩焼き ししゃも 生干し 生 レモン 全果 生 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆かに玉風厚焼き玉子 卵 かに風味かまぼこ(令) 乾しいたけ 青ネギ 鳥がらだし ごま油 ◆沖縄風みそ汁(学) 豚コマ スライス 沖縄豆腐 卵 だいこん 生 にんじん 青ネギ 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	◆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 ◆サラダ(キャベツ・コーン) キャベツ ホールコーン(缶詰) 胡瓜 生 ツナ缶 フレンチドレッシング ◆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 こしょう粉 顆粒和風だし ◆コンソープ 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(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆あわごはん(学) 米 マージン ◆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 ピザ用チーズ ◆ゆで卵 卵 しお ◆キムチ納豆(学) 納豆 はくさいキムチ 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(パイン) パインアップル 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 ◆アスパラバター炒め アスパラガス(冷) ベーコン ホールコーン(缶詰) 有塩バター 顆粒コンソメ ◆おろし和え 大根おろし(冷) なめこ 水煮 みつば 生 ぼん酢しょうゆ ◆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 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 ◆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 ◆納豆みそ(学) ひきわり納豆 青ネギ 合わせ味噌 砂糖 みりん 三枚肉スライス しょうが おろし 調合油 ◆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 ◆胡瓜の浅漬(学) 胡瓜 生 しお 昆布だし 砂糖 白ごま 乾 ◆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 ◆くだもの(ぶどう) ぶどう 生 ◆牛乳 普通牛乳
間	◆(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)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)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)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(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)塩おにぎり 米 しお 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 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	◆(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
昼	◆カレーうどん(学) うどん(冷) 豚コマ スライス はくさい(生) にんじん 油揚げ 乾しいたけ 青ネギ かつおだし汁 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 料理酒 みりん しお カレー粉 ウスターソース ◆ジャーマンポテト(学) じゃがいも たまねぎ生 ベーコン 顆粒コンソメ 食塩 こしょう 白 粉 パセリ 葉 生 ◆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 ◆フルーツボンチ(学) 白玉団子(冷) パインアップル 缶詰 みかん 缶詰 サイダー	◆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 ◆クリームコロッケ(学) クリームコロッケ(30g) 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 豚肉(もも) ごまドレッシング ◆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) 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆くだもの(メロン) メロン(生)	◆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 顆粒和風だし ◆チキンナゲット(学) チキンナゲット 調合油 ◆ポテトサラダ(学) じゃがいも にんじん 胡瓜 生 鶏卵 全卵 ゆで 食塩 こしょう 白 粉 マヨネーズ 全卵型 ◆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) ほぐし鶏 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆くだもの(梨)学 梨(生)	◆ごはん(学) 米 ◆カルシウムUPカレー(学) 鶏もも肉 たまねぎ とまと缶詰 ブレンヨーグルト(400g) 牛乳(大) にんにく おろし しょうが おろし 有塩バター カレールー しお こしょう 白 粉 ◆ブロッコリーとコーンのサラダ ブロッコリー(冷) ほぐし鶏 レタス ホールコーン(缶詰) 和風ドレッシングタイプ調 ◆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) 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 調合油 ◆ポテトフライ フライドポテト(クリンクル) 調合油 トマトケチャップ ◆カプレーゼサラダ(学) 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 ◆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(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	◆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 ◆(付)スパゲッティ スパゲッティ(乾) にんにく りん茎 生 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 ◆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 ◆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 ◆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 ◆パインジュース パインアップル 果実飲	◆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 トマトケチャップ ◆(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 ◆きんぴらごぼう(弁) 千切りごぼう(令) 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 ◆ひじきの五目煮 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 三倍濃厚 水 顆粒和風だし 白ごま 乾 ◆漬物 漬物 しば漬 ◆オレンジジュース オレンジジュース
