1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)
食パン(パター)	菓子パン(りんりんりんこ)	食パン(パター)	米飯	菓子パン(メロンパン)	食パン(パター)
食パン	りんりんりんごパン <b>チンゲン菜のコンソメスープ煮</b>		米 里芋の煮付け	メロンパン フルーツ(白桃缶・びわ缶)	■ 食パン
バターブレンド <b>きのことベーコンのソテー</b>	<b>テンゲン来のコンソスペーノ</b> 無 チンゲンサイ	バターブレンド <b>小松菜とハムコーンのソテー</b>	■ 単手の無利け さといも	白桃缶詰	バターブレンド しろなとかまほこの塩だれ炒&
きのこミックス	デンケンサイ ベーコン	こまつな	にんじん	びわ缶詰	しろな
ベーコン	にんじん	ロースハム	しいたけ	牛乳	かまぼこ
食塩	コンソメ	にんじん	上白糖	牛乳	にんじん
こしょう	こしょう	コーン	うすくちしょうゆ		コーン
バターブレンド	うすくちしょうゆ	食塩	だしの素		塩だれ
こいくちしょうゆ <b>コーヒー牛乳</b>	飲むヨーグルト	こしょう	みりん ユ <b>ス-汁/事故・* (47)</b>	<del> </del>	ごま油
<b>コーヒー牛乳</b>   コーヒー牛乳	飲むヨーグルト	こいくちしょうゆ サラダ油	みそ汁(春菊・あげ) 春菊		<b>りんごジュース</b> りんごジュース
→—L <b>一</b> +孔		フルーツジュース	春匊 きざみ揚げ		9/00 24-7
		フルーツジュース	みそ		
		370 371 X	だしの素		
			ふりかけ(のりたま)		
			のりたまふりかけ		
米飯	米飯	★佐賀名物☆シシリアンライス	米飯	米飯	米飯
<u> </u>	*		米	米   豚の金山寺みそ巻き天ぷら	*
ロールボーク	魚の柚子みそ焼き	牛かたローススライス	魚のマヨキムチ焼き		魚の圏庵やき
豚ももスライス	<b>鰆</b>	たまねぎ 焼き肉のたれ	鮭	豚ももスライス	海
にんじん じゃがいも	みそ 上白糖	焼き肉のたれ サラダ油	酒   みりん	にんじん いんげん	酒 みりん
いんげん	上口棚	レタス	こいくちしょうゆ	金山寺みそ	こいくちしょうゆ
コンソメ	酒	きゅうり	はくさいキムチ	上白糖	ರಿಕ್
トマトケチャップ	みりん	トムト	マヨネーズ	薄力粉	添え物(春菊ごまあえ)
上白糖	添え物(しろなかかあえ)	鶏卵	上白糖	鶏卵	春菊
こいくちしょうゆ	しろな	マヨネーズ	エダムパウダーチーズ	白絞油	2.2
サラダな	糸かつお	たらこあんかけ(かぶ)	添え物(ズッギーニ)	サラダな	こいくちしょうゆ
添え物(オクラソテー)	こいくちしょうゆ	かぶ	ズッキーニ	こいくちしょうゆ	みりん
オクラ	みりん	うすくちしょうゆ	食塩	添え物(キャベツかか和え・トマト)	五目春雨(イカ)
食塩	大根と鶏の煮物	だしの素	こしょう	キャベツ	緑豆はるさめ
こしょう	大根	たらこ	オリーブ油	<u></u> 糸かつお	イカ
食塩不使用バター	鶏もも肉	みつば	さつま芋のバター醤油炒め	うすくちしょうゆ	たまねぎ
カリフラワー	グリンピース	上白糖	さつまいも	みりん	にんじん
食塩	上白糖	うすくちしょうゆ	しめじ	トマト - パラリナの中華 <b>日本の</b> 中	いんげん
もやし炒め(ウインナー)	うすくちしょうゆ	だしの素	にんじん	パブリカの中華風酢の物	上白糖
りょくとうもやし	みりん	かたくり粉 フルーツ(りんご・柿)	ベーコン 食塩不使用バター	りょくとうもやし	うすくちしょうゆ
赤ピーマン	だしの素 すまし汁(しめじ・ワカメ)			赤ピーマン グリーンアスパラガス	ごま油 みそ汁(じゃがいも・ペーコン)
にら ポークウインナー	しめじ	りんご かき	コンソメ うすくちしょうゆ	クリーンアスハラガス ロースハム	じゃがいも
上白糖	わかめ	もやしスープ	グリンピース	カースパム 穀物酢	ベーコン
ニいくちしょうゆ	かいわれだいこん	りょくとうもやし	みぞ汁(大根・ふ)	上白糖	かいわれだいこん
	食塩	ねぎ	大根	うすくちしょうゆ	みそ
サラダ油 <b>豆腐スープ</b>	□ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	ガラスープ	まきふ	ごま油	だしの素
豆腐	みりん	コンソメ	ねぎ	すまじ汁(しめじ・とろろこぶ)	7.557,71
コーン	だしの素	うすくちしょうゆ	みそ	しめじ	
きぬさや			だしの素	とろろ昆布	1
コンソメ				かいわれだいこん	1
					1
うすくちしょうゆ				食塩	
うすくちしょうゆ				うすくちしょうゆ	
うすくちしょうゆ				うすくちしょうゆ みりん	
				うすくちしょうゆ みりん だしの素	
 うすぐちしょうゆ	米販	米飯	おにぎり(栗飯)	うすくちしょうゆ みりん	米販
 **************************************	*	*	*	うすくちしょうゆ みりん だしの素 米飯 米	米
	米パイミンチカツ	米白身魚の大和むし	 米 菜飯の素	うすぐちしょうゆ みりん だしの素 米飯 米 魚のみぞれ煮	* <b>水餃子風</b>
米版 米  魚の梅かか焼き	米 ボパイミンチカツ 合挽ミンチ	米 <b>白身魚の大和むし</b> 赤魚	************************************	うすくちしょうゆ みりん だしの素 米版 米 <b>魚のみぞれ煮</b> カレイ	*************************************
米版 ※ <b>魚の梅かか焼き</b> 鯵 酒	来 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ	米 白 <b>身魚の大和むし</b> 赤魚 食塩	**	うすぐちしょうゆ みりん だしの素 米 類 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	************************************
**版 ** <b>魚の梅かか焼き</b> ** ** ** ** みりん	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう	**	米 菜飯の素 あんかけ野とじそば 和そば ほうれんそう	うすくちしょうゆ みりん だしの素 米飯 米 <b>魚のみぞれ煮</b> カレイ 大根おろし だしの素	米 水 <b>餃子風</b> 餃子 エビ はくさい
米販 米 <b>魚の梅かか焼き</b> 鯵 酒 みりん こいくちしょうゆ	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵	米 <b>自身魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋トロロ 鶏卵	米 薬飯の素 <b>あんかけ卵とじそば</b> 和そば ほうれんそう かまぼこ	うすぐちしょうゆ みりん だしの素 米 <b>類のみぞれ素</b> カレイ 大根おろし だしの素 上白糖	米 水 <b>餃子風</b> 餃子 エビ はくさい にんじん
米販 ※ <b>魚の梅かか焼き</b>	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳	来 白身魚の大和むし 赤魚 食塩 長芋トロロ 鶏卵 にんじん	米 菜飯の素 あんかけ即とじそば 和そば ほうれんそう かまぼこ にんじん	うすぐちしょうゆ みりんん だしの素 米 <b>無のみぞれ煮</b> カレイ 大根おろし だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ	米 水餃子風 餃子 エピ はぐさい にんじん りょくとうもやし
米販 米 <b>魚の梅かか焼き</b> 鯵 酒 みりん こいくちしょうゆ	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵	※ <b>白寿魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋トロ 発卵 にんじん かぼちゃ	米 薬飯の素 <b>あんかけ卵とじそば</b> 和そば ほうれんそう かまぼこ	うすぐちしょうゆ みりん だしの素 米 <b>無のみぞれ煮</b> カレイ 大根おろし だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん がんもどき	米 水餃子風 餃子 エビ はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ
米版 <b>魚の梅かか焼き</b> 夢 酒 かりくちしょうゆ 梅干し 糸かつお みつば 上白糖	** ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 バン粉	米 白寿魚の大和むし 赤魚 食塩 長芋トロロ 鶏卵 にんじん かぼちゃ 春菊 だしの素	米 東飯の素 あんがけ野とじそば 和そば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かす みつば 鶏卵	うすぐちしょうゆ みりん だしの素 <b>米版</b> <b>煮のみぞれ煮</b> カレイ 大根おろし だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん がんもどき ながいも	米 水餃子風 餃子 エピ はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ
米版 米版 ※ 猫の権かか焼き ※ 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し 糸かつお みつば 上白糖 こいくちしょうゆ	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 バン粉 白紋油	・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	米 東飯の素 あんかけ野とじそば 和そば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かす みつば 適卵 だしの素	うすぐちしょうゆ みりん だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん がんもどき ながいも 生ふ	米 水餃子風 餃子 エピ はんじん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ
米飯 ※ <b>魚の梅かか焼き</b> 鯵 酒 みりん こいくちしょうゆ 柚干し 糸かつば 上白蛙 こいくちしょうゆ	** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	※ <b>自身集の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋トロロ 鶏卵 にんじん かぼちゃ 春菊 だしの素 うすぐちしょうゆ みりん	米 菜飯の素 あんがけ野とじそば 和そば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かす みつば 鶏卵 だしの素 食塩	うすぐちしょうゆ みりんの未 米 無 無 無のみぞれ煮 カレイ 大根おろし だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん がんもどき ながいも 生ふ 上白糖	米 水餃子屋 餃子 エピ はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ ラすくちしょうゆ <b>二ラ玉炒め</b>
米版 米版 集の権かか焼き が 通 みりん こいくちしょうゆ 梅干し 糸かつお みつば 上白糖 こいくちしょうゆ <b>添え物(ほうれんそう・ごま)</b> ほうれんそう	**  **  **  **  **  **  **  **  **  **	米 <b>中身魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋中ロ 鶏卵 にんじん がぼちゃ 春菊 だしの素 うすくちしょうゆ みりん 食塩	米	うすくちしょうゆ みりん。 米板 米板 へのみぞれ業 カレイ 大根おろし だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん がんもどき ながいも 生ら・ 上白・ もっ すくちしょうゆ	米 水餃子風 餃子 エピ はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ 二 <b>ラ玉砂め</b> 鶏脚
米版 ※	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 バン粉 白紋油 サラダな トンカツソース <b>添え物(キャベツ・ミニトマト)</b>	・米  ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	来 東飯の素 あんかけ野とじそば 和そば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かす みつば 鶏卵 だしの素 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ	うすぐちしょうゆ みりん だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん がんもどき ながいも 生ふ カーズもしょうゆ みりん	米 水餃子風 餃子風 餃子 エピ はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソタ ラすくちしょうゆ 電卵 にら
米版	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 バン粉 白較油 サラダな トンカツソース <b>添え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ	来 一身像の大和むし 赤魚 食塩 長芋トロロ 鶏卵 にんじん かぼちゃ 春月しの素 うすくちしようゆ みりん 会塩 うすくちしょうゆ みりん	米 東飯の素 あんがけかとじそば 和そはば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かつば 鶏卵 だしの素 食塩の素 食塩の糖 うすくちしょうゆ 酒	うすぐちしょうゆ みりん たしの素 米板	米 水餃子風 餃子 エピ はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ うすぐちしょうゆ 二う玉砂め 鶏卵 にら たまねぎ
米版 ※	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 トンカッツース 添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ・ンオイル・青じそドレッシング	米 <b>中野魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋中ロ 鶏卵にんぼちゃ 春菊 だしの素 うすくちしょうゆ みりん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	来 東飯の素 あんかけ野とじそば 和そば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かす みつば 鶏出の素 食塩糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん	うすぐちしょうゆ みりん。 米版 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	米 水飲子風 餃子 エビ はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンタン コンソメ うすくちしょうゆ 二方玉砂め 頭別 にら たまねぎ オイスターソース
米版	**  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	来 白寿魚の大和むし 赤魚 食塩 長芋 ロロ 鶏卵 にんじん がほぎちゃ 春菊 だしの素 うすぐちしょうゆ みりん 食塩 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 かだしの素 かだしの素 かたくり粉	米 東飯の素 あんがけ野とじそば 和そば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かつば 鶏卵 だしの素 食塩 自うすくちしょうゆ 酒 みりん かたくり粉	うすぐちしょうゆ みりん だしの素 **  煮のみぞれ煮 カレイ 大根おろし だしの素 上白結 こいぐちしょうゆ みりん がんもどき ながいも 生ふ 上白糖 うすぐちしょうゆ みりん たしの素	米 水餃子風 餃子 はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン つすくちしようゆ こう玉砂め 鶏卵 にも たまれぎ オイスターソース 上白糖
米版 米 <b>魚の梅かか焼き</b>	米 ボパイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 バン粉 白絞油 サラダな トンカッソース <b>添え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニマト こまれま(なす)	米 <b>ウ身魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋 ロロ 鶏卵 にんじん がぼちゃ 春しの素 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 かさくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 <b>ごま和え(白菜)</b>	米 東飯の素 あんがけかとじそば 和それば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かすは 鶏卵 だしの素 食上白すくちしょうゆ 酒 みりん かた(り粉)	うすぐちしょうゆ みりん たしの素 米  煮のみぞれ煮 カレイ 大根おろし だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん がんもどき ながいも 生ふ 上白 糖 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 わさび和え(小松栗) こまつな にんじん	米 水飲子風 餃子 エピ はんざん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ 二方玉砂め 鶏卵 にら たまねぎ オイスターソース
米版 ※	**  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	来	米 菜飯の素 あんがけ卵とじそば 和そはば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かす みつば 鶏卵 だし塩 独自 生 白生 もっすくちしょうゆ 酒 みりん かたくり粉 いり豆腐(豚肉) 木棚豆腐	うすぐちしょうゆ かりん。 米敷 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	米 水餃子風 餃子風 はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ ラすくちしめ 発卵 にら たまれる糖 オイス糖 こいくちしょうゆ ごようゆ ごようか
米版 米 <b>魚の梅かか焼き</b>	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 バン粉 白較油 サラダな トンカツノース <b>添え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマー なす しらす	米 <b>ウ男魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋 トロロ 鶏卵 にんじん がぼちゃ 春気の素 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 <b>ごまれえ</b> (白菜) はくさい にんじん	米 東飯の素 あんがけかとじそば 和そとば ほうれんそう かまばこ にんじん 天かつば 鶏卵 だしの素 食塩白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん かた(り粉) いり豆腐(豚肉) 木綿豆属 豚も丸ライス	うすぐちしょうゆ みりん たしの素 米	米 水餃子風 餃子 エピ はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ ニラ重砂の 鶏卵 にら たまねぎ オイス糖 カリント 上白糖 こいぐちしょうゆ こま)
米版  ※ (本)	**  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	来 <b>市寿魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋中ロ 鶏卵にんじん かぼちゃ 春菊 だしの素 うすくちしょうゆ みりん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり別 <b>ごま和入(白栗)</b> はくさい にんじん かいわれだいこん	来 変態の素 あんかけ野とじそば 和それば おうれんそう かられんとう かられんとう かっしば 薄別の たりし塩 もすくちしょうゆ 酒りん かり更優(豚肉) 木綿豆腐 豚ももスライス たまれぎ	うすぐちしょうゆ みりん 未 水	米 水餃子風 餃子風 はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ ラすくちしめ 発卵 にら たまれる糖 オイス糖 こいくちしょうゆ ごようゆ ごようか
