October

| 1.2年生 2|回 3年生

	令和7年度			1人工人工	,一有有	5立第八中学
В	献立名	牛乳	赤の仲間・血や肉になる	黄の仲間・ 熱や力の元になる	線の仲間・ 体の調子を整える	IAH - たんぱく 脂質 食塩相当
1	ちゃんご鍋		鶏挽肉,豆腐,油揚げ	米 でんぶん,しらたき	生姜,玉葱,白菜,大根,人参,ニラ,しめじ,ねぎ	698 kg 31.1 g
水	001313 3 3 3		おかか	油.砂糖	キャベツ,小松菜,冷凍ホールコーン,もやし,人参	22.9 g
_	ししゃもの甘辛焼き たまごラーメン	_	ししゃも 豚肉.卵.ロースハム	油,砂糖,白ごま 蒸し中華めん油	にんにく,生姜,人参,筍,もやし,白菜,チンゲン菜,ねぎ	2.6 g
2	m	\dashv	(20)	でんぷん油	生姜にんにく	35.8 g
2 木	ひじきサラダ		干ひじき	砂糖,ごま油	大根,人参,きゅうり,キャベツ,生姜,ねぎ	34.3 g
_	14672.200		+= 1 5 + 7 1	ソ 個主 ナーナル カープナ Tust		2.9 g
3	山坂達者飯 秋野菜の煮物	_	大豆, しらす干し 鶏肉,生揚げ,けずり	米,押麦,さつまいも,油,白ごま,砂糖 油,こんにゃく,里芋,砂糖	ごぼう,人参れんこん,大根,玉葱.干し椎茸,いんげん,生姜	733 kg 30.2 g
金		_	豚肉,豆腐,けずり,卵	油,砂糖	人参,根みつば	26.5 g
			Shelp the St. He lead to	NAME OF THE PARTY	[5/10/32] ATT] X 1/4 1/5	2.9 g
6	キャロットピラフホワイトソースかけ 玉ねぎドレッシングサラダ 中秋の	0	鶏肉,牛乳,生クリーム	米,押麦,油,バター,小麦粉 ごま油,砂糖,オリーブ油	にんじんジュース,人参,玉葱,マッシュルーム,ホールコーン きゅうり,ホールコーン,キャベツ,もやし,人参,レモン,玉葱	724 kg 20.0 g
月		0	あずき(ゆで)	餃子の皮,砂糖,白玉団子,油	COSSIN NO STATE OF CONSIDER	25.6 g
		.0				2.2 g
7	さつまいもごはん	_	ほっけ	米,もち米,さつまいも,黒ごま		676 kg
火		- 0	わかめ、油揚げ	油.砂糖	キャベツ,もやし,人参	25.1 g
	豆乳味噌汁		豆腐,油揚げ,けずり,赤味噌,白味噌,無調整豆乳		大根,人参,ねぎ,ほうれんそう,しめじ	2.9 g
	ご飯 キムムッチ 韓国料理	·	焼きのり	米 ごま油,砂糖,白ごま	にんにく	687 kg
8 水	韓国国オキ焼き	 0	豚肉,焼き豆腐	油、しらたき、砂糖、ごま油	玉葱,人参,白菜,えのきたけ,ねぎ,にんにく,生姜	26.7 g 18.2 g
小	ナムル			砂糖、ごま油	人参,ほうれんそう,小松菜,もやし,豆もやし	2.9 g
	果物(ぶどう) 秋のさんまごはん	_	さんま刻みのり	보이 사고 가지 사이 하고 보이 사고 가지	ぶどう 生姜	750.
