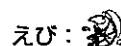
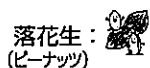
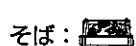
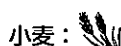


	5月1日(月)	5月2日(火)	5月8日(月)	5月9日(火)	5月10日(水)	5月11日(木)
こんだて	ごはん 牛乳 ワンタンスープ(こめこ) ホイコーロウ むしシュウマイ	パン 牛乳 フェジョアータ ツナサラダ やさいのソテー	一こどものひこんだてー なめし 牛乳 わかたけじる さわらのてんぷら かしわもち	なかよしパン 牛乳 コンソメスープ にこみハンバーグ スライスチーズ	とりごぼうごはん 牛乳 さんさいうどん いんげんのかきあげ(こめこ)	ごはん 牛乳 やさいのうまに もやしのこますしいため そぼろ
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> もやし <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> チンゲンサイ <input checked="" type="checkbox"/> ワンタン(こめこ) <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> あかピーマン <input checked="" type="checkbox"/> ピーマン <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> あかみそ <input checked="" type="checkbox"/> テンメンジャン <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> ごまあぶら <input checked="" type="checkbox"/> ポークシュウマイ	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> しろいんげん <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"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> パセリ <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> ウスターソース <input checked="" type="checkbox"/> トマトケチャップ <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> ワインがうちょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> まぐろのあぶらづけ(こめめ) <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> りんご <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> サラダドレッシング <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> あかピーマン <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <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"/> だいこんば <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> わかめ <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> ゆば <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> えのきたけ <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"/> けずりぶし(だし) <input checked="" type="checkbox"/> こんぶ(だし) <input checked="" type="checkbox"/> さわら <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> てんぷらこ <input checked="" type="checkbox"/> あぶら <input checked="" type="checkbox"/> かしわもち	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> さやいんげん <input checked="" type="checkbox"/> セロリ <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> ハンバーグ(こむぎぬき) <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"/> トマトケチャップ <input checked="" type="checkbox"/> ウスターソース <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん <input checked="" type="checkbox"/> スライスチーズ	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> けいにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> ごぼう <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> せいしゆ <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> うどん <input checked="" type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> かまぼこ <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> なめこ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <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"/> けずりぶし(だし) <input checked="" type="checkbox"/> さやいんげん <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> ポークハム <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> てんぷらこ(こめこ) <input checked="" type="checkbox"/> あぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ぎゅうにく <input checked="" type="checkbox"/> がんもどき <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <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"/> さやいんげん <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <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"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> もやし <input checked="" type="checkbox"/> にら <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> かまぼこ <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> こめす <input checked="" type="checkbox"/> ごま <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> まぐろのあぶらづけ(こめめ) <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> グリンピース <input checked="" type="checkbox"/> せいしゆ <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ
	5月12日(金)	5月15日(月)	5月16日(火)	5月17日(水)	5月18日(木)	5月19日(金)
こんだて	ごはん 牛乳 スーミータン マーボーとうふ キャベツのあますしいため	むぎごはん 牛乳 チキンカレー(こめこ) アスパラガスのソテー 福神漬	パン 牛乳 カイン・ザウ かぼちゃコロッケ ポイルキャベツ (ちゅうのうソース)	ごはん 牛乳 かきたまじる ひじきとうもろこしのいために ごもきんぴら	パン 牛乳 まめのクリームスープ チキンサラダ けいにくのトマトに	一しょくいくのひー ごはん 牛乳 ばちじる たけのこのおかか に いかなごのくぎに
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> コーンペースト <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> チキンハム <input checked="" type="checkbox"/> たまご <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> チンゲンサイ <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"/> せいしゆ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん <input checked="" type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input checked="" type="checkbox"/> トウバンジャン <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> ごまあぶら <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> あかみそ <input checked="" type="checkbox"/> せいしゆ <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん <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"/> こめす <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> ごまあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> おしむぎ <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> けいにく <input checked="" type="checkbox"/> カレーこ <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"/> トマトケチャップ <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"/> グリーンアスパラガス <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <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 checked="" type="checkbox"/> ぶくじんづけ	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> チンゲンサイ <input checked="" type="checkbox"/> ポークスープ <input checked="" type="checkbox"/> ナンプラー <input checked="" type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> こしょう <input checked="" type="checkbox"/> かぼちゃコロッケ <input checked="" type="checkbox"/> あぶら <input checked="" type="checkbox"/> キャベツ <input checked="" type="checkbox"/> ちゅうのうソース	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> とうふ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> わかめ <input checked="" type="checkbox"/> たまご <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"/> けずりぶし(だし) <input checked="" type="checkbox"/> でんぷん <input checked="" type="checkbox"/> ひじき <input checked="" type="checkbox"/> とうもろこし <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> さつまあげ <input checked="" type="checkbox"/> ごぼう <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> さやいんげん <input checked="" type="checkbox"/> こんにやく <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> ごま <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> さとう <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 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"/> きゅうり <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> りんご <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> サラダドレッシング <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"/> 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"/> きゅうり <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> りんご <input checked="" type="checkbox"/> さとう <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> トマト <input checked="" type="checkbox"/> トマトピューレ <input checked="" type="checkbox"/> チキンスープ <input checked="" type="checkbox"/> パセリ <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> さとう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ばち <input checked="" type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> しいたけ <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"/> けずりぶし(だし) <input checked="" type="checkbox"/> けいにく <input checked="" type="checkbox"/> ちくわ <input checked="" type="checkbox"/> こんにやく <input checked="" type="checkbox"/> しお <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> たけのこ <input checked="" type="checkbox"/> さやえんどう <input checked="" type="checkbox"/> かつおぶし <input checked="" type="checkbox"/> サラダあぶら <input checked="" type="checkbox"/> さとう <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 checked="" type="checkbox"/> いかなごのくぎに

○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



	5月22日(月)	5月23日(火)	5月24日(水)	5月25日(木)	5月26日(金)	5月29日(月)
こんだて	ごはん 牛乳 もやしのスープ あつあげのちゅうかに ヨーグルト	ごはん 牛乳 あぶらたまごあげ じゃこのげんきあげ	ごはん 牛乳 あおさじる さばのみそに そくせきづけ	パン 牛乳 イタリアンスパゲティ コーンキャベツ メーブルジャム	ごはん 牛乳 まめいりみそしる けいにくのしくれに あつあげのチリソース	ごはん 牛乳 ひめじおでん おかひじきのごまあえ あぶらみそ
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> ベーコン <input checked="" type="checkbox"/> もやし <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <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"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> あつあげ <input type="checkbox"/> えび <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> ヨーグルト	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input checked="" type="checkbox"/> たまご <input checked="" type="checkbox"/> あぶらあげ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <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"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> かえりちりめん <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> うのはな <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> レモンかじゅう <input type="checkbox"/> てんぷらこ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きくらげ <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> あおさのり <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> あぶらあげ <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"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> こんぶ(だし) <input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> あかみそ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> ゆかり	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> スパゲティ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> ぎゅうにく <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> マッシュルーム <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ちゅうのうソース <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> メーブルジャム	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> しるはなまめペースト <input type="checkbox"/> しろいんげんまめペースト <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> にぼし(だし) <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> けいにく <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> あつあげ <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> トウモロコシ <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> ごまあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> れんこんいりつくね <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> あつあげ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> だしじる <input type="checkbox"/> おかひじき <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> まろのあぶらづけ(ごめゆ) <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> うのはな <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> あかみそ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ

	5月30日(火)	5月31日(水)
こんだて	ライむぎパン 牛乳 コーンスープ ドライカレー ごぼうのソテー	ごはん 牛乳 とうふじる さかなのあんかけ きりぼしだいこんのいためナムル
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> ライむぎ <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <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"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> コーンペースト <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> コーンスターチ <input type="checkbox"/> きゅうにく <input type="checkbox"/> とりレバー <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> セロリ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> だいず <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> カレーご <input type="checkbox"/> ワインぶどうみりょう <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> ごめず <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> ポークハム <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> サラダレッシング <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> はねぎ <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"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> ホキ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ビーマン <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> きりぼしだいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> ねぶかねぎ <input type="checkbox"/> さとう <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"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> ごま

5月平均 栄養量 (中学生)	
エネルギー	744kcal
たんぱく質	28.5g
脂質	24.7%
カルシウム	344mg
鉄	2.6mg
ビタミン	A 254μgRAE
	B1 0.44mg
	B2 0.53mg
C	21mg
食塩相当量	3.0g
食物繊維	5.9g
マグネシウム	94mg
亜鉛	3.5mg

作ってみませんか?

-5月15日(月)-

アスパラガスのソテー

材料 5人分 分量(g)

グリーンアスパラガス --- 50	しょうゆ(淡) --- 2.5
キャベツ --- 100	塩 --- 1.5
ベーコン --- 50	こしょう --- 少々
コーン(冷凍または缶詰) --- 25	サラダ油 --- 5
たまねぎ --- 100	

【作り方】

①アスパラガスは斜め切りにしてゆでる。キャベツは短冊切り、たまねぎは薄切りにする。

②サラダ油を熱し、ベーコン、たまねぎ、コーン、キャベツの順に炒める。

③火が通ったらアスパラガスを加えて調味し、仕上げ。

学校給食費について

令和5年度の給食費は、市が6月から徴収します。
納期は各月末となります。
6月中旬以降に納付額決定通知書を送付します。

○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・しばう) △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: えび: かに: