

	2025年 5月 12日(月)	5月 13日(火)	5月 14日(水)	5月 15日(木)	5月 16日(金)	5月 17日(土)	5月 18日(日)
朝	◆ごはん 米 ◆魚のホイル焼き 鮭(生) 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 ◆おくらソテー オクラ 果実 生 にんじん ツナ 顆粒和風だし こいくちしょうゆ 調合油 ◆納豆 納豆 青ネギ ◆具だくさんもずく汁 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 ◆パイン パインアップル 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆サバの照り焼き まさば 生 料理酒 みりん しょうが おろし こいくちしょうゆ みりん だいこん かいわれだいこん ゆずドレッシング ◆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 ストレート 水 顆粒和風だし 白ごま 乾 ◆キムチ納豆 納豆 はくさいキムチ 青ネギ ◆あさりの味噌汁 あさり 生 カットわかめ みつば 生 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆ししゃもフライ ししゃも 生干し 生 レモン 全果 生 ◆納豆 納豆 青ネギ ◆アスパラバター炒め アスパラガス(冷) ホールコーン(缶詰) ベーコン スライス 有塩バター 顆粒コンソメ ◆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 ◆もずくスープ 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 ◆オレンジ オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ホットドッグ(ツナポテトサラダ) コッペパン じゃがいも たまねぎ にんじん 胡瓜 生 ツナ缶 マヨネーズ 全卵型 しお ブラックペッパー ◆スクランブルエッグ 卵 調合油 しお こしょう粉 トマトケチャップ ◆チーズ(学) 6Pチーズ ◆コールスローサラダ 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 ◆コンンスープ コーンクリームスープ ホールコーン(缶詰) 普通牛乳 粉バセリ 乾 ◆ヨーグルト和え 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)	◆ごはん 米 ◆鮭のムニエル 鮭(生) しお 小麦粉 マーガリン 調合油 スパゲッティ(乾) オリーブ油 むきエビ(冷) しそ しお こしょう粉 ◆卵焼き 卵 しお 調合油 だいこん しそ こいくちしょうゆ ◆こんにゃくの白和え 沖縄豆腐 にんじん 切こんにゃく こまつな 葉 生 白ごま 乾 顆粒和風だし 合わせ味噌 うすくちしょうゆ ◆味噌汁(キャベツ) キャベツ にんじん 青ネギ 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆パイン パインアップル 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆マツカレルピカタ まさば 生 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 ◆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 ◆キムチ納豆 納豆 はくさいキムチ ◆みそ汁(じゃが芋/ねぎ) 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 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆鮭の塩焼き(学) べにざけ 生 食塩 こしょう粉 調合油 だいこん しそ こいくちしょうゆ ◆納豆 納豆 青ネギ ◆きんぴらごぼう ささがきごぼう(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 ◆小松菜の白和え 木綿豆腐 こまつな 葉 生 にんじん かに風味かまぼこ(令) ピーナッツバター 米みそ 甘みそ グラニュー糖 白ごま 乾 ◆味噌汁(卵/ねぎ) 卵 青ネギ 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆オレンジ オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳
間1	◆捕)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚)	◆(補)油みそおにぎり 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)あんぱん あんぱん	◆おにぎり 米 しお 味付けのり	◆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	◆(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)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 ◆ゆで卵 卵 しお
昼	◆スパゲティミートソース スパゲッティ(乾) 粉バセリ 乾 豚ひき肉 鶏ミンチ たまねぎ にんじん 青ピーマン生 トマトケチャップ トマトソース ミートソース 調合油 ◆豚しゃぶサラダ 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 ◆具だくさんコンソメスープ 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) チキンウィンナー 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆りんご りんご生	◆チャーハン 米 ベーコン スライス たまねぎ にんじん 青ピーマン生 ホールコーン(缶詰) 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 ◆豚しゃぶサラダ しお こしょう粉 調合油 葉ねぎ 葉 生 ◆エビチリ むきエビ(冷) 料理酒 しょうが おろし 片栗粉 調合油 長ネギ トマトケチャップ 料理酒 砂糖 ごま油 こいくちしょうゆ 鳥がらだし オイスターソース しょうが おろし にんにく おろし トウバンジャン 水 ◆春雨サラダ 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 ◆中華風スープ チンゲンサイ 葉 生 かに風味かまぼこ(令) 乾しいたけ 中華だし 卵 しお こしょう 白 粉 ごま油 ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆ソーキそば 沖縄そば麺 豚ソーキ グラニュー糖 こいくちしょうゆ 蒸しかまぼこ こまつな 葉 生 葉ねぎ 葉 生 食塩 鳥がらだし 沖縄そばだし こいくちしょうゆ ◆冬瓜の煮物 とうがん 厚揚げ 生しいたけ にんじん 清酒 純米酒 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし みりん 砂糖 ◆三色なます だいこん かに風味かまぼこ(令) 胡瓜 生 しままーす 酢 砂糖 ◆ぜんざい 金時豆 押麦 砂糖 黒砂糖 しお 水 白玉団子(冷)	◆親子丼 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 みつば 生 きざみのり ◆さばの竜田揚げ まさば 生 しょうが おろし 片栗粉 清酒 純米酒 こいくちしょうゆ 調合油 ◆タコキムチ和え まだこ ゆで 胡瓜 生 キムチの素 砂糖 ◆赤だし汁 なめこ 生 絹ごし豆腐 顆粒和風だし 赤だしみそ 青ネギ ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	◆ごはん 米 ◆チキンマト煮 鶏もも肉 じゃがいも にんじん たまねぎ しめじ グリーンピース 冷凍 オリーブ油 にんにく おろし こしょう粉 顆粒コンソメ とまと缶詰 トマトケチャップ ◆パパイヤイリチー 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 ◆イカリング いかリングフライ(冷) 調合油 マヨネーズ 全卵型 ◆たまごスープ 卵 ホールコーン(缶詰) 豆苗 顆粒コンソメ しお ◆ぶどう ぶどう	◆ごはん 米 ◆漬物 漬物 しば漬 ◆チキンの照り焼き 鶏もも肉 こいくちしょうゆ みりん 砂糖 清酒 純米酒 調合油 ◆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 ◆ほうれん草のソテー ほうれんそう(生) しめじ にんじん ホールコーン(缶詰) ベーコン 有塩バター しお 顆粒コンソメ ◆パプリカ炒め 赤ピーマン生 黄ピーマン ちくわ(20g) ごま油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ 七味唐辛子 ◆キャロットラペ 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 ◆グレープフルーツジュース グレープフルーツ 果実	◆ごはん 米 ◆タンドリーチキン 鶏もも肉 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 しょうが おろし にんにく おろし 調合油 ◆ポテトフライ フライドポテト 調合油 しお 粉バセリ 乾 ◆アスパラの肉巻き アスパラガス(冷) 豚コマ スライス しお こしょう粉 調合油 めんつゆ 三倍濃厚 白ごま 乾 ◆切り干し大根の煮物 切干しだいこん 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 白ごま 乾 ◆ピーマンの塩昆布和え 青ピーマン生 しめじ 塩昆布 ごま油 ◆パインジュース パインアップル 果実飲
おや	◆補)しそ昆布おにぎり 米 しそ昆布	◆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 ◆ザバス(200ml)パニラ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)ひじき豆おにぎり 米 ひじき(乾) むき枝豆 顆粒和風だし こいくちしょうゆ しお ◆ザバス(200ml)バナナ 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)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) ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(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
タ	◆ごはん 米 ◆なすとチキンのチリソース炒 鶏もも肉	◆豚丼 米 豚コマ スライス たまねぎ生	◆ごはん 米 ◆ゆで豚の薬味ソースかけ 豚肩ロース5mmスライ	◆あわごはん 米 マージン ◆揚げない油淋鶏	◆ごはん 米 ◆豚肉の生姜焼き 豚ロース1cmスライス	◆ごはん 米 ◆豚肉のスタミナにら玉炒め 豚コマ スライス	◆ぶっかけ冷やしうどん うどん(冷) ながいも オクラ 果実 生

	2025年 5月 12日(月)	5月 13日(火)	5月 14日(水)	5月 15日(木)	5月 16日(金)	5月 17日(土)	5月 18日(日)
