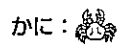
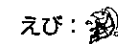
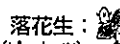
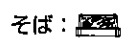
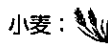


	6月1日(木)	6月2日(金)	6月5日(月)	6月6日(火)	6月7日(水)	6月8日(木)
こんだて	パン 牛乳 コーンスープ ドライカレー レモンゼリー	ごはん 牛乳 ツナじゃが かんぴょうのいために	～はとちのけんごうしゅうかんこんだて～ <b>おやごどんぶり</b> 牛乳 かいそうのかきあげ(こめこ)	パン 牛乳 まめのクリームスープ にこみハンバーグ	ごはん 牛乳 とうふじる さばのうめに きゅうりのしょうゆづけ	いりこなめし 牛乳 ちゅうかそば(こめこめん) キャベツのあまずいため
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> コーンペースト <input checked="" type="checkbox"/> パセリ <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> コーンスターチ <input checked="" type="checkbox"/> ぎゅうにく <input checked="" type="checkbox"/> とりレバー <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> セロリ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> だいず <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> トマトチャップ <input checked="" type="checkbox"/> ウスターソース <input checked="" type="checkbox"/> カレーこ <input checked="" type="checkbox"/> ワインぶらうちまりよ <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> はちみつレモンゼリー	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> まぐろのあぶらづけ(こめめ) <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> グリーンピース <input checked="" type="checkbox"/> こんにゃく <input checked="" type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> かんぴょう <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> チンゲンサイ <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> けいにく <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> たまご <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> けすりぶし(だし) <input checked="" type="checkbox"/> でんぶん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> めかぶ <input checked="" type="checkbox"/> こんぶ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> ごぼう <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> てんぷらこ(こめこ) <input checked="" type="checkbox"/> あぶら	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> えだまめ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> パセリ <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> ぎゅうにく <input checked="" type="checkbox"/> しらはなまめペースト <input checked="" type="checkbox"/> ろいんけんまめペースト <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> コーンスターチ <input checked="" type="checkbox"/> ハンバーグ(こむぎめき) <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> しめじ <input checked="" type="checkbox"/> トマトチャップ <input checked="" type="checkbox"/> ウスターソース <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> でんぶん	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> わかめ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> けすりぶし(だし) <input checked="" type="checkbox"/> さば <input checked="" type="checkbox"/> ねりうめ <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> せいしゅ <input checked="" type="checkbox"/> きゅうり <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> こめず	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> ごま <input checked="" type="checkbox"/> ちりめんじゃこ <input checked="" type="checkbox"/> ひろしな <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ちゅうかそば(こめこ) <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> いか <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> もやし <input checked="" type="checkbox"/> わかめ <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> しなちく <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> ごまあぶら <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> こめず <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> ごまあぶら
こんだて	カレーライス(こめこ) 牛乳 チキンのいためサラダ	ごはん 牛乳 やさいのみそしる <b>コーヤチャンプル</b>	パン 牛乳 ミネストローネ さかなのエスカベージュ	ごはん 牛乳 キムチスープ チャプチェ	リッチパン 牛乳 トマじゃが ひじきのいためサラダ	ごはん 牛乳 じゃぶ こあじのなんばんづけ
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> ぎゅうにく <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> セロリ <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> トマトチャップ <input checked="" type="checkbox"/> ウスターソース <input checked="" type="checkbox"/> カレーこ <input checked="" type="checkbox"/> ガラムマサラ <input checked="" type="checkbox"/> パプリカ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> みりん <input checked="" type="checkbox"/> こめこ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> けいにくのあぶらづけ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> サラダドレッシング <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> かぼちゃ <input checked="" type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> わかめ <input checked="" type="checkbox"/> オクラ <input checked="" type="checkbox"/> ちくわ <input checked="" type="checkbox"/> みそ <input checked="" type="checkbox"/> にぼし(だし) <input checked="" type="checkbox"/> にがうり <input checked="" type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> たまご <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> マカロニ(こめこ) <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> セロリ <input checked="" type="checkbox"/> トマト <input checked="" type="checkbox"/> さやいんげん <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> パプリカペースト <input checked="" type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> トマトチャップ <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> すけとうだら <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> でんぶん <input checked="" type="checkbox"/> あぶら <input checked="" type="checkbox"/> あかピーマン <input checked="" type="checkbox"/> ピーマン <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> オリーブオイル <input checked="" type="checkbox"/> こめず <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> しお	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にら <input checked="" type="checkbox"/> えのきたけ <input checked="" type="checkbox"/> はくさいキムチ <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> ぎゅうにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> はるさめ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> ごま <input checked="" type="checkbox"/> ごまあぶら <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> バター <input checked="" type="checkbox"/> マーガリン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> トマト <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> せいしゅ <input checked="" type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> パプリカペースト <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> ひじき <input checked="" type="checkbox"/> まぐろのあぶらづけ(こめめ) <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> サラダドレッシング <input checked="" type="checkbox"/> りんご <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> けいにく <input checked="" type="checkbox"/> せいしゅ <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> こんにゃく <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> ごぼう <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> あじ <input checked="" type="checkbox"/> でんぶん <input checked="" type="checkbox"/> あぶら <input checked="" type="checkbox"/> ざとう <input checked="" type="checkbox"/> こめず <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> あかピーマン

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱくしつ・むぎしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示

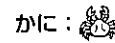
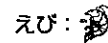
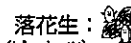
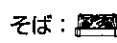
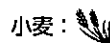


(ピーナッツ)

		6月19日(月)		6月20日(火)		6月21日(水)		6月22日(木)		6月23日(金)	
こんだて	<p>ーしょくいこのひー</p> <p>とりごぼうごはん 牛乳 ばちじる ぶたにくのみそいため</p>	<p>ごはん 牛乳 かんとくに えだまめのかきあげ(こめこ)</p>	<p>ごはん 牛乳 あかだし きりぼしだいこんとひじきのいために そぼろ</p>	<p>パン 牛乳 フェジョアード ごぼうのソテー</p>	<p>ごはん 牛乳 ギョウザスープ マーボーはるさめ</p>						
こんだて ざいりょう	<p>☐ ごはん</p> <p>△ けいにく</p> <p>△ しょうが</p> <p>△ ごぼう</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ こいくちしょうゆ</p> <p>☐ さとう</p> <p>☐ せいしゆ</p> <p>☐ サラダあぶら</p>	<p>☐ ごはん</p> <p>○ 牛乳</p> <p>○ ぎゅうにく</p> <p>○ さつまあげ</p> <p>○ うすらたまご</p> <p>△ こんにやく</p> <p>△ しお</p> <p>☐ じゃがいも</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ しょうが</p> <p>☐ さとう</p> <p>○ うすくちしょうゆ</p> <p>△ こいくちしょうゆ</p>	<p>☐ ごはん</p> <p>☐ げんまい</p> <p>○ 牛乳</p> <p>○ とうふ</p> <p>△ いわしだんご</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ ごぼう</p> <p>△ はねぎ</p> <p>○ あかみそ</p> <p>にぼし(だし)</p> <p>○ ぶたにく</p> <p>△ きりぼしだいこん</p> <p>△ にんじん</p> <p>○ ひじき</p> <p>○ あぶらあげ</p> <p>△ しょうが</p> <p>△ さやいんげん</p> <p>☐ サラダあぶら</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>△ こいくちしょうゆ</p> <p>☐ さとう</p> <p>けずりぶし(だし)</p> <p>○ まぐろのあぶらづけ(こめゆ)</p> <p>△ しょうが</p> <p>△ グリンピース</p> <p>☐ せいしゆ</p> <p>☐ さとう</p> <p>うすくちしょうゆ</p>	<p>☐ パン</p> <p>○ 牛乳</p> <p>○ しろいんげん</p> <p>△ たまねぎ</p> <p>△ にんじん</p> <p>○ ベーコン</p> <p>☐ じゃがいも</p> <p>△ パセリ</p> <p>☐ サラダあぶら</p> <p>ポークスープ</p> <p>ウスターソース</p> <p>トマトケチャップ</p> <p>☐ さとう</p> <p>△ ごぼう</p> <p>△ こめず</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ キャベツ</p> <p>○ ポークハム</p> <p>☐ ごま</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>☐ サラダドレッシング</p> <p>☐ サラダあぶら</p>	<p>☐ ごはん</p> <p>○ 牛乳</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ たまねぎ</p> <p>△ すいぎょうざ</p> <p>○ もやし</p> <p>△ チンゲンサイ</p> <p>チキンスープ</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>しお</p> <p>こしょう</p> <p>☐ はるさめ</p> <p>○ ぶたにく</p> <p>△ しょうが</p> <p>△ にんにく</p> <p>△ トウモロコシ</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ たけのこ</p> <p>△ しいたけ</p> <p>△ にはら</p> <p>☐ ごまあぶら</p> <p>チキンスープ</p> <p>☐ さとう</p> <p>△ こいくちしょうゆ</p> <p>○ あかみそ</p> <p>☐ せいしゆ</p> <p>☐ でんぶん</p>						
	<p>○ ばち</p> <p>○ あぶらあげ</p> <p>△ たまねぎ</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ えのきたけ</p> <p>△ はねぎ</p> <p>△ うすくちしょうゆ</p> <p>△ こいくちしょうゆ</p> <p>けずりぶし(だし)</p> <p>○ ぶたにく</p> <p>△ しょうが</p> <p>△ たまねぎ</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ ピーマン</p> <p>☐ サラダあぶら</p> <p>○ みそ</p> <p>△ こいくちしょうゆ</p> <p>☐ さとう</p> <p>○ みりん</p> <p>☐ せいしゆ</p>	<p>△ えだまめ</p> <p>△ とうもろこし</p> <p>△ たまねぎ</p> <p>△ にんじん</p> <p>○ ポークハム</p> <p>しお</p> <p>☐ てんぷらこ(こめこ)</p> <p>☐ あぶら</p>	<p>○ ぶたにく</p> <p>△ しょうが</p> <p>△ たまねぎ</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ ピーマン</p> <p>☐ サラダあぶら</p> <p>○ みそ</p> <p>△ こいくちしょうゆ</p> <p>☐ さとう</p> <p>○ みりん</p> <p>☐ せいしゆ</p>	<p>△ ごぼう</p> <p>△ こめず</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ キャベツ</p> <p>○ ポークハム</p> <p>☐ ごま</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>☐ サラダドレッシング</p> <p>☐ サラダあぶら</p>	<p>△ ごぼう</p> <p>△ こめず</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ キャベツ</p> <p>○ ポークハム</p> <p>☐ ごま</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>☐ サラダドレッシング</p> <p>☐ サラダあぶら</p>						
こんだて	<p>ごはん 牛乳 はっぽうさい あげシュウマイ</p>	<p>パン 牛乳 ソーススパゲティ やさいのソテー</p>	<p>ごはん 牛乳 ためきじる けいにくのしくれに</p>	<p>ぶどうパン 牛乳 トマトとたまごのスープ ポテトサラダ</p>	<p>ごはん 牛乳 みそしる ピーフンのきんぴら</p>						
こんだて ざいりょう	<p>☐ ごはん</p> <p>○ 牛乳</p> <p>○ ぶたにく</p> <p>△ えび</p> <p>△ キャベツ</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ たまねぎ</p> <p>△ はねぎ</p> <p>○ うすらたまご</p> <p>△ たけのこ</p> <p>△ しいたけ</p> <p>△ しょうが</p> <p>☐ サラダあぶら</p> <p>チキンスープ</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>☐ さとう</p> <p>☐ でんぶん</p> <p>しお</p> <p>こしょう</p> <p>△ こめず</p> <p>☐ ごまあぶら</p> <p>○ ポークシュウマイ</p> <p>☐ あぶら</p>	<p>☐ パン</p> <p>○ 牛乳</p> <p>☐ スパゲティ</p> <p>○ ぶたにく</p> <p>○ いか</p> <p>○ ちくわ</p> <p>△ たまねぎ</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ はねぎ</p> <p>☐ サラダあぶら</p> <p>ウスターソース</p> <p>トンカツソース</p> <p>○ あおさこ</p> <p>しお</p> <p>こしょう</p> <p>△ キャベツ</p> <p>△ あかピーマン</p> <p>△ たまねぎ</p> <p>△ スズキニ</p> <p>○ ベーコン</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>しお</p> <p>こしょう</p> <p>☐ サラダあぶら</p>	<p>☐ ごはん</p> <p>○ 牛乳</p> <p>△ こんにやく</p> <p>△ しお</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ たまねぎ</p> <p>△ えのきたけ</p> <p>○ さつまあげ</p> <p>○ あぶらあげ</p> <p>△ はねぎ</p> <p>△ しょうが</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>△ こいくちしょうゆ</p> <p>けずりぶし(だし)</p> <p>○ けいにく</p> <p>△ しょうが</p> <p>△ せいしゆ</p> <p>○ とりレバー</p> <p>☐ でんぶん</p> <p>☐ あぶら</p> <p>△ ピーマン</p> <p>△ にんじん</p> <p>☐ さとう</p> <p>△ こいくちしょうゆ</p>	<p>☐ パン</p> <p>△ ほしぶどう</p> <p>○ 牛乳</p> <p>○ けいにく</p> <p>○ せいしゆ</p> <p>△ たまねぎ</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ たまご</p> <p>△ レタス</p> <p>△ しお</p> <p>☐ こしょう</p> <p>☐ でんぶん</p> <p>ポークスープ</p> <p>☐ じゃがいも</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ キャベツ</p> <p>○ ポークハム</p> <p>△ とうもろこし</p> <p>☐ サラダドレッシング</p> <p>しお</p> <p>△ こしょう</p> <p>☐ サラダあぶら</p>	<p>☐ ごはん</p> <p>○ 牛乳</p> <p>○ とうふ</p> <p>○ あぶらあげ</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ たまねぎ</p> <p>☐ じゃがいも</p> <p>△ はねぎ</p> <p>○ わかめ</p> <p>○ みそ</p> <p>にぼし(だし)</p> <p>○ ぎゅうにく</p> <p>○ さつまあげ</p> <p>☐ ピーファン</p> <p>△ ごぼう</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ さやいんげん</p> <p>☐ ごま</p> <p>うすくちしょうゆ</p> <p>△ こいくちしょうゆ</p> <p>☐ さとう</p> <p>☐ サラダあぶら</p>						
	<p>△ こめず</p> <p>☐ ごまあぶら</p>	<p>△ たまねぎ</p> <p>△ にんじん</p> <p>△ はねぎ</p> <p>△ うすくちしょうゆ</p> <p>△ こいくちしょうゆ</p> <p>△ こしょう</p> <p>△ さとう</p>	<p>△ こいくちしょうゆ</p> <p>△ こしょう</p> <p>△ さとう</p>	<p>△ こしょう</p> <p>△ さとう</p>	<p>△ こしょう</p> <p>△ さとう</p>						
					<p><b>6月平均 栄養量</b> (小学校4年生)</p>						
					<p>エネルギー 608kcal</p>						
					<p>たんぱく質 23.8g</p>						
					<p>脂質 29.7%</p>						
					<p>カルシウム 297mg</p>						
					<p>鉄 2.0mg</p>						
					<p>ビタミン</p>						
					<p>A 326μgRAE</p>						
					<p>B1 0.40mg</p>						
					<p>B2 0.49mg</p>						
					<p>C 22mg</p>						
					<p>食塩相当量 2.5g</p>						
					<p>食物繊維 5.1g</p>						
					<p>マグネシウム 77mg</p>						
					<p>亜鉛 2.9mg</p>						

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱくしつ・むきしつ) □黄の食品…ねつや力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品…体の調子をととのえるもの(ビタミン)

特定原材料表示



(ピーナッツ)