

お問い合せ (6843)-9101 学校給食課

義務教育学校(後期課程)含む 豊中市教育委員会

中学校給食予定献立表

令和 5 年(2023年) 6月

6つの食品群

- ◆1群…たんぱく質が多く、おもに筋肉や血液になる食品 ◆2群…カルシウムが多く、骨や歯をつくる食品 ◆3群…色のこい野菜でビタミン、ミネラルが多い食品

- ◆4群…色のうすい野菜や果物でビタミン、ミネラルが多い食品
- ◆5群…穀類やいもで炭水化物が多い食品

◆6群…油脂製品で脂質が多い食品

<食品名の左に表示している記号「○・●・▲」について>

- アレルギー表示が義務付けられている7品目
- 「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表について」(4月配布)に表示している食品
- ▲ 当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表」に表示している食品

尾施日	1.0 0	立		加	ルゲン 工品		П	名	重量g		実施日		<u> </u>		アレルゲン 加工品		口口	名	重量g	食品
	 牛乳 大根の2				0	米 牛乳			100 1本	5 2 1		こはん 上 生乳				米 牛乳			100 1本	5 2
	大根の	スープ				鶏肉 大根			10 25	1 4		スタミナ火	少め			豚肉キャベツ			50 50	1 4
						人参			8	3						人参			20	3
c						玉ねぎ パセリ			20 0.02	4 3						玉ねぎ にら			50 5	3
6						コンソメ	: .a.		1.7							しょうが			0.1	4
月						薄口しょう塩) (A)		1.5 0.2		6					にんにく 白いりご	ŧ		0.2 0.8	6
1						こしょう 米油			0.01	6	月月					トウバンジコチジャン			0.2 0.5	
	傷れんこ	んのに	よさみ揚げ	ř		れんこん	のはさみ	り揚げ	1個	6 4	1				•	酒			1	
日	野菜炒。					米油 まぐろ(レ	トルト)		9 10	6	6					砂糖濃口しょう	ōνΦ		3 6.5	5
<u>.</u>	24 71079				•	キャベツ	,		40	4	l _E					塩			0.3	
木						人参 にら			10 5	3	I _					こしょう ごま油			0.01	6
						酒 みりん			0.75 0.75		火	傷かつお	· /			米油かつおフ			0.2 1個	1 6
						濃口しょう	jψ		2.3		~	ソース		V)		米油			6	6
						塩 こしょう			0.15			ベーコン	とじゃえ	らいもの		とんかつ	ソース		6 10	₁
						米油			0.2	6		ソテー				じゃがい	6		50	5
nz	ウインナ	T						ージ(1本)	2本	1	-					パセリ 塩			0.02	3
来 エネル	ルギー たんぱく星 cal g	脂肪g	(送信用当头)	カルシウム mg	マグネシウ mg	ウム 鉄 mg		タミコ B1 mg B2 mg		食物繊維 g						こしょう 米油			0.01	
	88 27.0	_	2.8	279	78			0.52 0.48		3.5	<u></u>	すりおろし	しりんこ		A	すりおろし	しりんご	ゼリー	0.2 1個	5
- 1 . (ごはん				_	NZ.	_01	0.10	100		栄工剂	ルギー たんぱく質		ナトリウム カル(食塩和当量)	レシウム マグネシウ	以 鉄		9 3 3		食物
	牛乳				Ö	牛乳			1本	5 2 1	養上	cal g	g	g	mg mg	mg .	, ,	B1 mg B2 mg		_
	かみかみ	*C'N				からこん	こゃく		45 20	5	価 8	33 31.0				11.9		0.76 0.54		8.
						ごぼう 人参			30 20	4 3	l	コッペパ、	×			牛乳.			1個	5
						ピーマン			10	3		牛乳 中華スー	プ		•	ウインナー	ソーセー	-ジ(輪切り)	10	1
						きくらげ 白いりご	ŧ		0.7	6						チンゲン 人参	菜		20 8	3
						赤みそ			2	1	6					玉ねぎ			25	4
6						トウバンシ 酒	ヤン		0.25 1.5		月月					中華だし			1.8 1.5	
O						砂糖濃口しょ	: .a.		3.3	5	7					塩 こしょう			0.2	
月						米油			1.2	6	'	傷チキン	カツ			チキンカン	ソ		0.01 1個	1
2	傷コーン	コロッ	ケ			コーンコロ 米油	コッケ		1個 6	4 6	日	ブロッコリ	ートツ	ナの	-	米油 まぐろ(レ	トルト)		9	1 6
_	チリコン	カン				鶏ひき肉			25	1		サラダ	, ,	, •,		ブロッコリ			35	3
日					•	大豆(レト 玉ねぎ	ルト)		18 25	1 4	水					人参 とうもろこ	L		8	3 4
金						にんにく	~		0.1	4	-		1 1			イタリアン	ドレッシ	ング	8	6
亚						トマトケチ	ヤップ		0.02 5			フルーツ				みかん(行 ナタデコ:	7		20 20	5
						ウスターン 塩	ノース		1.2 0.2			キャンデ				キャンディ			2個	2
						こしょう			0.01		栄養価 84	43 34.4		3.7 4	17 80	1.7	328	0.36 0.59	_	5.5
	白菜と竹	輪のオ	3かか和え	<u></u>	•	米油 竹輪			0.1	6		ごはん 牛乳			ļ	米 牛乳			100 1本	5 2
						白菜 みりん			35 0.6	4		けんちん	汁		1	鶏肉			10	1
						薄口しょう			1.8							豆腐 玉ねぎ			25 20	1 4
	20 00 5	00.1	0.5	000	100	かつお節		0.50 0.50	0.3	1	-					えのきたい 青ねぎ	ナ		10 3	4 3
養価 82	20 33.5	26.1	2.5	322	122	2 2.7	258	0.72 0.52		7.5	1				•	削り節			4	'
	ごはん 牛乳					米 牛乳			100 1本	5						出し昆布 みりん			0.8	
	うす揚け	゚゙のみ・	そ汁		•	うす揚げ			5	2	1				•	薄口しょう	ĵΦ		4	
						人参 玉ねぎ			10 20	3 4						塩 米油			0.2	6
						白菜 青ねぎ			20	4 3	6	豚肉のオ	ニオン	ソース		豚肉 玉ねぎ			50 40	1 4
					•	削り節			4	3	月月	159 &)				しょうが			0.3	4
						出し昆布赤みそ			0.8	1						コンソメ オイスター	-ソース		0.3 2.5	
6	競鶏肉 の	う照り	焼き			鶏肉			2切	1	8				•	酒	, ,	•	1	
U					•	米油 酒			0.2	6	l _E					砂糖濃口しょう	51D		1 2	5
						みりん			1	_	_					塩			0.1	
月						砂糖濃口しょう	j vD		2.5 3.5	5	未					黒こしょう 米油	,		0.02	1
			 Ь		•	でん粉 フライドホ	テト		0.3 60	<u>5</u>		バジルス	パゲテ			でん粉 ベーコン			0.5 8	5 1
月	傷フライ	ドポテ			_	塩	· ·		0.2						•	スパゲテ	1		15	5
月 5 日	傷フライ	ドポテ				米油	<i>E</i>		30	<u>6</u> 3	1					玉ねぎ にんにく			10 0.07	4
月 5 日	傷フライ		じきの			ほうれん	tiple.			3	I					バジルペ	ースト			
月 5			じきの			ほうれん 人参	4-		5						1				2.8	
月 5 日	ほうれん		じきの			ほうれん 人参 ひじき 砂糖			0.3 0.6	2 5						塩 こしょう			0.2 0.02	
月 5 日	ほうれん 和え物	草とび	いじきの		•	ほうれん 人参 ひじき 砂糖 濃口しょ ²	уδ		0.3 0.6 2	2 5		wy_ 110	m _ 32-	J		塩 こしょう オリーブ?			0.2 0.02 0.3	
月 5 日	ほうれん	草とび	じきの		•	ほうれん 人参 ひじき 砂糖 口しょ ² 人 足 た た た た た た た た た た た り た り た り た り た	уδ		0.3 0.6 2 3.5 0.6	2 5 1 2		コールス	ローサ	ラダ		塩 こしょう オリーブ? キャベツ きゅうり			0.2 0.02 0.3 20 15	4
月 5 日	ほうれん 和え物	草とび	じきの		•	ほうれん 人参 ひじき 砂糖 濃口しょ ² 大豆フレ	ういか ク		0.3 0.6 2 3.5	2 5		コールス	ローサ	ラダ		塩 こしょう オリーブ? キャベツ	由	\T	0.2 0.02 0.3 20	6 4 4 3

実施日	献立名	アレルゲン 食品名	重量	全品群	実施日	献 立	夕	アレルゲン		品 名	重量	食品群
70,21	ごはん	米	100	5	70,21	ごはん		加工品			100	
	牛乳 セルフチキンライス	○ 牛乳 鶏肉	1本 50	2		牛乳 オニオンスープ		8	K 片乳 ベーコン		1本 10	5 2 1
		人参 玉ねぎ	20 60	3 4				ĺ	rルファペッ ごゃがいも	トマカロニ	2 20	5 5
6		エリンギ ピーマン	10 10	4 3				=	人参 Eねぎ パセリ		5 30 0.02	3 4 3
		 バター(調理用) トマトケチャップ	1.5 28	6				• :	・こ) コンソメ 専口しょうゆ)	1.7 1.5	
月		● 酒 塩	0.8		6			Į,	蒀 こしょう		0.2 0.02	
9		こしょう 米油	0.03	6	月月	傷鶏肉のたつた	揚げ) 9	长油 寫肉		70	6
	傷豆腐ナゲット	▲ 豆腐ナゲット 米油	2個 4	1 6	15			● ?	しようが 酉 みりん		0.8 1.1 0.8	4
金	春雨サラダ	ハム春雨	10 8	1 5	日日			i i	メリん 豊口しょうゆ でん粉	•	2.6 10	5
		きゅうり人参	15 8	3		くきわかめの炒め	う物		长油 豕肉		7 10	6 1
	もやしのソテー	申華ドレッシングもやし	30	6 4 3	木			/	っやし 人参		20 10	3
		にら 塩 こしょう	5 0.2 0.02	3				石	(きわかめ 沙糖 祚		15 1.5 1	2 5
	111911	米油	0.2	6				• ù	農口しょうゆ 塩		2.5 0.1	
栄 養 個 82	レギー たんぱく質 脂肪 ナトリワム カル: cal g g g g n	シウム マグネシウム 鉄 ビタミ mg A μgRAE B1 mg B2 n		食物繊維 g		チンゲン菜の煮	びたし		ごま油 うす揚げ		5	6 1
価 82		80 91 1.9 465 0.37 0.5		4.3					チンゲン菜 人参 削り節		30 5 0.2	3
	ごはん 牛乳	* * * * * * * * * * * * * * * * * * *	100 1本	<u>5</u>				• 3	川り即 みりん 専口しょうゆ		1.2 2	
	わかめスープ	豚肉 じゃがいも	10 25	2 1 5		レギー たんぱく質 脂肪	ナトリウム カル (食塩相当量)	シウムマグネシウム	鉄	ビタミン	/	食物繊維
		人参玉ねぎ	8 20	3	養 kc		g I	mg mg 13 102	mg A μg	gRAE B1 mg B2 mg 01 0.42 0.52		5.0
		わかめ ● チキンスープ	0.4 10	2	114 04	米粉豆乳パン		• >	米粉豆乳パ	ペン	1個	_
		出し昆布 ● 薄口しょうゆ 塩	0.8			牛乳 チリピーンズ		J /3	・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	<i>k</i>)	1本 20 20	5 2 1 1
		塩 こしょう 米油	0.2 0.02 0.2	G				1	C立(レドル じゃがいも 人参	1-)	50 15	5 3
6	(開発) ちゅう こう しょう 焼き	第内 ● 酒	2切 0.25	6 1	6			3	Eねぎ エリンギ		50 15	4 4
月		塩あらびき黒こしょう	0.23 0.3 0.15		月			1	ドークスーフ ・ウバンジャ ・マトケチャ:	ン	5 0.1 11	
12	ひじきの煮物	※油 大豆(レトルト)	0.2	<u>6</u>	16			• I	マトケテヤン マトソース ラスターソー		11 11 2	
日	0 0 c 1 3 M 12	● 竹輪 人参	5 10	1 3	H			t t	复 こしょう		0.25 0.025	
月		さやいんげん ひじき	5 2.5	3 2		傷白身魚フライ		▲ E	枨油 自身魚フライ	7	0.2 1個	<u>6</u>
(3)		みりん 砂糖	0.4 2.5	5	金	れんこんのサラク	7	• /	枨油 ヽム ぃんこん(水		9 10	6 1
		 濃口しょうゆ米油	2.5 0.2	6				- /	しんこん(小 人参 専口しょうゆ		40 5 0.8	3
	ごほうサラダ	ごぼう 人参	30 8	4 3				• 3	こしょう マヨネーズ原	虱ドレッシング	0.02 6	6 4
	ふりかけ	ごまドレッシング▲ ちりめんじゃこ	5	6	栄養価 92	あま夏みかん缶 23 40.0 38.6	3.3 2	92 99	5ま夏みかん 2.4 2.5	ん(缶) 88 0.51 0.56	35	11.5
		かつお節 ● みりん	0.5	1	水丸岡 J2	ごはん	0.0 2	>	2,4 20 上朝	00 0.01 0.00	100	5
		砂糖 ● 濃口しょうゆ	0.3 0.5	5		<u>牛乳</u> コーンスープ			ト乳 豕肉 人参		1本 12 8	1 3
栄養価 79	93 35.5 25.6 3.0 34 ごほん	42 137 2.9 316 0.46 0.5 **	3 14	8.4 5				3	Eねぎ こうもろこし		20 5	4 4
	生乳 ハヤシライス		1本 25	2				● 7	こうもろこしく	プ	10 4	4
		人参 玉ねぎ	20 50	3 4	6			1	農口しょうゆ こしょう)	1.6 0.6 0.02	
		にんにく ▲ ハヤシルウ	0.1	4 5	月月)	- しょ / 长油 でん粉		0.02 0.7	6 5 1
6		トマトケチャップウスターソース	2 0.5		19	傷ミンチカツ		_ >	ンチカツ 长油		1個 9	1 6 5
月		塩 こしょう	0.1 0.01			焼きビーフン			ビーフン 人参 Eねぎ		10 10 15	5 3 4
13	揚ポークコロッケ	米油 ▲ ポークコロッケ	0.2	<u>6</u>	日				ころ こら Fししいたり	ţ	5 1	3 4
日	ツナと野菜のサラダ	米油まぐろ(レトルト)	9 15	6	月				トイスターソ 専口しょうゆ	'ース	1.5 1.5	
灭		人参 玉ねぎ きゅうり	10 10 10	3		切干大根のゆす	≆ latinte	>	こしょう 长油 五半 王 毎		0.02 0.5	<u>6</u>
		キャベツ砂糖	10 10 2.5	4 4 5		炒め	/24/7/	/	刃干大根 人参 ゆず果汁		5 8 1	3 4
		酢薄口しょうゆ	2.5 2.5 2.5	-				• i	沙糖 豊口しょうゆ	•	1.5 1.5	5
	枝豆	こしょう ▲ 枝豆(大豆)	0.03	4			,	>	塩 长油	1	0.1 0.2	6
栄養価 93		塩 52 105 8.9 313 0.44 0.4	0.2	6.1	栄養価 79	9 25.6 23.4	2.4 2	83 82	4.6 28 €	83 0.49 0.46	100	4.8
↑ 年回 93	ごはん	*	100	5		こはん 牛乳 とうがんのすまし		O 2	だ 上乳 傷肉		100 1本 10	<u>5</u> 2
	牛乳 豆腐のみそ汁	○ 牛乳● 豆腐	1本 25	2		2,0,000,000		3	こうがん 人参		30 10	4 3
		大根人参	25 10	4 3				Ĭ	Eねぎ 手ねぎ		15 3	4 3
		青ねぎ ● 削り節	3 4	3	c.			l t	削り節 出し昆布 農口しょうゆ)	0.8 1.8	
6	個されたのなり づま	出し昆布	0.8 9	1	6 н			_ t	<u>温</u> 长油		0.7 0.2	6
月	働さわらのみりんづけ キャペツとウインナーの	▲ さわらのみりんしょうゆづけ 米油● ウインナーソーセージ(輪切り)	1切 0.3	6	月 20	傷さけフライ		1	でん粉 ≤けフライ		1 1個	<u>5</u>
14	炒め物	● ウインナーソーセージ(輪切り) キャベツ 人参	15 25 8	1 4 3	20	ごぼうと牛肉のき	きんぴら		长油 手肉 ⊃きこんにゃ		9 25 10	<u>6</u> 1 5
日		八参 玉ねぎ ● 濃口しょうゆ	15 1.2	4	日			3	つきこんにゃ ごぼう こうがらし	- \	20 0.01	4
永		塩こしょう	0.3 0.01		火			● 3 1	なりん 少糖		1 1.5	5
	小松菜のごま和え	米油 小松菜	0.01	<u>6</u> 3		W. E. V. E. S.	(.)	• i	農口しょうゆ 长油		3 0.2	6
		人参 白すりごま	5 0.5	3		ツナとキムチの火	どめ物	Ĭ Ā E	よぐろ(レトル 白菜キムチ いき枝豆(大		10 20 5	1 4 4
		砂糖 ● 濃口しょうゆ	1.2 2.3	5				石	ゴさ校豆(入 沙糖 農口しょうゆ		0.2 0.3	5
栄養価 76	抹茶わらびもち 60 33.6 18.6 2.7 43	▲ 抹茶わらびもち 30 111 3.9 346 0.39 0.6	30	5 4.1	栄養価 81	3 35.7 27.4	2.6 3		长油	65 0.34 0.55	0.2	6 4.2
- FAR 1	70 00.0 10.0 2.1 40	0.0 111 0.0 010 0.07 0.0	0 02	1,1	***** O	00.1 21.4	2.0 0	10 101	0.0 1	0.01 0.01		1,4

$\overline{}$		アレルゲン 加工品	食	П	名	重量 g	食品群	実施日	献	<u> </u>	名	アレルゲン 加工品	食	口口	名	重量	食品
	ごはん 牛乳 厚揚げの中華煮	* 〇 生				100 1本	5 2 1		ごはん 牛乳			Ö	米 牛乳			100 1本	5 2 1
	厚揚げの中華煮	豚 ● 厚 人	揚げ			20 40 15	1 1 3		プルコギ				牛肉 人参			45 25	3
			ねぎ			50 45	4 4	١.					玉ねぎ			50 40	4
		● オー ● 酒	イスター:	ソース		1.2	-	6				•	にら コチジャン 流	>		1.5	3
6			口しょうり	Ф		2.5 0.7		月					酒 砂糖			2.5	5
月		米				0.03	6	27				•	濃口しょう塩	уφ		0.2	
21	コーンしゅうまい きのこスパゲティ	● で, ▲ ヨ-	ん粉 ―ンしゅ ^{>} ―コン	うまい		2 2個	5 1	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·					こしょう 米油 ボークぎ』			0.025 0.5	6
	きのこスパゲティ	■ スノ	バゲティ			8 15	5		傷ポーク			A	米油	いっさ		3個 5.1	1 6
B		え	ねぎ のきたけ			9 5	4	火	大根のサ	フタ		•	大根			10 35	1 4
水		にこん	めじ んにく うがらし			5 0.05 0.01	4 4						きゅうり 塩			0.2	4
			口しょうり	Ф		1.5 0.2				FET	ratus	•	こしょう かんきつ 杏仁豆腐	ドレッシン	ング	0.02	6
		こし	しょう 油			0.03 0.5	6	<u> </u>	フルーツィ	当1			りんご(缶	ė i)		20 20	5 4
	キャベッとささみの サラダ	≥ 5	さみ(レト ャベツ	ルト)		15 20	1 4		ルギー たんぱく質 ccal g		ナトリウム (食塩相当量) カル	シウム マグネシ mg mg	ウム 鉄 mg		タ ミ Da Do	ン	食物
		● 薄	参 口しょうり	Ф		5 0.8	3		scal g 353 30.7	g 29.1	0	00 84		288	B1 mg B2 1 0.48 0.5		4.
		塩 オ ¹	リーブ油			0.2	6	III 0	ごはん			00 02	米	200	0.10 0.0	100	5
栄工が	ルギーたんぱく質 脂肪 ナトリウム カルミ		鉄		9 3 3	_	食物繊維	Ê	牛乳 ミネストロ	一ネ		<u> </u>	豚肉			1本 10	1
100	cal g g g m 24 31.2 22.2 2.8 40			-	0.51 0.49		4.2	1				•	ツイストマ			5 25	5
іщ О2	ごはん	米		230	0.01 0.43	100	5	1					人参 玉ねぎ			10 20	3 4
	牛乳 焼き肉	〇 年 生	乳 肉			1本 25	2 1					•	セロリーボークス・			5 5	4
			ヤベツ			25 50	1 4					•	トマトジュ トマトソー			30 10	3
		人				50 20	3					•	砂糖濃口しょう	jψ		0.2 1.8	5
6		にこん	ょうが んにく			0.3	4	6					塩 こしょう			0.5 0.025	
月		● トウ	みそ フパンジャ	ャン		2.6 0.2	1	月	傷フライト	チキン	,		米油 鶏肉			0.2	16
22		● 酒 砂		An.		1.2 3 4	5	28				•	にんにく コンソメ			0.03 0.45	4
		塩		9		0.25		l _H					塩 あらびき	黒こしょ ²	ò	0.4	
日		● ご;	ま油 油			0.5 0.5	6					0	小麦粉 米油			8	5
木	焼赤魚の塩こうじ焼き	▲ 赤	魚の塩ご	こうじ漬	(i)	1切	6 1 6	水	小松菜と 炒め物	ベーコ	ンの	•	ベーコン 小松菜			8 25	1 3
	ほうれん草のサラダ			 [10 40	1 3	1					もやし 人参			15 10	4
		▲ こ/	参 んにゃくタ	寒天		8 0.4	3 2					•	濃口しょう塩	ÞΦ		2 0.1	
	かつおふりかけ	▲ か	風ドレッ: つおふり	かけ(小袋)	7 1袋	6 1 5		人参のサ	ラダ		2	ごま油 まぐろ(レ	トルト)		0.4	6
*養価 8 4	ぶとうセリー 41 35.7 29.8 2.3 31		2.8		0.52 0.60	1個 43	4.7	-					人参 とうもろこ			20 10	3 4
(英川 0年	ごはん	*		440	0.52 0.00	100	5	1					レモン果 砂糖	计		1.5 2	5
	牛乳 もずく汁	〇 牛 鶏	肉			1本 10	2		149 22 C	20.4	07 2	_	濃口しょう		0.40	2	C
		人	まぼこ 参			10 10	3	栄養価 8	33.6 33.6 ごほん	29.4	2.7 3	06 87	* 2.8	459	0.49 0.5	100	6.
		▲ 53	ねぎ ずく			5	2		牛乳	老のフ	 	Ö	年乳 鶏肉			1本	1
		出	り節 し昆布			0.8			,,,,,,	~~>>			チンゲン	菜		20	3
			りん 口しょうり	Ф		0.5 4 0.2							八少 玉ねぎ コンソメ			20 1.7	4
	傷豚肉の黒みつかけ	米	油			0.2 0.2 60	6					•	薄口しょう	ĵψ		1.5	
6	(3) 130 (40)		ょうが			1 1	4						こしょう			0.2	
→ 1			口しょうり	Ф				6		ーグの							
月			ん粉			1.5 11	5		億ハンバ			_	米油ハンバー	グ		0.2	1
月 23		● で. 米:				1.5 11 6 3	5 6 5	月	傷ハンバ おろし	ソースフ		A	ハンバー 米油 大根おろ			0.2 1個 0.2 25	1 6 4
	・・・ ウインチーとじゃがいもの	● で、 * ■ 黒 ● 濃	油 糖 口しょうい インナーソ	Ф ————————————————————————————————————	ジ(輪切り)	11 6		月 29		ソースフ		•	ハンバー 米油 大根おろ 青ねぎ 削り節			0.2 1個 0.2 25 3 0.3	1 6 4
23 日	ウインナーとじゃがいもの トマト煮	● で、 ★ 黒 ● 濃 ● ウ¹ じょ 玉:	油 糖 口しょうゆ インナーソ ゃがいも ねぎ	Ф ————————————————————————————————————	ジ(輪切り)	11 6 3 1.5 10 25 20	6 5 1 5 4	'		ソース		•	ハンバー 米油 大根おろ 青ねぎ 削 酒 みりん	L		0.2 1個 0.2 25 3 0.3 0.7 0.5	1 6 4
23		● で、 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	油糖口しょうゆんシナーソ やがいも ねぎ めにく	Ф ————————————————————————————————————	ジ(輪切り)	11 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1	6 5 1 5 4 4 4	. 29 日				•	ハンバー 米根 表 表 り り 酒 み り ん 夢 で し し と で が り の し り り に り り に り り し し し し し し し し し し し	il jup		0.2 1個 0.2 25 3 0.3 0.7 0.5 2.8	1 6 4 3
23 日		● で、 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	油糖口しょうがいもいがいいる。 はないないがいがいがいない。 はいにくいいないにくいい。 はいにくいいできる。 はいにないないが、これでは、これできる。 はいればいない。 はいれない。 はいない。 はいない。 はいない。 はいない。 はいない。 はいない。 はいない。 はいない。 はいない。 はいない。 はいないない。 はいない。 はいない。 はいないない。 はいないない。 はいないないないない。 はいないない。 はいないないない。 はいないないない。 はいないないない。 はいないないないない。 はいないないないない。 はいないないない。 はいないないない。 はいないないない。 はいないない。 はいないない。 はいないないない。 はいないない。 はいないない。 はいないないない。 はいないないない。 はいないない。 はいないないない。 はいないない。 はいないないない。 はいないない。 はいないないない。 はいないないない。 はいないない。 はいないない。 はいないない。 はいないないない。 はいないない。 はいないないない。 はいないないない。 はいないない。 はいないない。 はいないないないない。 はいないない。 はいないない。 はいないないない。 はいないない。 はいないな	ゆ 'ーセー: 'マンプ	ジ(輪切り)	11 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02	6 5 1 5 4 4	29	**************************************			•	ハ米大青削酒 み 大青削酒 あ あ の に 人 を が に 人 を が に 人 を が に し に が に し に に に に に に に に に に に に に) (P		0.2 1個 0.2 25 3 0.3 0.7 0.5 2.8 30 10	1 6 4 3
23 日		で米黒濃うじゃ玉しにパトトラントラン	油糖ロントット は は は かい かい かい かい がい に リケンかい ぎ じ に リケン・トン・トン・トン・トン・ノン・スターン・カーン・カーン・カーン・カーン・カーン・カーン・カーン・カーン・カースタールールールールースタールールールールールールール・カースタールールールールールールールールールールールールールールールールールールー	ゆ ・ーセー: マップ ス	ジ(輪切り)	11 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4	6 5 1 5 4 4 4	. 29 日	**************************************			•	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩 い油根ね節 んしが ぎね枝 いかが ここが ごっこう こうしょう こうしょう こうしょう こうしょう こうしょう こうしょう こうしょう こうしょう はんしょう こうしょう はんしょう はんしょく はんしょう はんしょく はんしょ はんしょく はんしんしょ はんしん はんしんしんしん はんしんしんしん はんしんしん はんしんしん はんしん はんしん はんしん はんしん はんしんしん はんしん はんしんしん) (P		0.2 1/di 0.2 25 3 0.3 0.7 0.5 2.8 30 10 15 5 0.2	1 6 4 3
23 日		で米黒濃うび玉しにパトトトウ塩黒	油糖ロレンが終 にインがぎじく サーマングでは、リケーノー ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ゆ ・ーセー: マップ ス	ジ(輪切り)…	11 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01	6 5 1 5 4 4 4 3	. 29 日	ポテトサラ	ý	<i>у</i> -к-†	•	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマル おぎ節 んしが きなせ しまい りんしが ぎ ししまん さんしょう	し)ゆ (大豆)		0.2 1個 0.2 25 3 0.3 0.7 0.5 2.8 30 10 15 5 0.2 0.02 7	1 6 4 3 3 4 4
23 日		で米黒濃かじ玉しにバトトウ塩黒米が	油糖 ロンナーも かんセントット しょういん セントーツ もの じん セント・ター しょう アーソー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	ゆ ・ーセー: マップ ス	ジ(輪切り)	11 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 0.3	6 5 1 5 4 4 4 3 3 6 4 4	. 29 日	**************************************	ý	<i>у</i> -к-†		ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマもみりにある薄め口がいる。 おしまで おしまでしま しょうしん こうしょうしん	し 5ゆ 6 (大豆) ズ風ドレ		0.2 1 Miles 1	1 6 4 3 3 4 4
23 日	トマト煮	で米黒濃うじ玉しんにバトトウ塩黒米もきゆ	油糖ロシャカかとでは、 これでしょういく かいかい はいしょう いっしゃ はい チャック しょう いっぱい チャック しょう いっぱい かいがい かいがい かいがい かいがい かいがい かいがい かいがい かい	ゆ ーセー: マップ く ース	ジ(輪切り)	111 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 7 0.4 0.2 0.01 0.3 30 10	6 5 1 5 4 4 4 3	. 29 日	ポテトサラ	ラダ	<i>у</i> -у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-у-	A	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマもみ濃かれれむ節 んしが参さ枝 よえしんしおいっぱい かいしんしおいい 豆 いれしんしお	し うゆ (大豆) ズ風ドレ		0.2 1 miles 1 miles 1 miles 2	1 6 4 3 3 4 4 4
23 日 (金)	中華和え	で米黒濃ウじ玉しにバトトウ塩黒米も************************************	油糖ロシャルを はいかい かいかい かいかい かいかい くいかい くいかい くいかい くいかい	ゆ ・ーセー: ヤップ ース ・		11 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 0.3 30 10 1 1.8 0.3	6 5 4 4 4 3 3 6 6 6 6 6	29 日 (木	ボテトサラ	7ダ	がけ	A	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマもみ濃いれれが んしが ぎな いましまやりにい ラー・バース かい かい ぎな かい かい こうしんしい ロー・バース かい	し (大豆) ズ風ドレ ブ風ドレ	ッシング	0.2 1 miles 1 miles 1 miles 2	5 3 4 4 4 1 5 7.
23 日 (金)	トマト煮 中華和之 52 32.9 29.9 3.0 31		油糖ロジャなどになった。 こ油やったい さいかい かいかい これ これ といり ケーン・ これ といり ケーン・ うい 担し ししり 特し はししり きんしん これ という ちんしん これ という	ゆ ・ーセー: ヤップ ース ・	の.69 0.58	11 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.2 0.01 0.3 30 10 1 1.8 0.3	6 5 4 4 4 5 6 5.1	29 日 (木	まろし ボテトサラ じを口団 86 27.5	ッダ 3かか <u>子</u> 22.7	がけ 	A	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマもみ濃かび ・ おぎ節 んしが、 ぎ は コマもみ濃かび は ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	し (大豆) ズ風ドレ ブ風ドレ		0.2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	1 6 4 4 3 3 3 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4
23 日 (金)	中華和え 52 32.9 29.9 3.0 31	● で米黒濃かび玉しにパパトト・ウ塩黒米がき砂薄ご 8 91 米半豚	油糖ロンナーツも かんセントケース こ油やしっかめんセントケース こ油やしっ糖ロは インケース これに カーカー 1 1 2.6 1 2.6 2.6 2.6	ゆ ・ーセー: ヤップ ース ・		11 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 0.3 30 10 1 1.8 0.3	6 5 4 4 4 3 3 6 6 6 6 6	29 日 (木	ボテトサラ	ッタ Sかか。 子 22.7	がけ 	A	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマもみ濃かひ → 北部が らしい。 ぎ はっさい よい さい かい は 前回 の しま 前回 の しま 前回 の しま 前回 の しま 前回 の しょ かい	し (大豆) ズ風ドレ ブ風ドレ	ッシング	0.2 1 miles 1	1
23 日 (金)	トマト煮 中華和之 52 32.9 29.9 3.0 31	● で米黒濃かで玉したバトトトウ塩黒米が多砂薄ご 8 91 米牛豚人	油糖ロジがいきにしている。 これやり かいり かいり かいり かいり かいり チャーン・ これ しいり チャーン・ さいり からいり からいり からいり からいり からいり からいり からいり から	ゆ ・ーセー: ヤップ ース ・		11 6 3 15 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 1 1.8 0.3 3 17 100 100 100 100 100 100 100	6 5 4 4 4 5 6 5.1	29 日 (木	おろし ボテトサラ もやしの。 のと口団 86 27.5 ごはん 牛乳	ッタ Sかか。 子 22.7	がけ 	A	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩ニマもみ濃かひ ・	し (大豆) ズ風ドレ ブ風ドレ	ッシング	0.2 1 miles 1	5 5 5 6 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4
23 日 (金)	中華和え 52 32.9 29.9 3.0 31	で米黒濃砂で玉しにパトトウ塩黒米もき砂薄ご8 91 米牛豚人玉大	油糖ロンナット は 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	ゆ ・ーセー: ヤップ ース ・		11 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 1 1.8 0.3 3 17 100 1.8 2.0 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5	6 5 5 4 4 4 3 3 6 6 5 6 5 1 5 1 5 2 1 3	29 日 (木	おろし ボテトサラ もやしの。 のと口団 86 27.5 ごはん 牛乳	ッタ Sかか。 子 22.7	がけ 	A	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマもみ濃かひ 米牛鶏人玉白ごい油根ねり り口や参ねき レヨやり口つと 10.0 乳肉参ね業ぼい おが 10.0 乳肉参ね業ぼう 10.0	し (大豆) ズ風ドレ ブ風ドレ	ッシング	0.2 1 mm 0.2 25 3 0.3 0.7 0.5 2.8 30 10 15 5 0.2 7 7 30 0.8 1.8 0.5 20 118 26 119 145 15 40 40 20	5 5 3 4 4 4 4 5 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7
23 日 (金)	中華和え 52 32.9 29.9 3.0 31		油糖ロジャねめんピース こ油やや糖口ま 2.6 乳肉参ね根りしみかった チャン うしり し油 2.6 布布	ゆ ・ーセー: ヤップ ース ・		111 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 1 0.3 30 10 1 1 1.8 0.3 31 17 100 1	65 15 44 44 3 6 44 5 6 44 5 6 44 45 44 5 6 44 44 5 44 44 5 6 6 6 7 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	29 日 (木	おろし ボテトサラ もやしの。 のと口団 86 27.5 ごはん 牛乳	ッタ Sかか。 子 22.7	がけ 	A	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマもみ濃かび ★午朔人玉白ン油根ねり り口・か参ねき しまやり口つと 1 乳肉参ね菜 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	し (大豆) ズ風ドレ ブ風ドレ	ッシング	0.2 1 Idil 0.2 25 3 0.3 0.7 0.5 2.8 30 10 15 5 0.2 0.02 7 30 8 1.8 1.8 1.8 1.8 1.8 1.8 1.8 1.8 1.8 1	5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5
23 日 金金 85	中華和え 52 32.9 29.9 3.0 31		油糖ロジャねめんセマトス こ油やり糖口ま 2.6 乳肉参ね根りしみ油ざいたいりケンタ しょししり し油 2.6 布 布 で かり	ゆ ・ーセー: ヤップ ース ・		11 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 1 0.3 30 10 1 1 1.8 0.3 5 17 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	65 54 44 43 3 664 44 55 6 5.1 13 34 44	29日(木)	おろし ボテトサラ もやしの。 のと口団 86 27.5 ごはん 牛乳	ッタ Sかか。 子 22.7	がけ 	A	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩ニマもみ濃かひ 米牛鶏人玉白ご白酒砂ン油根ねり り口が参れき レヨやり口つと 10.0 米 乳肉参れ業ぽね 糖パー おぎ節 んしが ぎ 反 うそしんしおぼ 10.0 ボ 第一次 が ぎ 反 が が しん ぱ 節 田 の	し (大豆) (大豆) ズ風ドレ デチ 261	ッシング	0.2 1 miles 1	7
23 日 (金) 85 6 月	中華和之 52 32.9 29.9 3.0 31 ごはん 牛乳 豚汁 働きばの塩焼き こんにゃくと鶏肉の		油糖口でやねめんセマトアス こ油やら糖口ま 2. 乳肉参ね根りしみ油ざ油肉にサケンター しょうり し油 2.6 布を 布を ボーツ・ウ・ジャン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	9 		11 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 10 0.3 30 10 1 1.8 0.3 5 1.5 20 0.1 0.0 27 7 7 0.4 0.2 0.1 0.3 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5	65 54 44 43 3 66 5.1 5.2 13 44 4 16 11 66	29 日 (木) 保養価 7	ボテトサラ もやしの3 のと口団 86 27.5 こはん 集すき煮	ジダ Sかか。 子 22.7	和之	75 94	ハ米大青削酒み渡じ人玉む塩ニマもみ濃かひ 米牛鶏人玉白ご白酒砂濃米/油根ねり り口いか参ねき しヨやり口つと 100 乳肉参れ業ぼね 糖口油・ストル が ぎ	し (大豆) ズ風ドレ in 子 261	ッシング	0.2 1 miles 1	77
23 日 金金 85	中華和え 52 32.9 29.9 3.0 31 ごはん 牛乳 豚汁		油糖口じゃねめんセマトマス こ油やの糖口ま 2. 乳肉参わ根りしみ油ぎ油肉きやいたいがないにリケンター しょうち しょうしょう ちんしゅう かんしゅう かんしゅう かんしゅうしゅう かんしゅうしゅう かんしゅう かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう しょうしゅう かんしょう しょうしゅう かんしょう しょうしゃ こうしょう しょうしゃ はいしょう しょう はいしょう はいまいま はいしょう はいしょく はいしょう はいしょく はい はいしょく はいしょく はいしょく はい はいしょく はい	9 セー: マンプ ス 192		11 6 3 15 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 1 1 1.8 0.3 3 10 1 1 0.8 0.3 10 1 0.8 1 0.9 1 0.	65 54 44 43 3 664 44 55 6 5.1 13 34 44	29日(木)	おろし ボテトサー もやしの3 びと口団 86 27.5 ごはん 牛乳 鶏すき煮	355 ft 22.7	和之 2.6 4	75 94	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマもみ濃かひ一米牛鶏人玉白ご白酒砂濃米あ米ン油根ねりり口で参ねき しヨやり口つと 10乳肉参ね業ぼね 糖口油 ファイ おぎ節 んしが ぎ枝 ふえしんしお団 00「いる すいっぱ 直 の よい こ い 当 00	し (大豆) ズ風ドレ in 子 261	ッシング	0.2 1 fill 0.2 25 3 0.3 0.7 0.7 0.5 20 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	
23 日 (金) 85 6 月	中華和之 52 32.9 29.9 3.0 31 ごはん 牛乳 豚汁 働きばの塩焼き こんにゃくと鶏肉の	 で米黒濃ウじ玉しにパトトウ塩黒米むき砂薄ご	油糖口じゃねのんピヤテマス こ油やり糖口は 2.乳肉参ね根りしみ油ぎ油肉きやり糖口は、かれるじにリケンター しょうち しょう 一葉 節足そ ば こいん けいかい かいかい かいかい かいかい かいかい かいかい かいかい かい	9 - セー: マップ - ス 9 192		111 6 3 3 15 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 1 1.8 0.3 30 10 1 1.8 0.3 30 10 1 20 4 0.8 9 0.2 10 0.8 11 11	65 15 44 44 3 6 44 5 6 5.1 5 1 6 1 1 6 1 1 6 1 5	29 日 (木) 保養価 7	ボテトサラ もやしの3 のと口団 86 27.5 こはん 集すき煮	355 ft 22.7	和之 2.6 4	75 94	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマもみ濃かび ★ 米牛鶏人玉白ご白酒砂濃米あ米豚豆ン油根ねり り口・か参ねき しヨやり口つと 1 乳肉参ね業ほね 糖口油し油肉腐べ おぎ節 んしが ぎ枝 ・ネーしんしお団 0.0 エジューラー・ジュー・カー・ジュー・ジュー・カー・ジュー・カー・ジュー・カー・ジュー・カー・ジュー・カー・ジュー・カー・ジュー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	し (大豆) ズ風ドレ in 子 261	ッシング	0.2 1 fill 0.2 25 3 0.3 0.7 0.7 2.8 30 10 15 5 0.2 0.02 7 30 0.8 1.8 0.5 20 18 20 10 1.4 45 40 40 40 40 10 1 5.4 40 40 40 10 1 5.4 40 40 40 10 11 5.4 8 0.4 1 fill 7.5 15 30	\$\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\
23 日 (金) 85 6 月 26 日 (中華和之 52 32.9 29.9 3.0 31 ごはん 牛乳 豚汁 働きばの塩焼き こんにゃくと鶏肉の	 で米黒濃ウビ玉はにパトトウ塩黒米むき砂薄ご 米午豚人玉大削出赤米塩米鶏つざみ砂濃塩 ●	油糖口でやねめんセマトマス こ油やり糖口ま 2. 乳肉参ね根りしみ油ぎ油肉きやり糖口とすがあった。 は、しょうかりは、1、肉参な根りしみ油ぎ油肉きやり糖口は、2.6 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	9 - セー: マップ - ス 9 192		111 6 3 3 15 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 1 1.8 0.3 30 10 1 1.8 8 15 20 4 0.8 9 0.2 10 0.3 30 0 10 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	65 15 44 43 3 66 44 45 6 5 6 16 16 16 16 16 16 17 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	29 日 (木) ^{朱養価} 7 6 月 30 日 (おろし ボテトサー もやしの3 びと口団 86 27.5 ごはん 牛乳 鶏すき煮	355 ft 22.7	和之 2.6 4	75 94	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマもみ濃かひ────────────────────────────────────	し (大豆) ズ風ドレ in 子 261	ッシング	0.2 1 did 0.2 2 5 3 0.3 0.7 0.5 2.8 30 10 15 5 0.2 0.02 7 30 0.8 1.8 0.5 20 18 26 100 1 15 15 40 40 20 10 1 1 5.4 8 0.4 10 11 5.4 8 0.4 10 11 5.4 8 8 8 8 3	7 7 5 4 4 4 4 4 4 5 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6
23 日 金 85 6 月 26	中華和之 52 32.9 29.9 3.0 31 ごはん 牛乳 豚汁 働きばの塩焼き こんにゃくと鶏肉の	 で米黒濃ウじ玉しにパトトウ塩黒米もきの砂薄ご 米 年	油糖口でやねめんセマトマス こ油やの糖口ま 2 乳肉参わ根りしみ油ざ油肉きやり糖口 油輪コレナがおきじにリケソター し しり ちし油 2.6 布を にんし ういりょうしん チャフソ う かり	9 - セー: マップ - ス 9 192		111 6 3 15 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 1 1.8 0.3 30 10 1 1.8 0.3 30 10 20 8 15 20 4 0.8 9 0.2 10 0.2 20 30 8 1 1 1 20 30 8 1 1 1 20 30 30 30 30 30 4 50 4 50 4 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50 50	65 15 44 44 33 66 44 45 67 16 16 17 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	29 日 (木) ^{梁養価} 7 6 月 30	おろし ボテトサー もやしの3 びと口団 86 27.5 ごはん 牛乳 鶏すき煮	355 ft 22.7	和之 2.6 4	75 94	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマもみ濃かの $ ext{$	し (大豆) (大豆) (大豆) (大豆) (大豆) (大豆) (大豆) (大豆)	ッシング	0.2	77 5 5 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6 6
23 日 (金) 85 6 月 26 日 (中華和之 52 32.9 29.9 3.0 31 ごはん 牛乳 豚汁 () さばの塩焼き こんにゃくと鶏肉の 炒め物	 で米黒濃ウじ玉しにバドトウ塩黒米もき砂薄ご 米午豚人玉大削出赤米塩米鶏つざみ砂濃塩米芥キ人 ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●	油糖口(いわねめんセヤトナス) こ油やり糖口ま 2 乳肉参ね根的しみ油ざ油肉含やり糖口 油輪ヤ参・シック ナーソー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	9 - セー: マップ - ス 9 192		111 6 3 15 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 1 1.8 0.3 30 10 1 1.8 20 8 15 20 4 0.8 9 0.2 100 20 30 8 1 1 1 2 20 30 8 1 1 1 2 20 30 8 1 1 1 2 20 30 8 1 1 2 20 30 8 8 1 1 2 20 30 8 8 1 1 2 20 30 8 8 1 1 2 20 30 8 8 1 1 2 20 30 8 8 1 1 2 20 30 8 8 1 1 2 20 30 8 8 1 1 2 20 30 8 8 1 2 2 20 30 8 8 1 2 2 20 30 8 8 1 2 2 2 8 8 8 8 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9 9	65 15 44 44 33 66 44 45 67 16 16 15 33 55 66 14 43 3	29 日 (木) ^{朱養価} 7 6 月 30 日 (おろし ボテトサー もやしの3 びと口団 86 27.5 ごはん 牛乳 鶏すき煮	355-50 F 22.7	和之 2.6 4	75 94	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩ニマもみ濃かひ ※牛鶏人玉白ご白酒砂濃米あ米豚豆人にみ砂薄ごン油根ねり り口か参ねき レヨやり口つと 10.0 乳肉参ね業ぼね 糖口油じ油肉腐参らり糖口まれる一番 んじゃ 豆 じょうしんしおぼりの	し (大豆) (大豆) (大豆) (大豆) (大豆) (大豆) (大豆) (大豆)	ッシング	0.2 1 fill 0.2 25 3 0.3 0.7 0.5 2.8 30 10 15 5 0.2 7 30 0.8 1.8 0.5 20 10 1.4 45 15 40 40 40 10 11 5.4 8 0.4 1.1 11 15.4 8 0.4 1.1 11 15.4 8 0.4 1.1 11 15.4 8 0.4 1.1 11 15.4 8 0.4 1.1 1.1 1.5 30 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	7 7 5 5 6 6 6 1 1 1 2 2 2 2 5 5 6 6 6 1 1 2 2 2 2 5 5 6 6 6 1 1 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2 2
23 日 (金) 85 6 月 26 日 (中華和之 52 32.9 29.9 3.0 31 ごはん 牛乳 豚汁 () さばの塩焼き こんにゃくと鶏肉の 炒め物	 で米黒濃ウじ玉しにバドトウ塩黒米もき砂薄ご 米午豚人玉大削出赤米塩米鶏つざみ砂濃塩米芥キ人 ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●	油糖口でやねめんセイトス こ油やり糖口ま 2. 乳肉参ね根りしみ油ざ油肉きやり糖口 油輪や参か肉ようがい く チャン・う し油 2.6 新り巻の 布 にけ うい かりょうも チャン・ラー・カー・カー・ かいりょうしょ チャン・カー・カー・カー・カー・ にけ うい かいりょうしょ チャン・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・	9 - セー: マップ - ス 9 192		11 6 3 1.5 10 25 20 5 0.1 0.02 7 7 0.4 0.2 0.01 1 0.3 30 10 1 1 1.8 0.3 17 10 0.2 0.0 11 1.8 0.3 1.9 0.3 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0 1.0	65 11 54 44 43 3 66 44 45 66 13 44 41 55 16 17 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	29 日 (木) ^{朱養価} 7 6 月 30 日 (おろし ボテトサー もやしの3 びと口団 86 27.5 ごはん 牛乳 鶏すき煮	3かかか 子 22.7	和之 2.6 4	75 94	ハ米大青削酒み薄じ人玉む塩こマもみ濃かび ★ 米牛鶏人玉白ご白酒砂濃米あ米豚豆人にみ砂薄い油根ねり り口や参ねき しまやり口つと 1 乳肉参ね菜ぼね 糖口油じ油肉腐参らり糖口ス おぎ節 んしい ぎ枝 パーしお団 0 1 1 1 1 1 0 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	し (大豆) ズ風ドレ 1 261	ッシング	0.2 1 fill 0.2 25 3 0.3 0.7 0.7 0.5 30 10 15 5 0.2 7 30 0.8 1.8 0.5 20 18 20 10 10 14 40 40 40 40 10 1 5.4 8 0.4 1 fill 5.4 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5 5

よいは外令田平制ロ ヤスログシタキ(ハ)

							配台		-				
んのはさみ揚	11-4"	6月2日 コーンコロッケ						6月2日 チリパウダー		6月5日			6月5日 大豆フレーク
ス内、玉ねぎ、1 香辛料、とうも キス) 剤(加工でん	食塩、胡椒 ろこしでん粉、 粉)	食塩、ワイン、 増粘剤(グァ・ (小麦・大豆由	-ン、パン コショウ、 -ガム) !来の原 材	粉、バッタ イースト	ターミック フード、ヒ な)	ヹタミンC		パプリカ、食塩 馬		馬鈴しょ			大豆(大豆由来の原材料を含む)
-047=1		6月6日		6月7日	>.4w		6月7日	_:	1	6月8日			
おろししょうが塩、かつおエニスを植物油脂(とデンプン、ドロンので、一般では、一般では、一般では、一般では、一般では、一般では、一般では、一般で	異性化液糖、 りんご料、剤、 酸味調整酸化 財調料、酸化 野素、処理ルチ	りんご果 汁、還元 化剤(増 エン酸第 止剤(ビ	肉 水あめ、 粘多糖素 一鉄ナト タミンC、	砂糖 頁)	鶏ムネ肉 衣(パン粉、澱粉加工品、 砂糖、食塩、植物性タンパク、 コショウ、酵母エキス) 加工澱粉、増粘多糖類 (小麦・鶏肉由来の原材料を			ナタデココ 難消化性 (水溶性負 ぶどう濃綱					
一	ゲット		1		1 '		ль		6月13日	#			
豆、にんじん)、小麦 キャー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・)、豆腐)、豆腐)表でん粉、とうも }末状大豆たん 辛料、酵母エキ でん粉、ベーキ (カロチノイド)	白 ・ス、しょうゆ ングパウダー	しらす、 ※本製 るしらす に・いか	食塩品に使用している。	ー すか漁ま 小ブとドパ調(人)	表粉、豚脂、砂 ラウンルウ、トマ ラもろこしでん。 マト調味料、着 プリカ色素)、カ 味料(アミノ酸 小麦・大豆・豚 肉	糖、食り たパウタ らん、粉 色料(カ 川工デン 等)、酸	ゲー 末ソース ラメル、 プン 味料	乾燥マッシ 燥で、食場 が水で、水油を がある。 ・大き・大き	いしょ、たまれるようによったまれる。 本書 を表 るこし (とうもろこし でん 肉 由 を で あ 内 由 を で あ ま を で か ま を で か ま を で か ま を で か ま を か ま か ま	はなぎ)、豚(となって)、豚(となって)、豚(となって)、皮皮の原材料	肉、とうで、からいで、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これで	がるこし油) デキストリン、 あめ、 ン酸鉄 む)
6月14日 さわらのみ	りんしょうゆづけ	6月14日 抹茶木	らびもち	5	6月16日 6月19日 ウ身魚フライ ミンチカ					カツ			
えだまめ、食塩 (大豆由来の原材 料を含む) サワラ、醤油、砂糖 みりん風調味料 (小麦・大豆由来の原材料 含む)				ドール を含む)	砂糖、食コショウ加工澱	を塩、植物性タン 、酵母エキス) 粉、増粘多糖類	粉加工品、 物性タンパク、 エキス) 出多糖類 (小麦・)		豆たん白、砂糖、しょうゆ、食塩、黒こしょうン粉、大豆粉、植物油脂(ベニバナ油)」、加工を糖類、ピロリン酸鉄 ・大豆・鶏肉・豚肉由来の原材料を含む)				ょう ,加工デンプン
· [†] イ	6月20日	菜キムチ	1 ' '			6月21日		コーンしゅ	ゅうまい		1 1	-	 2日 D塩こうじ漬け
	糖類(砂糖・ぶこんぶエキス	どう糖果糖液糖 、パプリカ、唐辛	く、 (大 計)、 料 子、	来由豆力		粉末状植物性 豚脂、豆腐、砂皮(小麦粉、粉加工デンプン、 (小麦・大豆・豚	生たん白 少糖、食 み末状植 炭酸Ca 豚肉由来	、パン粉) 塩、みりん 物性たん 、ピロリン暦 その原材料	、魚肉すり身、焼酎、酵母 白、水あめ混 俊鉄、乳化剤 トを含む)	(すけそうだ エキスパウ 合異性化液 、豆腐用凝[だら) み ダー (糖) 固剤		塩糀、砂糖 風調味料
6月22日	和風ドレッシ	ング	6.		うふりか(け(小袋)			- 1		fiz	6 F	月23日 もずく
展天 こんにゃく粉 曽粘多糖類 選元水あめ、発酵調味料、 オニオンフレーク、にんにく、 魚醬、酵母エキス、赤ピー・ しょうが、こしょう、増粘剤(キ・			整類(砂糖、水あめ) 酸造酢 かつお節エキス 酵母エキスパウダー ン、きのこエキス ※			りん、食塩 サエキス (、加工でん粉 (ンE) る海苔は、えび		邊縮果汁、 注剤(増粘 料、香料	砂糖 発酵調味料 多糖類) 砂糖、食塩 加工デンプ		1	※すび漁	げく 本製品に使用 るもずくは、え ・かにが混ざる 法で採取して ます。
月26日 塩さば	6月26日 梅 肉	6月27日	•	ポークぎょうざ					6月27日 杏仁豆腐				
 (さば、食塩 (さば自来の原 はきききび) (さば自来の原 はきききび) (さば自来の原 はきききなど) (さば自来の原 はききなど) (本) (本)						しょうが、しょう油 トフード、ビタミ 设ナトリウム、硫香 (む)	砂糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、杏仁パウダー ゲル化剤(加工デンプン、増粘多糖類)、貝Ca、乳化剤					- Ca、乳化剤	
	ンバーグ			6月2		と口団子		6月30					
、たまねぎ、豚」 粉末状植物性 んにくペースト a、ピロリン酸第	脂、粒状植物性 たん白、酵母エ、香辛料、しょうな	キス、トマトペー		酵素、	粉、砂糖、 着色料(ーラインで	、馬鈴薯でんぷ クチナシ、モナン	スカス)	食塩)、	衣(パン粉、 乳化剤、増料	小麦粉、 占多糖類			
	香キ剤由 つお塩、デ剤原が 豆、、油と化原が 香・利由 つお塩、デ剤原が 豆、、油と化原が 香・利由 つお塩、デ剤原が 豆、、油と化原が 香・利由 つお塩、デ剤原が 豆、、油と化原が 「カヤリのむ 大のでは、一つのでは、一のでは、一つのでは、一つのでは、一のでは、一のでは、一のでは、一のでは、一のでは、一のでは、一のでは、一	香キス)	香辛料、とうもろこしでん粉) 自来の原材料を含む)	香辛料、とうもろこしでん粉、	香辛料、とうもろこしでん粉、キス)		音楽科とうもろこしでん物、 対象が関大す豆由来の原材料を含む) 岩東の原材料を含む) 6月6日 すりおろしりんごゼリー 素性に溶腫、対かたとが、かまった。 素が、かっなエネス、。機動・血脂にとうもろこし油、 デンプン、ドロマイト 原材料を含む) 原材料を含む) 一豆腐ナゲット 豆(たしん)、豆腐 、小麦粉、水支でん粉、とうもろこしでん粉、 、香辛料、粉末状大豆たん白、砂糖、砂糖、含なは、高砂糖、含なは、高砂糖、一でのよなが、一での生産が、一でいまでは、えびか 自た。 は、食塩、原料を含む) おしたが、一まなどのがした。 10月12日 ちりめんしゃこ しちす、食塩(使用するしらすは、えびか 自た。いかが割かが、っなない。 は、食塩(使用するしらすは、えびか 自た。いかが割かが、一な表が、駅間、砂 水香が、水一キングパウダー 原材料を含む) おしたが、一味が、一キングパウダー 原材料を含む) 10月14日 さわらの分りんしようゆづけ サワラ、醤油、砂糖、一キングパウダー 増札を精類、酸味料。含な、、抹茶 加工でんお、ハンルビトール 地格が高い、一キングパウダー 増札を精類、酸味料。含な、、抹茶 加工でんお、ハンルビトール 地格が高い、一キングパウダー 増札を精類、酸味料。含な、、抹茶 加工でんが、ス・カンルール で含む食品を製造 6月14日 さわらの分りんしようゆづけ サワラ、醤油、砂糖 さんが、大豆は、砂糖、、さた、、抹茶 加工でんが、ス・カンルール・ルール 地格が高、酸味料。含な、、大豆は、 水あめ、砂糖、きな、、抹茶 加工でんが、ス・カンルールール 地格が高、酸味料。含な、 は塩 切かが、食塩 (大豆由来の原材料を含む) かり、皮質は (大豆 カンショウ、 混粉 (砂糖、水あめ) まねぎ、たん白加水分解物、配子 こんぶエキス、ホビーマン・カンコンコンの解析 解析・豆体 が は塩 (大豆 カンショウ、 混粉 (砂糖、水あめ) まねぎ、たん白加水分解物、酸治酢 こんぶエキス、ホビーマン、6のこエキス こんぶエキス、ホビーマン、6のこエキス こんがエキス、ホビーマン、6のこエキス こんがエキス、ボビーマン、6のこエキス ことす、生物は (砂糖、水あめ) まねぎ、たん白加水分解物、配子 全含な食品 (大豆 カン・食塩 (大豆 カン・食塩) 本製剤 (小麦 大豆 鶏肉、豚肉 が りか、食塩 (大豆 カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カン・カ	音楽科とうもろこしてん粉、	音楽料とうもうこしで心粉 食塩、ワイン、コショウ、イーストフード、ビタミンC タンジンタ オレガ かか	# 会 子	会学科、どうもらこしでん形 会担、ウイン、フラロ・イーストアード、ビタミンで カン・本書等子 本もの カン・カーツ 和助師 クラーカン 和助師 和助師 クラーカン 和助師 和助師 クラーカン 和助師 和助師 クラーカン 和助師 クラーカン 和助師 和助師 の助師 の助師 和助師 の助師 和助師 の助師 の助師 の助師 の助師 和助師 の助師 の助	会 至利、2) ものこしで心粉、	# (

中学校給食調理場内では調理工程における他食品のアレルゲンが混入(コンタミネーション)する可能性があります。 詳細は4月に配布している「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表について」をご覧ください。

学校給食課 公式インスタグラムを 開設しました

令和5年(2023年)1月より、給食献立 の写真を毎日投稿しています。

の与実を母ロエメン゙ルgo C V Su / V 右記の二次元コードよりチェックできます。 TOYONAKA_KYUSHOKU ぜひご覧ください。



0

★7月26日(水)までに引き落とし口座への入金をお願いします。

※5月分は6月27日(火)に口座振替予定です。6月26日(月)までに入金をお願いします。