タ	こいくちしょうゆ 片栗粉 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 ◆スコップコロケ 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 ◆チョレギサラダ サニーレタス 葉 生 レタス ほぐし鶏 絹ごし豆腐 ながいも 白すりごま きざみのり チョレギドレッシング(エ ◆キムチチゲ 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 ◆杏仁フルーツ 杏仁フルーツ缶 白玉団子(冷)	砂糖 料理酒 こいくちしょうゆ みりん しょうが おろし 青ネギ 卵 ◆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 ◆豆乳茶碗蒸し 卵 豆乳 めんつゆ 三倍濃厚 むきエビ(冷) 蒸しかまぼこ 乾しいたけ みつば 生 ◆アーサ汁 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 ◆キウイ キウイフルーツ(ゴールド	料理酒 砂糖 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 白ごま 乾 レタス ◆ポテトフライ フライドポテト 調合油 しお 粉パセリ 乾 ◆ささみとブロッコリーのサラダ ブロッコリー(冷) レタス ホールコーン(缶詰) ほぐし鶏 ごまドレッシング ◆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 ◆りんご りんご生	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 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 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(千 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 ◆中華もやしサラダ 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 ◆キムチチゲ 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 ◆りんご りんご生(6等分)	たまねぎ 料理酒 みりん こいくちしょうゆ ごま油 レタス トマト生 ごまドレッシング ◆人参しりしりー にんじん にら 調合油 かつおだし こしょう粉 白だし ◆ささみと胡瓜の梅和え ほぐし鶏 胡瓜 生 食塩 グラニュー糖 山海ぶし ◆鶏汁 鶏むね肉 里芋 (令) だいこん 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 ◆アセロラゼリー 青りんごゼリー	たまねぎ にんじん にら 卵 顆粒和風だし めんつゆ 三倍濃厚 ごま油 ◆魚の南蛮漬け 鮭(40) 食塩 片栗粉 調合油 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 ◆ほうれん草としめじのお浸し ほうれんそう(生) しめじ うすくちしょうゆ かつおだし汁 糸カツオ ◆お雑煮風すまし汁 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 ◆オレンジ オレンジ(生)	トマト生 ツナ缶 みょうが しそ きざみのり めんつゆ 三倍濃厚 水 ◆天ぷら盛り合わせ 卵 小麦粉 ブラックタイガー 養殖 こういか 生 ホキ 生 たまねぎ にんじん にら 調合油 だいこん ◆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 ◆フルーツ盛り オレンジ(生) キウイフルーツ(ゴールド りんご生

	2025年 5月 19日(月)	5月 20日(火)	5月 21日(水)	5月 22日(木)	5月 23日(金)	5月 24日(土)	5月 25日(日)
朝	◆ごはん 米 ◆赤魚の煮付け 赤魚(60g) しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 みりん ◆もやしニラ炒め 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 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 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆紅鮭のみりん焼き 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 納豆 はくさいキムチ ◆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 ◆みそ汁(へちま/ねぎ) へちま しめじ 青ネギ 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆キウイ キウイフルーツ(ゴールド) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆サバの照り煮 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 納豆 青ネギ ◆人参しりしりー 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 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/花麴) とろろ昆布 花麴 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 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆サンドイッチ(卵) 食パン 卵 マヨネーズ 全卵型 粒入りマスタード しお ◆サラダ(チーズ) レタス ブロッコリー(冷) スティックチーズ トマト生 フレンチドレッシング ◆焼きウィンナー ポキポキウィンナー