## 5月予定献立

さいたま市立東岩槻小学校

日(曜)				おおたしょくひん		兴美	- 1
(v_E)		こんだて		おもなしょくひん	1		
,,		C/0/C C	血や肉になるたべもの	エネルギーになるたべもの	体の調子を整えるたべもの	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
		ごはん	かいそうエキス	こめ			
		ソイどんのぐ	だいず ぶたにく ベーコン		ピーマン	1	
2(金)		ぐだくさんのみそしる	とうふ		たまねぎ だいこん にんじん なめこ ながねぎ	619	25.5
		ゆかりあえ			キャベツ きゅうり あかじそ	1	
		<u> </u>	ぎゅうにゅう				
7(水)		はちみつレモントースト		パン マーガリン さとう はちみつ	レモン	691	25.2
		ポークピーンズ	ベーコン だいず ぶたにく	じゃがいも	たまねぎ にんじん にんにく		
		あおりんごのクラッシュゼリー		ゼリー	ナタデココ りんご		
		130071000777777	ぎゅうにゅう				
		おしむぎごはん	かいそうエキス	こめ むぎ	↓ほししいたけ グリンピース たまねぎ↓	669	22.3
		じゃがマーボー	ぶたにく	じゃがいも ごま	しょうが にんにく ながねぎ にんじん たけのこ		
8(木)		ピーフンサラダ		ビーフン ごま	キャベツ だいずもやし にんじん		
			ぎゅうにゅう				
		げんまいごはん	かいそうエキス	こめ もちごめ		+	
		おやこに	たまご なまあげ とりにく	じゃがいも	たまねぎ さやいんげん にんじん	1	
9(金)	BÛ	ひじきのピリからあえ	ツナ ひじき	0 ( 10 ( 10	にんじん きゅうり キャベツ たまねぎ	647	25.3
		0080298982	ぎゅうにゅう		Errore Cass I I is reade		
		ツナとコーンのピラフ	かいそうエキス ツナ	こめ	たまねぎ コーン パセリ あかピーマン	+	-
		じゃがいものバターしょうゆ	איינט איינע	じゃがいも とうにゅうバター	にんじん	632	
12(月)			とりにく	000016 CJEWJ/19-	ながねぎ にんじん しめじ エリンギ もやし ほうれんそう		20.3
12(13)	5 1	やさいコンソメスープ	2022		りんご		20,3
		アップルシャーベット	-W., 51 5		UNC.		
			ぎゅうにゅう				
13(火)		こはん	かいそうエキス	こめ	Ethat Ellas (C.O.) (C.O.)	627	
		あげだしどうふのごもくあんかけ	とうふ だいず かつおぶし	あぶら	たまねぎ たけのこ にんじん ほししいたけ ながねぎ		22.5
		きゅうりとたくあんのあえもの		こま	きゅうり たくあん		
			ぎゅうにゅう				
		クロワッサン		パン			
		こめこシチュー	ぶたにく とうにゅう	じゃがいも しろはなまめ こめこ とうにゅうバター	にんじん たまねぎ アスパラ グリンピース		
4 4 /-14	N. D	ピーンズサラダ	だいず	ひよこまめ たいしょうきんときまめ	キャベツ コーン きゅうり たまねぎ	646	22.8
14(水)		いちごプリン	プリン				
			ぎゅうにゅう				
		5年生レハまわり学級の5年	tv がががきがった。または、 一般は 一般は 一般は 一般は 一般は 一般は かいまた かいまた かいまた かいまた かいまた かいまた かいまた かいまた	。 対してから「パンユ生乳 エルキデザ	リン+鮭おにぎり」の特別食を5年生の教	ラック	+ - <del>}</del> -
			かいそうエキス	こめ むぎ	ファー産がにらり」の代別長を3千里の砂	<u>, =                                   </u>	<u> </u>
15(木)		むぎこはん	いわし	あぶら でんぷん	↓えのき ながねぎ まいたけ↓	-	22.8
	NZ (	いわしのかばやき	とりにく	מוטוט כתוטות		620	
		きのこじる			チンゲンサイ にんじん ごぼう こまつな しめじ		
		こんぶあえ	こんぶ		キャベツ きゅうり		
			ぎゅうにゅう				
16(金)		おしむぎごはん	かいそうエキス	こめ むぎ	↓チンゲンサイ にら ながねぎ キムチ↓	609	
		ぶたキムチ	ぶたにく	ごま	にんにく しょうが たまねぎ にんじん たけのこ		20.9
		フルーツあんにん		あんにん さとう	もも りんご ようなし アロエ		
			ぎゅうにゅう				
19(月)		いわつきごはん	かいそうエキス	こめ		613	26.6
		さけのチャンチャンやき	<b>さ</b> け	とうにゅうバター	にんじん キャベツ しめじ コーン		
		すましじる	わかめ かまぼこ		たまねぎ ながねぎ		
		のりあえ	のり		こまつな もやし		
			ぎゅうにゅう				
		ナポリふうスパゲッティ	ウインナ かいそうエキス	スパゲッティ	にんにく にんじん たまねぎ マッシュルーム	}	
20(M)		とうげのあげいも 🧥	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう	スパゲッティ ホットケーキミックス あぶら じゃがいも	↑ピーマン トマト↑	667	224
20(火)		1 - 1 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1 - 1	ウインナ かいそうエキス			667	22.4
20(火)		とうげのあげいも 🧥	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう		↑ピーマン トマト↑	667	22.4
20(火)		とうげのあげいも 🧥	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン		↑ピーマン トマト↑	667	22.4
		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも	↑ピーマン トマト↑ にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん	-	
		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま	↑ピーマン トマト↑ にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん	620	22.4
20(火)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめほし あかじそ	-	
		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ	-	
		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さっまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ	-	
21(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぷ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん	620	24.4