米版	**  **  **  **  **  **  **  **  **  **	来 <b>白身魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋 ロロ 鶏卵 にんじん かぼちゃ 春との素 うすぐちしょうゆ みりん 食塩 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 かだとり数 <b>ごま和え(白栗)</b> はぐさい にんじん かいわれだいこん かままここ	米 東飯の素 あんがけ野とじそば 和そはば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かりば 鶏卵 だしの素 食塩 自動 うすくちしょうゆ 通 みりん かたくり粉 いり豆腐(豚肉) 木綿・豆腐 豚をももスラ によんじん	うすぐちしょうゆ みりん 未 水	米 水餃子風 餃子 はくさい にんじん りょくとうもやし チングンサイ シャンタン コンソシ うすくちしょうゆ 三う玉砂め 鶏卵 にら たまねぎ オイス様 よくあしょうゆ こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ こま油
米版  ※ (本の でかか 焼き )	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 ハン粉 白較油 サラダな トンカツソース <b>添え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマト こます しらす ごま うすくちしょうゆ みりん	来 <b>市寿魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋中ロロ 鶏卵にんじん がぼちゃ 春江の素 うすくちしょうゆ みりん 食塩 うすくちしょうゆ みりんの表 だしの表 こまれて(日栗) はくさい にんじん がいわれだいこん かまぼこ	米 変態の素 あんかけ野とじそば 和それば ほうれんそう にんじん 天かす みつば 鶏卵 だし塩糖 うすぐちしょうゆ 酒 みりん いたでり粉 い見質(豚肉) 木絶豆腐 豚ももスライス たまねぎ にんじん いんげん	うすぐちしょうゆ みりん。 米版 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	米 水餃子風 餃子 エピ はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ ニラ重砂の 鶏卵 にら たまねぎ オイス糖 カリント 上白糖 こいぐちしょうゆ こま)
米版	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 バン砂油 サラダな トンカツソース 添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマト こまれて(なす) なき しらす こま うずくちしょうゆ みりり スリソススープ(玉ねぎ)	来 <b>一身魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋 ロロ 鶏卵にんじんか がぼちゃ 春しの素 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 ごまかたくりが にんじんかいわれだいこんかまぼこ ごままうすくちしょうゆ みりん	米 東飯の素 あんがけ野とじそば 和それば 和そればよう おまぼこ にんじん 天かす みつば 鶏卵 だし塩 独 上白 直動 うすくちしょうゆ ありん かたくり粉 いり豆腐(豚肉) 木・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	うすくちしょうゆ みりん だしの素 **  煮のみぞれ煮 カレイ 大根の表 上白れるしたしの素 上白も結 こいくちしょうゆ みりん がんもどき ながいも 生ふ。 上白糖 うすくちしょうゆ みりの素 わさび和力な(小松栗) こにんじん かまぼこ わさび、すくちしょうゆ みりん かまげたしのう おいたしの表 おさびもつないない。	米 水餃子風 餃子 はくさい にんじん りょくとうもやし チングンサイ シャンタン コンソシ うすくちしょうゆ 三う玉砂め 鶏卵 にら たまねぎ オイス様 よくあしょうゆ こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ こま油
米版  ※ (本)	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 ハン粉 白較油 サラダな トンカツソース <b>添え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマト こます しらす ごま うすくちしょうゆ みりん	来 <b>一身魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋トロロ 鶏卵 にんじん かぼまや 春生の素 うすぐちしょうゆ みりん 食塩 うすぐちしょうゆ がたしの素 かだしの素 かだしたり粉 ごまれえ(白菜) はぐさい にんじん かいわれだいこん かままこ っすぐちしょうゆ	米 変態の素 あんかけ野とじそば 和それば ほうれんそう にんじん 天かす みつば 鶏卵 だし塩糖 うすぐちしょうゆ 酒 みりん いたでり粉 い見質(豚肉) 木絶豆腐 豚ももスライス たまねぎ にんじん いんげん	うすぐちしょうゆ みりん。 米版 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	米 水餃子風 餃子 エピ はくさい にんじん りょくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ 三う玉砂め 鶏卵 にら たまねぎ オイス糖 カリント 上白糖 こいぐちしょうゆ こま)
米版	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 沸力粉 鶏卵 ハン粉油 サラダな トンカツソース 本表が、キャベツ・ミニトマト) キャベツ シェトマト こまれて、 こまれて、 こす こす こす こす こす こす こす こす こす こす	米 <b>市外像の大和むし</b> 赤魚 食菓子 ロロ 鶏卵 にんじん かぼちゃ 春丸の素 うすくちしょうゆ みりん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 ごまれてい にんじん かいまぼこ こすくちしょうけ みれていたのであり はくさい にんじん かっている ア・ディフィブ・お花の豆腐)	米 変態の表 あんがけかとじそば 和えいがけいかというでは、 はられんそう にはられんでき からればした 天かつ卵 だしな みかり卵 だしな 変しま うすくち みりん かたり り がり 立 原 (	うすぐちしょうゆ みりん ボル 素 素のみぞれ素 カレイ 大根おろし だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん がんもどき ながいも 生ふ 上白糖 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 これでないようゆ みりん だしのま っすぐちしょうゆ みりん だしのま つなつな にんじん かまぼこ わさび うすぐちしょうゆ みりん お花のとうふ みそ	米 水餃子風 餃子 はくさい にんじん りょくとうもやし チングンサイ シャンタン コンソシ うすくちしょうゆ 三う玉砂め 鶏卵 にら たまねぎ オイス様 よくあしょうゆ こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ こま油
米版  ※ (本)	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 バン粉 白較油 サラダな トンカツノース <b>添え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマト なす しらす ごま みりん カリング スまず なすり しらす こま カリング スまず しらす こま カリング スまず したしまうけ カリノンズノーブ(玉ねぎ) たまねぎ	来 <b>一身魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋 ロロ 鶏卵にんじんか がぼちゃ 春しの素 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 ごまかたくりが にんじんかいわれだいこんかまぼこ ごままうすくちしょうゆ みりん	米 菜飯の素 あんがけ野とじそば 和それば、 和それば、 和もれば、 では、 では、 がすが、 がすが、 のでは、 では、 がすが、 のでは、 は、 のでは、 は、 のでは、 は、 ので	うすくちしょうゆ みりん たしの素 米	米 水餃子風 餃子 はくさい にんじん りょくとうもやし チングンサイ シャンタン コンソシ うすくちしょうゆ 三う玉砂め 鶏卵 にら たまねぎ オイス様 よくあしょうゆ こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ こま油
米版	**  **  **  **  **  **  **  **  **  **	来 <b>自身魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋 トロロ 鶏卵 にんじん かぼちゃ 春だしの素 うすぐちしょうゆ みりん 食塩 うすくちしょうゆ みりんを だしの素 かだとり粉 ごま和え(白粟) はくさい にんじん かいわれだいこん かいわれだいこん かまままこ ごま みりん かいですぐちしょうゆ かいでするない。 できるしょうか。 のよりん。 かいでするない。 できるしょうか。 のもしのまからない。 できるしょうか。 のもいとのもない。 のもない。 のも	米 東飯の素 あんがけ即とじそば 和そればは ほうれんそうかまぼこ にんじん 天かすば 鶏卵がとしない。 食塩時 うすくちしょうゆ みりた(り粉) いり豆腐(豚肉) 木彫ももスぎ にんじん いんげん しちできなしょうゆ でまれこん いんげん しちすくちしょうゆ でまれこん にんげん しちすくちしょうゆ でまれこん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん ことり できなしょうゆ できなしなが にんじん にんじん にんじん かったくり なりまする。 できなしょうか できなしなが にんしん にんじん にんじん かったくり なりまする。 できなしなうが にんしん にんしん にんしん にんしん にんしん にんした にんした にんした にんした にんして できなしまるか にんした にんした にんした にんした にんした にんした にんして できなしまるか にんして にんして にんして にんして できなしまるか にんして にんして にんして できなしまるか にんして にった。 できなしまるか できなしまるが できなしまるが できなしまるが できなしまるが できなしまるが できなしまるが できなした。 できなしまるが できなしまるが できなり でもなり できなり できなり できなり	うすぐちしょうゆ みりん ボル 素 素のみぞれ素 カレイ 大根おろし だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん がんもどき ながいも 生ふ 上白糖 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 これでないようゆ みりん だしのま っすぐちしょうゆ みりん だしのま つなつな にんじん かまぼこ わさび うすぐちしょうゆ みりん お花のとうふ みそ	米 水餃子風 餃子 はくさい にんじん りょくとうもやし チングンサイ シャンタン コンソシ うすくちしょうゆ 三う玉砂め 鶏卵 にら たまねぎ オイス様 よくあしょうゆ こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ こま油
米版  本版  本の権かか焼き  ※ 酒の格かか焼き  ※ 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し 糸かつお みつば 上白糖 こいやちしようゆ  を入物(ぼうれんそう・ごま) ほうれんそう にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん  野菜の卵とじ(白菜) 鶏卵 はくさい かに風味かまぼこ にんじん だしの精 うすくちしょうゆ みりん  みぞ汁(かぼちゃ・あげ) かぼちゃ・きざみ揚げ	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 バン粉 白紋油 サラダな トンカツソース <b>落え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマー) なす しらす ごま うすくちしょうゆ みりん コンソメスープ(玉ねぎ) たんじん コンソメ、ラケくちしょうゆ	来 <b>白身魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋 中ロ 鶏卵 にんじん がぼちゃ 春見の素 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 ごまかたくり粉 にんじん かいおれだいこん かいまだ。 ごままうすくちしょうゆ みりん なくさい かいわれだいこん かいままうすくちしょうゆ みりん かいおいたがいままる。 できるしょうか みりん かったくりかした。 かったくりかした。 がいままる。 できるしょうか。 のまりん。 かったくりからまる。 グリーンアスパラガス	米	うすぐちしょうゆ みりん ボル 素 素のみぞれ素 カレイ 大根おろし だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん がんもどき ながいも 生ふ 上白糖 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 これでないようゆ みりん だしのま っすぐちしょうゆ みりん だしのま つなつな にんじん かまぼこ わさび うすぐちしょうゆ みりん お花のとうふ みそ	米 水餃子風 餃子 はくさい にんじん りょくとうもやし チングンサイ シャンタン コンソシ うすくちしょうゆ 三う玉砂め 鶏卵 にら たまねぎ オイス様 よくあしょうゆ こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ こま油
米版	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 バン粉 白紋油 サラダな トンカツソース <b>落え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマー) なす しらす ごま うすくちしょうゆ みりん コンソメスープ(玉ねぎ) たんじん コンソメ、ラケくちしょうゆ	来 <b>自身魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋 トロロ 鶏卵 にんじん かぼちゃ 春だしの素 うすぐちしょうゆ みりん 食塩 うすくちしょうゆ みりんを だしの素 かだとり粉 ごま和え(白粟) はくさい にんじん かいわれだいこん かいわれだいこん かまままこ ごま みりん かいですぐちしょうゆ かいでするない。 できるしょうか。 のよりん。 かいでするない。 できるしょうか。 のもしのまからない。 できるしょうか。 のもいとのもない。 のもない。 のも	米 変態の素 あんがけ即とじそば 和そうがけば ほうかほこ にんじん 天かつば 発卵 だし塩 自くちしようゆ カリくり粉 いり豆腐(原) 木約もの表 しかばられる。 ではしたがり 本がもしなうぎ にんがけ越 ありたくり粉 いり豆腐(原) 木約もの表 にんがける にんがける にんがける にんがける にんがける にんがける にんがける にんがける にんがける でにんがける にんがける でにんがける でにんがける でにんがける でにんがられる でにんがける でにんがける でにんがける でにんがける でにんがらまるが でにんがした。 でにんがらまるが でにんがした。 でにんがける でにんがした。 でにんがした。 でにんがした。 でにんがける でにんがられた。 できたした。 できたした。 できたした。 できたた。 できたた。 できたた。 できた。 できた。 できたた。 できた。 できた。 できた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できた。 できた。 できたた。 できた。 できた。 できた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できた。 できたた。 できたた。 できた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できたた。 できた。	うすぐちしょうゆ みりん ボル 素 素のみぞれ素 カレイ 大根おろし だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん がんもどき ながいも 生ふ 上白糖 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 これでないようゆ みりん だしのま っすぐちしょうゆ みりん だしのま つなつな にんじん かまぼこ わさび うすぐちしょうゆ みりん お花のとうふ みそ	米 水餃子風 餃子 はくさい にんじん りょくとうもやし チングンサイ シャンタン コンソシ うすくちしょうゆ 三う玉砂め 鶏卵 にら たまねぎ オイス様 よくあしょうゆ こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ こま油
米版  本版  本の権かか焼き  ※ 酒の格かか焼き  ※ 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し 糸かつお みつば 上白糖 こいやちしようゆ  を入物(ぼうれんそう・ごま) ほうれんそう にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん  野菜の卵とじ(白菜) 鶏卵 はくさい かに風味かまぼこ にんじん だしの精 うすくちしょうゆ みりん  みぞ汁(かぼちゃ・あげ) かぼちゃ・きざみ揚げ	米 ボバイミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 バン粉 白紋油 サラダな トンカツソース <b>落え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマー) なす しらす ごま うすくちしょうゆ みりん コンソメスープ(玉ねぎ) たんじん コンソメ、ラケくちしょうゆ	来 <b>自身魚の大和むし</b> 赤魚 食塩 長芋 トロロ 鶏卵 にんじん かぼちゃ 春だしの素 うすぐちしょうゆ みりん 食塩 うすくちしょうゆ みりんを だしの素 かだとり粉 ごま和え(白粟) はくさい にんじん かいわれだいこん かいわれだいこん かまままこ ごま みりん かいですぐちしょうゆ かいでするない。 できるしょうか。 のよりん。 かいでするない。 できるしょうか。 のもしのまからない。 できるしょうか。 のもいとのもない。 のもない。 のも	米	うすぐちしょうゆ みりん 来	米 水餃子風 餃子 はくさい にんじん りょくとうもやし チングンサイ シャンタン コンソシ うすくちしょうゆ 三う玉砂め 鶏卵 にら たまねぎ オイス様 よくあしょうゆ こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ こま油

《都合により献立を変更することがあります

7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	13(日)
食パン(いちごジャム)	菓子パン(ビーフコロッケパン)	食パン(パター)	食パン(パター)	菓子パン(カスタードデニッシュ)	ホットケーキ(メーブルシロップ)	米飯
食パン	ビーフコロッケパン	食パン	食パン	カスタードデニッシュ	ホットケーキミックス	*
いちごジャム	フルーツ(パナナ)	バターブレンド	バターブレンド	小松菜のコンソメスープ煮	鶏卵	だし巻き卵
野菜のボトフ風	バナナ	オムレツカレーソースかけ	チンゲン菜とハムの塩だれ炒め	こまつな	牛乳	だし巻きたまご
キャベツ	牛乳	オムレツ	チンゲンサイ	ロースハム	食塩不使用バター	春菊
にんじん	牛乳	ミックスベジタブル	黄ピーマン	にんじん	ホイップクリーム	こいくちしょうゆ
たまねぎ		カレールウ <b>フルーツジュース</b>	ロースハム	コンソメ	メープルシロップ	みりん
ベーコン			にんじん	こしょう	オレンジ	みそ汁(玉ねぎ)
コンソメ		フルーツジュース	塩だれ	うすくちしょうゆ	洋なし缶詰	たまねぎ
食塩			ごま油	コーヒー牛乳	ヨーグルト	手まりふ
こしょう			牛乳	コーヒー牛乳	ヨーグルト	みそ
飲むヨーグルト			牛乳		紅茶(ストレート)	だしの素
飲むヨーグルト					紅茶	梅びしお
					グラニュー糖	梅びしお
米飯	米飯	おにぎり(わかめ)	米飯	米飯	小柱とごぼうの混ぜご飯	米飯
米		*		米	米	
鶏のマヨカレ焼き	明太野沢菜オムレツ	炊き込みわかめ	魚のから揚げ柚子おろし煮	牛肉の有馬やき	小柱(イタヤ貝)	豚肉と大根の和風炒め
