

学校給食献立表(南部学校給食センターB) 令和5年度10月分(10/2~10/31) 姫路市教育委員会

	10月2日(月)	10月3日(火)	10月4日(水)	10月5日(木)	10月6日(金)	10月10日(火)
献立	ご飯 牛乳 八宝菜 蒸しシュウマイ 炒めナムル	ご飯 牛乳 さつまいも汁 あじの香味揚げ ひじきとコーンの炒め煮	パン 牛乳 コーンスープ ミンチカツ 小松菜のソテー みかん	わかめご飯 牛乳 きつねうどん にしんの竜田揚げ もやしのサラダ	パン 牛乳 ビーフンスープ ドライカレー ジャーマンポテト	ご飯 牛乳 キムチスープ 豚肉のカリン揚げ キャベツの甘酢炒め
献立	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> パン	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> パン	<input type="checkbox"/> ご飯
	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> わかめ	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳
材	<input type="checkbox"/> 豚肉	<input type="checkbox"/> 豚肉	<input type="checkbox"/> コーンクリーム	<input type="checkbox"/> うどん	<input type="checkbox"/> ひね鶏	<input type="checkbox"/> 焼き豚
	<input type="checkbox"/> えび	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input type="checkbox"/> とうもろこし	<input type="checkbox"/> わかめ	<input type="checkbox"/> 厚揚げ	<input type="checkbox"/> はくさいキムチ
	<input type="checkbox"/> キャベツ	<input type="checkbox"/> ごぼう	<input type="checkbox"/> ベーコン	<input type="checkbox"/> キャベツ	<input type="checkbox"/> しんじゆ	<input type="checkbox"/> 豆腐
	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> だいこん	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> しいたけ	<input type="checkbox"/> たまねぎ
	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input type="checkbox"/> 菜ねぎ	<input type="checkbox"/> チンゲンサイ	<input type="checkbox"/> にら
	<input type="checkbox"/> 葉ねぎ	<input type="checkbox"/> 平天	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> 油揚げ	<input type="checkbox"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/> えのきたけ
	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> こんにゃく	<input type="checkbox"/> パセリ	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> チキンスープ
	<input type="checkbox"/> たけのこ	<input type="checkbox"/> 葉ねぎ	<input type="checkbox"/> パター	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ
	<input type="checkbox"/> しんじゆ	<input type="checkbox"/> みそ	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> こしょう
	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> 煮干し(だし)	<input type="checkbox"/> 米粉	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 牛肉	<input type="checkbox"/> こしょう
<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> あじ	<input type="checkbox"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 豚肉	<input type="checkbox"/> ごま油	
<input type="checkbox"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> ミンチカツ	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> 豚肉	
<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> 清酒	
<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> 醤油	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> しょうが	
<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> 菜ねぎ	<input type="checkbox"/> 調味料	<input type="checkbox"/> こまつな	<input type="checkbox"/> 清酒	<input type="checkbox"/> でんぷん	
<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> トマトケチャップ	<input type="checkbox"/> キャベツ	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> 油	
<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ウスターソース	<input type="checkbox"/> チキンハム	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 砂糖	
<input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> トマトケチャップ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	
<input type="checkbox"/> 米酢	<input type="checkbox"/> 清酒	<input type="checkbox"/> ウスターソース	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> ごま	
<input type="checkbox"/> ポークシュウマイ	<input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> キャベツ	
<input type="checkbox"/> ごまつな	<input type="checkbox"/> ひじき	<input type="checkbox"/> 醤油	<input type="checkbox"/> にしん	<input type="checkbox"/> にんにく	<input type="checkbox"/> にんじん	
<input type="checkbox"/> もやし	<input type="checkbox"/> とうもろこし	<input type="checkbox"/> 小麦粉	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> にんじん	
<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> 小麦粉	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> にんにく	<input type="checkbox"/> チキンハム	
<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> ベーコン	<input type="checkbox"/> 小麦粉	<input type="checkbox"/> 清酒	<input type="checkbox"/> トマトケチャップ	<input type="checkbox"/> サラダ油	
<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> 小麦粉	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> ウスターソース	<input type="checkbox"/> 塩	
<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"/> 小麦粉	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> こしょう	
<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> 小麦粉	<input type="checkbox"/> 肉	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> しょうが	
<input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> 煮干し(だし)	<input type="checkbox"/> 小麦粉	<input type="checkbox"/> 肉	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> しょうが	
<input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> 煮干し(だし)	<input type="checkbox"/> 小麦粉	<input type="checkbox"/> 肉	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> しょうが	
献立	10月11日(水)	10月12日(木)	10月13日(金)	10月16日(月)	10月17日(火)	10月18日(水)
献立	ご飯 牛乳 親子丼 さつまいものかき揚げ 野菜炒め	ご飯 牛乳 はるさめスープ 揚げそばの野菜あんかけ 白菜のごま和え	パン 牛乳 ポークビーンズ あじのカレームニエル ひじきの炒めサラダ	ご飯 牛乳 もずく汁 豚肉のみそ炒め ツナおから	ご飯 牛乳 大根としょうがのスープ コリアンチキン ナムル	パン 牛乳 イタリアンスパゲティ ウインナーの香り揚げ ごまつなサラダ
献立	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> パン	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> ご飯	<input type="checkbox"/> パン
	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳	<input type="checkbox"/> 牛乳
材	<input type="checkbox"/> 鶏卵	<input type="checkbox"/> 豚肉	<input type="checkbox"/> 豚肉	<input type="checkbox"/> 厚揚げ	<input type="checkbox"/> ベーコン	<input type="checkbox"/> スパゲティ
	<input type="checkbox"/> 鶏肉	<input type="checkbox"/> はるさめ	<input type="checkbox"/> ワイン風味調味料	<input type="checkbox"/> かまぼこ	<input type="checkbox"/> だいこん	<input type="checkbox"/> 豚肉
	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input type="checkbox"/> しいたけ	<input type="checkbox"/> もずく	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<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"/> にんじん	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> にんじん
	<input type="checkbox"/> 葉ねぎ	<input type="checkbox"/> チンゲンサイ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> えのきたけ	<input type="checkbox"/> チンゲンサイ	<input type="checkbox"/> エリンギ
	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> パセリ	<input type="checkbox"/> 菜ねぎ	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> ピーマン
	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> えのきたけ	<input type="checkbox"/> 大豆	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> トマトケチャップ
	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> チキンスープ	<input type="checkbox"/> トマトピューレ	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> とんかつソース
	<input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> トマトケチャップ	<input type="checkbox"/> 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ウスターソース
	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> ウスターソース	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> ナンプラー	<input type="checkbox"/> こしょう
<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ポークスープ	<input type="checkbox"/> 豚肉	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> チキンスープ	
<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> パプリカ	
<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> だいこん	<input type="checkbox"/> たまねぎ	
<input type="checkbox"/> さつまいも	<input type="checkbox"/> さば	<input type="checkbox"/> あじ	<input type="checkbox"/> 小麦粉	<input type="checkbox"/> たまねぎ	<input type="checkbox"/> みそ	
<input type="checkbox"/> かえりちりめん	<input type="checkbox"/> 清酒	<input type="checkbox"/> カレー粉	<input type="checkbox"/> 小麦粉	<input type="checkbox"/> グリンピース	<input type="checkbox"/> 砂糖	
<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> 米粉	<input type="checkbox"/> 小麦粉	<input type="checkbox"/> みそ	<input type="checkbox"/> みりん	
<input type="checkbox"/> 天ぷら粉	<input type="checkbox"/> パプリカ	<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> パター	<input type="checkbox"/> 清酒	<input type="checkbox"/> 小麦粉	
<input type="checkbox"/> 油	<input type="checkbox"/> ピーマン	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> でんぷん	
<input type="checkbox"/> 豚肉	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> キャベツ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 米酢	
<input type="checkbox"/> パプリカ	<input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> しょうが	<input type="checkbox"/> コチジャン	
<input type="checkbox"/> にら	<input type="checkbox"/> でんぷん	<input type="checkbox"/> とうもろこし	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> もやし	<input type="checkbox"/> ごまつな	
<input type="checkbox"/> もやし	<input type="checkbox"/> はくさい	<input type="checkbox"/> ひじき	<input type="checkbox"/> サラダドレッシング	<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> まぐろ油揚げ	
<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ごまつな	<input type="checkbox"/> チキンハム	<input type="checkbox"/> サラダドレッシング	<input type="checkbox"/> にんじん	<input type="checkbox"/> にんじん	
<input type="checkbox"/> 塩	<input type="checkbox"/> ささみ油揚げ	<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"/> だいこん	<input type="checkbox"/> サラダドレッシング	
<input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ごま	<input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> 砂糖	<input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> 米酢	
<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"/> 塩	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> 辛子粉	
					<input type="checkbox"/> 塩	