		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぷ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン	-	
21(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぷ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス	ホットケーキミックス あぶら じゃがいち こめ ごま マヨネーズ	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ	620	24.4
21(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけしる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト	ホットケーキミックス あぶら じゃがいち こめ ごま マヨネーズ	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ	620	24.4
21(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあますづけ	ワインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さっまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ	620	24.4
21(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあますづけ	ワインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ こめ	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー	620	24.4
21(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー	620	24.4
21(冰) 22(木)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあますづけ	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー あかピーマン たまねぎ パセリ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき	620	24.4
21(冰) 22(木)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ざゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー あかピーマン たまねぎ パセリ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき	620	24.4
21(水) 22(木) 23(金)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー あかピーマン たまねぎ パセリ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき	620 617 624	24.4 21.6 20.5
21(水) 22(木) 23(金)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンバーガー フライドポテト	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー あかピーマン たまねぎ パセリ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき	620	24.4
21(水) 22(木) 23(金)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう テーズ ハンバーグ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー あかピーマン たまねぎ パセリ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき	620 617 624	24.4 21.6 20.5
21(水) 22(木) 23(金)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンパーガー フライドボテト コーンえだまめサラダ	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さっまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう チーズ ハンバーグ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら しゃがいも こんにゃく	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー あかピーマン たまねぎ パセリ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき もも	620 617 624	24.4 21.6 20.5
21(水) 22(木) 23(金) 27(火)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンバーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ	ワインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう チーズ ハンバーグ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー あかピーマン たまねぎ パセリ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき もも	620 617 624 680	24.4 21.6 20.5 26.0
21(水) 22(木) 23(金) 27(火)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけしる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンパーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ ごまとうにゅうたんたんめん	ワインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ざゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう チーズ ハンバーグ ぎゅうにゅう ずゅうにゅう チーズ ハンバーグ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも  こめ ごま マヨネーズ  こめ さとう  こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく  バン じゃがいも あぶら	ピーマン トマト     にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん     うめぼし あかじそ     たけのこ こまつな ながねぎ     かわちばんかん     たまねぎ エリンギ にんじん コーン     キャベツ きゅうり アスパラ     もも りんご ようなし ブルーベリー     あかピーマン たまねぎ パセリ     だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき     もも     コーン えだまめ キャベツ たまねぎ     しょうが にんにく にんじん だけのこ ほししいだけ   ながねぎ チンゲンサイ	620 617 624	24.4 21.6 20.5
21(水) 22(木) 23(金) 27(火)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンバーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ	ワインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さっまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう チーズ ハンバーグ ぎゅうにゅう がたごく とうにゅう チーズ アンバーグ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー あかピーマン たまねぎ パセリ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき もも	620 617 624 680	24.4 21.6 20.5 26.0
21(水) 22(木) 23(金) 27(火)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかだけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンパーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ ごまとうにゅうたんたんめん チーズむしパン くきわかめのナムル	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さっまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう チーズ ハンバーグ ぎゅうにゅう チーズ アンバーグ ぎゅうにゅう チーズ たまご ぎゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにゅう	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく パン じゃがいも あぶら	ピーマン トマト     にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん     うめぼし あかじそ     たけのこ こまつな ながねぎ     かわちばんかん     たまねぎ エリンギ にんじん コーン     キャベツ きゅうり アスパラ     もも りんご ようなし ブルーベリー     あかピーマン たまねぎ パセリ     だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき     もも     コーン えだまめ キャベツ たまねぎ     しょうが にんにく にんじん だけのこ ほししいだけ   ながねぎ チンゲンサイ	620 617 624 680	24.4 21.6 20.5 26.0
21(水) 22(木) 23(金) 27(火)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかだけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンパーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ ごまとうにゅうたんたんめん チーズむしパン くきわかめのナムル	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃち とうふ ぎゅうにゅう がいそうエキス ししゃち とうふ ぎゅうにゅう がにっち でまって バンバーグ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく バン じゃがいも あぶら	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー あかピーマン たまねぎ バセリ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき もも	620 617 624 680	24.4 21.6 20.5 26.0
21(水) 22(木) 23(金) 27(火) 28(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンバーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ ごまとうにゅうたんたんめん チーズむしパン くきわかめのナムル むざごはん カレーにくじゃが	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さっまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう チーズ ハンバーグ ぎゅうにゅう チーズ アンバーグ ぎゅうにゅう チーズ たまご ぎゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにゅう	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく パン じゃがいも あぶら	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー あかピーマン たまねぎ パセリ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき もも コーン えだまめ キャベツ たまねぎ しょうが にんにく にんじん だけのこ ほししいだけ 1 ながねぎ チンゲンサイ1 だいすもやし えのき にんにく	620 617 624 680 705	24.4 21.6 20.5 26.0 30.8
21(水) 22(木) 23(金) 27(火)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンバーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ ごまとうにゅうたんたんめん チーズむしパン くきわかめのナムル むぎごはん カレーにくじゃが ごしきあえ	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃち とうふ ぎゅうにゅう がいそうエキス ししゃち とうふ ぎゅうにゅう がにっち でまって バンバーグ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく バン じゃがいも あぶら	ビーマン トマト     にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん     うめぼし あかじそ     たけのこ こまつな ながねぎ     かわちばんかん     たまねぎ エリンギ にんじん コーン     キャベツ きゅうり アスパラ     もも りんご ようなし ブルーベリー     あかビーマン たまねぎ パセリ     だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき     もも     コーン えだまめ キャベツ たまねぎ     しょうが にんにく にんじん だけのこ ほししいだけ     ながねぎ チンゲンサイ     だいすもやし えのき にんにく     にんじん たまねぎ グリンビース     こまつな もやし にんじん だいこん コーン	620 617 624 680	24.4 21.6 20.5 26.0
21(水) 22(木) 23(金) 27(火) 28(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンバーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ ごまとうにゅうたんたんめん チーズむしパン くきわかめのナムル むざごはん カレーにくじゃが	ワインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう チーズ ハンバーグ ぎゅうにゅう ぶたにく とうにゅう チーズ たまご ぎゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにゅう がいそうエキス	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく バン じゃがいも あぶら	1 ピーマン トマト1 にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん うめぼし あかじそ たけのこ こまつな ながねぎ かわちばんかん たまねぎ エリンギ にんじん コーン キャベツ きゅうり アスパラ もも りんご ようなし ブルーベリー あかピーマン たまねぎ パセリ だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき もも コーン えだまめ キャベツ たまねぎ しょうが にんにく にんじん だけのこ ほししいだけ 1 ながねぎ チンゲンサイ1 だいすもやし えのき にんにく	620 617 624 680 705	24.4 21.6 20.5 26.0 30.8
21(水) 22(木) 23(金) 27(火) 28(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけしる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト けんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンバーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ ごまとうにゅうたんたんめん チーズむしパン くきわかめのナムル むざごはん カレーにくじゃが ごしきあえ あまなつみかん	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さっまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう ずゅうにゅう がこく とうにゅう チーズ ハンバーグ ぎゅうにゅう がたく とうにゅう がたにく とうにゅう チーズ たまご ぎゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにゅう かいそうエキス	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく バン じゃがいも あぶら ちゅうかめん ごま むしバンミックス さとう ごま こめ むぎ じゃがいも こんにゃく	ドーマン トマト     にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん     うめぼし あかじそ     たけのこ こまつな ながねぎ     かわちばんかん     たまねぎ エリンギ にんじん コーン     キャベツ きゅうり アスパラ     もも りんご ようなし ブルーベリー     あかピーマン たまねぎ バセリ     だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき     もも	620 617 624 680 705	24.4 21.6 20.5 26.0 30.8
21(水) 22(木) 23(金) 27(火) 28(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンバーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ ごまとうにゅうたんたんめん チーズむしパン くきわかめのナムル むぎごはん カレーにくじゃが ごしきあえ	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さっまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう チーズ ハンバーグ ぎゅうにゅう ずっこにゅう チーズ たまご ぎゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにゅう かにく とうにゅう チース たまご ぎゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにゅう かいそうエキス しからく ままご ぎゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにゅう かいそうエキス ぶたにく なまあげ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく バン じゃがいも あぶら	ビーマン トマト     にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん     うめぼし あかじそ     たけのこ こまつな ながねぎ     かわちばんかん     たまねぎ エリンギ にんじん コーン     キャベツ きゅうり アスパラ     もも りんご ようなし ブルーベリー     あかビーマン たまねぎ パセリ     だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき     もも     コーン えだまめ キャベツ たまねぎ     しょうが にんにく にんじん だけのこ ほししいだけ     ながねぎ チンゲンサイ     だいすもやし えのき にんにく     にんじん たまねぎ グリンビース     こまつな もやし にんじん だいこん コーン	620 617 624 680 705	24.4 21.6 20.5 26.0 30.8
21(水) 22(木) 23(金) 27(火) 28(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかたけしる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト けんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンバーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ ごまとうにゅうたんたんめん チーズむしパン くきわかめのナムル むざごはん カレーにくじゃが ごしきあえ あまなつみかん	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さっまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう ずゅうにゅう がこく とうにゅう チーズ ハンバーグ ぎゅうにゅう がたく とうにゅう がたにく とうにゅう チーズ たまご ぎゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにゅう かいそうエキス	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく バン じゃがいも あぶら ちゅうかめん ごま むしバンミックス さとう ごま こめ むぎ じゃがいも こんにゃく	ドーマン トマト     にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん     うめぼし あかじそ     たけのこ こまつな ながねぎ     かわちばんかん     たまねぎ エリンギ にんじん コーン     キャベツ きゅうり アスパラ     もも りんご ようなし ブルーベリー     あかピーマン たまねぎ バセリ     だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき     もも	620 617 624 680 705	24.4 21.6 20.5 26.0 30.8
21(水) 22(木) 23(金) 27(火) 28(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかだけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト けんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンバーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ ごまとうにゅうたんたんめん チーズむしパン くきわかめのナムル むぎごはん カレーにくじゃが ごしきあえ あまなつみかん	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かいそうエキス ちりめんじゃこ さっまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう チーズ ハンバーグ ぎゅうにゅう ずっこにゅう チーズ たまご ぎゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにゅう かにく とうにゅう チース たまご ぎゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにゅう かいそうエキス しからく ままご ぎゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにゅう かいそうエキス ぶたにく なまあげ	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく バン じゃがいも あぶら ちゅうかめん ごま むしバンミックス さとう ごま こめ むぎ じゃがいも こんにゃく	ドーマン トマト     にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん     うめぼし あかじそ     たけのこ こまつな ながねぎ     かわちばんかん     たまねぎ エリンギ にんじん コーン     キャベツ きゅうり アスパラ     もも りんご ようなし ブルーベリー     あかピーマン たまねぎ バセリ     だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき     もも	620 617 624 680 705	24.4 21.6 20.5 26.0 30.8
21(水) 22(木) 23(金) 27(火) 28(水)		とうげのあげいも ジュリエンヌスープ うめごはん さつまあげのチーズやき わかだけじる かわちばんかん セルフオムライス グリーンサラダ フルーツヨーグルト げんまいごはん ししゃものあまずづけ けんちんじる おうとう チーズハンパーガー フライドポテト コーンえだまめサラダ ごまとうにゅうたんたんめん チーズむしパン くきわかめのナムル むざごはん カレーにくじゃが ごしきあえ あまなつみかん ひるぜんおこわ アジのからみやき	ウインナ かいそうエキス たまご ぎゅうにゅう ほたて ベーコン ぎゅうにゅう かさうエキス ちりめんじゃこ さつまあげ チーズ あおのり わかめ とうふ こんぶ ぎゅうにゅう たまご とりにく かいそうエキス ヨーグルト ぎゅうにゅう かいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう がいそうエキス ししゃも とうふ ぎゅうにゅう がぶたく とうにゅう チーズ ハンバーグ ぎゅうにゅう がたにく とうにゅう チース たまご きゅうにゅう くきわかめ ぎゅうにゅう かいそうエキス	ホットケーキミックス あぶら じゃがいも こめ ごま マヨネーズ こめ さとう こめ もちごめ でんぶん あぶら じゃがいも こんにゃく バン じゃがいも あぶら ちゅうかめん ごま むしバンミックス さとう ごま こめ むぎ じゃがいも こんにゃく	ドーマン トマト     にんじん とうみょう たまねぎ キャベツ だいこん     うめぼし あかじそ     だけのこ こまつな ながねぎ     かわちばんかん     たまねぎ エリンギ にんじん コーン     キャベツ きゅうり アスパラ     もも りんご ようなし ブルーベリー     あかビーマン たまねぎ パセリ     だいこん にんじん ごぼう ながねぎ えのき     もも     コーン えだまめ キャベツ たまねぎ     しょうが にんにく にんじん だけのこ ほししいだけ     ながねぎ チンゲンサイ     だいずもやし えのき にんにく     にんじん だまねぎ グリンビース     こまつな もやし にんじん だいこん コーン     あまなつみかん     にんじん ごぼう ほししいだけ さやえんどう	620 617 624 680 705	24.4 21.6 20.5 26.0 30.8

- ・この献立表において食材は基本、使用している献立名と同じ行に書かれています。
- ・使用食材が欄に入りきらない場合は、その上下の空欄を使います。その際は、↓や↑のマークで示します。 ・献立は都合により変更になることがありますので、ご了承ください。 ・料理の作り方や、加工食品の食材料等を知りたい場合は栄養職員までお問い合わせください。