鶏もも肉	鶏卵	のっぺいうどん	たら	牛かたローススライス	ささがきごぼう	豚ももスライス
酒	じゃがいも	うどん	酒	酒	にんじん	大根
みりん	からしめんたいこ	かに風味かまぼこ	みりん	たまねぎ	上白糖	にんじん
こいくちしょうゆ	のざわな漬け	ほうれんそう	おろししょうが	にんじん	こいくちしょうゆ	ブロッコリー
薄力粉	シュレッドチーズ	にんじん	鶏卵	上白糖	サラダ油	上白糖
マヨネーズ	サラダ油	油揚げ	薄力粉	こいくちしょうゆ	かいわれだいこん	こいくちしょうゆ
カレー粉	トマトケチャップ	上白糖	白絞油	みりん	紅しょうが	みりん
添え物(アスパラ・南瓜)	トンカツソース	こいくちしょうゆ	大根おろし	さんしょう粉	魚の塩焼き	サラダな
グリーンアスパラガス	添え物(ブロッコリー・ハム)	みりん	上白糖	サラダ油	鯖	添え物(レッドキャベツ)
食塩	ブロッコリー	だしの素	うすくちしょうゆ	サラダな		レッドキャベツ
こしょう	ロースハム	ねぎ	だしの素	添え物(インゲンソテー)	大根おろし	穀物酢
食塩不使用バター	コールスロードレッシング		ゆず	いんげん	こいくちしょうゆ	上白糖
かぼちゃ	甘辛炒め(しろな)	上白糖	サラダな	上白糖	だし巻き卵なめ茸かけ	ミニトマト
食塩	しろな	うすくちしょうゆ	添え物(キャベツ・トマト)	うすくちしょうゆ	鶏卵	ひじきの五目煮
豆腐ソテー	赤ピーマン	酒	キャベツ	サラダ油	だしの素	ひじき
ほうれんそう	エビ	みりん	フレンチドレッシング	かぼちゃ	食塩	きざみ揚げ
絹ごし豆腐	上白糖	だしの素	トマト	ミックスベジタブル	うすくちしょうゆ	にんじん
にんじん	こいくちしょうゆ	かたくり粉	しろなのなめ茸和え	上白糖	みりん	つきこんにゃく
上白糖	ごま油	おろししょうが	しろな	酢の物(パンサンス)	サラダ油	いんげん
うすくちしょうゆ	コンソメスープ(エリンギ)	手作りポテトサラダ	にんじん	緑豆はるさめ	なめ茸	上白糖
ごま油	オクラ	じゃがいも	かに風味かまぼこ	きゅうり	みぞ汁(アサリ・ワカメ)	こいくちしょうゆ
コンソメスープ(カリフラワー)	ェリンギ	きゅうり	なめ茸	にんじん	あさりのむき身	だしの素
カリフラワー	コンソメ	にんじん	こいくちしょうゆ	焼き豚	わかめ	みりん
ロースハム	こしょう	ベーコン	みそ汁(ワカメ・ふ)	穀物酢	みつば	みりん みそ汁(ごぼう・ベーコン)
コンソメ	うすくちしょうゆ	食塩	わかめ	上白糖	みそ	ささがきごぼうベーコン
		1 27 -		うすくちしょうゆ	だしの素	ベーコン
うすくちしょうゆ		こしよう	3,		こしの糸	
うすくちしょうゆ こしょう		こしょう マヨネーズ	ふみそ	ごま油	/:この来	
うすくちしょうゆ こしょう パセリ			 みそ だしの素			みそ だしの素
こしょう		マヨネーズ	みそ	ごま油	にし <b>の</b> 来	みそ
こしょう		マヨネーズ <b>みかん寒天</b>	みそ	ごま油 <b>すまし汁(ゆば)</b> 湯葉 手まりふ	/200/ <sub>*</sub>	みそ
こしょう		マヨネーズ <b>みかん悪天</b> オレンジジュース 上白糖 粉寒天	みそ	ごま油 <b>すまし汁(ゆば)</b> 湯葉 手まりふ みつば		みそ
こしょう		マヨネーズ <b>みかん寒天</b> オレンジジュース 上白糖	みそ	ごま油 <b>すまし汁(ゆば)</b> 湯葉 手まりふ みつば 食塩		みそ
こしょう		マヨネーズ <b>みかん悪天</b> オレンジジュース 上白糖 粉寒天	みそ	ごま油 <b>すまし汁(ゆば)</b> 湯葉 手まりふ みつば		みそ
こしょう		マヨネーズ <b>みかん悪天</b> オレンジジュース 上白糖 粉寒天	みそ	ごま油 <b>すまし汁(ゆば)</b> 湯葉 手まりふ みつば 食塩		みそ
こしょう バセリ		マヨネーズ <b>みかん悪天</b> オレンジジュース 上白籍 粉寒天 ホイップクリーム	みそ だしの素	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ みつば 食塩 うすぐちしょうゆ みりん だしの素		みそ だしの素
こしょう バセリ	米飯	マヨネーズ <b>みかん悪天</b> オレンジジュース 上白糖 粉寒天	みそ	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ みつけば 食塩 うすぐちしょうゆ みりん	米飯	みそ だしの素 <b>米飯</b>
こしょう パセリ <b>米飯</b> 米	米	マヨネーズ <b>みかん悪天</b> オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	みそ だしの素 <b>米飯</b> 米	ごま油 すまし升(ゆば) 湯葉 手まりふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 米飯 米	<b>米飯</b> **	みそ だしの素 <b>米飯</b> 米
こしょう パセリ <b>米飯</b>	米	マヨネーズ みかん寒天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム 米飯 米	みそ だしの素 <b>米飯</b> 米 <b>隣のみそ焼き</b>	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 米飯 魚のマヨポパイ焼き	米飯米マーボー厚揚げ	みそ だしの素 ** <b>米飯</b> ** <b>白身魚のムニエル</b>
こしょう パセリ <b>米販</b> 米 <b>魚の梅服り焼き</b> 鯵	米 <b>豚肉と白菜の旨煮</b> 豚ももスライス	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉来天 ホイップクリーム 米飯 米 能のトマトクリーム煮 鮭	みそ だしの素 <b>米飯</b> <b>※ かみそ焼き</b> 類もも肉	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 米飯 魚 マヨポパイ焼き なまず	**飯 ** マーボー厚揚げ ** 絹厚揚げ	みそ だしの素 ・* ・* ・* ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
こしょう パセリ <b>米飯</b> 米 <b>魚の梅照り焼き</b> 参 酒	米 豚肉と白菜の旨煮 豚ももスライス はくさい	マヨネーズ みかん悪天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム  米飯 米 鮭のトマトクリーム煮  鮭 こまつな	みそ だしの素 <b>米飯</b> 米 <b>猫のみそ焼き</b> 鶏もも肉 みそ	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ みつば 食塩 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 米版 ※  魚のマコボパイ焼き なまず 酒	米飯 米 マーポー厚揚げ 網厚揚げ 合挽ミンチ	みそ だしの素 ** <b>白身魚のムニエル</b> カラスカレイ 食塩
こしょう パセリ <b>米版</b> <b>魚の梅服り焼き</b> 鯵 酒 みりん	米 <b>豚肉と白菜の旨煮</b> 豚ももスライス はくさい マロニー	マヨネーズ みかん悪天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム  米飯 米  能 のトマトクリーム煮  性 こまつな たまねぎ	みそ だしの素 <b>米飯</b> ※ <b>猫のみそ焼き</b> 鶏もも肉 みそ 上白糖	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ みつば 食塩 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 米飯 魚ペ なまず 酒 みりん	**飯 ** マーポー厚揚げ 網厚揚げ 合挽ミンチ 白ねぎ	米飯 ※ <b>白身魚のムニエル</b> カラスカレイ 食塩 こしょう
こしょう パセリ 米飯 米 ※ 無の梅服り焼き ** 酒 みりん こいくちしょうゆ	米 豚肉と白菜の旨煮 豚ももスライス はくさい マローー にんじん	マヨネーズ みかん悪天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム 米飯 米 <b>MOトマトクリーム</b> 煮 生 こまつな たまねぎ しめじ	みそ だしの素 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりか みつば 食塩 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 米版	米飯 米 マーボー厚揚げ 網厚揚げ 合挽ミシチ 白ねぎ おろししょうが	<b>米飯</b> 米 <b>飯</b> 米 <b>飯</b> 米 <b>カラスカレイ</b> 食塩 こしょう 薄丸粉
こしょう パセリ  米飯 米 無の梅願り焼き 参 高 みりん こいくちしょうゆ 上白穂	米 豚肉と白菜の旨煮 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きめさや	マヨネーズ みかん悪天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム  **  **  **  **  **  **  **  **  **	みそ だしの素 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ みつば 食塩 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 米版 米 なまず 酒 みりん こいくちしょうゆ ほうれんそう	米飯 米 マーポー厚揚げ 網厚揚げ 合挽ミンチ 白ねぎ おろししょうが おろししにく	<b>米飯</b> ※ <b>・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・</b>
よしょう パセリ  米版 米 魚の梅服り焼き 鯵 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 こいくちしょうゆ	米 <b>豚肉と白菜の旨煮</b> 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白穂	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉来天 ホイップクリーム  米飯 米 佐のトマトクリーム煮  註 こまつな たまわぎ しめじ オリーブ油 トマトビューレー	みそ だしの素 ************************************	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりか みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 米 飯	米飯 米 マーボー厚揚げ 網厚揚げ 台挽ミンチ 白ねぎ おろししょうが おろしにんにく トウバンジャン	**版 **
こしょう パセリ  米飯 米飯 ※ 風の梅服り焼き  参 酒 みりん こいべちしょうゆ 上白糖 こいべちしょうゆ	米  豚肉と白菜の旨煮  豚ももスライス はくさい マローー にんじん きぬさや 上白油 うすくちしょうゆ	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム  米飯 米 <b>MOトマトクリーム</b> 煮  住まつな たまねぎ しめじ オリーブュ トマトセューレー 上白糖	みそ だしの素 ※ 第 のみそ焼き 鶏もも肉 みそし白糖 酒 みりん 添え物(ホワイトアスパラ・さつま芋) ホワイトアスパラ・	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 米	米飯 米 マーポー厚揚げ 滑厚揚げ 合挽ミンチ 白わおぎ おろしにようが おろしによんにく トウパンジャン ごま油	**飯 **
こしょう パセリ 米飯 米 の梅服り焼き 診 酒 みりん こいべちしょうゆ 上白恵 こいべちしょうゆ 梅干し みりん	米  豚肉と白菜の旨煮  豚ももスライス  はくさい マロニー  にんじん  きぬさや 上白糖  うすくちしょうゆ  みりん	マヨネーズ みかん寒天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム <b>米飯</b> 米 <b>佐のトマトクリーム煮</b> 註 こまつな たまねぎ しめじ オリーブ油 トマトピューレー 上白糖 牛乳	みそ だしの素 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	ごま油 すまし升(ゆば) 湯葉 手まりふ みつば 食塩うすくちしょうゆ みりん だしの素 米飯 ※ 無のマヨボパイ焼き なまず 酒 みりん こいくちしょうゆ ほうれんそう にんじん マヨネーズ 添え物(ズッキーニ)	米飯 米 マーボー厚揚げ 網厚揚げ 合挽ミンチ 白ねぎ おろししょうが おろしにく トウバンジャン ごま油 上白糖	************************************
こしょう バセリ  米版 米 魚の梅服り焼き  ※ 酒 みりん しょうゆ 上白 (大もしょう) ゆ 上 白 ボーし みりん かたくり 粉	米  豚内と白菜の旨煮  豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白油 うすくちしょうゆ みりん だしの素	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉末天 ホイップクリーム **  **  **  **  **  *  **  **  **  **	みそ だしの素 <b>米飯</b> <b>※ 一 ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※ ※</b>	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まし汁(ゆば) 湯葉 手まりぶ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 米敷 魚のマヨボパイ焼き なまず 酒 みりくちしょうゆ ほうれんそう にんだん マヨネの(ズッキーニ) ズッキーニ	*飯 * ** マーボー厚揚げ 網厚揚げ 合挽ミンチ 白ねぎ おろしにようが おろしにようにく トウパンジャン ごま油 赤みそ	**版 **
ようパセリ  米飯 米	米  豚肉と白菜の旨煮  豚ももスライス はくさい マローー にんじん きぬさや 上白語 うすくちしょうゆ みりん だしの表  豚の物(かまぼこ)	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム <b>米飯</b> 米 <b>飯</b> からマトクリーム煮  註 こまつなき しめじ オリーブュ トマトビ港 牛乳 食塩 こしよう	みそだしの素  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** *	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まし汁(ゆば) 湯葉 手まりか みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 米飯 煮のマヨボパイ焼き なまず 酒 みりん こいくちしょうゆ ほうれんそう にんじん マヨネーズ 添え物(ズッキーニ) ズッキーニ 食塩	米飯 米面 マーボー厚揚げ 網標と 網標と おろししようが おろしにんにく トウパンジャン ごま油 上白糖 赤みそしょうゆ	**     **     **     *     *
************************************	米 豚内と白菜の旨煮 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白糖 うずくちしようゆ みりん だしの素 <b>酢の物(がまぼこ)</b> きゅうり	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉末天 ホイップクリーム  **  **  **  **  **  **  **  **  **	#	ごま油 すまし升(ゆば) 湯葉 手まし升(ゆば) 湯葉 手まりば 食塩がらしょうゆ かりん だしの素 米板  ※ Mのマヨボバイ焼き なまず 酒 かりくちしょうゆ ほうれんん マョネーズ 本え Mの(ズッキーニ) ズッキーニ 食塩しょう	米飯 米 マーボー厚揚げ 網厚揚げ 台挽ミンチ 白ねぎ おろしにようが おろしにんにく トウパンジャン ごま油 上 白糖 赤みそ こいぐちしょうゆ かたくり粉	**飯 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **
よう パセリ  米版 米 像の梅服り焼き 参 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 こいくちしょうゆ 上の糖 しいくちしょうゆ なったくり 終 添え物(いんげんかか和え) いんげん 糸かつお	米  豚内と白菜の旨煮  豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素  酢の物(かまぼこ) きゅうり にんじん	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム煮 鮭 こまつな たまわぎ しめじ オリーブ油 トマトピューレー 上白糖 牛乳 食にしょう カリフラワー もやしと機能のすたねえ	みそだしの素  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** *	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まし汁(ゆば) 湯葉 手まりが みりば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 米 敷 魚のマヨボイイ焼き なまず 酒 みりくちしょうゆ ほうれんそう にんがん マヨネの(ズッキーニ) ズッ塩 こしょう カレー粉	米飯 米飯 ※ 本 マーボー厚揚げ 網厚揚げ 合挽ミンチ 白わとぎ おろしにようが おろしにようが おろしにようにく トウパンジャン ごま油 走白糖 赤みそ こいくちしょうゆ かたくり粉 グリンピース	***  **  **  **  **  **  **  **  **  *
こしょう パセリ  米飯 米	米  豚肉と白菜の旨煮  豚ももスライス はくさい マローー にんじん きぬさや 上白まうけるようけ みりん だしの素  「おの物(かまぼこ) にんじん かまぼこ	マヨネーズ みかん寒天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム <b>継のトマトクリーム煮</b> 註 こまつなき たまねぎ しめじ オリーブ油 トマトビューレー 上白糖 牛乳電 こしょう カリフラワー <b>もりしと焼豚の土佐和え</b> りょくとうもやし	みそ だしの素 <b>米飯</b> <b>湯のみそ焼き</b> 鶏もも肉 みもし 上白糖 酒 みりん <b>添え切(ホワイトアスパラ・さつま芋)</b> までリーマン 食塩 こよう オリーブ油 さつまいも <b>白菜の筆風炒め</b>	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まし汁(ゆば) 湯葉 手まりが 食塩うすくちしょうゆ みりん 大しの素 米 のマヨボバイ焼き なまず 通りの こいくちしょうゆ ほうれんん マヨホノズーニ ズッキーニ ズッキーニ く塩 こしょう カレーガ オリーブ油	米飯 米面 マーポー厚揚げ 網厚揚げ 合挽ミンチ 白われぎ おろししようが おろしにんにく トウパンジャン ごま油 上白糖 赤みそもようゆ かたくり粉 グリンピース しるす和え(ほうれん草)	**     **     **     *
こしょう パセリ  *** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	米 豚内と白菜の旨煮 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白さり かりん だしの素 酢の物(か) にんじん かままこ) きゅうでもしょうゆ みりん たしの素 かしいる素 かしい。 きがままこ) きゅうじん がままこ)	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム <b>米飯</b> ※ <b>能のトマトクリーム煮</b> 住まっな たまつな たまわぎ しめじ オリーブ油 トマトビューレー 上白糖 キ乳 こしょう カリフラワー もやしと無豚の土佐和え りょくとうもやし グリーンアスバラガス	みそだしの素  ***********************************	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まし汁(ゆば) 湯葉 手まりぶ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 米 魚のマヨボパイ焼き なまず 酒 みりん こいくちしょうゆ にんいどん マヨネルーズ スッキーニ) ズッキーニ こしょう カレーブ油 大根とイカの素物	米飯 米 「	米飯 米
*** *** *** *** *** *** *** ***	米  豚内と白菜の旨煮  豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白さ糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素  酢の物(かまぼこ) きゅうり にんじん かまぼこ 穀物師 上白糖	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉ま天 ホイップクリーム煮 鮭 こまつなさ しめじ オリーブ油 トマトピューレー 上白糖 牛乳 食塩 こしょう カリフラワー もやしと情報の工佐和え りょくとうもやし グリーンアスパラガス にんじん	みそだしの素  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** *	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まし汁(ゆば) 湯素 手まりば 食食すぐちしょうゆ みりん だしの素 米 版 名のマヨボイイ焼き な酒 りんていくちしょうか ほうれん人ズキーニ) ズス物(オーニ) ズス物(オーニ) ズカリーブカの煮物 大根 と オリンイカの煮物	米飯 ※	**  **  おそだしの素  お見着のムニエル カラスカレイ 食塩こしょう 薄カ粉 食塩・アクラチーズ焼き) オクラ 食塩こしょう 食塩こしょう 食塩・フェンドナーズ  なすのソテー(イカ) なすイカ
こしょう パセリ  米飯 米  魚の梅服り焼き  鯵酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 こいくちしょうゆ 梅干し みりん いんげんかか和え) いんがけん 糸がつお こいくちしょうゆ みりん レンコンとエビ団子の煮付け レンコン	米 豚内と白菜の旨煮 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上の表 酢の物(かまぼこ) きゅんじん かまりん だしの素 酢の物(かまぼこ) きゅんじん かまがまがまがま かまがまがまがまがまがまがまがまがまがまがまがまがまがまがまがまがまがまがまが	マヨネーズ みかん寒天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム <b>継のトマトクリーム煮</b> 註 こまつなさいまなきしめじ オリーブ油 トマトビューレー 上白糖 牛乳塩 こはらカリンララワー もりよくとうもやし グリーンアスパラガス にんじん 焼き豚	みそだしの素  **  **  **  **  **  **  **  **  **	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 チェレイ(ゆば) 湯素 美 チェリボ 会 は かっ 塩 うすくちしょうゆ みりん 左しの素 ※	米飯 米	**     **     **     *     *
**版 **	米 豚肉と白菜の旨煮 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上のもさも うすくちしょうゆ みりん だしの素 酢の物(かまほこ) きゅうり にんじん かま物酢 上白糖 うすくちしょうゆ みずりたしたん かま物酢 たもしの表 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム  **  **  **  **  **  **  **  **  **	みそだしの素  *** *** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	ごま油 すました。 すました。 まました。 ままりば 食塩 うすくちしょうゆ みりん 表  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** *	米飯 米面 マーボー厚揚げ 網厚揚げ 合挽ミンチ 白ねぎ おろしにようが おろしにかにマン ごま油糖 赤みそ こいくちしょうゆ かたくり粉 グリンピー(医うれん草) ほんじん しらす こんじん しらすなちしょうゆ	米飯 ** <b>中房魚のムニエル</b> カラスカレイ 宣はった。 京カ粉 使用 パター レモン <b>添え物/フラチーズ焼き</b> こしょう 食塩った使用 パター レスリンドチーズ なすのソデー (イカ) なすのソデー (イカ) おろししょうが 上白糖
ようパセリ  米飯 米飯 ※	米  豚内と白菜の旨煮  豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きめさや 上白き うすくちしょうゆ みりん だしの素  酢の物(かまぼこ) きゅうり にんじん かまぼこ 穀物的酢 上白糖 うすくちしょうゆ  みそ汁(厚揚げ・ごぼう) 厚揚げ	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム <b>経のトマトクリーム煮</b>	みそだしの素  ※ 版  ※ 版  ※ 版  ※ 別  ※ のみそ焼き  鶏もも肉 みそ白糖 酒 みりん  ※ え物(ホワイトアスパラ・さつま芋)  ボワイトアスパラ 黄ビーマン 食塩塩・ コブ油 さつまいも  白菜の華風かめ はくさばこ かは豆はじん 上白糖	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 乗ましが 食食すくちしょうゆ みりん をしいる本 * 板	米飯 米飯 米一杯一厚橋げ 網牌場け 合挽まごチ 白わるししようが おろししようが おろしにんがマン ごま油籍 赤みそこいなり野ス とうず和え(ほうれん草) ほうんじん しらす うすくちしょうゆ みりん	**飯 **飯 ** **飯 ** ** ** ** ** ** ** ** *
こしょう パセリ  米飯 米 魚の梅服り焼き 参 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 こいくちしょうゆ 梅干し みりん かたくり粉 添これがにいんげんかか和え) しいかでおしょうゆ カリん キかける といくちしょうゆ カリん メかっちことで ロチの煮付け レンコンとエピ 団子の煮付け しゅきボール こんにゃく グリンピース	米 <b>豚肉と白菜の旨煮</b> 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白糖 うずくちしようゆ みりん だしの素 <b>酢の物(かまぼこ)</b> きゅうり にんじん かまがまっ かまがまっ をからなっ をからりり にんじん かまがまっ をからなっ をからがままます。 をからなっ をからがままます。 をからなっ をからがままます。 をからなっ をからがままます。 でありまます。 でありまます。 できないまます。 できないます。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきるがきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがまままます。 できながまままます。 できながきるがまままます。 できながきるがまままます。 できながきるがまままます。 できながきままます。 できながきままます。 できながきままます。 できながきまままます。 できながきまままます。 できながきまままます。 できながきまままます。 できながきままままままままままままままままままままままままままままままままままま	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉末天 ホイップクリーム煮  註のトマトクリーム煮  註 こまつねぎ しめじ オリーブ油 トマトロ キ乳塩 こよっカー ロー上白糖 キ乳塩 こしょう カリフラワー もやしと焼豚のやし グリーンアスパラガス にんじん 焼き豚 条かかつお うずぐちしょうゆ みりらん	みそだしの素  **  **  **  **  **  **  **  **  **	ごま油 すました。 すました。 まました。 ままりば 食塩うすくちしょうゆ かりん まとしまうが ないですが 酒のですが 酒のですが 酒のいくちしょうゆ にんがん マス・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	米飯 米 マーボー厚揚げ 網厚揚げ 合挽ミンチ 白ねぎ おろししょうが おろししょうが おろししょうが おろししょうか かたくい シブ ま油 上 白糖 赤みそ こいくちしょうゆ かたくり粉 グリンピース しらず和え(ほうれん草) ほうれんそし しらす うすくちしょうゆ みりん コンソスアーブ(じゃがいも)	米飯 米 の 本 エル カラス かく だしの素
ようパセリ  米版  米	米 <b>豚肉と白菜の旨煮</b> 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白の書 うすくちしょうゆ みりん だしの素 <b>酢の物(かまぼこ)</b> きゅうり にんじん かまぼご 妻やうり にんじん かまばず 上白っすくちしょうゆ <b>みそ汁(厚揚げ・ごぼう)</b> 厚揚げきごぼう みそ	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム <b>米飯</b> 米 のトマトクリーム煮  鮭こまつなさしめじ オリープ油 トマトビ 神 中 引 食にしょう カリアラフー もやしととうがしたくうガス にんじん 焼き豚 やし グリーンアスパラガス にんじん 焼き豚 ネかかる うすくちしょうゆ みりん ごま油	みそだしの素  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** *	ごま油 すまし子(ゆば) 湯素 集まし子(ゆば) 湯素 手まりば 食すすぐちしょうゆ みりん だしの素 米敷米 魚のマヨボイイ焼き な酒 みりんちしょうゆ にんがもんとう にんがん・ズキーニ) ズッ塩 こしょう粉 オリーブカの煮物 イカ グリム イカ グリンピース と自った。 との表 との表 をある。 ない。 との表 をある。 ない。 との表 をある。 とのま をある をある。 とのま をある。 とのま をある	米飯 ※ マーボー厚揚げ 網原揚げ 合挽ミンチ 自ねぎ おろしにようが おろしにようが おろしにようにマン・フェ油糖 赤みそ こいぐちしょうゆ かたくり粉 グリンビース しらす 和え(ほうれん草) ほこんじん しらす うずくちしょうゆ みりん コンソメスープ(じゃがいも) じゃがいも	**  **  **  **  **  **  **  **  **  **
にようパセリ  米飯 米	米 <b>豚肉と白菜の旨煮</b> 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白糖 うずくちしようゆ みりん だしの素 <b>酢の物(かまぼこ)</b> きゅうり にんじん かまがまっ かまがまっ をからなっ をからりり にんじん かまがまっ をからなっ をからがままます。 をからなっ をからがままます。 をからなっ をからがままます。 をからなっ をからがままます。 でありまます。 でありまます。 できないまます。 できないます。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきるがきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきできる。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがままます。 できながきるがまままます。 できながまままます。 できながきるがまままます。 できながきるがまままます。 できながきるがまままます。 できながきままます。 できながきままます。 できながきままます。 できながきまままます。 できながきまままます。 できながきまままます。 できながきまままます。 できながきままままままままままままままままままままままままままままままままままま	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム  を	みそだしの素  ※版  ※   ※   ※   ※   ※   ※   ※   ※   ※	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 乗ましが 食 すくちしょうゆ みりん だしの素 米 版	米飯 米布 「	**飯 ** *飯 ** * * * * * * * * * * * * *
ようパセリ  米板 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	米 <b>豚肉と白菜の旨煮</b> 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白の書 うすくちしょうゆ みりん だしの素 <b>酢の物(かまぼこ)</b> きゅうり にんじん かまぼご 妻やうり にんじん かまばず 上白っすくちしょうゆ <b>みそ汁(厚揚げ・ごぼう)</b> 厚揚げきごぼう みそ	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉末天 ホイップクリーム煮  註のトマトクリーム煮  註 こまっつさ しめじ オリーブ 油 トマトロ キュュ しよう カリフラワー もやしと焼豚のやし グリーンアスパラガス にんじん 焼きの みりりん こまっ のよう カリアスパラガス にんじん 焼きのお うずべちしょうゆ みりりん こまっ フローンアスパラガス にんじん たまっ のよう カリアスパラガス にんじん たまっ のより。	みそだしの素  *** *** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 手ましが、 湯葉 手まりが、 みつ塩 うすくちしょうゆ みりん をしいる素  ※	米飯 米 マーボー厚揚げ 網厚揚げ 名検えいチ 白ねぎ おろしにようが おろしにんにく トウバンジャン ごま油 上白糖 赤みそしょうゆ かたくり粉 グリンピース しらする元(ほうれん草) ほうれんそう にんじん しらす うすくちしょうゆ みりん コンソスープ(じゃがいも) じゃがいも にんじん コーン	米飯 米 かられた かられた かられた かられた かられた かられた かられた かられた
ようパセリ  米飯 ※	米 <b>豚肉と白菜の旨煮</b> 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白の書 うすくちしょうゆ みりん だしの素 <b>酢の物(かまぼこ)</b> きゅうり にんじん かまぼご 妻やうり にんじん かまばず 上白っすくちしょうゆ <b>みそ汁(厚揚げ・ごぼう)</b> 厚揚げきごぼう みそ	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上白糖 粉束天 ホイップクリーム <b>米飯</b> 米 <b>飯</b> 米 <b>飯</b> 米 <b>のトマトクリーム煮</b> 鮭こまつなぎ しおリープニュ トマ白乳 食により。カリンラワー もつしととうかりまった。 りょいとうカリスにんじん 焼きかつおさしょうゆ こすりんした。 東京のでもし、カリーンアスパーラガス にんじん 焼きかつおっすくり。 東京のでは、カルリーンアスパーラガス にんじん 東京のでは、カルリーンアスパーラガス にんじん	みそだしの素  ※	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 等まし汁(ゆば) 湯素 等まりば 食食すぐちしょうゆ みりん だしの素 米 敷 **	米飯 ※ マーボー厚揚げ 網厚揚げ 合挽ミンチ 白わとぎ おろしにようが おろしにようが おろしにようが おろしにようが たくりが、シャン ごま油 上白糖 赤みそ こいべちしょうゆ かたくり粉 グリンピース しらす和え(ほうれん草) ほうれんそう にんじん しらす うずくちしょうゆ みりん コンソメスープ(じゃがいも) にんじん コーン コンソメ	**飯 **飯 **飯 **飯 **飯 **飯 **飯 **  **  **
	米 <b>豚肉と白菜の旨煮</b> 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白の書 うすくちしょうゆ みりん だしの素 <b>酢の物(かまぼこ)</b> きゅうり にんじん かまぼご 妻やうり にんじん かまばず 上白っすくちしょうゆ <b>みそ汁(厚揚げ・ごぼう)</b> 厚揚げきごぼう みそ	マヨネーズ みかん寒天 オレンジジュース 上角素 物来アブクリーム 総	みそだしの素  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** *	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 乗ましが 食まりが 食まりが 食はっすくちしょうゆ みりん をしの素 米	米飯 米	**      **      **      **      **      **      **      **      **      **      **      **      **      **      **      **
	米 <b>豚肉と白菜の旨煮</b> 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白の書 うすくちしょうゆ みりん だしの素 <b>酢の物(かまぼこ)</b> きゅうり にんじん かまぼご 妻やうり にんじん かまばず 上白っすくちしょうゆ <b>みそ汁(厚揚げ・ごぼう)</b> 厚揚げきごぼう みそ	マヨネーズ みかん要天 オレンジジュース 上角表 粉末天 ホインンジジュース 上角表 粉末天 ホイップクリーム  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** *	みそだしの素  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** *	ごま油 すまして (中ば) 湯葉 (中ば) 湯素 (中では) まかつ塩 うすくちしょうゆ みりん をしいうれいの素  ** ** ** ** ** ** ** ** ** **  ** **	米飯 ※ マーボー厚揚げ 網厚揚げ 合挽ミンチ 白わとぎ おろしにようが おろしにようが おろしにようが おろしにようが たくりが、シャン ごま油 上白糖 赤みそ こいべちしょうゆ かたくり粉 グリンピース しらす和え(ほうれん草) ほうれんそう にんじん しらす うずくちしょうゆ みりん コンソメスープ(じゃがいも) にんじん コーン コンソメ	**版 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **
ようパセリ  米版  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** *	米 <b>豚肉と白菜の旨煮</b> 豚ももスライス はくさい マロニー にんじん きぬさや 上白の書 うすくちしょうゆ みりん だしの素 <b>酢の物(かまぼこ)</b> きゅうり にんじん かまぼご 妻やうり にんじん かまばず 上白っすくちしょうゆ <b>みそ汁(厚揚げ・ごぼう)</b> 厚揚げきごぼう みそ	マヨネーズ みかん寒天 オレンジジュース 上角素 物来アブクリーム 総	みそだしの素  ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** *	ごま油 すまし汁(ゆば) 湯葉 乗ましが 食まりが 食まりが 食はっすくちしょうゆ みりん をしの素 米	米飯 米	**      **      **      **      **      **      **      **      **      **      **      **      **      **      **      **

※都合により献立を変更することがあります

### 1000mm	年 12月 [常 食]   14(月)   菓子パン(おいものクリームパン	15(火) 食パン(りんごジャム)	16(水) 食パン(バター)	17(木) 果子パン(コーンデニッシュ)	18(金) 食パン(パター)	19(土)	20(日) 果子パン(ジャーマンペーコンホテトハ
1.							来ナハン(ソヤーマンペーコンポテトパン
1.	しろなのコンソメスープ者	りんごジャム	バターブレンド	大根のスープ者	バターブレンド	だし巻き順	いんげんのソテー
C-10.1.   1.			小松菓とかまほこのソテー		野菜の焼肉のたれ炒め		
1.   1.   1.   1.   1.   1.   1.   1.	ロースハム	グリーンアスパラガス		にんじん		しろな	竹輪
# 1			かまぼこ			こいくちしょうゆ	
1.	コンソメ			コンソメ	たまねぎ	みりん	
Table   Ta						みそ汁(なす・ふ)	
1.   1.   1.   1.   1.   1.   1.   1.		こいくちしょうゆ			ロースハム		
#	りんごジュース	ごま油	こいくちしょうゆ	パセリ			
# 1							牛乳.
##	, , , _ ,		<b>年</b> 到. ( )				
本語							
### 10-072-1-1			1 30				
###							
### 1	米飯	米飯	キムタクご飯 ☆クリスマス会☆	米飯		おにぎり(しは漬け)	
### 1		米					
Excellange		黒の中華マリ个風				しは漬け	
		診 ************************************					
Turn							
からないました。	たまねさ	上日間		上日糖	しゃかいも		にんじん
### 27 (49   3 人 7		こいくらしょつか		こいべらしようゆ	カレー材		グリーンアスハラガス
ことした							
### 1	年乳 ++2:4=2/4(111111111111111111111111111111111111						
A		にんじん		たしの素	マヨネース		おろししょうが
### 1					ハセリ		
語画		サラタな					
#							
上の様		カリフラワー	白絞油		上白糖.		
1.   1.   1.   1.   1.   1.   1.   1.						食塩	サラダな
### 1	こしょう			みりん	ごま油		
### 1	マヨネーズ	みりん	こいくちしょうゆ	だしの素	にんじん		ふき
# 一のウルナー				酢の物(錦糸卵)	上白糖		生ふ
# 一のウルナー	みかん			きゅうり	食塩不使用バター	みりん	上白糖
上日報		にんじん	ブロッコリー	にんじん	チンゲン菜のなめ茸和え	ゆず	うすくちしょうゆ
上の様		ポークウインナー	添え物(マッシュボテト)	錦糸卵	チンゲンサイ	だしの素	みりん
日本						コールスローサラダ	
					ロースハム	キャベツ	わさび和え(白菜)
#		ご主油		うすくちしょうゆ	ため昔		
#		コンゾメスープ(ほうれん草)	食塩	すまし汁(春菊・お花の豆腐)	こいくちしょうゆ	きゅうり	焼き豚
				春菊	みそ汁(もやし・ワカメ)		
					りょくとうまかし		
フルーツ(いち)   フルーツ(いち)   フルーツ(いち)   カイド (風の花・人参)   カリカ   だしの素   オリカ   だしの素   オリカ   だしの素   オリカ   だしの素   オリカ   だしの素   オリカ   だしの素   オリカ   オ版   オ版   オ版   オ版   オ版   オ版   オ版   オ							
たしか			フルーツ(いちご)				
本版					だしの表	はんぺんのどせ風傷き	みそ汁(草の花・人業)
# キャイノー   1		2027	コンデンフミルカ		7.00 A		
Tuby				たしの糸		合作	米の15
EAUL			コングスマープ(エリンタン)				
本版						CO47	かて +:1 の事
Table   Ta			に <b>かしか</b> エル・ギ			シース	たしの糸
Tub			エッンイ			グェングトナース	
お歌   おにきり(ゆかり)   水敷   水敷   水敷   水敷   水敷   水敷   水敷   水							
**数			ニナノナノ・ニ・ウ				
#	米衡	おにぎり(ゆかり)		米衡	中要其		米飯
### ### ### ### ### ### ### ### ### ##	*	*	*	*		米	*
EAUCA		ゆかり					
いんげん みそ 上日離 から かく 上日離 から かんしょうか さんしょうか さんしょうか さんしょうか からしめんたいこ 大徳 正んじん かまぼん ファー・ション 大徳 正んじん かまば アッチ・アッナ 大徳 正んじん かまば アッチ・アッナ 大徳 正んじん かっているしょうか かたくりか カンパーカー はまる からしめんたいこ 上日離 からしめんたいこ 上日離 からしめんたいこ 大徳 正んじん かたくりか カンパーカー はまる からしめんたいこ 上日離 からしめんたいこ 上日離 からしめんたいこ 大徳 正んじん かたくりか カンパーカー かたくりか カンパーカー かたくりか カンパーカー かたくりか カンパーカー からしめんたいこ 上日離 からしかんたいこ からしかんたいこ からしかんたいこ からしかんたいこ からしかんたいこ からしかんたいこ からしかんたいこ からしかんたいこ からしか かいわれたいこん 教物節 上日間 カー・カー・ボーク からしかんたいこ からしんきか からしかんたいこ からしたりか からしかんたいこ からしかんたいこ からしかんたいこ からしかんたいこ からしんがしまからしまがらしたいろしまがらしたいろ からしかんたいこ からしかんたいこ からしかんたいこ からしからしまがらしたいろ からしかんたいこ からしかんたいこ からしんがしたいこう からしんだいこ からしかんたいこ からしかんたいこ からしかんたいこ からしたり からしかんたいこ からしからしたり かたくりからしかんたいこ かんだり かたくりか かんたいこ かんしからしかんたいこ かんしからしかんたいこ かんしり かんたいこ かんだり かんしい かんたいこ からしからしまがらしたいらしからしたり かんたいこ からしんだいこ からしんがしたい かんたいこ かんしからしからしかんたいこ かんしん かんたいこ かんたいこ かんたいこ かんしん かんたいこ かんたいこ かんしんたいこ かんだり かんたいこ かんしん かんしん かんしん かんしん かんしん かんしん かんしん かんし					エビ		
## 1		中華麺			イカ		
上白糖 ゆす カカ			みりん	ひじき	はくさい	たけのこ	こしょう
上白糖	みそ		こいくちしょうゆ	パン粉	にんじん	チンゲンサイ	トマトケチャップ
##	上白糖	l イカ	さんしょう粉		たまねぎ		
期別	th H			4到.			カレー粉
類別		キャベツ	食塩不使用バター				添え物(もやしソテー)
##	薄力粉	キャベツ チンゲンサイ	添え物(しろなソテー)	食塩			
自放油	薄力粉 鶏卵	キャベツ チンゲンサイ にんじん	<b>添え物(しろなソテー)</b> しろな	食塩 こしょう	うずら卵水煮	赤ピーマン	りょくとうもやし
トンカツリース	薄力粉 鶏卵 パン粉	キャベツ チンゲンサイ にんじん 食塩	<b>添え物(しろなソテー)</b> しろな 赤ピーマン	食塩こしょう上白糖	うずら卵水煮 きぬさや	赤ピーマン サラダ油	りょくとうもやし 青ピーマン
###	薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油	キャベツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう	添え物(しろなソテー) しろな 赤ピーマン オリーブ油	食塩 こしょう 上白糖 こいくちしょうゆ	うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ	ポピーマン サラダ油 味ぽん	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩
##にしっか	薄力粉 鷄卵 パン粉 白紋油 トンカツソース	キャベツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ	添え物(しろなソテー) しろな 赤ビーマン オリーブ油 こいくちしょうゆ	食塩 こしょう 上白糖 こいくちしょうゆ みりん	うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ	赤ピーマン サラダ油 味ぽん こいくちしょうゆ	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう
大規元	薄力粉 鶏卵 パン粉 白紋油 トンカソソース サラダな	キャベツ テンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油	添え物(しろなソテー) しろな 赤ピーマン オリーブ油 こいくちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ	食塩 こしょう 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくくり粉	うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	ポピーマン サラダ油 味ぽん こいくちしょうゆ サニーレタス	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう
プンオイル青じそドレッシング ミニトマト 大根 にんしん かいわれだいこん 穀物酢 上白贈 ウリーンアスパラガス 表のき かそだしの素 かそだは きさみのり 食塩 うずくちしようゆ からしんたいこ かきしかとがも かとと竹幅の罕し和え りよくとうもやし にんしん かいわれだいこん 穀物酢 上白贈 うずくちしようゆ からし、カリん でととが かいわれだいこん 食塩 のこスープ えのき はんべん かいわれだいこん 食塩 うずくちしようゆ きさみのり 食塩 うずくちしようゆ からし、カリん でとしの素 からしと竹幅の罕し和え りよくとうもやし にんじん 竹鱠 うずくちしようゆ からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしていていてもしようゆ からし、カリん でとしていてもしようゆ からし、カリん でとしていてもしようゆ からし、カリん でとしていてもしようゆ からし、カリん でとしるう からし、カリん でとしていてもしようゆ からし、カリん でとしていてもしようゆ からし、カリん でとしていてもしまうゆ からし、カリん でとしていてもしまうゆ からし、カリん でとしていてもしまうゆ からし、カリん でとしていてもしまうゆ からし、カリん でとしていてもしまうゆ からし、カリん でとしていてもしまうゆ からし、カリん でとしていてもしまうゆ からし、カリん でとしていてもしまうゆ からし、カリん でとしていてもしまうゆ かいたいても、カリん でとしていてもしまうゆ かいたしても、カリん でとしていてもしまうゆ かいたしても、カリん でとしていてもしまうゆ かいたしてん かいかれたにこん かいかれたにこん かいかれたにこん かいかれたにこん かいかれたいここん カリん でとしる。 かいかいたっていても、カリん かいかれたいここん カリん かいかれたいここん カリん でとしる。 かいかいわれだいこん サラダな かいかれたいここん カリん かいかれたいここん カリん かいかれたいここん カリん かいかれたいこん カリん かいかれたいこん カリん かいかれたいこん カリん かいわれたいこん カリん かいわれたいこん カリん かいわれたいこん カリん かいかりん カー・カー からし カリん かいかりん かいかれたいこん カー・カー からし カリん かいかっている カー・カー からし カー・カー からし カー・カー からし カー・カー からし カー・カー からし カー・カー からし カー・アー からし カー・アー からし カー・アー からし カー・アー からし カー・アー からし カー・アー から カー・アー から カー・アー から カー・アー からし から カー・アー から から カー・アー から から から から から から から から から から から から から	薄力粉 鶏卵 パン粉 白紋油 トンカソソース サラダな	キャベツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ こま油 紅しょうが	本え物(しろなソテー) しろな 赤ピーマン オリーブ油 こいくちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網ごし豆腐	食塩 こしょう 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ベッキーニ・お魚豆腐</b> )	うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	ポピーマン サラダ油 味ぽん こいくちしょうゆ サニーレタス	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう
Name         映画が         大根         こしよう         大根         力学な力         食塩不使用パターながいもまがの素がいしの素         食塩不使用パターながいもまがの素がいしい。         食塩工作用パターこいろしようゆきがみのり         たしとが触の平し和えまがない。         かそしとが触の平し和えまがないもまがったくりが、たくりが、たくりが、たくりが、たくりが、たくりが、たりが、たくりが、たりが、たりが、たりが、たりが、たりが、たりが、たりが、たりが、たりが、た	薄力粉 鶏卵 バン粉 白紋油 トンカツソース サラダな 添え物(キャベツ・ミニトマト)	キャベツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ こま油 紅しょうが	本え物(しろなソテー) しろな 赤ピーマン オリーブ油 こいくちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網ごし豆腐	食塩 こしょう 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ベッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ	うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ うすぐちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが	赤ピーマン サラダ油 味ぼん こいくちしょうゆ サニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長芋)</b>	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ
<b>三色ナマス</b> 大根 <b>クモナ(アス/ラ・えのき)</b>	薄力粉 鶏卵 パン粉 白紋油 トンカツソース サラダな 添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ノンオイル青じそドレッシング	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 紅しょうが 大機死	添え物(しろなソテー) しろな 赤ビーマン オリーブ油 こいくちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 編とし豆腐 からしめんたいこ	食塩 こしょう 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ベッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ	うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ うすぐちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが	赤ビーマン サラダ油 味ぼん こいくちしょうゆ サニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長季)</b> オクラ	りょくとうもやし 青ビーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ スパゲティ
大根	薄力粉 鶏卵 バン粉 白紋油 トンカツソース サラダな 添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ノンオイル声じそドレッシング ミニトマト	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 紅しょうが 大焼売 味ぼん	添え物(しろなソテー) しろな 赤ビーマン オリーブ油 こいくちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網ごし豆腐 からしめんたいこ 上白糖	食塩 こしょう 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おろしにんにく	うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 私しょうが <b>ふろふき大根</b>	赤ピーマン サラダ油 味ばん こいぐちしょうゆ サニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長至)</b> オクラ 食塩 こしょう	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ スパゲティ たまねぎ
にんじん かいわれだいこん えのき 大きに	薄力粉 鶏卵 バン粉 白紋油 トンカツソース サラダな 添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ノンオイル声じそドレッシング ミニトマト	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 紅しょうが 大焼売 味ぼん	添え物(しろなソテー) しろな ホビーマン オリーブ油 こい(ちしょうゆ 豆腐の明末あんかけ 網がらしめんたいこ 上白糖 うずくちしょうゆ	食塩 こしょう 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おろしにんにく 食塩	うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが <b>ふろふき大根</b> 大根	赤ピーマン サラダ油 味ばん こいぐちしょうゆ サニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長至)</b> オクラ 食塩 こしょう	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ スパゲティ たまねぎ からしめんたいこ
かいわれだいこん 教物的 上白糖 カー	薄力粉 鶏卵 バン粉 白紋油 トンカツソース サラダな 添え物(キャベツ・ミニトマト) キュトマト 三七・マト 三七・マト 三七・マト	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 紅しょうが 大焼売 味ぼん	添え物(しろなソテー) しろな ポーマン オリーブ油 こいくちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 絹にし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素	食塩 こしょう 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ベッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう	うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが ふろふき大根 大根 うずくちしょうゆ	赤ビーマン サラダ油 味ばん こいくちしょうゆ サニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長季)</b> オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ スパゲティ たまねぎ からしめんたいこ 食塩不使用パター
数物能   上白	薄力粉 鶏卵 パン粉 自乾油 トンカツソース サラダな <b>添え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ンオイル青じそドレッシング ミニトマト 大根	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 紅しょうが 大概元 味ぼん サラダな み子汁(アスパラ・えのき)	添え物(しろなソテー) しろなソテー) しろな ホビーマン オリーブ油 こいくちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網にし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かたくり針	食塩 こしょう 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐	うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが <b>ふろき大根</b> 大根 うすくちしょうゆ だしの素	赤ピーマン サラダ油 味ぼん こいぐちしょうゆ サニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長芋)</b> オクラ 食塩 こしょう 食塩 ながいも	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ たいだティ たおもしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり
## (	薄力粉 鶏卵 バン粉 白紋油 トンカツソース サラがな 添え物(ギャベツ・ミニトマト) キャベッ ノンオイル・青じそドレッシング ミニトマト 大根 にんじん	キャペツ デンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ こま油 紅しょうが 大焼売 大焼売 大焼売 大焼売 サラダな <b>みそ汁 (アスパラ・えのき)</b> グリーンアスパラガス	添え物(しろなソテー) しろなソテー) しろな ホビーマン オリーブ油 こいくちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網にし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かたくり針	食塩 こしょう 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐	うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが ふろふき大根 大根 うすくちしょうゆ だしの素 みそ	赤ビーマン サラダ油 味ぽんしょうゆ サパニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長季)</b> オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用パター ながいも 食塩	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ たいだティ たおもしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり
## (	薄力粉 鶏卵 パン粉 白酸油 トンカツソース サラダな <b>変え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマト 大根 にんじん かいわれだいこん	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	本 物(しろなソテー) しろな ホビーマン オリーブ油 こいくちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 縁てし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うずくちしょうゆ だしの素 みつばしり すました(けり) すました(けり)	食塩 こしょう 上白糖 こいくちしょうゆ みりんがたくり粉 <b>添え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ湾 <b>もやしと竹軸の辛し和え</b>	うずら卵水煮 きぬさイプ コンソメ うすくちしょうゆ かたくりが あるを大根 大気根 うすくちま。 みらを大根 大りの素 みそしま。 かた白糖	赤ビーマン サラダ油 味ぽんしょうゆ サニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長至)</b> 食塩 こしょう 食塩・不使用パター ながいも 食塩 こしょう カレー粉	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ スパゲティ たまねぎ からしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり きのこスープ
業そば きざみ揚げ きざみのり きざみのり うずくちしようゆ うずくちしようゆ みりん だしの素 だしの素 だしの素 は低 たしの素 がらし からし からし からし からし おりん だしの素 をロリのスープ(ハム・コーン) ほうれんぞう 手まりふ りースハム ・カリム だしの素 をロリのスープ(ハム・コーン) はまれんぞう 手まりな かったが、そうが かったが、そうが かったが、そうが かったが、そうが かったが、そうが かったが、そうが かったが、そうが かったが、そうが かったが、そうが かったが、そうが かったが、たったが かったが、たったが かったが、たったが かったが、たったが かったが、たったが かったが、たったが かったが、たったが かったが、たったが かったが、たったが かったが、たったが かったが、たったが かったが、たったが かったが、かいわれだいこん かったすが、なったが、かいかれだいこん かったすが、なったが、なったが、なったが、なったが、なったが、なったが、なったが、なった	薄力粉 鶏卵 パン粉 白乾油 トンカツソース サラダな <b>添え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル 青じそドレッシング ミニトマト <b>三色ナマス</b> 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物酢	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	添え物(しろなソテー) しろな ホピーマン ホリーブ油 こい(ちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網がししめんたいこ 上白糖 うす(ちしょうゆ だしの素 みつば かた(り物 すましナ(イケラ・はんべん) オクラ	食塩 こしょう 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐 <b>もやしと竹鴨の辛し和え</b> りょくとうもやし	うずら卵水煮 きぬさイプ コンソメ うすくちしょうゆ かたくりが あるを大根 大気根 うすくちま。 みらを大根 大りの素 みそしま。 かた白糖	赤ビーマン サラダ油 味ぽんしょうゆ サニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長至)</b> 食塩 こしょう 食塩・不使用パター ながいも 食塩 こしょう カレー粉	リよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たちニスパゲティ スパゲティ たまねぎ からしめんたいこ 食塩不使用パター こいぐちょうゆ きなみのり そのこスープ えのき
きざみ揚げ きざみのり 食塩 からし カリル・ツ まし汁(ほうれん) は 上白膳	薄力粉 鶏卵 パン粉 白板油 トンカゲな <b>左え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ シオイル 青じそドレッシング ミートマト 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物酢 上白糖	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	本え物(しろなソテー) しろな ホビーマン オリーブ油 こいくちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 縁てしち腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつばり すました(力を) すました(力を) オクラ・はんべん) オクラ はんべん	食塩 こしょう 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐 もやしと竹幅の辛し和え りょくとうもやし にんじん	うずら卵水煮 きぬさペープ コンソメ うすくちしょうゆ かたよくり粉 紅しょうが ふろさき大根 大根 うすくちしょうゆ だしの素 みそ 自 みりん フルーツポンチ	赤ビーマン サラダ油 味ぼん こいくちしょうゆ サニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長年)</b> オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用パター ながいも 食塩 こしょう カレー粉 <b>豆成ステーキ</b>	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ スパゲティ たまねぎ からしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり きのこスープ えのき しいたけい
きざみのり 食塩 うすくちしょうゆ みりん たじの素 とロリのスープ(ハム・コーン) すまし汁(限されん草・ふ) かいわれだいこん サラダな たしの素 食塩 みそ丼(小茶栗・しめじ)	薄力粉 鶏卵 パン粉 白乾油 トンカツソース サラダな 本え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ノンオイハー青じそドレッシング ミニトマス 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物誌 上白葉 サまじ汁(ちゃそば)	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	本え物(しろなソテー) しろな ホピーマン ホリーブ油 こい(ちしょうゆ 豆臓の明太あんかけ 細にし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすぐちしょうゆ だしの素 みつば かたくり粉 すまし汁(オクラ・はんべん) オクラ。	食塩 こしょう 上白糖しょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐  もやしと竹鴨の辛し和え りょくとうもやし にんじん 竹輪	うずら卵水煮きぬさイフコンソメ ウオくちしょうゆかたくり粉 和しようが表 大板 うすくちしょうゆだしの素 みそを主 とりが フレーツポンチ みかん在話	赤ピーマン サラダ油 味ぼん こいくちしょうゆ サニーレタス 添え物(オクラソテー・長芋) オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用パター ながいも 食塩 こしょう カレー粉 豆腐ステー 編ごしょう	りょくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ スパゲティ たまねぎ からしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり そのこ このき しいたけ シャンタン
食塩 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 だしの素 たしの素	薄力粉 鶏卵 かつ粉 白紋油 トンカツソース サラダな 添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベッ シニトマト 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物語 すまたげちゃそば、 茶まげちゃそば、 茶またば、 茶またば、 茶またば、 茶またずな	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	添え物(しろなソテー) しろなソテー) しおとってンカリーブ油 こいくちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網にしたのたいこ上白糖 うずくちしょうゆ だしの素 みつば かた(り粉 すまし汁(オクラ・はんべん) オクラ はんべん かいわれだいこん 食塩	食塩 こしょう 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 添え物(ズッキーニ・お魚豆腐) ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリー豆腐 もやしと竹鶴の辛し和え りょくとうもやし にんじん 竹輪 うずくちしょうゆ	うずら卵水煮 きぬさペープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが ふろふき大根 大根 うずくちしょうゆ だしの素 みそ 毎 カリヘ フルーツポンチ みかん缶詰 バイム缶詰	赤ビーマン サラダ油 味ばんしょうゆ サバニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長季)</b> オクラ 食塩 こしょう 食塩 こしょう 食塩 こしょう カレー粉 <b>豆腐ステーキ</b> 絹ご力粉	リよくとうも、やし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ スパゲティ たれおき からしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり きのこスープ えのエスープ えいたけ シャンタン うすぐちしょうゆ
うすぐちしょうゆ みりん だしの素	薄力粉 鶏卵 パン粉 白乾カツソース サラダな <b>添え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ アナイル 青じそドレッシング ミートマス 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物酢 カーカー 大板 にあじめ かいかります。 大板 にあじる かいちもだい 大板 にあじる である。 である。 である。 である。 である。 である。 である。 である	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	本え物(しろなソテー) しろな ホピーマン オリーブ油 こいくちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 細にし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 と白糖 だしの素 みつば すまし汁(オクラ・はんべん) オクラ はんべん かいわれだいこん 食塩 うずくちしょうゆ	食塩 こしょう 上白糖しょうゆ みりん かたくり粉 <b>変え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おるしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐 もりした竹鴨の辛し和え りょくとうもやし にんしん 竹輪 うずぐらしょうゆ からし	うずら卵や きぬさスープ コンソちしょうゆ かたくりが あるを大根 大根 うすくちしょうゆ だしるを たしょうゆ だしまうゆ だしまうゆ だしまうゆ だしまうゆ だしまうか だしたも カインか在 は カリーツが仕 は カリーツが仕 は がんがんがん な もいりがん たも もいりがん たも もいりがん たも もいりがん たも もいりがん たも もいりがん たも もいりがん たらがん たらがた たらがた たらがた たらがた たらがた たらがた たらがた たらがた たらがた たらがた たらがた たらがた たらがた たらがた たらりがた たらが たらが	赤ビーマン サラス はいくちしょうゆ サニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長季)</b> オクラ 食 しょう 食塩不使用パター ながいも 食塩によう カレーチー 屋	リよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ えパゲティ たれわき からしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり きのこスープ えのたナン えいたけ シャンタン うすぐちしょうゆ
みりん ロースハム Fまりふ サラダな コーン 食塩 <b>サラブな オモ汁(小松菜・しめじ)</b>	薄力粉 鶏卵 バン粉 白乾油 トンカツソース サラダな 添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ノンオイル 青じそドレッシング ミニトマ人 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物店 上白糖 すまし計(ちゃそば) 茶そば きざみ場げ きざみのり	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	本え物(しろなソテー) しろな ホピーマン ホリーブ油 こい(ちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網だしむめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かた(り物 すましナー(オクラ・はんべん) オよのも ないわれだいこん 食塩 うずくちしょうゆ みりん	食塩 こしょう 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ズツキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ・お魚豆腐) ズッキーニ・お魚豆腐) ズッキーニ・お魚豆腐) ズッキーニ・お魚豆腐) オリーブ油 お魚豆腐腐 <b>もやしと竹詰や</b> やした竹詰やしたがもしたんじん 竹輪でもしょうゆ からし みりん	うずら卵水煮 きぬさペープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが ふろふき大根 大根 うずくちしょうゆ だしの素 みそ 自 カリーツボンチ みかん在詰 ウオープルーツッツ・イン・イン・イン・イン・イン・イン・イン・イン・イン・イン・イン・イン・イン・	赤ビーマン サラダ油 にいくちしょうゆ サメニーレタス <b>添え物(オクラソテー・長季)</b> オクラ 食塩 によう 食塩 によう 食塩 にしょう カレー粉 豆 <b>医</b> 瀬カ 力糖 上のくちしょうか していくちしょうか	リよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ えパゲティ たれわき からしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり きのこスープ えのたナン えいたけ シャンタン うすぐちしょうゆ
だしの素 食塩 みそ汁(小松菜・しめじ)	薄力粉 鶏卵 パン粉 白乾カツソース サラダな 本え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ シェトマト 三色 ナマス 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物酢 上白糖 チまし汁(ちゃそば) 茶ぞざみのり 食塩	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	本え物(しろなソテー) しろな ホピーマン ホリーブ油 こい(ちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網だしむめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かた(り物 すましナー(オクラ・はんべん) オよのも ないわれだいこん 食塩 うずくちしょうゆ みりん	食塩 こしょう 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ お名しにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆 <b>作物の 辛し和え</b> りょくとうもやし にんじん 竹輪 うすぐちしょうゆ からし セロリのスープ(ハム・コーン)	うずら卵水煮 きぬさペープ コンソメ うすくちしょうゆ かたよくり粉 紅しょうが ふろなき大根 大大根 うすくちしょうゆ だしの素 かそ 白糖 みりん フレーツルとの告語 バイル缶記 ・ウイフルーツ すましたが(様で)ない。 すずしての本 かられる音 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	赤ビーマン サラス は いくちしょうゆ サニーレタス	リよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ えパゲティ たれわき からしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり きのこスープ えのたナン えいたけ シャンタン うすぐちしょうゆ
	薄力粉 鶏卵 ハン粉 自乾油 トンラグな <b>添え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル・青じそドレッシング ミニトマス 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物語 上白糖 上さみ場げ きざみ場け きざみのり 食塩 うすぐちしょうゆ	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	本え物(しろなソテー) しろな ホピーマン ホリーブ油 こい(ちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網だしむめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かた(り物 すましナー(オクラ・はんべん) オよのも ないわれだいこん 食塩 うずくちしょうゆ みりん	食塩 こしょう 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐 <b>もやしと竹種の辛し和え</b> りよくとうもやし にんじん 竹輪 うすくちしょうゆ からし みりん <b>セロリのスープ(ハム・コーン)</b> セロリ	うずら卵水素 きぬさや ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが ふろふき大根 大根 うずくちしょうゆ だしの素 みそ 生白りん フルーツ水ンチ みかん缶詰 白桃の一のボーン・ ボーン・ ボーン・ ボーン・ ボーン・ ボーン・ ボーン・ ボーン・	赤ピーマン サテダ油 にいくしょうゆ サニーレタス <b>添え物(オクランテー・長至)</b> 大クラ 食塩によう 食塩へで使用パターながいも 食塩しょ子使用の ではいる こしょう <b>豆腐</b> ブカレーギ 網カカ糖 こいがしたようゆ みりん かいわれだいこん	リよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ えパゲティ たれわき からしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり きのこスープ えのたナン えいたけ シャンタン うすぐちしょうゆ
=> \tau_1	薄力粉 鶏卵 パン粉 自較油 トンカグな <b>をえ物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマト 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物酢 上白糖 ・ すましげ(ちゃそば) 茶さざみのり き塩 うずくちしょうゆ みりん	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	本え物(しろなソテー) しろな ホピーマン ホリーブ油 こい(ちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網だしむめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かた(り物 すましナー(オクラ・はんべん) オよのも ないわれだいこん 食塩 うずくちしょうゆ みりん	食塩 こしょう 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おるしにんにく 食塩 こしょう オリーブ語 も <b>やしと竹輪の辛し和え</b> りょくとうもやし にんじん 竹輪 うすくちしょうゆ からし セ <b>ロリのスープ(ハム・コーン)</b> セロリ ロースハム	うずら卵水煮 きぬさペープ コンソメ うすくちしょうゆ かたよくり粉 紅しょうが ふろふき大根 大根 うすくちしょうゆ だしの素 みそ 糖 カリケーツルム缶詰 ロ様にも出 コールーツ まりかいんの まりがんの ボバイの おりがんの は は は は は は は り が、バイン い が、バイン い が、バイン い は り が、バイン い り が、バイン い り り り り り り り り り り り り り り り り り り	赤ビーマン サラボ (	リよくとうも、やし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ スパゲティ たれおき からしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり きのこスープ えのエスープ えいたけ シャンタン うすぐちしょうゆ
コンソス	薄力粉 鶏卵 パン粉 自較油 トンカグな <b>をえ物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマト 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物酢 上白糖 ・ すましげ(ちゃそば) 茶さざみのり き塩 うずくちしょうゆ みりん	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	本え物(しろなソテー) しろな ホピーマン ホリーブ油 こい(ちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網だしむめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かた(り物 すましナー(オクラ・はんべん) オよのも ないわれだいこん 食塩 うずくちしょうゆ みりん	食塩 こしょう 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 変え物(ズッキーニ・お魚豆腐) ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐 もりした竹鴨の辛し和え りょくとうもやし にんじん 竹輪 うすくちしょうゆ からし みりん セロリのスープ(ハム・コーン) セロリのスープ、ハム・コーン)	うずら卵水素 きぬさや ガラスープ コンソメージ うすくちしょうゆ かたよりが <b>ふろふき大根</b> 大日の素 上白りん フルーツ水ム音 ・ウルーツ水ム音 ・ウルーツボム音 ・ウルーツボム音 ・ウルーツボム音 ・ウボンチ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	赤ビーマンサラダ油 味ぼんしょうゆ サニーレタス <b>添え物(オクランテー・長季)</b> オクラ 食塩、子使用・バター 食塩・子使用・バター なが塩・コレー粉 <b>豆腐</b> (ステー 豆腐 薄カカサー 自糖 こいぐちしょうゆ みりんかしたいこん サラダなんなかした。 のかいわれだいこん サラダなか要・しめじ)	リよくとうも、やし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこスパゲティ スパゲティ たれおき からしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり きのこスープ えのエスープ えいたけ シャンタン うすぐちしょうゆ
フタくちしよブドリ	薄力粉 鶏卵 パシ粉 自較カツソース <b>若え物(キャベツ・ミニトマト)</b> キャベツ シオイル 青じそドレッシング ミニトマト 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物酢 上白糖 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	本え物(しろなソテー) しろな ホピーマン ホリーブ油 こい(ちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網だしむめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かた(り物 すましナー(オクラ・はんべん) オよのも ないわれだいこん 食塩 うずくちしょうゆ みりん	食塩 こしょう 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>変え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おるしにんにく 食塩 こしょう オリーブ語 も <b>やしと竹輪の辛し和え</b> りょくとうもやし にんじん 竹輪 うすぐちしょうゆ からし かりん セロリのスープ(ハム・コーン) セロリ ロースハム コーン コンソメ	うずら卵水煮 きぬさペプ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが ふろふき大根 大根 うずくちしょうゆ だしの素 みそ 上白娘 フルーツ水ム缶詰 白桃インルーツ ほうより ほうより にもなる でしていた。 でしていた。 はいた。 はいた。 はいた。 はいた。 はいた。 はいた。 はいた。 は	赤ピーマンサラばん かいかく かいかく かいから かいから かいから かいから かいから かいから	リよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たらこパゲティ たいゲティ たれき からしめんたいこ 食塩不使用バター こいくちしょうゆ きざみのり きのこスープ えのエスープ えいたけ シャンタン うすぐちしょうゆ
ハセリ   だしの素   み	薄力粉 鶏卵 パン粉 白紋油 トンカジな <b>添え物</b> (ギャベツ・ミニトマト) キャベツ ハンオイル青じそドレッシング ミニトマト 大板 にんじん かいかれだいこん 穀物酢 上白糖 ずまし汁(ちゃそば) 茶さば きざみのり 食塩 うずくちしょうゆ みりん	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	本え物(しろなソテー) しろな ホピーマン ホリーブ油 こい(ちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網だしむめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かた(り物 すましナー(オクラ・はんべん) オよのも ないわれだいこん 食塩 うずくちしょうゆ みりん	食塩 こしょう 上白糖しょうゆ みりん かたくり粉 <b>添え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ お名しにんにく 会しょう オリーブ油 ものしと竹鴨の辛し和え りょくとうもやし にんじん 竹輪 うずくちしょうゆ からし <b>ひリのスープ(ハム・コーン)</b> セロリスハム コーンメ うずくちしょうゆ	うずら卵水煮きめスペープコンソメーション・リン・リン・リン・リン・リン・リン・リン・リン・リン・リン・リン・リン・リン	赤ビーマン サラボ (	リよくとうもやし 青ピーマン 定しよう オリーブ油 たちこスパディ えいゲティ たまねぎ からしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしようか きざみのり きのこスープ えのき しいたけ シャンタン うずくちしょうゆ
	薄力粉 鶏卵 パン粉 白紋油 トンカジな <b>添え物</b> (ギャベツ・ミニトマト) キャベツ ハンオイル青じそドレッシング ミニトマト 大板 にんじん かいかれだいこん 穀物酢 上白糖 ずまし汁(ちゃそば) 茶さば きざみのり 食塩 うずくちしょうゆ みりん	キャペツ チンゲンサイ にんじん 食塩 こしょう 塩だれ ごま油 和しょうが 大焼売 味ぼん サラダな みそ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラカス えのき	本え物(しろなソテー) しろな ホピーマン ホリーブ油 こい(ちしょうゆ 豆腐の明太あんかけ 網だしむめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かた(り物 すましナー(オクラ・はんべん) オよのも ないわれだいこん 食塩 うずくちしょうゆ みりん	食塩 こしょう 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>変え物(ズッキーニ・お魚豆腐)</b> ズッキーニ おるしにんにく 食塩 こしょう オリーブ語 も <b>やしと竹輪の辛し和え</b> りょくとうもやし にんじん 竹輪 うすぐちしょうゆ からし かりん セロリのスープ(ハム・コーン) セロリ ロースハム コーン コンソメ	うずら卵水煮 きぬさペプ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが ふろふき大根 大根 うずくちしょうゆ だしの素 みそ 上白娘 フルーツ水ム缶詰 白桃インルーツ ほうより ほうより にもなる でしていた。 でしていた。 はいた。 はいた。 はいた。 はいた。 はいた。 はいた。 はいた。 は	赤ピーマンサラばん かいかく かいかく かいから かいから かいから かいから かいから かいから	リよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 たちこスパゲティ スパゲティ たまねぎ からしめんたいこ 食塩不使用パター こいくちしょうゆ きざみのり きのこスープ えのにけ シャンタン うすくちしょうゆ

《都合により献立を変更することがあります

ホットケーキ(チョコソース)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)
	米飯	菓子バン(ウインナーデニッシュ)	食パン(パター)	食パン(マーマレードジャム)	菓子パン(カレーパン)	食パン(パター)
ホットケーキミックス	米	あらびきウインナーデニッシュ	食パン	食パン	北海道たまねぎカレーパン	食パン
鶏卵	ほうれん草とはんべんの煮びたし	じゃがいものスープ派	バターブレンド	マーマレード	チンゲン菜のガーリックソテー	バターブレンド
牛乳	ほうれんそう	じゃがいも	野菜の塩だれ炒め	きのことウインナーのソテー	チンゲンサイ	カリフラワーのコンソメ煮
食塩不使用バター ホイップクリーム	はんぺん にんじん	たまねぎ ロースハム	キャベツ にんじん	きのこミックス ポークウインナー	にんじん ロースハム	カリフラワー スナップエンドウ
ボイツノクリーム チョコソース	上白糖	グリンピース	たまねぎ	ボーグワインデー 食塩	おろしにんにく	にんじん
オレンジ	こいくちしょうゆ	サラダ油	ロースハム	こしょう	こいくちしょうゆ	ロースハム
白桃缶詰	みりん	食塩	サラダ油	バターブレンド	サラダ油	コンソメ
ヨーグルト	だしの素	こしょう	塩たれ	こいくちしょうゆ	コーヒー牛乳	こしょう
ヨーグルト	みそ汁(白菜)	コンソメ	フルーツジュース	牛乳	コーヒー牛乳	うすくちしょうゆ
肛茶(ミルク)	はくさい	うすくちしょうゆ	フルーツジュース	牛乳		牛乳
紅茶	まきふ	飲むヨーグルト				牛乳
普通牛乳	みそ	飲むヨーグルト				
グラニュー糖	だしの素	_				
	梅びしお					
野沢菜穴子ご飯 ☆冬至☆	米飯	米飯	みそラーメン	菓子パン(パームパン)	米飯	米飯
*	**	**	中華麺	パームパン	**	**
あなご	豚のキムチーズトンカツ	魚の中華風つけ焼き	焼き豚	大人様ランチ ★クリスマス★	おでん	牛肉の韓国焼き
のざわな漬け	豚ももスライス	籍	りょくとうもやし	鶏もも肉	焼き豆腐	牛かたローススライス
上白糖	スライスチーズ	酒	なると	酒	竹輪	たまねぎ
こいくちしょうゆ	はくさいキムチ	みりん	コーン	みりん	大根	にんじん
鶏卵	薄力粉	こいくちしょうゆ	ねぎ	こいくちしょうゆ	さつま揚げ	いんげん
ごま 紅しょうが	鶏卵 パン粉	トウバンジャン 添え物(カリフラワーかかあえ)	みそラーメンスープ <b>肉まん</b>	異卵 食塩	ミニごぼう天 こんにゃく	上白糖 こいくちしょうゆ
************************************	ー ハン材 白絞油	カリフラワー かかめん)	内まん   小型肉まん		鶏もも肉	みりん
牛内とうさこんのがめ物 牛かたローススライス	日秋油トマトケチャップ	カリフラワー 糸かつお	が型図まる <b>餃子</b>	マヨネーズ	場もも図 うずら卵水煮	トウバンジャン
ナかたローススプイス つきこんにゃく	トンカツソース	テル・フの うすくちしょうゆ	餃子	合挽ミンチ	上白糖	サラダ油
赤ピーマン	サラダな	みいん	しろな	たまねぎ	うすくちしょうゆ	サラダな
おろししょうが	添え物(ギャベツ・トマト)	五目春雨(ムキエビ)	味ぽん	鶏卵	だしの素	添え物(ズッキーニ・トマト)
車糖	キャベツ	緑豆はるさめ	味ぼん	パン粉	柚子香和え(白菜)	ズッキーニ
こいくちしょうゆ	ノンオイル和風ドレッシング	エビ	青りんご風ゼリー	牛乳	はくさい	食塩
サラダ油	ミニトマト	たまねぎ		デミグラスソース	にんじん	こしょう
	小松菜のごまあえ	にんじん		トマトケチャップ	みつば	オリーブ油
	こまつな	いんげん		トンカツソース	ゆず	トマト <b>かぼちゃのツナ煮</b>
かぼちゃ うすくちしょうゆ	しめじ かに風味かまぼこ	上白糖 うすくちしょうゆ		にんじん ブロッコリー	うすくちしょうゆ	
うすくちしょうゆ だしの素	かに風味かまはこ	うすくちしょうゆ ごま油		フロッコリー スパゲティ	みりん <b>すまし汁(えのき・ふ)</b>	かぽちゃ ツナ缶詰
たしの素 鶏ひき肉	こいくちしょうゆ	みそ汁(豆腐・あげ)	┥	スパケティ 食塩不使用バター	えのき	上白糖
類Uされ グリンピース	みりん	豆腐		民場が使用バターミートソース	手まりふ	うすくちしょうゆ
上白糖	みりん コンソメスープ(ズッキーニ)	きざみ揚げ		エダムパウダーチーズ	かいわれだいこん	みりん
うすくちしょうゆ	ズッキーニ	みつば		サンタまんじゅう	食塩	だしの素
かたくり粉	コーン	みそ		サンタまんじゅう 野菜スープ(キャベツ)	うすくちしょうゆ	かたくり粉
「だし汁(春菊)	コンソメ	だしの素		野菜スープ(キャベツ)	みりん	すまし汁(ぞうめん・生ふ)
春菊	うすくちしょうゆ			キャベツ	だしの素	そうめん
まきふ	こしょう			にんじん		生ふ
赤みそ				コンソメ		みつば
だしの素				うすくちしょうゆ		食塩
だしの素				うすくちしょうゆ パセリ		うすくちしょうゆ
だしの素						うすくちしょうゆ みりん
	米飯	米飯	オムチキンカレー ★クリスマスイブ★	パセリ	米飯	うすくちしょうゆ みりん だしの素
	*	<b>米飯</b> 米	オムテキンカレー ★クリスマスイプ★ *	パセリ <b>米版</b> 米	**************************************	うすくちしょうゆ みりん だしの素 米飯
SIC <b>ぎり(のりたまふりかけ) ☆冬至☆</b> 米 のりたまふりかけ	************************************	米の目標	米 鶏もも肉	パセリ	米 魚介と厚揚げのみそ炒め	うすくちしょうゆ みりん たしの素 米飯 米 野沢栗銈コロッケ
sにぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ S好み焼き	************************************	米 <b>肉団子の冒煮</b> ミートボール	米 鶏もも肉 たまねぎ	パセリ 米飯 米 <b>産の南部焼き</b> 鮭	米 <b>魚介と厚揚げのみそ炒め</b> 絹厚揚げ	うすくちしょうゆ みりん だしの素 米飯 米 野沢栗鮭コロッケ じゃがいも
Sにぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 5好み焼き 豚ばらスライス	米 <b>石垣むし卵</b> 鶏卵 さといも	米 <b>肉団子の旨煮</b> ミートボール 大根	米 鶏もも肉 たまねぎ にんじん	パセリ 米飯 米 <b>産の再部焼き</b> 鮭 酒	** <b>魚介と厚揚げのみそ炒め</b> 編厚揚げ エビ	うすくちしょうゆ みりん だしの素 米敷 米 野沢菜鮭コロッケ じゃがいも 鮭
8にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 5好み焼き 豚ばらスライス エビ	米 <b>石垣むし卵</b> 鶏卵 さといも 上白糖	米 <b>肉団子の盲類</b> ミートボール 大根 にんじん	<ul><li>米 顕もも肉 たまねぎ にんじん おろししょうが</li></ul>	<b>米版</b> 米 <b>誰の兩部焼き</b> 鮭 酒 みりん	** <b>魚介と厚揚げのみそ炒め</b> 網厚揚げ エビ イカ	うすくちしょうゆ みりん だしの素 米 歌 米 野沢栗鮭コロッケ じゃがいも 鮭 たまねぎ
にぎり(のりたまふりかけ) ☆冬至☆ 米 のりたまふりかけ <b>37分焼き</b> 豚ばらスライス エビ キャベツ	米 石垣むし卵 鶏卵 さといも 上白糖 うずくちしょうゆ	米 肉 <b>団子の旨派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう	* 果 鶏もも肉 たまねぎ にんじん おろししょうが サラダ油	パセリ  米飯 米 <b>誰の南部保き</b> 註 酒 みりん こいくちしょうゆ	<ul><li>※</li><li>無介と厚揚げのみそ炒め</li><li>網厚揚げ</li><li>エビ</li><li>イカ</li><li>しめじ</li></ul>	うすくちしょうゆ みりん だしの素 米飯 米 野沢栗鮭コロッケ じゃがいも 鮭 たまねぎ のざわな漬け
にぎり(のりたまふりかけ) 大冬至女 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エビ キャベツ ねぎ	米 石垣むし即 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん	米 <b>肉団子の官派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆	米 親もも肉 たまねぎ にんじん おろししょうが サラダ油 カレールウ	パセリ <b>米飯</b>	米 <b>魚介と厚揚げのみそ炒め</b> 網厚揚げ エピ イカ しめじ 菜の花	うすくちしょうゆ かりん たという素 米飯 米 野沢栗鮭コロッケ じゃがいも 鮭 たまねぎ のざわな漬け 薄力粉
にぎり(のりたまふりかけ) ☆冬至☆ 米 のりたまふりかけ <b>対み焼き</b> 豚ばらスライス エビ キャベツ ねぎ 長芋トロロ	米 石垣むし即 鶏卵 さといも 上白糖 うすぐちしょうゆ みりん だしの素	米 <b>肉団子の冒煮</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素	米 親もも肉 たまねぎ にんじん おろししょうが サラダン(油 カレールウ カレー粉	ボセリ  米版  米版  ###  ###  ###  ###  ###  ###	※ <b>魚介と厚揚げのみそ炒め</b> 網厚揚げ エピ イカ しめじ 菜の花 みそ	うずくちしょうゆ みりん だしの素 米飯 米飯 米野沢栗鮭コロッケ じゃがいも 鮭 たまねぎ のざわな漬け 薄力粉 鶏卵
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エビ キャベツ ねぎ 長芋トロロ 薄カ粉	米 石垣むし卵 鶏卵 さといも 上白糖 うすぐちしょうゆ みりん だしの素 にんじん	米 <b>肉団子の冒瀬</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝を よりを むりもしの素 上白糖	米 競もも肉 たまねぎ にんじん。 おろししょうが サラダ油 カレールウ カレー粉 りんご	*X版 **	<ul><li>米</li><li>魚介と厚揚げのみそ炒め</li><li>編厚揚げ</li><li>エピ</li><li>イカ</li><li>しめじ</li><li>菜の花</li><li>みそ</li><li>上白糖</li></ul>	うすくちしょうゆ かりん だしの素 米 野沢栗鮭コロッケ じゃがいも 鮭 たまねぎ のざわな漬け 薄り粉 鶏卵 バン粉
にぎり(のりたまふりかけ) ☆冬至☆ 米り のりたまふりかけ <b>好み焼き</b> 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎ 長芋トロロ	米 石垣むし即 鶏卵 さといも 上白糖 うすぐちしょうゆ みりん だしの素	米 <b>肉団子の冒煮</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素	米 親もも肉 たまねぎ にんじん おろししょうが サラダン(油 カレールウ カレー粉	ボセリ  米版  米版  ###  ###  ###  ###  ###  ###	※ <b>魚介と厚揚げのみそ炒め</b> 網厚揚げ エピ イカ しめじ 菜の花 みそ	うすくちしょうゆ かりん。 大記の素 米歌 米歌 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
に <b>ぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★</b> 米 のりたまふりかけ <b>好み焼き</b> 豚 ばらスライス エビ キャベツ ねぎ 長 芋 トロロ 薄 銅卵 牛 乳	米 石垣むし界 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん みつば 食塩 うすくちしょうゆ	米 <b>肉団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上口糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉	米 類もも肉 たまねぎ にんじんようが サラダン油 カレールウ カレー・粉 りんご 難卵 にんじん(飾り) プロッコリー	パセリ  米飯 米飯 米飯 ※ 佐の南部焼き  道 ありん こいぐちしょうゆ 黒京初(フキ) ふき 糸かつお うずくちしょうゆ ありりん	米  魚介と厚揚げのみそ炒め  網焊揚げ エピ イカ しめじ 菜の花 みそ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 サニーレタス	うすくちしょうゆ みりん たしの素 来飯 来飯 事状聚盤コロッケ じゃがいも 鮭 たまねぎ のざわな漬け 薄カ砂 鶏卵 バン粉 白紋油 トンカツソース 添え棚(キャベツごま和え)
にぎり(のりたまふりかけ) ☆冬至☆ 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎ 長芋トロロ 薄カ粉 鶏卵 毎乳 大かっ 大かっ 大かっ 大かっ 大かっ 大かっ 大かっ 大かっ	米 石垣むし野 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素	米 肉団子の冒煮 ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 まさご和え(白菜・たらご)	果 乳もも肉 たまねぎ にんじん。 おろししょうが サラダ油 カレールウ カレー粉 りんご 鶏卵 にんじん(飾り) ブロッコリー エビと大複のサラダ	ボセリ  米飯 米   経の南部焼き	米	うすくちしょうゆ みりん だしの素 米飯 米飯 米野沢栗健コロッケ じゃがいも 鮭 たまねぎ のざわな漬け 薄力粉 鶏卵 バン粉 白紋油 トンカツユース 本名、初、「キャベツ」こま和え)
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ	米 石垣むし即 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 変え物(薬ので・かつお)	米 <b>肉団子の盲派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 まごこ和え(白菜・たらこ) はくさい	米 鶏もも肉 たまねぎ にんじん。 おろししまが サラダル油 カレールウ カレー粉 りんご 鶏卵 にんじん(飾り) プロッコリー <b>エビと大機のサラダ</b> エビ	米飯 米飯 米飯 来の南部焼き 鮭 酒りん こいくちしょうゆ 果ごま 添え物(フキ) ふき 糸かつお うすくちしょうゆ みりん しつがいもの金平 じゃがいも	米	すすくちしょうゆ みりん。 米飯 米 野沢栗壁コロッケ じゃがいも 鮭 たまねぎ のざわな漬け 薄り粉 類卵 パン粉 白紋油 トンカツリース <b>添え物(キャベツごま和え)</b> キャベツ ごま
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ エピ キャベツ ねぎ 神力粉 鶏卵 牛乳 大かす かつお粉 サラダ油 トンカツソース	米 石垣むし即 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん たしの素 にんじん みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 変え物(薬の花・かつお) 菜の花	米 <b>内団子の冒煮</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まご一和え(白菜・たらこ)</b> はくさい たらこ	#	ボセリ  米飯 米飯 米飯 米飯 ※	米	うすくちしょうゆ かりか たしの素 米飯 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
にぎり(のりたまふりかけ) ☆冬至☆ 米 のりたまふりかけ 3好み焼き 15好み焼き 15好み焼き 15好み焼き キャベツ ねぎ 長芋トロロ 薄力粉 鶏卵 牛乳 天かす かつおお粉 サラダ油 トンカンソース みりん	米 石垣むし即 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 <b>添え物(薬の花・かつお)</b> 菜の花 糸かつお	米  内団子の官派 ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 まさご和え(白菜・たらこ) はくさい たらこ うすくちしょうゆ	米 鶏もも肉 たまねぎ にんじん。 おろししょうが サラダ油 カレールウ カレー粉 りんだ 鶏郎 にんじん(飾り) ブロッコリー エピと大種のサラダ エピ 大根 きゅうり	ボセリ  米飯 米	米	うすくちしょうゆ みりん 大阪 米敷 米果 野沢栗健コロッケ しゃがいも  註 たまねざ のさわな 漬け 薄カ粉 別・ツカック しんがかかった。 本で、カース・カース 本文・新・イー・マース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カ
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ ※のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エビ キャベッ ねぎトロロ 薄却卵 牛乳 大かす かつお粉 サラダ油 トンカッソース みりん あおのり	米 石垣でし 第 第 第 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 <b>添え物(薬ので・かつお)</b> 菜の花 糸かつお うずくちしょうゆ	来 <b>内団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まさご和え(白菜・たらこ)</b> はくさい たらこ うすくちしょうゆ みりん	── 米 鶏もも肉 たまもぎ にんじん おろししょうが サラダル油 カレールウ カレー粉 りんご 鶏卵 にんじん(飾り) プロッコリー エビと大根のサラダ エピ 大根 きゅうり 赤ピーマン	パセリ  米飯  能の南部焼き  道  ありん こいくちしょうゆ 黒ごま  添え物(プキ) ふき 糸かつお うすくちしょうゆ ありん  じゃがいもの金平 じゃがいも にんじん 展ももスライス 上白糖	米	うずくちしょうゆ かりん をといる素 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き  解ばらスライス エビ キャベツ ねぎ 長芋トロロ 薄カ粉 鶏卵 牛乳 天かす かつお粉 サラダ油 トンカツソース みりん あおのり	米 石垣むし野 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 <b>添え物(薬の花・かつお)</b> 菜の花 糸かつお うすくちしょうゆ	米  内団子の冒煮 ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいくちしようゆ みりん かたくり粉 まさご和え(白菜・たらこ) はくさい たらこ うすくちしょうゆ オリん すまし汗(オクラ・ふ)	米 鶏もも肉 たまねぎ にんじん。 おろししょうが サラダ油 カレールウ カレー粉 りんご 鶏卵 にんじん(飾り) プロッコリー エビと大板のサラダ エピ 大根 きゅうり 赤ピーマン ハンオイル青じそドレッシング	米飯 米飯 米飯 ※ <b>誰の雨部焼き</b>	米	うずくちしょうゆ みりん。 来版 米版 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎ トロロ 薄カ粉 蟾郎 牛乳 大かす かつおおわ サラダ油 トンカッソー みりん あおのり 紅上砂が	米 石垣でし 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん みつば 食 塩うずくちしょうゆ だしの素 たんじん みつば 食 なってもしょうゆ たしの素 不物(薬ので・かつお) 菜の花 糸かつお うずくちしょうゆ みりん なす	米  内団子の音派 ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 まごこれズ(白菜・たらこ) はくさい たらこ うずりくちしょうゆ オクラ	米 類も肉 たまねぎ にんじん。 おろししょうが サラダル油 カレールウ カレーや りんだ 鶏卵 にんじん(飾り) プロッコリー エビと大根のサラダ エゼ 大根 きゅうり 赤ピーマン ノンオイル青じモドレッシング フルーツとわたようかん	ボセリ  米飯  ※飯  ※飯  ※飯  ※の  「「「「「「「「」」」」」  ※次  ※「「」」」  ※で  ※が  ※で  ※が  ※で  ※が  ※が  ※が  ※が  ※が	米	うすくちしょうゆ みりん たしの素 歌 歌歌 歌歌 歌歌 野沢栗鮭コロッケ じゃがいも 鮭 たまねぎ のざわな漬け 薄カ卵 バン粉 白紋油 トンカツソース 添え朝(スキャベツごま和え) キャベツ ごま カリん カリラワー ノンオイル青じキドレッシン 小数変と竹幅の挙し和え
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎ・トロロ 薄別卵 牛乳 かつお粉 サラダ油 トンカツルース みりん あおのり オーチョ班	米 石垣むし野 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん たしの素 にんじん。 みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 添え物(薬の花・かつお) 菜の花 糸かつお うすくちしょうゆ かっかつお すっかつお すっかっち すったもしょうゆ みりん	米 <b>内団子の冒煮</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝克素 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉  まさこ和え(白菜・たらこ) はくさい たらこ うすぐちしょうゆ みりん すまし汁(オクラ・ふ) オクラ 手まりふ	米 乳もも肉 たまねぎ にんじん おろししまが サラダハ油 カレールウ カレー粉 りんご 鶏卵 にんじん(飾り) プロッコリー エピと大根のサラダ エピ 大根 きゅうり 赤ピーマン ノンオイル青じそドレッシング フルーツとわたようかん わたようかん	ボセリ  米飯 米飯 米飯 米の南部焼き  益語 ありん こいくちしょうゆ 黒物(フキ) ふき・ かっかっさ うすくちしょうゆ みかいもの金平 じゃがいも にんじん 豚ももスライス 上日糖 こいくちしょうゆ こま油 土味	米	うずくちしょうゆ かりん ドしの素 米飯 米飯 野沢栗鮭コロッケ じながいも  性 たまねぎ のさわな漬け 薄カ粉 鶏卵 バン粉 白紋油 トンカ/ソース 本子ペペツ ごま ネキャペ、ツ ごま ネリん カリフラワー ノンオイル作物の辛し和え こまっな。 こまった。
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き  解ばらスライス エピ キャベツ ねぎ 長芋トロロ 薄カ粉 鶏卵 牛乳 天かす かつお粉 サラダ油 トンカンツース みりん あおのり 紅しようが  子便調 冬袖書 *** *** *** *** *** *** *** *** *** *	米 石垣でし 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん たしの素 にんじん みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 変え物(薬ので・かつお) 菜ので 糸かつちしょうゆ みりん なす しょう オリーブ油	米  内団子の音派 ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいべちしょうゆ みりん かたくり粉 まごこ和え(白菜・たらこ) はくさい たらこ うすぐちしょうゆ みりん オカナクラ・ふ) オクラ・まりか きぬさや	米 鶏もも肉 たまねぎ にんじん。おろいろ おろいろ ガレールウ カレーかり りんだ 鶏卵 にんじん(飾り) プロッコリー <b>エビと大権のサラダ</b> エビ 大根 きゅうり 赤ピーマル カレーツとわたようかん わたようかん いちご	米飯 米飯 米飯 米飯 (本) (ま) (ま) (ま) (ま) (ま) (ま) (ま) (ま	米	うずくちしょうゆ みりん。 来版 米版 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎ・トロロ 薄別卵 牛乳 かつお粉 サラダ油 トンカツルース みりん あおのり オーチョ班	米 石垣むし野 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん たしの素 にんじん。 みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 添え物(薬の花・かつお) 菜の花 糸かつお うすくちしょうゆ かっかつお すっかつお すっかっち すったもしょうゆ みりん	米 <b>内団子の冒重</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上口がちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まさご和え(白菓・たらこ)</b> はくさい たらこ うすぐちしょうゆ みりし オクラ・ふ) オクラ 手まめさや 食塩	#	ボセリ  米飯  継の雨部焼き  道  ありん こいくちしょうゆ 悪ごま  添え物(フキ) ふき 糸かつお うすくちしょうゆ といがいもの金平 じゃがいも にんじた人 展ももスライス 上白糖 こいくちしょうゆ こま油 セ味 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	米	すずくちしょうゆ かりめ 素 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎ・トロロ 薄別卵 牛乳 ケンカッツ トンカッツ ルース みりん あおのり デー機関 冬柚香 ・ 「「便揚げ・レンコン) 厚揚げ レンコン みそ	米 石垣でし 鶏卵 さといも 上白糖 ラすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじば みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 をかって 変の花・かつお) 菜の花 糸かつだ 糸がつちし。 みりん なす 食塩 こしょう オリーブ油 みそ炒め(しろな) しろな	米 <b>内団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まごご和え(白菜・たらこ)</b> はくない たらこ うずりん <b>すまし汁(オクラ・ふ)</b> オクラりふ きぬさや 食塩 うずぐちしょうゆ みりん	米 鶏もも肉 たまねぎ にんじん。おろいろ おろいろ ガレールウ カレーかり りんだ 鶏卵 にんじん(飾り) プロッコリー <b>エビと大権のサラダ</b> エビ 大根 きゅうり 赤ピーマル カレーツとわたようかん わたようかん いちご	パセリ  米飯  継の南部焼き  道  ありん こいぐちしょうゆ <b>添え物(フキ)</b> ふき 糸かつお うすぐちしようゆ  カリん しいがいもの金平 しゃがいも にんじん 展ももスライス 上白徳 こいぐちしょうゆ こまコー ・ は  ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・	米	すずくちしょうゆ かりん 素 ・ ***  ・ **  ・ **  ・ **  ・ **  ・ **  ・ **  ・ *  ・
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎ 長芋トロロ 薄カ粉 鶏・乳 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	米 石垣むし野 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじんの素 にんじん みつば 食塩 うずくちしょうゆ だしの素 添え物(薬の花・かつお) 菜の花 糸のでお うすくちしょうゆ なのでお うすくちしょうゆ なっかつお まっかした。 テットリーブ油 みそ炒め(しろな) しろな エピ	米  内団子の官派 ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 まごこれえ(白菜・たらこ) はくらこ うすくちしょうゆ みりん すまし汁(オクラ・ふ) オクラ 手ょり きぬ塩 うすくちしょうゆ 食塩 うすくちしょうゆ	#	ボセリ  米飯 米飯 米飯 米飯 米飯 米の南部焼き	米	うずくちしょうゆ みりん 来 歌 米 歌 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎトロロ 薄却卵 牛乳 かつおおわ サラダ油 トンカツリー ス みりん あおのり 13 子饅頭 冬抽き ・ 「伊揚げ・レンコン) に帰続げ・レンコン) みそ	米 石垣でし 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん みつば 食す(ちしょうゆ たしの素 たんじん みつば 食す(ちしょうゆ たしの素 蒸え物(薬の花・かつお) 菜の花 糸かつお うすくちしょうゆ みりん なす 食塩 こしょう オリーブ油 みそ炒め(しろな) しろな エピ にんじん	米 <b>内団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まごご和え(白菜・たらこ)</b> はくない たらこ うずりん <b>すまし汁(オクラ・ふ)</b> オクラりふ きぬさや 食塩 うずぐちしょうゆ みりん	#	パセリ  米飯  継の南部焼き  道  ありん こいぐちしょうゆ <b>添え物(フキ)</b> ふき 糸かつお うすぐちしようゆ  カリん しいがいもの金平 しゃがいも にんじん 展ももスライス 上白徳 こいぐちしょうゆ こまコー ・ は  ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・	米	すずくちしょうゆ かりん 来 ま ま ま お ま お ま お ま お ま お ま お ま お ま な ま な
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎトロロ 薄カ粉 蟾郎 牛乳 天かす かつおお粉 サラダ油 トンカッソース みりん あおのり 紅上野頭 冬柚香 「伊瀬田・レンコン)	米 石垣でし 頭頭 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん たしの素 にんじん みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 変え物(薬ので・かつお) 菜ので 糸かつちしょうゆ みりん なす塩 こしょう エピ しんな エピ にんじん みそ	米 <b>内団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まごご和え(白菜・たらこ)</b> はくない たらこ うずりん <b>すまし汁(オクラ・ふ)</b> オクラりふ きぬさや 食塩 うずぐちしょうゆ みりん	#	パセリ  米飯  継の南部焼き  道  ありん こいぐちしょうゆ <b>添え物(フキ)</b> ふき 糸かつお うすぐちしようゆ  カリん しいがいもの金平 しゃがいも にんじん 展ももスライス 上白徳 こいぐちしょうゆ こまコー ・ は  ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・	米	うずくちしょうゆ かりん ドレの素 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎトロロ 薄却卵 牛乳 かつおおわ サラダ油 トンカツリー ス みりん あおのり 13 子饅頭 冬抽き ・ 「伊揚げ・レンコン) に帰続げ・レンコン) みそ	米 石垣でし 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんだん みつば 食っすくちしょうゆ だしの素 たんでは うずくちしょうゆ をかかつお うすくちしょうゆ なすので・かつお) なすす 食塩しよう オ・サルン(しろな) しろな エピ にんじん みそ 上白糖	米 <b>内団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まごご和え(白菜・たらこ)</b> はくない たらこ うずりん <b>すまし汁(オクラ・ふ)</b> オクラりふ きぬさや 食塩 うずぐちしょうゆ みりん	#	パセリ  米飯  継の南部焼き  道  ありん こいぐちしょうゆ <b>添え物(フキ)</b> ふき 糸かつお うすぐちしようゆ  カリん しいがいもの金平 しゃがいも にんじん 展ももスライス 上白徳 こいぐちしょうゆ こまコー ・ は  ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・	米	うずくちしょうゆ みりん 来版 来版 学 野沢栗雄コロッケ じゃがいも  註 たまねぎ のさかな演け 薄カ卵 パン粉 白的粒カリンース 添え別・(キャベッ) こま ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎトロロ 薄却卵 牛乳 かつおおわ サラダ油 トンカツリー ス みりん あおのり 13 子饅頭 冬抽き ・ 「伊揚げ・レンコン) に帰続げ・レンコン) よそ	米 <b>石垣でし界</b> 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじば うすくちしょうゆ だしの素 を入物(薬の花・かつお) 菜の花 糸かつお 菜の花 糸かつお なす っすくちしょうゆ みりん なす こしょう オリーブ みそゆめ(しろな) しろな エピ にんじん みそ 糖 こいくちしょうゆ	米 <b>内団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まごご和え(白菜・たらこ)</b> はくない たらこ うずりん <b>すまし汁(オクラ・ふ)</b> オクラりふ きぬさや 食塩 うずぐちしょうゆ みりん	#	パセリ  米飯  継の南部焼き  道  ありん こいぐちしょうゆ <b>添え物(フキ)</b> ふき 糸かつお うすぐちしようゆ  カリん しいがいもの金平 しゃがいも にんじん 展ももスライス 上白徳 こいぐちしょうゆ こまコー ・ は  ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・	米	すずくちしょうゆ みりん 来 歌 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎトロロ 薄却卵 牛乳 かつおおわ サラダ油 トンカツリー ス みりん あおのり 13 子饅頭 冬抽き ・ 「伊揚げ・レンコン) に帰続げ・レンコン) よそ	米 石垣でし即 鶏卵 さといも 上白・糖 うすくちしょうゆ みりん だしの来 にんんじま 食っすくちしょうゆ だしの素 不気ので 本ので 糸かつお うすくちしょうゆ なす ししまう カリん なす ししまう カリん なす にんじん みを 上白・糖 こいくちしょうゆ ごま油	米 <b>内団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まごご和え(白菜・たらこ)</b> はくない たらこ うずりん <b>すまし汁(オクラ・ふ)</b> オクラりふ きぬさや 食塩 うずぐちしょうゆ みりん	#	パセリ  米飯  継の南部焼き  道  ありん こいぐちしょうゆ <b>添え物(フキ)</b> ふき 糸かつお うすぐちしようゆ  カリん しいがいもの金平 しゃがいも にんじん 展ももスライス 上白徳 こいぐちしょうゆ こまコー ・ は  ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・	米	うずくちしょうゆ みりん 来 歌 米 歌 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎトロロ 薄却卵 牛乳 かつおおわ サラダ油 トンカツリー ス みりん あおのり 13 子饅頭 冬抽き ・ 「伊揚げ・レンコン) に帰続げ・レンコン) よそ	米 石垣でし 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん みつば 食す(ちしょうゆ たしの素 にんじん みつば 食す(ちしょうゆ たしの素 薬 不物(薬ので・かつお) 菜のかくちしょうゆ みりん なす 食塩 こしょう オリーブ油 みそ炒め(しろな) しろな エピ にんじん みそ 上白糖 こいくちしょうゆ すましか(ちしょう) すましか(ちしょう)	米 <b>内団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まごご和え(白菜・たらこ)</b> はくない たらこ うずりん <b>すまし汁(オクラ・ふ)</b> オクラりふ きぬさや 食塩 うずぐちしょうゆ みりん	#	パセリ  米飯  継の南部焼き  道  ありん こいぐちしょうゆ <b>添え物(フキ)</b> ふき 糸かつお うすぐちしようゆ  カリん しいがいもの金平 しゃがいも にんじん 展ももスライス 上白徳 こいぐちしょうゆ こまコー ・ は  ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・	米	すずくちしょうゆ みりん 来 歌 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎトロロ 薄却卵 牛乳 かつおおわ サラダ油 トンカツリー ス みりん あおのり 13 子饅頭 冬抽き ・ 「伊揚げ・レンコン) に帰続げ・レンコン) よそ	米 石垣むし即 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん みつば 食塩 うすくちょうゆ 芝木物(薬ので・かつお) 菜のでもしょうゆ 菜のでもしょうゆ みりん なす 食塩 こしょうづ みりん なす にんじん みそ をかか(しろな) しろな エピ にんじん みそ こしょうゆ すました。	米 <b>内団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まごご和え(白菜・たらこ)</b> はくない たらこ うずりん <b>すまし汁(オクラ・ふ)</b> オクラりふ きぬさや 食塩 うずぐちしょうゆ みりん	#	パセリ  米飯  継の南部焼き  道  ありん こいぐちしょうゆ <b>添え物(フキ)</b> ふき 糸かつお うすぐちしようゆ  カリん しいがいもの金平 しゃがいも にんじん 展ももスライス 上白徳 こいぐちしょうゆ こまコー ・ は  ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・	米	うずくちしょうゆ みりん 来 歌 米 歌 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米 のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎトロロ 薄カ粉 蟾郎 牛乳 天かす かつおお粉 サラダ油 トンカッソース みりん あおのり 紅上野頭 冬柚香 「伊瀬田・レンコン)	米 石垣むし即 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん みつば 食す(ちしょうゆ をしの素 にんじん みつば 食す(ちしょうゆ をしの素 本 なの花・かつお) 菜の花・かつお 菜の花・かった。 なすす 食塩 こしょう オリーブ油 みそ炒め(しろな) しろな エピ にんじん みそ 上白糖 こいくちしょうゆ すましい(ちしょうゆ すましか(あくとろろこぶ) ふ とろろ 昆布	米 <b>内団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まごご和え(白菜・たらこ)</b> はくない たらこ うずりん <b>すまし汁(オクラ・ふ)</b> オクラりふ きぬさや 食塩 うずぐちしょうゆ みりん	#	パセリ  米飯  継の南部焼き  道  ありん こいぐちしょうゆ <b>添え物(フキ)</b> ふき 糸かつお うすぐちしようゆ  カリん しいがいもの金平 しゃがいも にんじん 展ももスライス 上白徳 こいぐちしょうゆ こまコー ・ は  ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・ な ・	米	うすくちしょうゆ みりか 来 来 歌 米 歌 米 歌
にぎり(のりたまふりかけ) ★冬至★ 米のりたまふりかけ 好み焼き 豚ばらスライス エピ キャベツ ねぎトロロ 薄却卵 牛乳 かつおおわ サラダ油 トンカツリー ス みりん あおのり 13 子饅頭 冬抽き ・ 「伊揚げ・レンコン) に帰続げ・レンコン) よそ	米	米 <b>内団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まごご和え(白菜・たらこ)</b> はくない たらこ うずりん <b>すまし汁(オクラ・ふ)</b> オクラりふ きぬさや 食塩 うずぐちしょうゆ みりん	#	パセリ  米飯  継の南部焼き  道  ありん こいぐちしょうゆ <b>添え物(フキ)</b> ふき 糸かつお うすぐちしようゆ  カリん しいがいもの金平 しゃがいも にんじん 展ももスライス 上白徳 こいぐちしょうゆ こま油 ・は  ・は ・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール	米	うすくちしょうゆ かりか 未  ・
*** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	米 石垣でし 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん たしの素 にんじん みつば うすくちしょうゆ だしの素 添え物(薬ので・かつお) 菜ので 糸かつさようゆ かりなす 食塩 こしょう みりん なす こしょう みりん なす こしょう みりん なす これり こま) こま これいもし こま コーブ ましたもし こま コーブ ましたもし こま コーブ ましたもし こま これいもし これいも これいもし これいも これいも これいも これいも これいも これいも これいも これいも	米 <b>内団子の音派</b> ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいぐちしょうゆ みりん かたくり粉 <b>まごご和え(白菜・たらこ)</b> はくない たらこ うずりん <b>すまし汁(オクラ・ふ)</b> オクラりふ きぬさや 食塩 うずぐちしょうゆ みりん	#	パセリ  米飯  継の南部焼き  道  ありん こいぐちしょうゆ <b>添え物(フキ)</b> ふき 糸かつお うすぐちしようゆ  カリん しいがいもの金平 しゃがいも にんじん 展ももスライス 上白徳 こいぐちしょうゆ こま油 ・は  ・は ・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール	米	うすくちしょうゆ かりか 未  ・

(都合により献立を変更することがありま)

令和	12年 12月 [常 食]	00(1/1)	20(4)	21(+)	T		T
	28(月) 米飯	29(火) 菓子パン(エッグパン)	30(水)	31(木)			
	*	エッグパン					
	だし巻き卵	ェッグパン フルーツ(パナナ)					
	だし巻きたまご	バナナ					
	チンゲンサイ	牛乳					
	こいくちしょうゆ	牛乳		Jan. 22			
朝	まりん カリスシン・ナーナー・ナイ ペイン	_	お 休 み	お休み			
	き みりん みそ汁(なす・はんぺん)						
	なす はんぺん						
	みそ						
	だしの素						
	のり佃煮						
	のりのつくだ煮						
	おにぎり(わかめ)						
	*						
	欠き込みわかめ 欠き込みわかめ						
	一足お先の年越しそば						
	和そば						
	油揚げ上白糖						
	こいくちしょうゆ						
	みりん						
	だしの素						
	かまぼこ						
	ほうれんそう						
	ねぎ						
	食塩						
	上白糖 うすくちしょうゆ	お 休 み	お 休 み	お休み			
		85 Nr 87	65 Nr 67	85 PF 87			
昼	食 みりん						
	だしの素						
	だしの素 <b>ささみの梅肉ソースかけ</b>						
	ささ身 梅びしお						
	梅びしお						
	上白糖						
	こいくちしょうゆ						
	みりん大葉						
	里芋とイカの煮物	=					
	さといも						
	イカ						
	上白糖						
	こいくちしょうゆ						
	みりん						
	だしの素						
_	グリンピース <b>※</b>						
	米飯米						
	肉豆腐(豚)	7					
	木綿豆腐						
	豚ももスライス						
	ささがきごぼう						
	春菊						
	にんじん						
	マロニー 上白糖						
	こいくちしょうゆ						
	みりん						
	だしの事	お休み	お休み	お休み			
æ	たらこあんかけ(大根)						
	人馆						
	うすくちしょうゆ						
	だしの素						
	たらこ みつば						
	よ 自糖						
	エロ福 うすくちしょうゆ						
	だしの素						
	かたくり粉						
	かたくり粉 みそ汁(もやし)						
	りょくとうもやし						
	ベーコン						
	みそ						
	だしの素					I	1