トマトケチャップ みりん風調味料 ◆ミネストローネスープ とまと缶詰 たまねぎ マカロニ 乾 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 ◆りんご りんご生(6等分) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 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 ゆし豆腐 葉ねぎ 葉 生 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆赤魚の煮付け 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 納豆 青ネギ ◆ポークたまご 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 ◆ねばねば豆腐 絹ごし豆腐 オクラ(冷) ながいも 納豆 糸カツオ きざみのり 白ごま 乾 こいくちしょうゆ わさび 練り ◆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 ◆りんご りんご生(6等分) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆グルクンのネギソースかけ 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 納豆 青ネギ ◆巣ごもり卵 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 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 ◆バナナ バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳
期間中	◆(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)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)油みそおにぎり 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)	◆(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
昼	◆タコライス 米 あいびき肉 大豆水煮 たまねぎ生 青ピーマン生 調合油 タコライسسソース ピザ用チーズ レタス トマト生 チリソース ◆ポテトときのこのバター炒め じゃがいも ベーコン えのきたけ 生 しめじ 食塩 ブラックペッパー こいくちしょうゆ 有塩バター ◆鶏肉のスープ 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 ◆りんご りんご生	◆ごはん 米 ◆チキンの照り焼き 鶏もも肉 こいくちしょうゆ みりん 砂糖 清酒 純米酒 調合油 ◆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 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 たけのこ 水煮缶詰(千 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 ◆プリン カスタードプリン	◆みそラーメン 中華麺 ゆで キャベツ 生 もやし にんじん ホールコーン(缶詰) たけのこ(メンマ) 青ネギ チャーシュー みそラーメンの素 有塩バター ◆はんぺんのチーズフライ はんぺん(60g) スライスチーズ ハム(四角) パン粉 小麦粉 卵 調合油 ◆☆タマナーチャンプルー キャベツ にんじん にら ツナ 食塩 こしょう 白 粉 顆粒和風だし うすくちしょうゆ ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆ごはん 米 ◆チーズハンバーグ 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 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 ◆おからサラダ おから ひじき(乾) ツナ むき枝豆(冷) マヨネーズ 全卵型 白ごま 乾 ◆白菜の野菜スープ 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 ◆りんご りんご生	◆ごはん 米 ◆チキン南蛮 鶏もも肉 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 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 ◆クーブイリチー 刻み昆布 切こんにゃく 蒸しかまぼこ 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 ◆サラダ レタス トマト生 ホールコーン(缶詰) ツナ ごまドレッシング ◆キムチチゲ 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 ◆パイン パインアップル 生	◆ごはん 米 ◆ひじき入り鶏つくね 鶏ミンチ にんじん むき枝豆 ひじき(乾) しお 片栗粉 こいくちしょうゆ 砂糖 料理酒 みりん ◆さばのカレー焼き サバ(40) しょうが おろし カレー粉 清酒 純米酒 こいくちしょうゆ ◆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 ◆ひじきの五目煮 ひじき(乾) 乾しいたけ にんじん 油揚げ めんつゆ 三倍濃厚 水 顆粒和風だし 白ごま 乾 ◆いんげんのごま和え いんげん(冷) にんじん ほぐし鶏 うすくちしょうゆ ごま油 黒すりごま ◆蒸しとうもろこし スイートコーン 未熟種	◆ごはん(梅付き) 米 種ぬきかつお梅 ◆鶏の唐揚げ 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 ◆厚焼き卵 卵 しお 調合油 ◆蒸ししゅうまい 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 青ピーマン生 しめじ 塩昆布 ごま油
おやつ	◆(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 ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(補)梅じゃこおにぎり 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	◆(補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚)	◆(補)塩昆布チーズおにぎり 米 塩昆布 スティックチーズ ごま油 ◆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	◆ちらし寿司 米 すし酢 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 かつおだし こいくちしょうゆ	◆うな丼 米 しそ みょうが 卵 しお 調合油 うなぎ かば焼 焼き鳥のたれ きざみのり ◆豆乳茶碗蒸し	◆ごはん 米 ◆よだれ鶏 とりむね(皮なし) 料理酒 砂糖 しお 長ネギ 青ネギ こいくちしょうゆ 砂糖	◆ビビンバ丼 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 こいくちしょうゆ コチュジャン ほうれん草(冷) ごま油	◆ごはん 米 ◆豚肉の生姜焼き 豚ロース1cmスライス たまねぎ 料理酒 みりん こいくちしょうゆ ごま油 レタス トマト生	◆ごはん 米 ◆煮込みハンバーグ やわらかハンバーグ(16 デミグラスソース ウスターソース トマトケチャップ しめじ たまねぎ ピザ用チーズ ◆ブロッコリー炒め	◆ちゃんぽん麺 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 ホールコーン(缶詰) ごま油 しょうが おろし 鳥がらだし

	2025年 5月 19日(月)	5月 20日(火)	5月 21日(水)	5月 22日(木)	5月 23日(金)	5月 24日(土)	5月 25日(日)
タ	砂糖 むきエビ(冷) 胡瓜 生 かに風味かまぼこ(令) 卵 調合油 きざみのり ◆チキンきのこソテー 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 真いたけ 生 有塩バター ぼん酢しょうゆ 青ネギ ◆野菜の炊き合わせ とうがん 里芋 (令) なす にんじん たけのこ 水煮缶詰(ホ) 鶏だんご(冷) いんげん(冷) 顆粒和風だし グラニュー糖 みりん こいくちしょうゆ ◆あさりのすまし汁 むきあさり(冷) カットわかめ 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 ◆シークワーサーゼリー シークワーサーゼリー(4	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 だいこん みずな 葉 生 ツナ 糸カツオ きざみのり 和風ドレッシングタイプ ◆みそ汁(じゃが芋/ねぎ) 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 ◆ぶどう デラウェア	酢 ごま油 ラー油 にんにく おろし しょうが おろし しお 白すりごま 七味唐辛子 水 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 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 ◆魚汁 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) ◆オレンジ オレンジ(生)	鳥がらだし もやし ごま油 鳥がらだし にんじん ごま油 しお はくさいキムチ 卵 白ごま 乾 ◆タコとワカメの中華和え まだこ ゆで 胡瓜 生 カットわかめ 中華ドレッシング ◆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 ◆ぶどう ぶどう	ごまドレッシング ◆レバニラ炒め 鶏レバー 普通牛乳 鶏もも肉 たまねぎ生 もやし にら にんにく おろし しょうが おろし しお こしょう粉 こいくちしょうゆ 料理酒 オイスターソース 鳥がらだし 砂糖 顆粒中華だし ◆こんにゃくの白和え 沖縄豆腐 にんじん こんにゃく 精粉 ごまつな 葉 生 白ごま 乾 顆粒和風だし 合わせ味噌 うすくちしょうゆ ◆鶏汁 鶏もも肉 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) ◆キウイ キウイフルーツ(ゴールド	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 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 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 ◆フルーツポンチ 白玉団子(冷) パインアップル 缶詰 みかん 缶詰 サイダー	こいくちしょうゆ オイスターソース 普通牛乳 水 しお こしょう粉 ラー油 ゆずこしょう ◆ゆで豚の薬味ソースかけ 豚かたロース(ブロック) 料理酒 砂糖 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 白ごま 乾 レタス ◆ジーマーミー豆腐 ジーマミ豆腐 ◆中華いか和え 中華イカ だいこん 胡瓜 生 カットわかめ 中華ドレッシング ◆杏仁フルーツ 杏仁フルーツ缶 白玉団子(冷)