

学校給食献立表(夢前学校給食センター) 令和4年度9月分(9/1~9/30) 姫路市教育委員会

	9月1日(木)	9月2日(金)	9月5日(月)	9月6日(火)	9月7日(水)	9月8日(木)
こんだて	なつやさいのカレーライス ごはん 「なつやさいのカレー」 牛乳 たこナゲット ポイルサラダ かんきつドレッシング	ごはん 牛乳 ワンタンスープ けいちゃんやき きゅうりのピリリづけ れいとうみかん	けいはん ごはん 「けいはん(しる)」「けいはん(ぐ)」 きざみのり 牛乳 かぼちゃのかきあげ	パン 牛乳 コンソメスープ とりくのこうそうパンでやき ひじきのいためサラダ いちごジャム	もずくどん ごはん 「もずくどんのぐ」 牛乳 キムチスープ さといもコロッケ	ごはん 牛乳 とうふとなすのマーボーふう シューマイ もちむぎめんサラダ
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> じゃがいも <input checked="" type="checkbox"/> かぼちゃ <input checked="" type="checkbox"/> たまねぎ <input checked="" type="checkbox"/> なす <input checked="" type="checkbox"/> トマト <input checked="" type="checkbox"/> にんじん <input checked="" type="checkbox"/> セロリー <input checked="" type="checkbox"/> しょうが <input checked="" type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> カレールウ <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> カレーこ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> たこいりナゲット <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> かんきつドレッシング	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> ワンタンのかわ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> トウバンジャン <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> ごま <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"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> こめす <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> しちみつがらし <input type="checkbox"/> れいとうみかん	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ししいたけ <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> たくあん <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> きざみのり <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> かぼちゃ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> かえりちりめん <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> てんぷらこ <input type="checkbox"/> あぶら	<input type="checkbox"/> パン <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> セロリー <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> コンソメ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> オリブオイル <input type="checkbox"/> パセリペースト <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> パンこ <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"/> ひじき <input type="checkbox"/> まぐろのあぶらづけ <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"/> りんごす <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> いちごジャム	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> ししいたけ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もずく <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> ねぶかねぎ <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> はくさいキムチ <input type="checkbox"/> とつぷ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> いら <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> さといもコロッケ <input type="checkbox"/> あぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> れいとうとうふ <input type="checkbox"/> なす <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ししいたけ <input type="checkbox"/> グリンピース <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> トウバンジャン <input type="checkbox"/> オイスターソース <input type="checkbox"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> ポークシューマイ <input type="checkbox"/> もちむぎめんぶし <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> こめす <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ごまあぶら
こんだて	ごはん 一つきみこんだて一 牛乳 かきたまじる いわしのかぼすレモンに さといものそばろに つきみぜりー	ごはん 牛乳 フェジョアーダ ツナオムレツ ごまたくあん	パン・ミー 「スライスパン」 パン・ミーのぐ 牛乳 かぼちゃとえだまめのスープ フルーツカクテル	おやこどん 「ごはん」 「おやこどんのぐ」 牛乳 やしししゃも はりはりづけ	ごはん 牛乳 オニオンスープ ドライカレー ごぼうサラダ	ごはん ーしよくいのひー 牛乳 ばちじる すずきのゆずソース なすのごまみそいため
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> たまご <input type="checkbox"/> とうふ <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"/> はねぎ <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こんぶ(だし) <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> いわしかぼすレモンに <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> せいしゅ <input type="checkbox"/> さといも <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"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> つきみぜりー	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> しろいんげんまめ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> チキンフランク <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> あかワイン <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ツナオムレツ <input type="checkbox"/> たくあん <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> ポロニアステーキ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> レモンかじゅう <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> コーンスターチ <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> かぼちゃ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> えだまめ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> コーンスターチ <input type="checkbox"/> みかんシロップづけ <input type="checkbox"/> パインシロップづけ <input type="checkbox"/> おうとうシロップづけ <input type="checkbox"/> カクテルゼリー	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> たまご <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> かまぼこ <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"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> こもちししゃも <input type="checkbox"/> きりぼしだいこん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こめす	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> コンソメ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ピーマン <input type="checkbox"/> だいず <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> あかワイン <input type="checkbox"/> コンソメ <input type="checkbox"/> カレーこ <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"/> コーンスターチ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> ちりめんじゃこ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しらみそ <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> こめす <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ごはん <input checked="" type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> そうめんばち <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> ししいたけ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> こんぶ(だし) <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> スズキ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> あぶら <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"/> さとう <input type="checkbox"/> ゆずかじゅう <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> なす <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> さとう <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"/> ごまあぶら <input type="checkbox"/> でんぶん

○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・しほう) △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:

学校給食献立表(夢前学校給食センター) 令和4年度9月分(9/1~9/30) 姫路市教育委員会

	9月20日(火)	9月21日(水)	9月22日(木)	9月26日(月)	9月27日(火)	9月28日(水)
こんだて	ミニぶどうパン 牛乳 ソーススパゲティ キャベツととりのハンバーグ ピクルス	ぶたピリごはん ごはん 「ぶたピリごはんのぐ 牛乳 とうがんのくすじる ツナポテト	ごはん 牛乳 きりぼしだいこんのふくめに さばのしおこうじやき キャベツのあまずいため	ごはん 牛乳 こうやどうぶのオランダに さわらのありまやき チンゲンサイとえびのソテー	パン 牛乳 ボンレ とりにくのメキシカンソース かぼちゃとまめのサラダ	ごはん 牛乳 カレーうどん ちりめんのいりに コーンキャベツ
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ミニパン <input type="checkbox"/> ほしぶどう <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> スパゲティ <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> ちくわ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> あおさこ <input type="checkbox"/> キャベツいりひらつくね <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> あかピーマン <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> レモンかじゅう <input type="checkbox"/> つぶマスタード	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> はくさいキムチ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> さやいんげん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> さとう <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 <input type="checkbox"/> こまあぶら <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> とうがん <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"/> こんぶ(だし) <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> くすこ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> まくろのあぶらづけ <input type="checkbox"/> サラダレッシング <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> きりぼしだいこん <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> ちくわ <input type="checkbox"/> あつあげ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> えだまめ <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"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> しおこうじ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> やきぶた <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> ごまあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> こうやどうぶ <input type="checkbox"/> でんぱん <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> グリンピース <input type="checkbox"/> さとう <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 <input type="checkbox"/> さわら <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> さんしょう <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> えび <input type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> ちゅうかスープのもと <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごまあぶら	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> チキンフランク <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> セロリー <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> ローリエ <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> ポークスープ <input type="checkbox"/> コンソメ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ピーマン <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトピューレ <input type="checkbox"/> コンソメ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> チリパウダー <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> かぼちゃ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ミックスビーンズ <input type="checkbox"/> えだまめ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> レモンかじゅう <input type="checkbox"/> サラダレッシング <input type="checkbox"/> トマトケチャップ	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> うどん <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> あぶらあげ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> カレーこ <input type="checkbox"/> カレールウ <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"/> でんぱん <input type="checkbox"/> けずりぶし(だし) <input type="checkbox"/> かえりちりめん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> せいしゆ <input type="checkbox"/> キャベツ <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"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう
	9月29日(木)	9月30日(金)	9月平均 栄養量 (小学校4年生)		~地産地消の推進~ 姫路市の学校給食では、姫路市産、兵庫県産の食材を優先して使用する地産地消の取組を推進しています。この取組の一環として、国の地方創生臨時交付金を活用し、9月より小・中・義務教育・特別支援学校で姫路市産たまねぎを献立に随時取り入れます。また、10月、11月の「食育の日」には、全市一斉に学校給食の献立に姫路市産たまねぎを使用します。学校給食に使用することにより、地産地消及び食育の推進を図り、姫路市産たまねぎの消費拡大を啓発していきます。	
こんだて	ごはん 牛乳 とんじる とびうおフライ れんこんのきんぴら	ごはん 牛乳 にくだんごのスープ チャブチェ くきわかめのすのもの	エネルギー 620kcal たんぱく質 25.5g 脂質 27.4% カルシウム 335mg 鉄 2.4mg		A 240μgRAE B1 0.37mg B2 0.53mg C 24mg 食塩相当量 2.4g 食物繊維 4.8g マグネシウム 87mg 亜鉛 3.0mg	
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ぶたにく <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> はねぎ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> にぼし(だし) <input type="checkbox"/> とびうおフライ <input type="checkbox"/> あぶら <input type="checkbox"/> とりにく <input type="checkbox"/> れんこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> せいしゆ <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"/> さとう <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> にくだんご <input type="checkbox"/> とうふ <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> きゅうにく <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> にら <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> ごまあぶら <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"/> さとう <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> くきわかめ <input type="checkbox"/> せんざりかまぼこ <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	こんげつ ぎょうじ 今月の行事より お月見 今年は9月10日が十五夜です。 この日は特に月が美しいとされ、 「中秋の名月」とよんで、お月見をしました。 お月見には、秋の収穫を感謝して、 すずきを飾り、だんごや里いもなどを 供えます。			

○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: えび: かに:

