

	2025年 2月 24日(月)	2月 25日(火)	2月 26日(水)	2月 27日(木)	2月 28日(金)	3月 1日(土)	3月 2日(日)
朝	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆魚の紙つつみ焼き(学)</p> <p>鮭(生)</p> <p>しお</p> <p>こしょう粉</p> <p>たまねぎ</p> <p>しめじ</p> <p>えのきたけ 生</p> <p>生しいたけ</p> <p>有塩バター</p> <p>ぼん酢しょうゆ</p> <p>レモン 全果 生</p> <p>◆もやしニラ炒め(学)</p> <p>もやし</p> <p>にんじん</p> <p>にら</p> <p>ツナ</p> <p>ごま油</p> <p>顆粒中華だし</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>◆キムチ納豆(学)</p> <p>納豆</p> <p>はくさいキムチ</p> <p>青ネギ</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>青ネギ</p> <p>合わせ味噌</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>◆くだもの(バナナ)</p> <p>バナナ 生</p> <p>◆牛乳</p> <p>普通牛乳</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆しゃも塩焼き</p> <p>しゃも 生干し 生</p> <p>レモン 全果 生</p> <p>◆からし菜炒め(学)</p> <p>からしな 葉 生</p> <p>にんじん</p> <p>沖縄豆腐</p> <p>ツナ缶</p> <p>調合油</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>◆山羊とシラスの梅肉和え(学)</p> <p>ながいも やまといも 塊</p> <p>しらす干し 半乾燥品</p> <p>しそ</p> <p>山海ぶし</p> <p>糸カツオ</p> <p>◆ゆし豆腐(学)</p> <p>ゆし豆腐</p> <p>葉ねぎ 葉 生</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>合わせ味噌</p> <p>◆くだもの(GF)</p> <p>グレープフルーツ</p> <p>◆ヤクルト</p> <p>ヤクルト</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆ポークたまご(学)</p> <p>ポークランチョンミート</p> <p>卵</p> <p>調合油</p> <p>レタス</p> <p>ミニトマト 果実 生</p> <p>ごまドレッシング</p> <p>◆ほうれん草のしらす和え(学)</p> <p>ほうれん草(冷)</p> <p>しらす干し 半乾燥品</p> <p>酢</p> <p>グラニュー糖</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>◆納豆(学)</p> <p>納豆</p> <p>青ネギ</p> <p>◆みそ汁(じゃが芋/ねぎ)(学)</p> <p>じゃがいも</p> <p>えのきたけ 生</p> <p>青ネギ</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>合わせ味噌</p> <p>◆くだもの(バナナ)</p> <p>バナナ 生</p> <p>◆牛乳</p> <p>普通牛乳</p>	<p>◆ピザトースト(学)</p> <p>食パン</p> <p>ピザソース</p> <p>たまねぎ生</p> <p>青ピーマン生</p> <p>ホールコーン(缶詰)</p> <p>チキンウィンナー</p> <p>ピザ用チーズ</p> <p>◆スパニッシュオムレツ</p> <p>卵</p> <p>ミックスベジタブル(冷)</p> <p>ローズハム</p> <p>固形ブイヨン</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>キャンディーチーズ</p> <p>◆ゴボウサラダ(学)</p> <p>ごぼう 根 生</p> <p>にんじん</p> <p>胡瓜 生</p> <p>ほぐし鶏</p> <p>マヨネーズ 全卵型</p> <p>白すりごま</p> <p>◆ミネストローネスープ(学)</p> <p>とまと缶詰</p> <p>たまねぎ</p> <p>マカロニ 乾</p> <p>はくさい(生)</p> <p>ベーコン</p> <p>トマトジュース</p> <p>水</p> <p>顆粒コンソメ</p> <p>しお</p> <p>トマトケチャップ</p> <p>にんにく おろし</p> <p>粉パセリ 乾</p> <p>◆くだもの(たんかん)</p> <p>たんかん</p> <p>◆牛乳</p> <p>普通牛乳</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆赤魚の煮付け(学)</p> <p>赤魚(60g)</p> <p>しょうが おろし</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>砂糖</p> <p>みりん</p> <p>◆冬瓜ンブシー(学)</p> <p>とうがん</p> <p>にんじん</p> <p>サバ缶(水煮)</p> <p>にら</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>みりん</p> <p>食塩</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>合わせ味噌</p> <p>◆納豆(学)</p> <p>納豆</p> <p>青ネギ</p> <p>◆かきたまうどん汁(学)</p> <p>うどん(冷)</p> <p>卵</p> <p>カットわかめ</p> <p>青ネギ</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(バナナ)</p> <p>バナナ 生</p> <p>◆牛乳</p> <p>普通牛乳</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆鮭のちゃんちゃん焼き風(学)</p> <p>鮭(生)</p> <p>たまねぎ生</p> <p>青ピーマン生</p> <p>赤ピーマン生</p> <p>しお</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>調合油</p> <p>合わせ味噌</p> <p>料理酒</p> <p>◆フォーチャンブルー(学)</p> <p>車麩</p> <p>卵</p> <p>キャベツ</p> <p>にんじん</p> <p>もやし</p> <p>にら</p> <p>豚肩ロース(細切り)</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>食塩</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>調合油</p> <p>◆無限ナス(学)</p> <p>なす</p> <p>ツナ缶</p> <p>ごま油</p> <p>鳥がらだし</p> <p>ぼん酢しょうゆ</p> <p>砂糖</p> <p>糸カツオ</p> <p>白ごま 乾</p> <p>◆キムチ納豆(学)</p> <p>納豆</p> <p>はくさいキムチ</p> <p>青ネギ</p> <p>◆あさりのすまし汁(学)</p> <p>あさり 生</p> <p>根みつば 葉 生</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>みりん</p> <p>食塩</p> <p>◆くだもの(GF)</p> <p>グレープフルーツ</p> <p>◆牛乳</p> <p>普通牛乳</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆サバの塩焼き(学)</p> <p>サバ(120)</p> <p>だいこん 生</p> <p>しそ</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>◆ささみと胡瓜の梅和え(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>◆ゆで卵</p> <p>卵</p> <p>しお</p> <p>◆納豆(学)</p> <p>納豆</p> <p>青ネギ</p> <p>◆そうめん汁(学)</p> <p>そうめん・乾</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(バナナ)</p> <p>バナナ 生</p> <p>◆牛乳</p> <p>普通牛乳</p>
間	<p>◆(補)ゆかりおにぎり</p> <p>米</p> <p>ゆかり</p>	<p>◆補)ジュシーおにぎり</p> <p>米</p> <p>豚ロース1cmスライス</p> <p>にんじん</p> <p>蒸しかまぼこ</p> <p>ひじき(乾)</p> <p>青ネギ</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>料理酒</p> <p>みりん風調味料</p> <p>しお</p> <p>調合油</p>	<p>◆(補)ゆかりおにぎり</p> <p>米</p> <p>ゆかり</p>	<p>◆鮭おにぎり</p> <p>米</p> <p>しお</p> <p>鮭フレーク</p> <p>焼きのり(10枚)</p>	<p>◆補)辛子高菜おにぎり</p> <p>米</p> <p>辛子高菜漬け</p>	<p>◆(補)塩昆布おにぎり</p> <p>米</p> <p>塩昆布</p> <p>ごま油</p>	<p>◆補)梅ひじきごはん</p> <p>米</p> <p>ひじき(乾)</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>白ごま 乾</p> <p>種ぬきかつお梅</p> <p>青ネギ</p>
昼	<p>◆ちゃんぽん麺(学)</p> <p>中華麺 ゆで</p> <p>豚コマ スライス</p> <p>シーフードmix</p> <p>キャベツ 生</p> <p>にんじん</p> <p>もやし</p> <p>赤かまぼこ</p> <p>ホールコーン(缶詰)</p> <p>ごま油</p> <p>しょうが おろし</p> <p>鳥がらだし</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>オイスターソース</p> <p>普通牛乳</p> <p>水</p> <p>しお</p> <p>こしょう粉</p> <p>ラー油</p> <p>ゆずこしょう</p> <p>◆アジフライ(学)</p> <p>アジフライ</p> <p>調合油</p> <p>ウスターソース</p> <p>サラダ菜</p> <p>ミニトマト 果実 生</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>◆くだもの(ぶどう)</p> <p>ぶどう 生</p>	<p>◆オムライス(学)</p> <p>米</p> <p>鶏もも肉</p> <p>青ピーマン生</p> <p>にんじん</p> <p>たまねぎ</p> <p>ホールコーン(缶詰)</p> <p>トマトケチャップ</p> <p>顆粒コンソメ</p> <p>卵</p> <p>しお</p> <p>調合油</p> <p>トマトケチャップ</p> <p>◆鶏の唐揚げ(学)</p> <p>鶏もも肉</p> <p>食塩</p> <p>ブラックペッパー</p> <p>絹ごし豆腐</p> <p>サニーレタス 葉 生</p> <p>黄ピーマン</p> <p>かいわれだいこん</p> <p>ミニトマト 果実 生</p> <p>きざみのり</p> <p>和風ドレッシングタイプ調</p> <p>◆お雑煮風すまし汁(学)</p> <p>鶏もも肉</p> <p>小松菜(冷)</p> <p>乾しいたけ</p> <p>板かまぼこ(赤)</p> <p>もち</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>しお</p> <p>みつば 生</p> <p>◆くだもの(りんご)</p> <p>りんご 生</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆鮭の塩焼き(学)</p> <p>べにざけ 生</p> <p>食塩</p> <p>こしょう粉</p> <p>調合油</p> <p>◆トマトと豚肉のふわふわ卵炒</p> <p>トマト生</p> <p>豚コマ スライス</p> <p>卵</p> <p>ごま油</p> <p>顆粒中華だし</p> <p>しお</p> <p>ブラックペッパー</p> <p>◆豆腐サラダ(学)</p> <p>絹ごし豆腐</p> <p>サニーレタス 葉 生</p> <p>黄ピーマン</p> <p>かいわれだいこん</p> <p>ミニトマト 果実 生</p> <p>きざみのり</p> <p>和風ドレッシングタイプ調</p> <p>◆お雑煮風すまし汁(学)</p> <p>鶏もも肉</p> <p>小松菜(冷)</p> <p>乾しいたけ</p> <p>板かまぼこ(赤)</p> <p>もち</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>しお</p> <p>みつば 生</p> <p>◆くだもの(りんご)</p> <p>りんご 生</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆サバの塩焼き(学)</p> <p>サバ(120)</p> <p>だいこん 生</p> <p>しそ</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>◆キャベツと厚揚げの炒め物(学)</p> <p>キャベツ</p> <p>厚揚げ</p> <p>もやし</p> <p>にんじん</p> <p>にら</p> <p>食塩</p> <p>こしょう 白 粉</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>調合油</p> <p>◆タコキムチ和え</p> <p>まだこ ゆで</p> <p>胡瓜 生</p> <p>キムチの素</p> <p>◆中身汁(学)</p> <p>中身</p> <p>豚ロース1cmスライス</p> <p>切こんにやく</p> <p>乾しいたけ</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>食塩</p> <p>しょうが</p> <p>◆くだもの(マスカット)</p> <p>マスカット</p>	<p>◆三色丼(学)</p> <p>米</p> <p>鶏ミンチ</p> <p>調合油</p> <p>めんつゆ 三倍濃厚</p> <p>しょうが おろし</p> <p>卵</p> <p>しお</p> <p>こしょう粉</p> <p>調合油</p> <p>ほうれん草(冷)</p> <p>しお</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>きざみのり</p> <p>青ネギ</p> <p>◆クリームコロッケ(学)</p> <p>クリームコロッケ(30g)</p> <p>調合油</p> <p>◆みょうがと鶏肉の和え物(学)</p> <p>ほぐし鶏</p> <p>もやし</p> <p>みずな 葉 生</p> <p>みょうが</p> <p>胡瓜 生</p> <p>錦糸卵</p> <p>酢</p> <p>砂糖</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>ごま油</p> <p>黒ゴマ</p> <p>◆赤だし汁(学)</p> <p>なめこ 生</p> <p>絹ごし豆腐</p> <p>顆粒和風だし</p> <p>赤だしみそ</p> <p>青ネギ</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>◆鶏の唐揚げ(学)</p> <p>とりむね(皮なし)</p> <p>食塩</p> <p>ブラックペッパー</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>しょうが おろし</p> <p>にんにく おろし</p> <p>小麦粉</p> <p>調合油</p> <p>たまねぎ</p> <p>◆(付)キャベツ</p> <p>キャベツ 生</p> <p>にんじん</p> <p>◆イカフライ(冷)60g</p> <p>いかフライ(冷)60</p> <p>調合油</p> <p>◆きんぴらごぼう(学)</p> <p>さがきごぼう(冷)</p> <p>にんじん</p> <p>白ごま 乾</p> <p>調合油</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>みりん風調味料</p> <p>ラー油</p> <p>◆ほうれん草としめじのお浸し(学)</p> <p>ほうれん草(冷)</p> <p>しめじ</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>かつおだし汁</p> <p>糸カツオ</p> <p>◆けんちん汁(学)</p> <p>豚ロース1cmスライス</p> <p>だいこん 生</p> <p>にんじん</p> <p>板こんにやく</p> <p>里芋 (令)</p> <p>油揚げ</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>食塩</p> <p>◆くだもの(いちご)</p> <p>いちご 生</p>	
夜	<p>◆塩昆布おにぎり</p> <p>米</p> <p>塩昆布</p> <p>ごま油</p>	<p>◆補)しそ昆布おにぎり</p> <p>米</p> <p>しそ昆布</p> <p>◆(補)グレープジュース</p> <p>ぶどう 果実飲料 濃縮</p>	<p>◆補)塩おにぎり</p> <p>米</p> <p>しお</p> <p>焼きのり(10枚)</p> <p>◆ザバス(200ml)バナナ</p> <p>ザバス(乳飲料)200ml</p>	<p>◆補)小松菜とわかめの鉄分お</p> <p>米</p> <p>カットわかめ</p> <p>白ごま 乾</p> <p>小松菜(冷)</p> <p>ごま油</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>顆粒和風だし</p>	<p>◆(補)じゃこチーズおにぎり</p> <p>米</p> <p>しらす干し 半乾燥品</p> <p>スティックチーズ</p> <p>ごま油</p> <p>めんつゆ 三倍濃厚</p> <p>◆ザバス(200ml)バナナ</p> <p>ザバス(乳飲料)200ml</p>	<p>◆補)辛子高菜おにぎり</p> <p>米</p> <p>辛子高菜漬け</p>	<p>◆補)塩おにぎり</p> <p>米</p> <p>しお</p> <p>焼きのり(10枚)</p>
夕	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆甘辛スパアリブ(学)</p> <p>豚ソーキ(40g)</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>コチュジャン</p> <p>みりん</p>	<p>◆おろしホン酢牛丼(学)</p> <p>米</p> <p>牛肉スライス</p> <p>たまねぎ生</p> <p>こいくちしょうゆ</p> <p>砂糖</p> <p>料理酒</p> <p>こいくちしょうゆ</p>	<p>◆コーンご飯(学)</p> <p>米</p> <p>ホールコーン 缶詰</p> <p>粉パセリ 乾</p> <p>◆ハヤシライス(学)</p> <p>豚コマ スライス</p> <p>調合油</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆チキン南蛮(学)</p> <p>とりむね(皮なし)</p> <p>食塩</p> <p>こしょう粉</p> <p>小麦粉</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆鶏肉の南蛮漬け(学)</p> <p>鶏もも肉</p> <p>料理酒</p> <p>しお</p> <p>砂糖</p>	<p>◆チャーハン(学)</p> <p>米</p> <p>ベーコン スライス</p> <p>たまねぎ</p> <p>にんじん</p> <p>青ピーマン生</p> <p>ホールコーン(缶詰)</p>	<p>◆ごはん(学)</p> <p>米</p> <p>◆牛すじカレー</p> <p>牛すじ</p> <p>にんじん</p> <p>じゃがいも</p> <p>たまねぎ</p>

	2025年 2月 24日(月)	2月 25日(火)	2月 26日(水)	2月 27日(木)	2月 28日(金)	3月 1日(土)	3月 2日(日)
タ	トマトケチャップ はちみつ にんにく おろし ◆(付)マッシュポテト じゃがいも(冷) 有塩バター 顆粒コンソメ 粉パセリ 乾 ◆かんぴょうイリチー(学) かんぴょう 乾 刻み昆布 豚ロース1cmスライス 蒸しかまぼこ 乾しいたけ 調合油 グラニュー糖 みりん風調味料 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆白菜和え物(学) はくさい(生) 胡瓜 生 しめじ こいくちしょうゆ 酢 ごま油 ◆中華にゆめん(学) そうめん・乾 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(メロン) メロン(生)	みりん しょうが おろし だいこん 生 ぼん酢しょうゆ 青ネギ 紅しょうが ◆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 ◆春雨サラダ(学) はるさめ 普通はるさめ ロースハム 胡瓜 生 白ごま 乾 卵 にんじん きくらげ 乾 中華ドレッシング ◆もずく入りキムチスープ(学) もずく 絹ごし豆腐 豚コマ スライス 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 青ネギ ◆くだもの(パイン) パインアップル 生	マッシュルーム ゆで しめじ たまねぎ にんにく おろし にんじん トマトジュース こしょう 白 粉 ハヤシルウ ◆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 ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	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 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 ◆チャブチェ(学) はるさめ 普通はるさめ 赤ピーマン生 シーフードmix きくらげ 乾 にはら こいくちしょうゆ 顆粒中華だし 料理酒 オイスターソース ごま油 ◆もずくの酢の物(学) もずく 胡瓜 生 かに風味かまぼこ(令) 酢 グラニュー糖 うすくちしょうゆ ◆沖繩そば汁(小) 沖繩そば麺 錦糸卵 チキアギ 青ネギ 顆粒和風だし 沖繩そばだし うすくちしょうゆ 料理酒 ◆くだもの(りんご) りんご生	たまねぎ にんじん 青ピーマン生 かつおだし汁 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 ◆豆腐ステーキの海鮮旨煮あ 木綿豆腐 しお こしょう粉 片栗粉 調合油 にんじん もやし 青ピーマン生 しょうが おろし むきエビ(冷) こういか 生 こいくちしょうゆ オイスターソース 清酒 純米酒 グラニュー糖 顆粒中華だし 水 片栗粉 ごま油 青ネギ ◆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 ◆具だくさんもずく汁(学) もずく 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ しめじ 卵 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 みつば 生 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生)	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 調合油 青ネギ ◆麻婆豆腐(学) 木綿豆腐 あいびき肉 たまねぎ にはら 長ネギ 乾しいたけ にんにく おろし しょうが おろし マーボー豆腐の素 ◆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 ◆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 ごま油 白ごま 乾 ◆鶏団子とチンゲン菜のとりみ 鶏だんご(冷) チンゲンサイ 葉 生 しょうが おろし こいくちしょうゆ 顆粒中華だし 料理酒 オイスターソース ごま油 片栗粉 青ネギ ◆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	しめじ カレールウ 調合油 福神漬 らっきょう 甘酢漬 ◆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 ◆ヨーグルト(はちみつ) プレーンヨーグルト(400g) はちみつ

	2025年 3月 3日(月)	3月 4日(火)	3月 5日(水)	3月 6日(木)	3月 7日(金)	3月 8日(土)	3月 9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 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆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 ◆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 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆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 合わせ味噌 白すりごま ピザ用チーズ ◆ひじきの五目煮 ひじき(乾) 乾しいたけ にんじん 油揚げ むき枝豆 めんつゆ 三倍濃厚 水 顆粒和風だし 白ごま 乾 ◆納豆 納豆 青ネギ ◆胡瓜の浅漬け(学) 胡瓜 生 しお 昆布だし 砂糖 白ごま 乾 ◆みそ汁(小松菜/はんぺん) 小松菜(冷) はんぺん 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(GF) グレープフルーツ ◆牛乳 普通牛乳	◆サンドイッチ(ハムチーズ) 食パン スライスチーズ ロースハム マヨネーズ 全卵型 粒入りマスタード ◆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 鶏卵 全卵 ゆで 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) こいくちしょうゆ こしょう粉 顆粒和風だし ◆コーンスープ 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(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) ロースハム 固形ブイヨン こいくちしょうゆ キャンディーチーズ ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆大根の梅肉和え(学) だいこん 生 だいこん 生 胡瓜 生 食塩 グラニュー糖 山海ぶし ◆アサ汁(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 ◆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 ◆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 ◆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 ◆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 ◆ベーコンエッグ ベーコン スライス 卵 しお こしょう粉 ◆パパイアいちりー(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)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)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)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	◆(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)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
昼	◆ごはん(学) 米 ◆なすとチキンのチリソース炒 とりむね(皮なし) 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 ◆ほうれん草とひじきの鉄分強 ほうれん草(冷) ひじき(乾) ツナ ホールコーン(缶詰) マヨネーズ 全卵型 こいくちしょうゆ 白すりごま 砂糖 ◆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	◆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 ◆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 ◆もやしとひき肉と坦々豆乳ス もやし にら 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(パイン) パインアップル 生	◆ガパオライス 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 オリーブオイル 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 ◆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 ◆具だくさんもずく汁(学) もずく 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ しめじ 卵 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 みつば 生 ◆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 レタス ◆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 ◆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 ◆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 マヨネーズ 全卵型 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	◆塩豚丼(学) 米 豚ロース(薄切り) 料理酒 しょうが おろし にんにく おろし たまねぎ生 にら 塩だれ(市販) 卵 ◆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 ◆胡瓜の酢の物(学) 胡瓜 生 かに風味かまぼこ(令) カットわかめ 酢 砂糖 うすくちしょうゆ しょうが おろし ◆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 みつば 生 ゆず皮(冷) ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	◆ごはん(学) 米 ◆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 キャベツ 生 トマト生 ◆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 ◆小松菜炒め こまつな 葉 生 にんじん しめじ 厚揚げ 顆粒和風だし 食塩 こいくちしょうゆ 調合油 ◆もやしとわかめの酢の物(学) もやし 胡瓜 生 ロースハム 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(なめこ) なめこ 水煮 絹ごし豆腐 青ネギ 顆粒和風だし 赤だしみそ 合わせ味噌 ◆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)
夜	◆(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	◆(補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 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)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	◆五目寿し(学) 米 酢 しお 砂糖 顆粒和風だし にんじん 乾しいたけ かんぴょう 乾	◆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	◆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	◆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	◆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	◆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	◆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

	2025年 3月 3日(月)	3月 4日(火)	3月 5日(水)	3月 6日(木)	3月 7日(金)	3月 8日(土)	3月 9日(日)
タ	れんこん 生 かつおだし汁 こいくちしょうゆ 砂糖 きぬさや(冷) 錦糸卵 きざみのり ◆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 ◆菜の花の和え物(学) 菜の花(冷) むきエビ(冷) 酢 グラニュー糖 こいくちしょうゆ ◆茶碗蒸し(学) 卵 かつおだし汁 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 ◆はまぐりのすまし汁(学) はまぐり 生 花麩 顆粒和風だし うすくちしょうゆ しお ゆず 果皮 生 かいわれだいこん ◆豆乳抹茶プリン(ひな祭り) 豆乳 抹茶 砂糖 粉ゼラチン 水 つぶあん フローズンホイップ	片栗粉) こいくちしょうゆ 砂糖 料理酒 みりん 青ネギ ◆きびなごの南蛮漬(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 葉ねぎ 葉 生 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生)	にんにく おろし 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 ◆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 ブロッコリー 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 ◆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(マスカット) マスカット	ながいも こいくちしょうゆ わさび 練り きざみのり ◆厚焼き卵(学) 卵 しお ◆クレープイリチー(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)	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 ◆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 トマト生 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(いちご) いちご 生	顆粒和風だし こいくちしょうゆ みりん 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 レタス 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 ◆ソーキ汁(学) 豚ソーキ(40g) とうがん にんじん 蒸し昆布 乾しいたけ 顆粒和風だし 料理酒 こいくちしょうゆ しお かつおだし汁 青ネギ ◆くだもの(たんかん) たんかん	木綿豆腐 すき焼きのたれ ◆魚の磯部揚げ ホキ(20)天ぶら用 しままーず 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(ぶどう) ぶどう 生