

学校給食献立表(南部学校給食センターB) 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)
献立	チキンカレー 牛乳 ポテトささみカツ はりはり漬け	パン 牛乳 ミネストローネ ハンバーグのソース焼き キャベツのカレー風味	ご飯 牛乳 とうがんスープ 豚肉のしょうが焼き ひじきの炒めサラダ	ご飯 牛乳 マーボー豆腐 焼きししゃも じゃがいものマスタードソース	ぶどうパン 牛乳 スモータン さつまいものかき揚げ(米粉) ごぼうサラダ	ご飯 牛乳 みそ汁 鶏肉のしくれ煮 もやしのごま酢炒め 冷凍みかん
献立	○ ご飯 ○ 鶏肉 ○ カレー粉 △ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ セロリー △ グリンピース △ しょうが △ にんにく △ サラダ油 △ 米粉 △ ガラムマサラ △ パプリカパウダー △ ポークスープ △ とんかつソース △ トマトケチャップ △ こいくちしょうゆ △ こしょう	○ パン ○ 牛乳 ○ ベーコン △ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ マカロニ △ エリンギ △ セロリー △ にんにく △ サラダ油 △ トマト △ トマトピューレ △ トマトケチャップ △ 砂糖 △ こしょう △ パプリカペースト △ チキンスープ	○ ご飯 ○ 牛乳 ○ 鶏肉 △ しょうが △ 厚揚げ △ とうがん △ にんじん △ しいたけ △ 葉ねぎ △ チキンスープ △ うすくちしょうゆ △ 塩 △ こしょう ○ 豚肉 △ しょうが △ 清酒 △ たまねぎ △ ピーマン △ パプリカ △ こいくちしょうゆ △ 砂糖 △ サラダ油 △ でんぷん △ キャベツ △ にんじん △ とうもろこし △ ひじき △ まぐろ油漬 △ うすくちしょうゆ △ サラダドレッシング △ 米酢 △ サラダ油 △ 砂糖 △ 塩 △ こしょう	○ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ 豆腐 △ たまねぎ △ にんじん △ しいたけ △ にら △ しょうが △ にんにく △ サラダ油 ○ チキンスープ ○ 赤みそ ○ オイスターソース ○ トウバンジャン ○ 砂糖 △ こいくちしょうゆ △ みりん △ 塩 ○ ごま油 ○ でんぷん ○ 子持ちししゃも △ じゃがいも △ たまねぎ △ パプリカ △ 粒入りマスタード △ 米酢 △ 塩 △ こしょう ○ オリーブ油	○ パン △ レーズン ○ 牛乳 ○ 鶏卵 ○ ささみ油漬 △ コーンクリーム △ とうもろこし △ たまねぎ △ チンゲンサイ △ チキンスープ △ うすくちしょうゆ △ 清酒 △ 塩 △ こしょう △ でんぷん △ にんじん △ たまねぎ △ さつまいも ○ かえりちりめん △ 塩 △ 天ぷら粉(米粉) △ 油 ○ チキンハム △ ごぼう △ にんじん △ ごま △ 米酢 △ 砂糖 △ サラダドレッシング ○ 白みそ △ うすくちしょうゆ △ 塩	○ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豆腐 ○ 油揚げ ○ わかめ ○ じゃがいも △ たまねぎ △ にんじん △ 葉ねぎ ○ みそ ○ 煮干し(だし) ○ 鶏肉 △ しょうが △ 清酒 △ でんぷん ○ レバー ○ 油 △ たまねぎ △ にんじん △ 砂糖 △ こいくちしょうゆ ○ チキンハム △ もやし △ にら △ にんじん △ 砂糖 △ うすくちしょうゆ △ 米酢 △ 塩 △ ごま △ サラダ油 △ みかん
材料	○ 牛乳 ○ 卵 ○ 小麦 ○ 大豆 ○ 鶏肉 ○ 豚肉 ○ 鶏卵 ○ さつまいも ○ かえりちりめん ○ 天ぷら粉 ○ 油 ○ チキンハム ○ ごぼう ○ にんじん ○ ごま ○ 米酢 ○ 砂糖 ○ サラダ油 ○ 塩 ○ こしょう	○ 牛乳 ○ 鶏つくね ○ はるさめ ○ 豆腐 ○ チンゲンサイ ○ にんじん ○ もやし ○ チキンスープ ○ うすくちしょうゆ ○ 塩 ○ こしょう ○ じゃがいも ○ 油 ○ 豚肉 ○ にら ○ サラダ油 ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ キャベツ ○ にんじん ○ とうもろこし ○ チキンハム ○ 米酢 ○ 砂糖 ○ ごま油 ○ うすくちしょうゆ ○ 塩 ○ こしょう	○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ にんにく ○ にんじん ○ たまねぎ ○ じゃがいも ○ トマト ○ サラダ油 ○ 塩 ○ 砂糖 ○ うすくちしょうゆ ○ 清酒 ○ チキンスープ ○ パプリカペースト ○ あじ ○ うすくちしょうゆ ○ みりん ○ 清酒 ○ 山椒粉 ○ でんぷん ○ ベーコン ○ にんじん ○ にら ○ もやし ○ サラダ油 ○ 塩 ○ こしょう ○ こいくちしょうゆ	○ パン ○ 牛乳 ○ 鶏肉 ○ フォー ○ たまねぎ ○ もやし ○ にら ○ レモン果汁 ○ うすくちしょうゆ ○ ナンプラー ○ 砂糖 ○ 塩 ○ こしょう ○ チキンスープ ○ ポークシュウマイ ○ 油 ○ チキンハム ○ キャベツ ○ にんじん ○ 米酢 ○ 砂糖 ○ サラダ油 ○ 塩 ○ こしょう	○ 牛乳 ○ 豆腐 ○ 豚肉 ○ にんじん ○ たまねぎ ○ わかめ ○ たまねぎ ○ えのきたけ ○ 葉ねぎ ○ うすくちしょうゆ ○ チキンスープ ○ うすくちしょうゆ ○ 塩 ○ こしょう ○ ごま油 ○ 鶏肉 ○ キャベツ ○ かぼちゃ ○ 葉ねぎ ○ たまねぎ ○ しょうが ○ にんにく ○ サラダ油 ○ チキンスープ ○ みりん ○ うすくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ コチジャン ○ 塩 ○ ごま油 ○ じゃがいも ○ にんじん ○ まぐろ油漬 ○ サラダドレッシング ○ 塩 ○ こしょう	○ 牛乳 ○ 鶏肉 ○ 油揚げ ○ たまねぎ ○ にんじん ○ しいたけ ○ 葉ねぎ ○ うすくちしょうゆ ○ 昆布(だし) ○ 削り節(だし) ○ すずき ○ 塩 ○ こしょう ○ でんぷん ○ 油 ○ 根深ねぎ ○ 清酒 ○ しょうが ○ こいくちしょうゆ ○ 米酢 ○ 砂糖 ○ 鶏肉 ○ しいたけ ○ たまねぎ ○ にんじん ○ もやし ○ 葉ねぎ ○ しょうが ○ ごま油 ○ 清酒 ○ うすくちしょうゆ ○ みりん ○ 砂糖 ○ チキンスープ ○ でんぷん
料	○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油	○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油	○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油	○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油	○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油	○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油
献立	ご飯 一月見献立一 牛乳 沢煮椀 揚げさばの野菜あんかけ さといものそぼろ煮	ご飯 牛乳 肉だんごのスープ にらじゃが コーンサラダ	ご飯 牛乳 トマじゃが あじの有馬焼き 野菜炒め	パン 牛乳 鶏肉のフォー 揚げシュウマイ キャベツとハムのサラダ	ご飯 牛乳 わかめスープ タッカルビ ツナポテト	ご飯 一食のり日一 牛乳 みそ汁 すずきの香味だれ もすく丼
献立	○ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ 油揚げ ○ にんじん ○ だいこん ○ えのきたけ ○ 葉ねぎ ○ 塩 ○ うすくちしょうゆ ○ 削り節(だし) ○ 昆布(だし) ○ さば ○ 清酒 ○ 塩 ○ でんぷん ○ 油 ○ パプリカ ○ ピーマン ○ 米酢 ○ 砂糖 ○ こいくちしょうゆ ○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油	○ ご飯 ○ 牛乳 ○ 鶏つくね ○ はるさめ ○ 豆腐 ○ チンゲンサイ ○ にんじん ○ もやし ○ チキンスープ ○ うすくちしょうゆ ○ 塩 ○ こしょう ○ じゃがいも ○ 油 ○ 豚肉 ○ にら ○ サラダ油 ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ キャベツ ○ にんじん ○ とうもろこし ○ チキンハム ○ 米酢 ○ 砂糖 ○ ごま油 ○ うすくちしょうゆ ○ 塩 ○ こしょう	○ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豚肉 ○ にんにく ○ にんじん ○ たまねぎ ○ じゃがいも ○ トマト ○ サラダ油 ○ 塩 ○ 砂糖 ○ うすくちしょうゆ ○ 清酒 ○ チキンスープ ○ パプリカペースト ○ あじ ○ うすくちしょうゆ ○ みりん ○ 清酒 ○ 山椒粉 ○ でんぷん ○ ベーコン ○ にんじん ○ にら ○ もやし ○ サラダ油 ○ 塩 ○ こしょう ○ こいくちしょうゆ	○ パン ○ 牛乳 ○ 鶏肉 ○ フォー ○ たまねぎ ○ もやし ○ にら ○ レモン果汁 ○ うすくちしょうゆ ○ ナンプラー ○ 砂糖 ○ 塩 ○ こしょう ○ チキンスープ ○ ポークシュウマイ ○ 油 ○ チキンハム ○ キャベツ ○ にんじん ○ 米酢 ○ 砂糖 ○ サラダ油 ○ 塩 ○ こしょう	○ ご飯 ○ 牛乳 ○ 豆腐 ○ 豚肉 ○ にんじん ○ たまねぎ ○ わかめ ○ たまねぎ ○ えのきたけ ○ 葉ねぎ ○ うすくちしょうゆ ○ チキンスープ ○ うすくちしょうゆ ○ 塩 ○ こしょう ○ ごま油 ○ 鶏肉 ○ キャベツ ○ かぼちゃ ○ 葉ねぎ ○ たまねぎ ○ しょうが ○ にんにく ○ サラダ油 ○ チキンスープ ○ みりん ○ うすくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ コチジャン ○ 塩 ○ ごま油 ○ じゃがいも ○ にんじん ○ まぐろ油漬 ○ サラダドレッシング ○ 塩 ○ こしょう	○ ご飯 ○ 牛乳 ○ 鶏肉 ○ 油揚げ ○ たまねぎ ○ にんじん ○ しいたけ ○ 葉ねぎ ○ うすくちしょうゆ ○ 昆布(だし) ○ 削り節(だし) ○ すずき ○ 塩 ○ こしょう ○ でんぷん ○ 油 ○ 根深ねぎ ○ 清酒 ○ しょうが ○ こいくちしょうゆ ○ 米酢 ○ 砂糖 ○ 鶏肉 ○ しいたけ ○ たまねぎ ○ にんじん ○ もやし ○ 葉ねぎ ○ しょうが ○ ごま油 ○ 清酒 ○ うすくちしょうゆ ○ みりん ○ 砂糖 ○ チキンスープ ○ でんぷん
料	○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油	○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油	○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油	○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油	○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油	○ 鶏肉 ○ 清酒 ○ さといも ○ グリンピース ○ うすくちしょうゆ ○ こいくちしょうゆ ○ 砂糖 ○ みりん ○ でんぷん ○ サラダ油

○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: えび: かに:

学校給食献立表(南部学校給食センターB) 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)		
献立	ご飯 牛乳 豚汁 ちくわの磯辺揚げ じゃがいものきんぴら	パン 牛乳 ワンタンスープ 鶏肉のバジル焼き さつまいもサラダ りんごジャム	あんかけ丼 牛乳 きびなごフライ こまつなと大豆のソテー	ご飯 牛乳 ビーフンスープ 豚肉のカリン揚げ コーンキャベツ	ご飯 牛乳 カレー肉じゃが あじのスパイス揚げ パンパンジー	献立	献立	献立	献立	
材	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> さといも <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> 煮干し(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> ワンタンの皮 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> 根深ねぎ <input type="checkbox"/> えだまめ <input type="checkbox"/> しょうが <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"/> 塩 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> ビーフン <input type="checkbox"/> 厚揚げ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <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"/> こんにゃく <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"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> カレー粉 <input type="checkbox"/> サラダ油	料	料	料	料	
材	<input type="checkbox"/> ちくわ <input type="checkbox"/> あおさ粉 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 天ぷら粉 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> グリンピース <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"/> 塩 <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> ワイン風調味料 <input type="checkbox"/> バジルペースト <input type="checkbox"/> オリーブ油 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 黒こしょう <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> りんごジャム	<input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> きびなごフライ <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> ささみ油漬 <input type="checkbox"/> 大豆 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <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"/> 清酒 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ごま <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"/> あじ <input type="checkbox"/> ワイン風調味料 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> クッキングスパイス <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> ささみ油漬 <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> ごま油	9月平均 栄養量 (中学校)	ビタミン	A 333μgRAE B1 0.49mg B2 0.56mg C 31mg	エネルギー 740kcal たんぱく質 29.0g 脂質 28.7% カルシウム 335mg 鉄 2.5mg	食塩相当量 3.1g 食物繊維 6.7g マグネシウム 98mg 亜鉛 3.2mg
献立	パン 牛乳 かぼちゃと枝豆のスープ 肉だんごのケチャップ炒め ポテトサラダ	菜めし 牛乳 豆腐汁 じゃこ大豆のかき揚げ(米粉) かんぴょうの卵とじ	パン 牛乳 コンソメスープ 揚げさばのマリネ れんこんとツナのサラダ	9月平均 栄養量 (中学校)	ビタミン	A 333μgRAE B1 0.49mg B2 0.56mg C 31mg	エネルギー 740kcal たんぱく質 29.0g 脂質 28.7% カルシウム 335mg 鉄 2.5mg	食塩相当量 3.1g 食物繊維 6.7g マグネシウム 98mg 亜鉛 3.2mg		
献立	<input type="checkbox"/> パン <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"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 大根葉 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <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"/> 削り節(だし) <input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input 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"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> セロリー <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	~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。						
材	<input type="checkbox"/> 鶏つくね <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 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="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> 大豆 <input type="checkbox"/> かえりちりめん <input type="checkbox"/> くきわかめ <input type="checkbox"/> 天ぷら粉(米粉) <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> かんぴょう <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 鶏卵 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> 根深ねぎ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> いら <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> レモン果汁 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> れんこん <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> まぐろ油漬 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう							
料	<input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> きゅうり <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"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> かんぴょう <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 鶏卵 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> 根深ねぎ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> いら <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> れんこん <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> まぐろ油漬 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> サラダドレッシング <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 塩 <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: えび: かに:

(ピーナッツ)