9		\dashv	さんま、刻みのり 豚肉、豆腐、油揚げ、けずり	米,でんぷん.油,砂糖 里芋,こんにゃく	生奏 大根,ごぼう,人参,ねぎ	753 kg 27.7 g
木		_ 0		白ごま、砂糖油	ほうれんそう、小松菜、キャベツ、もやし、人参、ホールコーン	29.7 g
		1				2.9 g
10	たらこスパゲッティ ラビットサラダ	\dashv	鶏肉,たらこ,いか,刻みのり	スパゲッティ,オリーブ油,バター 油,砂糖	にんにく、玉葱 キャベツ.きゅうり、もやし、ホールコーン、玉葱、人参、レモン	736 kg 28.9 g
10 金	,	- 0	無調整豆乳	ホットケーキミックス,グラニュー糖,油,はちみつ	ブルーベリー	28.9 g 30.6 g
						2.5 g
	焼肉チャーハン	_	豚肉	米,押麦,油,三温糖,ごま油	にんにく、ねぎ、玉葱、人参、ピーマン、生姜、チンゲン菜	772 kc
14 火		- 0	いか 鶏肉。卵	油,砂糖,でんぶん 油,でんぶん	玉葱.ねぎ,にんにく,生姜 人参.玉葱.キャベツ,ホールコーン,クリームコーン	35.8 g 29.1 g
	9	_	2000 Al 22	121 (10-01)		2.9 g
	ミルクパン イギリス料理			ミルクパン		652 kd
15 k		\dashv \circ	豚挽肉、調製豆乳 鶏肉、ベーコン	油、米粉、じゃがいも オリーブ油、押麦	にんにく、玉葱、人参 にんにく、キャベツ、かぶ、セロリー、人参、玉葱	25.7 g
	ミルクティーゼリー	_	無内,ハーコン 牛乳,生クリーム	砂糖	にんにく、キャハン、から、とロリー、人参、玉徳	26.5 g 2.9 g
	赤飯		ささげ,あずき	米,もち米,黒ごま		690 kc
16		- 0	まだい,白味噌	砂糖	ゆず果汁	35.0 g
木	紅白なます 筑前煮	_	鶏肉,大豆,けずり	砂糖 油,こんにゃく,じゃがいも,砂糖	大根,人参,ゆす ごぼう,人参,干し椎茸,いんげん	19.7 g 2.9 g
	ドライカレーライス	シオ	阪協肉 大市	米油、小麦粉	にんにく、生姜、ピーマン、ホールトマト、玉葱、人参、グリンピース	827 kg
17		ات	ちらしかまぼこ (卵不使用)	油,ごま油,砂糖	キャベツ,人参,ホールコーン	23.3 g
金	抹茶プリン	ー スジ		砂糖	n* 1.5 かです1.5 か* 2番 4中 平二 5* 。 フ	26.2 g
	魯肉飯		豚肉	米,油,砂糖,はちみつ,でんぷん,ごま油	バレクシアオレンジ濃縮還元ジュース にんにく、生姜、玉葱、ねぎ、筍、きくらげ、チンゲン菜	2.4 g 763 kc
20	炒めじゃがいものサラダ	- 0		じゃがいも、油砂糖	人参,キャベツ,レタス	24.8 g
月	ハニーレモンジュレ	\exists	寒天	はちみつ、砂糖	レモン(果汁、生),みかん缶	25.5 g
				A nB 23 h	ナムツヶ井 アナアノデナハ	2.3 g
21		el e)		お弁当を持ってきてください	
00	ガパオライス (9		鶏挽肉	米.油.砂糖	にんにく、生姜、玉葱、人参、バジル、赤ピーマン、黄ピーマン	
	タイ料理	H	鎚肉			779 kg
	とりにくのフォー タイ料理		鶏肉寒天	油砂糖白玉団子	にんにく,人参,もやし,チンゲン菜,葉ねぎ,レモン(果汁、生)	29.2 g
22 水	とりにくのフォー タイ料理		寒天	油砂糖、白玉団子		779 kd 292 g 17.6 g 2.9 g
水	とりにくのフォー タイ料理 バインボンチ 回うどん Building 操作系の郷土料理			油 砂糖白玉団子 チャーメン.油でんぷん.ごま油	にんにく、人参、もやし、チンゲン菜、葉ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース、みかん缶パイン缶、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参、玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜	29.2 g 17.6 g 2.9 g 886 kg
	とりにくのフォー		寒天 豚肉,いか	油 砂糖,白玉団子 チャーメン.油.でんぶん.ごま油 砂糖.ごま油	にんにく人参もやし、チンゲン菜、葉ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶、パイン缶、レモン	292 g 17.6 g 2.9 g 886 kc 27.9 g
水	とりにくのフォー タイ料理 バインボンチ 皿うどん 野菜の甘酢あえ		寒天 豚肉,いか	油 砂糖白玉団子 チャーメン.油でんぷん.ごま油	にんにく、人参、もやし、チンゲン菜、葉ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース、みかん缶パイン缶、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参、玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜	29.2 g 17.6 g 2.9 g 886 kc 27.9 g 36.3 g
水 23 木	2 とりにくのフォー		寒天 豚肉いか 卵	油 砂糖、白玉団子 チャーメン油、でんぶん、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖はちみつ、油ボットケーキミックス、米粉、ざらめ 米	にんにく、人参もやし、チンゲン菜、緑ねざ、レモン果汁、生) パイン濃縮還元ジュース、みかん缶、パイン缶、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんそう、人参	29.2 g 17.6 g 2.9 g 886 kc 27.9 g 36.3 g 2.9 g 762 kc
3末	とりにくのフォー タイ料理 バインボンチ		寒天 豚肉,いか 卵 かつお,大豆	油 砂糖.白玉団子 チャーメン.油.でんぶん.ごま油 砂糖.ごま油 砂糖.ごま油 砂糖.ぱちみつ.油.ボットケーキミックス.米粉.ざらめ 米 でんぶん.油.砂糖.ごま油.白ごま	にんにく、人参もやし、チンゲン菜、葉ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース、みかん缶、パイン佐、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんそう。人参	292 8 17.6 8 2.9 8 886 kc 27.9 8 36.3 8 2.9 8 762 kc
3末	とりにくのフォー タイ料理 バインボンチ 皿うどん 野菜の甘酢あえ 手作りカステラ ご飯 かつおの掲げ無	•	寒天 豚肉いか 卵	油 砂糖、白玉団子 チャーメン油、でんぶん、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖はちみつ、油ボットケーキミックス、米粉、ざらめ 米	にんにく、人参もやし、チンゲン菜、緑ねざ、レモン果汁、生) パイン濃縮還元ジュース、みかん缶、パイン缶、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんそう、人参	29.2 g 17.6 g 2.9 g 886 kc 27.9 g 36.3 g 2.9 g
3末	2 とりにくのフォー	•	寒天豚肉,いか卵かつお,大豆鶏肉,けすり	油 砂糖、白玉団子 チャーメン油、でんぶん、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 でんぶん油、砂糖、ごま油・白ごま 里芋 米・押麦・糸こんにゃく、砂糖	にんにく、人参もやし、チンゲン菜、葉ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース、みかん缶、パイン氏・レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜 キャベツ・もやしほうれんそう。人参 生姜 大根人参、ごぼう、えのきたけねぎ 人参・きゅうり、かぶ、大根白菜 人参・五葱、ねぎ、干し椎茸	292 8 176 8 29 8 886 kc 279 8 363 8 29 8 762 kc 354 8 213 8 27 8 663 kc
13 木 4 金 7	とりにくのフォー 7/4料理 バインボンチ 長崎県の博士料理 画うどん 野菜の甘酢あえ 手作りカステラ ご飯 かつおの場げ無 板菓汁 かぶの塩昆布和え 豚スキ丼 和風ドレッシングサラダ	•	寒天 豚肉いか 卵 かつお大豆 鶏肉けずり 塩昆布 豚肉けずり	油 砂糖白玉団子 チャーメン・油でんぶん、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、はちみつ、油・ボットケーキミックス、米粉、ざらめ 米 でんぶん、油砂糖、ごま油・白ごま 里芋	にんにく、人参もやし、チンゲン菜、葉ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶、パイン佐、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんそう。人参 生姜 大根、人参、ごほう、えのきだけ、ねぎ 人参、玉葱、ねぎ、干し椎茸 きゅうり、キャベツ、ホールコーン、人参生姜ねぎ	292 8 17.6 8 2.9 8 886 kc 27.9 8 36.3 8 2.9 8 762 kc 21.3 8 2.7 8 663 kc 22.6 8
13 木 4 金 7	とりにくのフォー バインボンチ 94料理 皿うどん 野菜の甘酢あえ 手作りカステラ 長崎県の椰土料理 ご飯 かつおの場げ漁 模菜汁 かぶの塩昆布和え 豚スキ丼 和風ドレッシングサラダ	0	寒天 豚肉いか 卵 かつお大豆 鶏肉けずり 塩昆布 豚肉けずり	油 砂糖、白玉団子 チャーメン油、でんぶん、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 でんぶん油、砂糖、ごま油・白ごま 里芋 米・押麦・糸こんにゃく、砂糖	にんにく、人参もやし、チンゲン菜、葉ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース、みかん缶、パイン氏・レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜 キャベツ・もやしほうれんそう。人参 生姜 大根人参、ごぼう、えのきたけねぎ 人参・きゅうり、かぶ、大根白菜 人参・五葱、ねぎ、干し椎茸	292 8 17.6 8 29 8 886 kk 27.9 8 36.3 8 29 8 762 kk 35.4 8 21.3 8 27 8 663 kk 22.6 8
13 木 4 金 7	2 とりにくのフォー		寒天 豚肉いか 卵 かつお大豆 鶏肉けずり 塩昆布 豚肉けずり	油 砂糖、白玉団子 チャーメン油、でんぶん、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 でんぶん油、砂糖、ごま油・白ごま 里芋 米・押麦・糸こんにゃく、砂糖	にんにく、人参もやし、チンゲン菜、葉ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶、パイン佐、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんそう。人参 生姜 大根、人参、ごほう、えのきだけ、ねぎ 人参、玉葱、ねぎ、干し椎茸 きゅうり、キャベツ、ホールコーン、人参生姜ねぎ	292 g 17.6 g 2.9 g 886 kc 27.9 g 36.3 g 2.9 g 762 kc 21.3 g 2.7 g 663 kc 22.6 g
k 3	とりにくのフォー バインボンチ 9イ料理 皿うどん 野菜の甘酢あえ 手作りカステラ 長崎県の椰土料理 ご飯 かつおの場げ無 根菜汁 かぶの塩昆布和え 豚スキ丼 和風ドレッシングサラダ 果物(柿) 10月年記念着 ミルクパン コロッケ 調布市制70周年記念着		寒天 豚肉いか 卵 かつお大豆 鶏肉,けずり 塩昆布 豚肉,けずり	油 砂糖(白玉団子) チャーメン,油でんぶん,ごま油 砂糖,ごま油 砂糖,はちみつ,油,ボットケーキミックス,米粉,ざらめ 米 てんぶん,油,砂糖,ごま油,白ごま 里芋 米,押麦,糸こんにゃく,砂糖 砂糖,ごま油	にんにく、人参もやし、チンゲン菜、葉ねざしモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶、パイン佐、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんそう。人参 生姜 大規人参、ごぼう、えのきたけねぎ 人参、玉がらぎ、しん。 大多玉がらぎ、一人参、生姜、ねき、そんち、そんち、そんち、そんち、そんち、そんち、そんち、そんち、そんち、そんち	292 8 176 8 29 8 176 8 186 km 279 8 279 8 29 8 29 8 213 8 21
	2 とりにくのフォー	() () () () () () () () () ()	寒天 豚肉いか 卵 かつお大豆 鶏肉,けすり 塩昆布 豚肉,けすり	油 砂糖白玉団子 チャーメン、油でんぶん、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖はちみつ、油、ホットケーキミックス、米粉、ざらめ 米 でんぶん、油、砂糖、ごま油・白ごま 里芽 米押麦、糸こんにゃく、砂糖 砂糖、ごま油 ミルクパン ボデトコロッケ、油	にんにく、人参もやし、チンゲン薬、葉ねぎしモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶パイン缶、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参玉葱筍、白菜もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんそう。人参 生姜 大規人参、ごぼう。えのきたけ、ねぎ 人参、きゅうり、かぶ、大根白菜 人参、玉葱、ねぎ、干し、椎茸 きゅうり、キャベツ、ホールコーン、人参、生姜、ねぎ 柿	292 8 176 8 29 8 86 k 279 8 363 8 29 8 213 8 213 8 27 8 215
	2 とりにくのフォー		寒天 豚肉いか 卵 かつお大豆 鶏肉,けずり 塩昆布 豚肉,けずり	油 砂糖白玉団子 チャーメン油でんぶんごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、はちみつ、油、ボットケーキミックス、米粉、ざらめ 米 でんぶん油・砂糖、ごま油・白ごま 量芋 米・押麦・糸こんにゃく、砂糖 砂糖、ごま油	にんにく、人参もやし、チンゲン菜、葉ねざしモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶、パイン佐、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんそう。人参 生姜 大規人参、ごぼう、えのきたけねぎ 人参、玉がらぎ、しん。 大多玉がらぎ、一人参、生姜、ねき、そんち、そんち、そんち、そんち、そんち、そんち、そんち、そんち、そんち、そんち	292 8 176 8 29 8 86 k 279 8 363 8 29 8 213 8 213 8 27 8 215
	2 とりにくのフォー	(な) ジョア	寒天 豚肉いか 卵 かつお、大豆 鶏肉・けずり 塩昆布 豚肉・けずり	油 砂糖白玉団子 チャーメン油、でんぶん、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖はちみつ、油、ホットケーキミックス、米粉、ざらめ 米 でんぶん、油、砂糖、ごま油・白ごま 里芋 米押麦、糸こんにゃく、砂糖 砂糖、ごま油 ミルクバン ボテトコロッケ、油 油、じゃかいも、砂糖	にんにく、人参・もやし、チンゲン薬、操ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶パイン缶、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参・玉葱・筍・白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんぞう。人参 生姜 大根、人参・ごぼう。えのきたけ、ねぎ 人参・きゅうり、かぶ、大根、白菜 人参・玉葱・ねぎ、干し椎茸 きゅうり、キャベツ、ホールコーン、人参・生姜・ねぎ 柿 キャベツ、人参 玉葱・人参・さ	292 8 176 8 29 8 176 8 176 8 176 8 176 8 176 8 176 8 176 176 176 176 176 176 176 176 176 176
k 3t 4£ 73 83	2 とりにくのフォー	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	寒天 豚肉いか 卵 かつお大豆 鶏肉けずり 塩昆布 豚肉けずり	おお	にんにく、人参もやし、チンゲン薬、操ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶、パイン氏、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参、玉葱・塩、白菜・もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんぞう。人参 生姜 大根、人参、こぼう。えのきたけ、ねぎ 人参、きゅうり、かぶ、大根白菜 人参・きゅうり、かぶ、大根白菜 人参・きゅうり、キャベツ、ホールコーン、人参・生姜、ねぎ 柿 キャベツ、人参 玉葱、人参、ヒーマン、しめじ、ホールトマト みかん缶、レモン(果汁、生)	292 8 176 8 29 8 176 8 176 8 176 8 176 8 176 176 176 176 176 176 176 176 176 176
k 3t 4€ 71 81 9	2 とりにくのフォー	(な) ジョア	寒天 豚肉いか 卵 かつおよ大豆 鶏肉けずり 塩昆布 豚肉、けずり	油 砂糖白玉団子 チャーメン油、でんぶん、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖はちみつ、油、ホットケーキミックス、米粉、ざらめ 米 でんぶん、油、砂糖、ごま油・白ごま 里芋 米押麦、糸こんにゃく、砂糖 砂糖、ごま油 ミルクバン ボテトコロッケ、油 油、じゃかいも、砂糖	にんにく、人参・もやし、チンゲン薬、操ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶パイン缶、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参・玉葱・筍・白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんぞう。人参 生姜 大根、人参・ごぼう。えのきたけ、ねぎ 人参・きゅうり、かぶ、大根、白菜 人参・玉葱・ねぎ、干し椎茸 きゅうり、キャベツ、ホールコーン、人参・生姜・ねぎ 柿 キャベツ、人参 玉葱・人参・さ	292 8 176 8 29 8 886 k 279 8 279 8 27 8 27 8 27 8 27 8 27 8 27
	とりにくのフォー	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	寒天 豚肉いか 卵 かつお、大豆 鶏肉にすずり 塩昆布 豚肉、けずり 鶏肉 寒天缶 乳酸菌飲料 豚肉、赤味噌・けずり、生揚げ	油 砂糖(白玉団子) チャーメン,油でんぶん,ごま油 砂糖,ごま油 砂糖,はちみつ,油,ボットケーキミックス,米粉,ざらめ 米 でんぶん,油,砂糖,ごま油,白ごま 里芋 米、押麦,糸こんにゃく,砂糖 砂糖,ごま油 ミルクパン ボテトコロッケ,油 油,じゃがいも,砂糖 白玉団子,砂糖 米 油,砂糖,でんぶん,ごま油	にんにく、人参・もやし、チンゲン薬、操ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶、パイン広、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参・玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんぞう。人参 生姜 大根、人参・ごぼう。えのきたけ、ねぎ 人参・きゅうり、かぶ、大根、白菜 人参・きゅうり、かぶ、大根、白菜 人参・玉葱、ねぎ、干し椎茸 きゅうり、キャベツ、ホールコーン、人参生姜、ねぎ 柿 キャベツ、人参 玉葱、人参・ビーマン、しめじ、ホールトマト みかん缶、レモン(果汁、生)	292 a 176 a 29 a 176 a 20 a 2
水 3木 4金 7月 8月 9	とりにくのフォー	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	寒天 豚肉いか 卵 かつお大豆 鶏肉けずり 塩昆布 豚肉けずり 塩尾布 豚肉けずり 塩肉 豚肉はずり 鶏肉 寒天缶 乳酸菌飲料 豚肉赤味噌(けずり)生揚げ 鶏肉,豆腐	おお	にんにく、人参もやし、チンゲン菜、葉ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶、パイン低、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参玉葱、竜、白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんそう。人参 主要 大根人参、ごぼう、えのきだけ、ねぎ 人参、玉花、ねぎ、干し相質 きゅうり、キャベツ、ホールコーン、人参生養、ねぎ 精 キャベツ、人参 玉葱、人参、ごは、カン・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス	292 8 176 8 29 8 886 k 279 8 363 8 29 8 213 8 213 8 213 8 214 8 215 8 215 8 216 8 217 8 21
水 23木 24金 7月 8月 9水 80	とりにくのフォー	() () () () () () () () () () () () () (寒天 豚肉いか 卵 かつお、大豆 鶏肉にすり 塩昆布 豚肉にすり 塩尾布 豚肉にすり 塩肉 寒肉にすり 鶏肉 寒大 脂肉 寒丸 筋酸料 豚肉、赤味噌、けずり、生揚げ 鶏肉、豆腐	おお	にんにく、人参・もやし、チンゲン薬、操ねぎしモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶パイン缶、レモン 生姜にんにく、きくらげ、人参、玉葱、筍、白菜、もやし小松菜 キャベツ、もやしほうれんぞう。人参 生姜 大根、人参、ごぼう、えのきたけ、ねぎ 人参きゅうり、かぶ、大根白菜 人参・ま葱、ねぎ、干し椎茸 きゅうり、キャベツ、ホールコーン、人参生養ねぎ 柿 キャベツ、人参 玉葱、人参・ビーマン、しめじ、ホールトマト みかん缶、レモン(果汁、生) にんにく、生姜、人参・筍、しめじ、ねぎ、白菜・ビーマン 人参・キャベツ、もやしい小松菜 りんご	292 8 17.6 8 2.9 8 886 k 27.9 8 36.3 8 2.9 8 21.3 8 21.3 8 21.3 8 21.3 8 22.6 8 22.7 8 686 k 22.6 8 2.9 8 24.5 8 2
Mar	とりにくのフォー	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	寒天 豚肉いか 卵 かつお、大豆 鶏肉にすずり 塩昆布 豚肉にすずり 塩尾布 豚肉にすずり 鶏肉 寒天石 乳酸菌飲料 豚肉、赤味噌、けずり、生揚げ 鶏肉、豆腐	おお	にんにく、人参もやし、チンゲン菜、葉ねぎ、レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶、パイン低、レモン 生姜、にんにく、きくらげ、人参玉葱、竜、白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんそう。人参 主要 大根人参、ごぼう、えのきだけ、ねぎ 人参、玉花、ねぎ、干し相質 きゅうり、キャベツ、ホールコーン、人参生養、ねぎ 精 キャベツ、人参 玉葱、人参、ごは、カン・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス	292 8 176 8 29 8 886 k 279 8 363 8 29 8 762 k 213 8 27 8 663 k 26 8 27 8 204 8 207 8 204 8 29 8
	とりにくのフォー	() () () () () () () () () () () () () (寒天 豚肉いか 卵 かつお大豆 鶏肉けすり 塩昆布 豚肉けすり 塩昆布 豚肉けすり 塩肉 寒天缶 乳酸菌飲料 豚肉赤味噌(けずり)生揚げ 鶏肉 ・豆腐 けずり,おかか アブラカレイ けずり	カラッキ・アンスのでは、アン	にんにく、人参・もウレ・チンゲン薬、操ねぎ・レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶パイン缶・レモン 生姜にんにく、きくらげ、人参玉葱筍・白菜もやし小松菜 キャベツ・もやしほうれんそう。人参 まかっり、かいて、根白菜 人参・きゅうり、かいて、根白菜 人参・きゅうり、非マベツ・ホールコーン、人参・生養、ねぎ 柿 キャベツ、人参 玉葱、人参・ど、一マン、しめじ・ホールトマト みかん缶・レモン(果汁、生) にんにく、生姜、人参筍・しめしねぎ・白菜・ビーマン 人参・キャベツ・もやし、小松菜 りんご ほう、人参、大根えのきたけ、ねぎ、ほうれんそう	292 8 176 8 29 8 8 6 k 279 8 363 8 29 8 213 8 213 8 213 8 213 8 213 8 214 8 215 8 21
水 23木 24金 27月 28月 29水 30木	とりにくのフォー	() () () () () () () () () () () () () (寒天 豚肉,いか 卵 かつお、大豆 鶏肉,けすり 塩昆布 豚肉,けすり 塩食 豚肉,はずり 鶏肉 寒天缶 乳酸糖飲料 豚肉,赤味噌,けずり,生揚げ 鶏肉,豆腐 けずり,おかか アブラカレイ けずり	油 砂糖(白玉団子) デャーメン、油でんぶん、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖、ごま油 砂糖はちみつ、油、ボットケーキミックス、米粉、ざらめ 米 でんぷん、油、砂糖、ごま油、白ごま 里芽 米・押麦、糸こんにゃく、砂糖 砂糖、ごま油 ミルクパン ボテトコロッケ、油 油・じゃがいも、砂糖 白玉団子、砂糖 ・ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	にんにく、人参・もやし、チンゲン薬、操ねぎしモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶パイン缶、レモン 生姜にんにく、きくらげ、人参、玉葱、筍、白菜、もやし、小松菜 キャベツ、もやしほうれんぞう、人参 大根、人参、こぼう、えのきたけ、ねぎ 人参・きゅうり、かぶ、大根白菜 人参・玉葱、ねぎ、干し椎茸 きゅうり、キャベツ、ホールコーン、人参生養ねぎ 精 までベツ、人参 玉葱、人参・ビーマン、しめじ、ホールトマト みかん缶、レモン(果汁、生) にんにく、生姜、人参・筍、しめじ、ねぎ、白菜、ピーマン 人参・キャベツ、もやし、小松菜 りんこ 人参 ほうれんぞう、小松菜、もやし、人参 にはく、大参、大根えのきたけ、れきぼうれんぞう にんにく、生葱、大根えのきたけ、れきぼうれんぞう にんにく、生葱、大根えのきたけ、れきぼうれんぞう にんにく、生葱、大根えのきたけ、れきぼうれんぞう にんにく、生葱、大根えのきたけ、れきぼうれんぞう にんにく、生葱、大根えのきたけ、れきぼうれんぞう	292 8 29 8 29 8 363 8 6 1 27 9 8 27 9 8 27 8 27 8 27 8 27 8 27 8
Mar	2 とりにくのフォー	O O O O O O O	寒天 豚肉、いか 卵 かつお、大豆 鶏肉、けずり 塩昆布 豚肉、けずり 塩尾布 豚肉、けずり 鶏肉 寒天缶 乳酸菌飲料 豚肉、豆腐 けずり、おかか アブラカレイ けずり。おかか アブラカレイ けずり。	カラッキ・アンスのでは、アン	にんにく、人参・もウレ・チンゲン薬、操ねぎ・レモン(果汁、生) パイン濃縮還元ジュース。みかん缶パイン缶・レモン 生姜にんにく、きくらげ、人参玉葱筍・白菜もやし小松菜 キャベツ・もやしほうれんそう。人参 まかっり、かいて、根白菜 人参・きゅうり、かいて、根白菜 人参・きゅうり、非マベツ・ホールコーン、人参・生養、ねぎ 柿 キャベツ、人参 玉葱、人参・ど、一マン、しめじ・ホールトマト みかん缶・レモン(果汁、生) にんにく、生姜、人参筍・しめしねぎ・白菜・ビーマン 人参・キャベツ・もやし、小松菜 りんご ほう、人参、大根えのきたけ、ねぎ、ほうれんそう	292 8 29 8 29 8 86 km 279 8 27

★今月の給食予定★ 1日・・・・3年生は修学旅行です 11日・・・学校公開日土曜授業のため給食なし 21日・・・合唱祭のためお弁当を持参してください



