

Table with 7 columns (2025年 1月 27日(月) to 2月 2日(日)) and multiple rows of menu items including breakfast, lunch, and dinner options with detailed ingredient lists.

	2025年 1月 27日(月)	1月 28日(火)	1月 29日(水)	1月 30日(木)	1月 31日(金)	2月 1日(土)	2月 2日(日)
タ	マヨネーズ 全卵型 しお ピザ用チーズ ◆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 ◆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 ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	だいこん 生 みずな 葉 生 ツナ 糸カツオ きざみのり ゆずドレッシング ◆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)	卵 にんにく おろし しお こしょう粉 ナツメグ 粉 だいこん 生 しそ ぼん酢しょうゆ ◆白菜と小松菜のごまサラダ(学) 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 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(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	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 ◆タコのイタリアンサラダ(学) まだこ ゆで トマト生 胡瓜 生 イタリアンドレッシング ◆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 ◆くだもの(りんご) りんご生	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 ◆根菜豆サラダ(学) ささがきごぼう(冷) れんこん(スライス ゆで) にんじん ミックスビーンズ ほぐし鶏 マヨネーズ 全卵型 粒入りマスタード ◆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(GF) グレープフルーツ	チキンウィンナー にんじん 乾しいたけ 卵 かつおだし 顆粒和風だし みりん 砂糖 料理酒 うすくちしょうゆ 青ネギ ◆ささみと胡瓜の梅和え(学) ほぐし鶏 胡瓜 生 食塩 グラニュー糖 山海ぶし ◆もやしとひき肉の坦々豆乳ス 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(いちご) いちご 生	レタス ホールコーン(缶詰) ほぐし鶏 卵 ごまドレッシング ◆フルーツ盛り合わせ りんご生 オレンジ 生 キウイフルーツ(ゴールド)

	2025年 2月 3日(月)	2月 4日(火)	2月 5日(水)	2月 6日(木)	2月 7日(金)	2月 8日(土)	2月 9日(日)
朝	◆ごはん(学) 米 ◆サバの味噌煮 サバ(120) 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 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(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 ◆しゃも塩焼き しゃも 生干し 生 レモン 全果 生 ◆からし菜炒め(学) からしな 葉 生 にんじん 沖繩豆腐 ツナ缶 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆いんげんゴマ和え いんげん(冷) しめじ 生 白ごま 乾 こいくちしょうゆ 酢 ◆そうめん汁 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 ◆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	◆ごはん(学) 米 ◆ポークたまご(学) ポークランチョンミート 卵 レタス ミニトマト 果実 生 ごまドレッシング ◆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 ◆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 ◆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(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ホットドッグ コッペパン チキンウィンナー スティックチーズ トマトケチャップ 粒マスタード ◆目玉焼き(学) 卵 しお こしょう粉 ◆サラダ(学) レタス トマト生 ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング ◆かぼちゃの豆乳スープ(学) 西洋かぼちゃ 果実 生 豆乳 粉パセリ 乾 顆粒コンソメ 食塩 ◆くだもの(バナナ) バナナ 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 ◆タマナーチャンプルー キャベツ にんじん 豚コマ スライス にら 食塩 こしょう 白粉 顆粒和風だし うすくちしょうゆ ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆きのこのみそ汁 えのきたけ 生 しめじ 油揚げ 葉ねぎ 葉 生 麦みそ かつおだし 顆粒和風だし ◆くだもの(みかん) 温州みかん ◆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 ◆冬瓜のそぼろ煮 とうがん にんじん 鶏ミンチ 青ネギ 食塩 顆粒和風だし みりん こいくちしょうゆ ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆長いもの和え物 ながいも こいくちしょうゆ わさび 練り ◆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) 鮭60g(冷) こしょう粉 調合油 だいこん 生 しそ ぼん酢しょうゆ ◆きのこのソテー(学) しめじ えのきたけ 生 まいたけ 生 エリンギ 生 ベーコン スライス 食塩不使用バター 粉パセリ 乾 食塩 こしょう 白粉 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 ◆味噌汁(卵/ねぎ) 卵 青ネギ 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(りんご) りんご生 ◆牛乳 普通牛乳
間	◆(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	◆(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	◆塩昆布おにぎり(学) 米 塩昆布 ごま油	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆(補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆(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)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 むき 焼きのり(10枚)
昼	◆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 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 ◆(付)ポテトフライ フライドポテト 調合油 しお 粉パセリ 乾 ◆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 ◆明太ゴボウサラダ(学) 卵 ごぼう 根 生 にんじん 胡瓜 生 ほぐし鶏 辛子明太子(バラ)冷凍 マヨネーズ 全卵型 ◆コンソメスープ(学) キャベツ たまねぎ にんじん 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	◆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 切こんにゃく 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 ◆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 ◆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 ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド) ◆サーターアンダギー(学) 小麦粉 卵 黒砂糖 ベーキングパウダー 調合油 揚げ油	◆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 しお 調合油 トマトケチャップ ◆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 ◆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 ◆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 ◆フーチャンプルー(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 ◆中華風冷ややっこ(学) 絹ごし豆腐 長ネギ 胡瓜 生 にんにく おろし しょうが おろし 白すりごま 顆粒中華だし こいくちしょうゆ 酢 ごま油 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 ◆くだもの(いちご) いちご 生	◆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 焼き肉のたれ オイスターソース コチュジャン 砂糖 ◆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 ◆大根サラダ(学) だいこん 生 みずな 葉 生 ツナ 糸カツオ きざみのり ゆずドレッシング ◆キムチチゲ(学) 豚コマ スライス はくさい(生) たまねぎ生 もやし 絹ごし豆腐 にら にんにく おろし 顆粒中華味 こいくちしょうゆ 白ごま 乾 コチュジャン 合わせ味噌 ◆くだもの(りんご) りんご生	◆ごはん(学) 米 ◆鶏の唐揚げ(学) 鶏もも肉 食塩 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 小麦粉 卵 調合油 ◆(付)キャベツ/トマト キャベツ 生 トマト生 ◆厚焼き卵(学) しお 調合油 ◆ひじきの五目煮 ひじき(乾) 乾しいたけ にんじん 油揚げ 大豆水煮 めんつゆ 三倍濃厚 水 顆粒和風だし 白ごま 乾 ◆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 松こんにゃく 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(いちご) いちご 生	◆おろしポン酢豚丼(学) 米 豚ロース(薄切り) 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 卵 紅しょうが ◆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 調合油 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(オレンジ) オレンジ(生)
夜	◆(補)しそ昆布おにぎり 米 しそ昆布	◆(補)ホットドッグ(火腿チーズ) コッペパン ロース火腿 スライスチーズ トマトケチャップ	◆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	◆(補)うめおにぎり 米 種ぬめかつお梅 白ごま 乾 焼きのり(10枚)	◆(補)やみつおにぎり 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)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚) ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(200ml)バニラ 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)バナナ ザバス(乳飲料)200ml
夕	◆ごはん(学) 米 ◆クリームシチュー とりむね(皮なし) たまねぎ じゃがいも ブロッコリー(冷) しめじ ホールコーン(缶詰) 顆粒コンソメ 普通牛乳 ホワイトシチュールウ ◆スパニッシュオムレツ 卵	◆親子丼(学) 米 とりむね(皮なし) 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 みつば 生 きざみのり ◆もずくのかき揚げ(学) にんじん	◆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 ◆ツナ和え(学) 胡瓜 生 ホールコーン(缶詰)	◆ごはん(学) 米 ◆ゆで豚の薬味ソースかけ(学) 豚肉(もも) 食塩 料理酒 しお 長ネギ 胡瓜 生 みょうが しそ こいくちしょうゆ 酢 砂糖 ごま油	◆ごはん(学) 米 ◆チキン南蛮(学) とりむね(皮なし) 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	◆カレーうどん(学) うどん(冷) とりむね(皮なし) はくさい(生) にんじん 油揚げ 乾しいたけ かつおだし汁 顆粒和風だし こいくちしょうゆ カレー粉 料理酒 みりん しお	◆うどんライス(学) 米 ターメリック ◆ピリッと旨辛ドライカレー(学) 豚ひき肉 大豆水煮 たまねぎ にんじん 青ピーマン生 ホールコーン(缶詰) 調合油 カレー粉 料理酒 トマトケチャップ ウスターソース

	2025年 2月 3日(月)	2月 4日(火)	2月 5日(水)	2月 6日(木)	2月 7日(金)	2月 8日(土)	2月 9日(日)
タ	ミックスベジタブル(冷) ローズハム 固形ブイヨン こいくちしょうゆ キャンディーチーズ トマトケチャップ ◆生ハムサラダ(学) レタス ミニトマト 果実 生 生ハム イタリアンドレッシング ◆コンソメスープ(学) キャベツ たまねぎ にんじん 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 パインアップル 缶詰 黄桃缶 プレーンヨーグルト(400g)	もずく たまねぎ ツナ にら 紅しょうが 小麦粉 卵 調合油 ◆根菜豆サラダ(学) ささぎごぼろ(冷) れんこん(スライス ゆで) にんじん ミックスピーンズ ほぐし鶏 マヨネーズ 全卵型 粒入りマスタード ◆赤だし汁(学) 絹ごし豆腐 顆粒和風だし 赤だしみそ 青ネギ ◆くだもの(みかん) 温州みかん	ツナ缶 マヨネーズ 全卵型 ◆鶏肉のスープ(学) はくさい(生) にんじん しめじ ほぐし鶏 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 ◆くずもち(学) いもくず 水 黒砂糖 きな粉	白ごま 乾 レタス ◆パイパイりちー 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 ◆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 ◆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 ◆くだもの(マスカット) マスカット	たまねぎ ビクルス(刻み) 食塩 こしょう粉 粉パセリ 乾 サラダ菜 ◆スコップコロケ(学) じゃがいも 牛乳(大) たまねぎ にんじん あいびき肉 むき枝豆 ホールコーン(缶詰) しお うすくちしょうゆ みりん 砂糖 顆粒コンソメ マーガリン マヨネーズ 全卵型 パン粉 粉チーズ 粉パセリ 乾 ◆トマトとわかめのサラダ トマト生 胡瓜 生 乾燥わかめ もやし ホールコーン(缶詰) 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 しお みつば 生 ゆず皮(冷) ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	糸カツオ 青ネギ ◆パンバンジーサラダ(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 ◆フルーツポンチ(学) 白玉団子(冷) パインアップル 缶詰 みかん 缶詰 サイダー	顆粒コンソメ (学) 砂糖 卵 調合油 ◆オニオンリング オニオンリング 調合油 トマトケチャップ ◆シーザーサラダ(学) レタス 胡瓜 生 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 ◆くだもの(ぶどう) ぶどう 生