夜	◆(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 ごま油	◆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)ゆかりおにぎり 米 ゆかり ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆(補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚)	◆(補)梅じゃこおにぎり(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 ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml
タ	◆ごはん(学) 米 ◆ラタトゥイユ風鶏肉のトマト煮 鶏もも肉 しお こしょう粉 ズッキーニ 果実 生 たまねぎ 黄ピーマン しめじ	◆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	◆ごはん(学) 米 ◆揚げない油淋鶏(学) 鶏もも肉 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	◆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 片栗粉 調合油 にんじん いんげん(冷)	◆ごはん(学) 米 ◆チキンソテーきのこソースか とりむね(皮なし) しお こしょう粉 小麦粉 調合油 しめじ えのきたけ 生	◆ごはん(学) 米 ◆牛肉とセロリのオイスターソ り 牛肉スライス 片栗粉 セロリ 生 赤ピーマン生 にんにく おろし しょうが おろし 料理酒	◆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

	2024年 11月 25日(月)	11月 26日(火)	11月 27日(水)	11月 28日(木)	11月 29日(金)	11月 30日(土)	12月 1日(日)
タ	にんにく おろし オリーブ油 とまと缶詰 顆粒コンソメ ◆スパニッシュオムレツ 卵 ミックスベジタブル(冷) ロースハム 固形ブイヨン こいくちしょうゆ ピザ用チーズ ◆ゴボウサラダ(学) ごぼう 根 生 にんじん ほぐし鶏 マヨネーズ 全卵型 白すりごま ◆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 粉バセリ 乾 ◆デザート(ももゼリー) もものゼリー(60g)	マト煮 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 たまねぎ ◆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 ブレーンヨーグルト(400g) めんつゆ 三倍濃厚 山海ぶし ◆ミネストローネスープ(学) とまと缶詰 たまねぎ ABCマカロニ はくさい(生) ペーコン 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 粉バセリ 乾 ◆くだもの(いちご) いちご 生 ◆スイートポテト(学) さつまいも(生) 卵 生クリーム 砂糖 卵 黒ゴマ	学 調合油 長ネギ しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 レタス ◆エビとレタスの卵炒め レタス むきエビ(冷) 卵 食塩 こしょう 白 粉 清酒 純米酒 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 きざみのり ◆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 ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	(学) 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 ◆パパイヤいりちー(学) パパイア 未熟 生 にんじん ツナ たら 調合油 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆厚焼き卵(学) 卵 しお 調合油 ◆小松菜のなめたけ和え こまつな 葉 生 なめたけ 食塩 こいくちしょうゆ ◆根菜汁(学) だいこん 生 にんじん 乾しいたけ さつまいも(生) 油揚げ 顆粒和風だし こいくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆くだもの(みかん) 温州みかん	スカ まいたけ 生 有塩バター ぼん酢しょうゆ 青ネギ ◆いんげんの炒めもの いんげん(冷) にんじん たまねぎ ツナ缶 調合油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆生ハムサラダ(学) レタス 黄ピーマン 生ハム 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(りんご) りんご生	ーソ オイスターソース 調合油 しお ブラックペッパー ◆小籠包(学) 小籠包(30g) こいくちしょうゆ 酢 からし 練り ◆パンパンジーサラダ(学) ほぐし鶏 もやし 胡瓜 生 セロリ 生 トマト生 ごまドレッシング ◆もずく入りキムチスープ(学) もずく 絹ごし豆腐 はくさい(生) にんじん たまねぎ しめじ キムチの素 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆くだもの(パイン) パインアップル 生	みつば 生 きざみのり ◆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 ◆三色なます(学) だいこん 生 かに風味かまぼこ(令) 胡瓜 生 しままーす 酢 砂糖 ◆そば汁(学) 沖縄そば麺 錦糸卵 棒かまぼこ 青ネギ 顆粒和風だし 沖縄そばだし しお うすくちしょうゆ 料理酒 ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)