○赤の食品…体をつくるもの(たんぱく質・むぎ汁) □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)

学校給食献立表(南部学校給食センターB) 令和5年度10月分(10/2~10/31) 姫路市教育委員会

		10月19日(木)	10月20日(金)	10月23日(月)	10月24日(火)	10月25日(水)
献立		ご飯 牛乳 かす汁 和風ハンバーグ りっちゃんのサラダ 味付けのり	パン 牛乳 トマトじゃが あじのスパイス焼き 野菜のソテー	ご飯 牛乳 さつまいものみそ汁 揚げギョウザ もやしのごま酢炒め	秋のカレーライス 牛乳 いわしフライ 中華風サラダ	パン 牛乳 コンソメスープ 揚げ鶏のメキシカンソース ごまツナソテー
	献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> 油揚げ <input type="radio"/> ちくわ <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> だいこん <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ <input type="triangle-up"/> 酒かす <input type="radio"/> みそ <input type="radio"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> 煮干し(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> トマト <input type="checkbox"/> サラダ油 塩 <input type="checkbox"/> 砂糖 うすくちしょうゆ 清酒 チキンスープ パジルペースト	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豆腐 <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ <input type="radio"/> わかめ <input type="radio"/> みそ <input type="radio"/> 煮干し(だし)	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> かぼちゃ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> なす <input type="triangle-up"/> しめじ <input type="triangle-up"/> セロリ <input type="triangle-up"/> しょうが にんにく サラダ油 米粉 カレー粉 ガラマサラ パプリカパウダー チキンスープ トマトケチャップ とんかつソース ごいくちしょうゆ みりん 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle-up"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> エリンギ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> セロリ <input type="triangle-up"/> パセリ チキンスープ サラダ油 塩 こしょう
献立		鶏豚ハンバーグ たまねぎ しめじ サラダ油 うすくちしょうゆ ごいくちしょうゆ 砂糖 みりん でんぶん	<input type="radio"/> あじ 塩 こしょう クッキングスパイス ワイン風調味料 オリーブ油	<input type="checkbox"/> ギョウザ <input type="checkbox"/> 油 <input type="radio"/> チキンハム <input type="triangle-up"/> もやし <input type="triangle-up"/> にら <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> 砂糖 うすくちしょうゆ 米酢 塩 ごま <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> チキンハム <input type="triangle-up"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> はるさめ <input type="triangle-up"/> チキンハム <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> きゅうり 塩 米酢 砂糖 うすくちしょうゆ ごま油	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ピーマン <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> トマト <input type="triangle-up"/> トマトピューレ 塩 こしょう チリパウダー オリーブ油
	献立	<input type="radio"/> チキンハム <input type="triangle-up"/> 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="radio"/> 塩こんぶ <input type="radio"/> かつおぶし 米酢 砂糖 サラダ油 塩 こしょう <input type="radio"/> 味付けのり	<input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> チンゲンサイ <input type="triangle-up"/> もやし <input type="checkbox"/> サラダ油 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> いわしのカリカリフライ <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="radio"/> チキンハム <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> きゅうり 塩 米酢 砂糖 うすくちしょうゆ ごま油	<input type="checkbox"/> ごまつな <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> まぐろ油漬け <input type="triangle-up"/> にんじん 塩 こしょう サラダ油
		10月26日(木)	10月27日(金)	10月30日(月)	10月31日(火)	10月平均 栄養量 (中学校)
献立		ご飯 牛乳 かやくうどん 小魚と昆布のかき揚げ(米粉) 手作りふりかけ	パン 牛乳 レタスのスープ 鶏肉のエスニック揚げ 和風サラダ	ご飯 牛乳 とうもろこしのスープ 鶏肉の照り焼き きんぴらごぼう	ご飯 牛乳 肉じゃが 白身魚の辛味ソース コーンキャベツ	
	献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> うどん <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 葉ねぎ <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="triangle-up"/> しいたけ <input type="checkbox"/> 砂糖 清酒 うすくちしょうゆ ごいくちしょうゆ 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> レタス <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> はるさめ <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="triangle-up"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> チキンスープ うすくちしょうゆ ごま油 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle-up"/> とうもろこし <input type="radio"/> 鶏卵 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> えのきたけ <input type="triangle-up"/> パセリ チキンスープ <input type="checkbox"/> でんぶん うすくちしょうゆ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <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"/> グリンピース <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="triangle-up"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 うすくちしょうゆ ごいくちしょうゆ みりん	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豚肉 <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"/> グリンピース <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="triangle-up"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 砂糖 うすくちしょうゆ ごいくちしょうゆ みりん
献立		<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="radio"/> かえりちりめん <input type="radio"/> 昆布 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> 天ぷら粉(米粉) 塩 油	<input type="radio"/> 鶏肉 <input type="triangle-up"/> にんにく ナンブラー <input type="checkbox"/> 砂糖 塩 黒こしょう カレー粉 でんぶん 油	<input type="triangle-up"/> ごぼう <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> 平天 <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="checkbox"/> ごま うすくちしょうゆ ごいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 みりん <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="radio"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> 根深ねぎ <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="checkbox"/> 砂糖 ごいくちしょうゆ 清酒 塩 トウモロコシ	食塩相当量 3.2g 食物繊維 6.3g マグネシウム 96mg 亜鉛 3.2mg
	献立	<input type="radio"/> ひじき <input type="triangle-up"/> ごまつな 塩 <input type="radio"/> ごま <input type="radio"/> かつおぶし 砂糖 ごいくちしょうゆ みりん	<input type="radio"/> ポークハム <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> もやし <input type="triangle-up"/> きゅうり <input type="checkbox"/> ごま サラダドレッシング うすくちしょうゆ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> 砂糖 みりん <input type="checkbox"/> サラダ油	<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	

○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: