

9月 新座市立第四中学校学校給食献立表

-	S CO	
	李	

校長 鮫島 弘樹 学善教諭 大内みどり

A I		令和6年	·/৷支		d	栄養教諭 ^{栄養価}	大内みど
	曜		献立名	主な食品	エネルギー(kcal)		脂質(g)
			1- 1 1 × 1 = 12 1	地粉うどん、にんじんうどん、豚肉、油あげ、にんじん、ほうれんそ			
		F-30	にんじんうどん	う、わかめ、しょうゆ			
		のむ	いかフライ	いか、小麦粉、卵、パン粉、なたね油、中濃ソース(りんご、大豆)			
2	月	のむ ヨーグルト	のむヨーグルト	さとう、ヨーグルト、クリーム	741	32.9	15.4
		0		* 妻 豆麻 豚肉 にんぶん 切干だいこん たがわぎ しいた			
				米、麦、豆腐、豚肉、にんじん、切干だいこん、ながねぎ、しいたけ、にら、みそ、さとう、しょうゆ、ラー油、とうばんじゃん、ごま			
			マーボー丼	油、なたね油、でんぷん 春雨、もやし、にんじん、きゅうり、しょうゆ、さとう、ごま油、か			
3	火	牛乳	春雨サラダ	春間、もやし、にんしん、きゅうり、しょうゆ、さとう、こま油、からし	738	33.2	22.1
				米、麦、豚肉、たまねぎ、にんじん、たもぎたけ、なたね油、トマ			
			ハッシュドポーク	米、麦、豚肉、たまねぎ、にんじん、たもぎたけ、なたね油、トマト、中濃ソース(りんご、大豆)、しょうゆ、小麦粉、なたね油、バター			
		→ 0	<u> </u>	こまつな、きゅうり、キャベツ、なたね油、さとう、レモン果汁、			
4 水			こまつなサラダ	しょうゆ、ツナ			
	水	牛乳	<u> ヨーグルト</u>	ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天	838	31.0	28.3
			ユスニーソン	中華めん、豚肉、みそ、にんじん、もやし、切干だいこん、ながね ぎ、キャベツ、ほうれんそう、しょうゆ、ごま油、ラー油			
		** 0	みそラーメン				
5	木	牛乳	しゅうまい	たら、鶏肉、たまねぎ、えだまめ、しょうゆ、ごま油、しゅうまいの 皮	709	36.2	17.4
		Ī		米、麦、バター、豚肉、たまねぎ、にんじん、なす、ピーマン、さとう、しょうゆ、ウスターソース(りんご、大豆)、トマト、なたね			
			秋なすのドライカレー	う、しょうゆ、ウスターソース(りんご、大豆)、トマト、なたね 油、小麦粉			
6	金	牛乳	キャロットゼリー	にんじん、みかん果汁、さとう	750	29.2	24.5
	-44	Contrary.	· · = · · <u>= ·</u>				21.0
		100	大和田小のたれかつ丼	米、麦、豚肉、小麦粉、パン粉、なたね油、しょうゆ、さとう			
	_	のむ ヨーグルト	キャベツのごまあえ	キャベツ、にんじん、しょうゆ、さとう、ごま			= :
9	月	ヨーグルト	<u>のむヨーグルト</u>	さとう、ヨーグルト、クリーム	811	26.0	20.8
			東北小のまっ茶あげパン	コッペパン(小麦粉、マーガリン、さとう、脱脂粉乳)、なたね油、 まっ茶、きなこ、さとう			
		₩	X10.1.02 C 2/K03.177 12				
10	火	牛乳	パンプキンポタージュ	たまねぎ、ベーコン、なたね油、かぼちゃ、バター、小麦粉、牛乳、 クリーム、パセリ	770	25.2	34.9
			カリカリ梅とじゃこのごはん	米、麦、梅、ちりめんじゃこ、ごま			
			鶏のからあげ	鶏肉、しょうゆ、でんぷん、なたね油			
11	水	牛乳	ごまみそあえ	こまつな、もやし、ごま、みそ、ごま油、さとう、しょうゆ	714	27.8	27.6
	۸,۱					21.0	21.0
			71847 . 7	スパゲティ、なたね油、豚肉、たまねぎ、にんじん、切干だいこん、トマト、ウスターソース(りんご、大豆)、しょうゆ、小麦粉、チー			
		- I	スパゲティミートソース	ス キャベツ、きゅうり、にんじん、さとう、なたね油、たまねぎ、マヨ			
12	木	牛乳	コールスローサラダ	ネーズ	761	35.0	28.3
		15		米、麦、豚肉、とうばんじゃん、なたね油、ラー油、キムチ、にんじん、ほうれんそう、もやし、しょうゆ、さとう、ごま、卵			
		9	炊き込みビビンバ				
13	金	コーヒー ミルク	魚のヤンニョムソースあえ	まぐろ、でんぷん、なたね油、ながねぎ、さとう、しょうゆ、こちゅ じゃん、トマト、ごま	750	37.4	25.0
-五夜		1				01.1	20.0
<u>Д</u> [X в	1)/\		秋刀魚ごはん	米、麦、さんま、でんぷん、なたね油、さとう、しょうゆ、ごま			
			さといものみそ汁	さといも、油あげ、ながねぎ、こまつな、みそ			
17 火			みかんゼリー	みかん果汁、さとう 中華めん、きゅうり、にんじん、もやし、鶏肉、ながねぎ、しょう	775	25.7	29.8
	火	牛乳	•	田垂めん、さゆつり、にんじん、もなし、鶏肉になかねざ、しょつ	110		
	火		冷やし中華	ゆ、さとう、ごま油、ラー油、ごま	110		
			冷やし中華	ゆ、さとう、こま油、ラー油、こま			
18	火水	牛乳	冷やし中華 ヨーグルト	ゆ、さとう、こま油、ラー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天	714	28.5	16.0
		牛乳		ゆ、さとう、こま油、ラー油、こま			16.0
18 19 育の日	水		ヨーグルト	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばん			16.0 21.8
19	水	牛乳 牛乳	ヨーグルト スタミナ丼	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばん じゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま	714	28.5	
19	水	牛乳	ヨーグルト スタミナ丼	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ	714	28.5	
19 育の日	水	4乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばん じゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま 油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな	714 702	28.5	21.8
19 育の日	水	4乳 年乳 コーニルク	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう、	714	28.5	21.8
19 育の日	水	4乳 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう	714 702	28.5	21.8
19 育の日 20	水	中乳 中乳 コーヒク	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 米、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油	714 702 819	28.5 31.4 38.2	21.8
19 資の日 20	水	4乳 年乳 コーニルク	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子 のむヨーグルト	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんしゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま 油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ 鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油 さとう、ヨーグルト、クリーム	714 702	28.5	21.8
19 資の日 20	水	生乳 牛乳 ーピク コーピク	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 米、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油さとう、ヨーグルト、クリーム 米、麦	714 702 819	28.5 31.4 38.2	21.8
19 資の日 20	水	中乳 中乳 コーヒク	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子 のむヨーグルト	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんしゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま 油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ 鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油 さとう、ヨーグルト、クリーム	714 702 819	28.5 31.4 38.2	21.8
19 資の日 20 24	水	生乳 牛乳 ーピク コーピク	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子 のむヨーグルト ごはん	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 米、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油さとう、ヨーグルト、クリーム 米、麦	714 702 819	28.5 31.4 38.2	21.8 33.0 31.0
19 育の日 20 24	水木金	生乳 4乳 4乳 ので コーピク のクブルト 4乳	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子 のむヨーグルト ごはん 具だくさんみそ汁 鯖のみそ煮	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんしゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま 油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ 鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 、ま、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油 さとう、ヨーグルト、クリーム 米、麦 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、なめこ、ほうれんそう、油あげ、みぞ。 さば、しょうゆ、さとう、みそ 米、麦、ソーセージ、たまねぎ、セロリー、にんじん、えだまめ、	714 702 819 760	28.5 31.4 38.2 24.7	21.8 33.0 31.0
19 育の日 20 24	水木金	生乳 4乳 4乳 ので コーピク のクブルト 4乳	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子 のむヨーグルト ごはん 具だくさんみそ汁	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんしゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま 油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ 鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 米、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油 さとう、ヨーグルト、クリーム 米、麦 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、なめこ、ほうれんそう、油あげ、みそ さば、しょうゆ、さとう、みそ 米、麦、ソーセージ、たまねぎ、セロリー、にんじん、えだまめ、しょうゆ、なたね油	714 702 819 760	28.5 31.4 38.2 24.7	21.8 33.0 31.0
19 育の日 20 24	水木金	生乳 生乳 ーニルク コープルト	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子 のむヨーグルト ごはん 具だくさんみそ汁 鯖のみそ煮 えだまめピラフ	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま 油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ 鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 米、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油 さとう、ヨーグルト、クリーム 米、麦 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、なめこ、ほうれんそう、油あげ、みぞ さば、しょうゆ、さとう、みそ 米、麦、ソーセージ、たまねぎ、セロリー、にんじん、えだまめ、しょうゆ、なたね油	714 702 819 760	28.5 31.4 38.2 24.7	21.8 33.0 31.0
19 育の日 20 24 25	水木金	生乳 牛乳 ードク コーゲルト キ乳	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子 のむヨーグルト ごはん 具だくさんみそ汁 鯖のみそ煮 えだまめピラフ 鶏肉のクリームソース	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま 油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ 鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 米、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油 さとう、ヨーグルト、クリーム 米、麦 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、なめこ、ほうれんそう、油あげ、みぞ さば、しょうゆ、さとう、みそ 米、麦、ソーセーシ、たまねぎ、セロリー、にんじん、えだまめ、しょうゆ、なたね油	714 702 819 760	28.5 31.4 38.2 24.7 28.8	21.8 33.0 31.0 28.0
19 育の日 20 24 25	水木金	生乳 ・	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子 のむヨーグルト ごはん 見だくさんみそ汁 鯖のみそ煮 えだまめピラフ 鶏肉のクリームソース 和梨ゼリー	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま 油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ 鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 米、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油 さとう、ヨーグルト、クリーム 米、麦 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、なめこ、ほうれんそう、油あげ、みそ さば、しょうゆ、さとう、みそ 米、麦、ソーセーシ、たまねぎ、セロリー、にんじん、えだまめ、しょうゆ、なたね油 鶏肉、なたね油、パター、小麦粉、牛乳、たまねぎ、マッシュルーム、チーズ なし果汁、さとう	714 702 819 760	28.5 31.4 38.2 24.7	21.8 33.0 31.0 28.0
19 育の日 20 24 25	水木金	生乳 ・	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子 のむヨーグルト ごはん 具だくさんみそ汁 鯖のみそ煮 えだまめピラフ 鶏肉のクリームソース 和梨ゼリー こぎつねずし	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま 油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ 鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 米、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油 さとう、ヨーグルト、クリーム 米、麦 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、なめこ、ほうれんそう、油あげ、みぞ さば、しょうゆ、さとう、みそ 米、麦、ソーセージ、たまねぎ、セロリー、にんじん、えだまめ、しょうゆ、なたね油、パター、小麦粉、牛乳、たまねぎ、マッシュルーム、チーズ なし果汁、さとう 米、麦、さとう、油あげ、にんじん、鶏肉、しょうゆ、ごま、のり	714 702 819 760	28.5 31.4 38.2 24.7 28.8	21.8 33.0 31.0 28.0
19 等の日 20 24 25	水木金	生乳 中乳 ロードク ロップルト 中乳	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子 のむヨーグルト ごはん 具だくさんみそ汁 鯖のみそ煮 えだまめピラフ 鶏肉のクリームソース 和梨ゼリー こぎつねずし ほっけのからあげ	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま 油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ 鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 米、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油 さとう、ヨーグルト、クリーム 米、麦 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、なめこ、ほうれんそう、油あげ、みぞ さば、しょうゆ、さとう、みそ 米、麦、ソーセーシ、たまねぎ、セロリー、にんじん、えだまめ、しょうゆ、なたね油 鶏肉、なたね油、パター、小麦粉、牛乳、たまねぎ、マッシュルーム、チーズ なし果汁、さとう 米、麦、さとう、油あげ、にんじん、鶏肉、しょうゆ、ごま、のり ほっけ、でんぶん、なたね油	714 702 819 760 792	28.5 31.4 38.2 24.7 28.8	21.8 33.0 31.0 28.0
19	水木金	中乳 中乳 ログルト 中乳 中乳	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子 のむヨーグルト ごはん 具だくさんみそ汁 鯖のみそ煮 えだまめピラフ 鶏肉のクリームソース 和梨ゼリー こぎつねずし	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま 油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ 鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 米、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油 さとう、ヨーグルト、クリーム 米、麦 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、なめこ、ほうれんそう、油あげ、みぞ さば、しょうゆ、さとう、みそ 米、麦、ソーセーシ、たまねぎ、セロリー、にんじん、えだまめ、しょうゆ、なたね油、パター、小麦粉、牛乳、たまねぎ、マッシュルーム、チーズ なし果汁、さとう 米、麦、さとう、油あげ、にんじん、鶏肉、しょうゆ、ごま、のりほっけ、でんぶん、なたね油	714 702 819 760	28.5 31.4 38.2 24.7 28.8	
19 等の日 20 24 25	水木金	生乳 中乳 ロードク ロップルト 中乳	ヨーグルト スタミナ丼 わかめのみそ汁 和風スパゲティ 鶏肉のピザソース キムチチャーハン ツナ餃子 のむヨーグルト ごはん 具だくさんみそ汁 鯖のみそ煮 えだまめピラフ 鶏肉のクリームソース 和梨ゼリー こぎつねずし ほっけのからあげ	ゆ、さとう、こま油、フー油、こま ヨーグルト、さとう、クリーム、寒天 米、麦、豚肉、にんじん、たまねぎ、こまつな、なたね油、とうばんじゃん、てんめんじゃん、しょうゆ、さとう、ごま 油あげ、たまねぎ、ながねぎ、わかめ、みそ、こまつな スパゲティ、なたね油、のり、だいこん、ツナ、さとう、しょうゆ 鶏肉、でんぶん、なたね油、たまねぎ、切干だいこん、トマト、さとう 米、麦、なたね油、ごま油、ながねぎ、豚肉、キムチ、しょうゆ、とうばんじゃん 餃子の皮、ツナ、たまねぎ、チーズ、マヨネーズ、なたね油 さとう、ヨーグルト、クリーム 米、麦 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、なめこ、ほうれんそう、油あげ、みぞ さば、しょうゆ、さとう、みそ 米、麦、ソーセーシ、たまねぎ、セロリー、にんじん、えだまめ、しょうゆ、なたね油 鶏肉、なたね油、パター、小麦粉、牛乳、たまねぎ、マッシュルーム、チーズ なし果汁、さとう 米、麦、さとう、油あげ、にんじん、鶏肉、しょうゆ、ごま、のり ほっけ、でんぶん、なたね油	714 702 819 760 792	28.5 31.4 38.2 24.7 28.8	21.8 33.0 31.0 28.0

^{*}食材料購入の都合等により、献立を変更する場合があります。 *だしやスープは、かつおぶし、こんぶ、野菜からとっています。