

学校給食献立表(北部学校給食センターB) 令和5年度2月分(2/1~2/29) 姫路市教育委員会

		2月1日(木)	2月2日(金)	2月5日(月)	2月6日(火)	2月7日(水)
献立	ご飯 牛乳 豚肉とだいごんのスープ 淡路たまねぎコロッケ コーンキャベツ	<b>一部分献立</b> わかめご飯 牛乳 すまし汁 いわしフライ 五目煮豆 ぼんかん		ビーフカレーライス 牛乳 小魚と昆布のかき揚げ りっちゃんのサラダ	ご飯 牛乳 八宝菜 あじのねぎソースかけ もやしのごま酢炒め	パン 牛乳 ソーススパゲティ 鶏肉のレモン風味 ごぼうサラダ
	献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> だいごん <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> チンゲンサイ <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダ油 塩 こしょう うすくちしょうゆ チキンスープ	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> わかめ <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豆腐 <input type="radio"/> かまぼこ <input type="radio"/> わかめ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> えのきたけ <input type="triangle-up"/> 菜ねぎ 塩 うすくちしょうゆ 削り節(だし) 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> ご飯 牛肉 カレー粉 じゃがいも たまねぎ にんじん セロリ グリンピース 菜ねぎ うすら卵 たけのこ ししいたけ しょうが サラダ油 チキンスープ とんかつソース トマトケチャップ こいくちしょうゆ みりん 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> はくさい <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> 菜ねぎ <input type="triangle-up"/> うすら卵 <input type="triangle-up"/> たけのこ <input type="triangle-up"/> ししいたけ <input type="checkbox"/> サラダ油 チキンスープ うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごま油 米酢	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> スパゲティ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> ちくわ <input type="radio"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 菜ねぎ <input type="triangle-up"/> とんかつソース <input type="triangle-up"/> ウスターソース <input type="radio"/> あおさ粉 <input type="checkbox"/> こしょう
材料	<input type="checkbox"/> 淡路たまねぎコロッケ <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> とうもろこし <input type="radio"/> チキンハム チキンスープ 塩 こしょう	<input type="radio"/> いわしのカリカリフライ <input type="radio"/> 大豆 <input type="triangle-up"/> 牛肉 <input type="triangle-up"/> れんこん <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ <input type="triangle-up"/> ぼんかん	<input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> えだまめ <input type="triangle-up"/> とうもろこし <input type="triangle-up"/> ちりめんじゃこ <input type="checkbox"/> 昆布 <input type="checkbox"/> 大豆 <input type="checkbox"/> 油 <input type="radio"/> ポークハム <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> きゅうり <input type="triangle-up"/> とうもろこし <input type="triangle-up"/> 塩 <input type="triangle-up"/> こんぶ <input type="triangle-up"/> かつおぶし <input type="triangle-up"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> えだまめ <input type="triangle-up"/> とうもろこし <input type="triangle-up"/> ちりめんじゃこ <input type="checkbox"/> 昆布 <input type="checkbox"/> 大豆 <input type="checkbox"/> 油 <input type="radio"/> ポークハム <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> きゅうり <input type="triangle-up"/> とうもろこし <input type="triangle-up"/> 塩 <input type="triangle-up"/> こんぶ <input type="triangle-up"/> かつおぶし <input type="triangle-up"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="radio"/> おじ 清酒 塩 <input type="triangle-up"/> こしょう <input type="triangle-up"/> 根深ねぎ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="triangle-up"/> みりん <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> ちくわ <input type="triangle-up"/> ちりめんじゃこ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> こま <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> 白みそ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="radio"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="triangle-up"/> レモン果汁 <input type="triangle-up"/> ごぼう <input type="radio"/> 米酢 <input type="radio"/> ちりめんじゃこ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> こま <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> 白みそ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ
	材料	<input type="checkbox"/> 親子丼 牛乳 豚肉のカリン揚げ ナムル	パン 牛乳 えびチャウダー ウィンナーのケチャップ炒め ひね鶏のゆずソテー	ご飯 牛乳 キムチスープ タッティギム チャブチェ	パン 牛乳 コーンスープ ハンバーグのソース焼き ごぼうのごまソテー チョコクリーム	ご飯 牛乳 豚汁 シュンユイ ひじきの炒めサラダ
献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 鶏卵 <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> かまぼこ <input type="triangle-up"/> 菜ねぎ <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="radio"/> えび <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> 脱脂粉乳 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> コーンクリーム <input type="triangle-up"/> こしょう	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="radio"/> えび <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> 脱脂粉乳 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> コーンクリーム <input type="triangle-up"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> キムチ <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 菜ねぎ <input type="triangle-up"/> えのきたけ <input type="triangle-up"/> チキンスープ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle-up"/> コーンクリーム <input type="triangle-up"/> とうもろこし <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="radio"/> バター <input type="radio"/> 脱脂粉乳 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> さといも <input type="triangle-up"/> だいごん <input type="triangle-up"/> ごぼう <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> 菜ねぎ <input type="radio"/> みそ <input type="radio"/> 煮干し(だし)	
	材料	<input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> こいくちしょうゆ 清酒 <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ポークフランク <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ピーマン <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> カレー粉 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="radio"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ 清酒 <input type="checkbox"/> カイエンペッパー <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="radio"/> 牛肉 <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> うすくちしょうゆ <input type="triangle-up"/> はるさめ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> にら <input type="triangle-up"/> たけのこ <input type="triangle-up"/> ししいたけ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="radio"/> 鶏肉ハンバーグ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> ごぼう <input type="triangle-up"/> 米酢 <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> まぐる油漬け <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> チョコクリーム	<input type="radio"/> ホキ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> 根深ねぎ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> みりん <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> ひじき <input type="radio"/> ささみ油漬け <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こしょう

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・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

卵:

乳製品:

小麦:

そば:

落花生:   
(ピーナッツ)

えび:

かに:

学校給食献立表(北部学校給食センターB) 令和5年度2月分(2/1~2/29) 姫路市教育委員会

		2月16日(金)	2月19日(月)	2月20日(火)	2月21日(水)	2月22日(木)		
献立		黒砂糖パン 牛乳 鶏肉のフォー たらフライ ジャーマンポテト	ご飯 牛乳 姫路おでん あかえいのから揚げ ひね鶏のゆずサラダ 味付けのり	ご飯 牛乳 キャベツのみそ汁 さわらの照り焼き じゃがいものそぼろ煮	パン 牛乳 コンソメスープ ポークチャップ ブロッコリーのソテー	ご飯 牛乳 肉じゃが とり天 だいてんの甘酢サラダ		
	献立	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 黒砂糖 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> フォー <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> レモン果汁 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ナンパラー <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> たらフライ <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ちくわ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> れんこん <input type="checkbox"/> 厚揚げ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="checkbox"/> あかえい(から揚げ用) <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> ひね鶏 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ゆず果汁 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 味付けのり	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> つくね <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> 煮干し(だし) <input type="checkbox"/> さわら <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> グリンピース <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ポークフランク <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> セロリ <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ピーマン <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> ブロッコリー <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> まぐろ油漬け <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 牛肉 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> グリンピース <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 天ぷら粉 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ポークハム <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖		
献立		ご飯 牛乳 カレーうどん 焼きそばのみそだれ 炒めナムル	ご飯 牛乳 かきたま汁 鶏肉のから揚げ ポテトサラダ	パン 牛乳 トマじゃが きびなごフライ コーンキャベツ	ご飯 牛乳 みそチゲ 鶏肉の漬け焼き 切り干しだいこんの煮物	2月平均 栄養量 (中学校)		
	献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> うどん <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> カレー粉 <input type="checkbox"/> カレールー <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> ごまつな <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> 鶏卵 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 昆布(だし) <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> えだまめ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> パシパビューレ <input type="checkbox"/> オリーブ油 <input type="checkbox"/> きびなごフライ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> はくさいキムチ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 一味唐辛子 <input type="checkbox"/> 切り干しだいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> さつま揚げ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん	エネルギー 759kcal たんぱく質 31.3g 脂質 28.4% カルシウム 338mg 鉄 2.6mg ビタミン A 274μgRAE ビタミン B1 0.51mg ビタミン B2 0.59mg ビタミン C 32mg 食塩相当量 3.7g 食物繊維 7.0g マグネシウム 100mg 亜鉛 3.6mg		

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・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

卵:

乳製品:

小麦:

そば:

落花生:   
(ピーナッツ)

えび:

かに: