

	2月2日(月)			2月3日(火)			2月4日(水)			2月5日(木)			2月6日(金)		
こんだて	あんかけどんぶり(むぎごはん) 牛乳 もやしのごますいため			ーせつぶんこんだてー ごはん 牛乳 のっぺいじる いわしのたつたあげ せつぶんまめ			ケチャップライス 牛乳 コーンスープ ごぼうのソテー			くろざとうパン 牛乳 はくさいスープ ベジタブルフリッター(こめこ)			ハヤシライス(こめこ) 牛乳 れんこんとツナのサラダ		
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん			<input type="checkbox"/> ごはん			<input type="checkbox"/> ごはん			<input type="checkbox"/> パン			<input type="checkbox"/> ごはん		
	<input type="checkbox"/> おしむぎ			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="checkbox"/> くろざとう			<input type="radio"/> ごはん		
	<input type="radio"/> ぶたにく			<input type="radio"/> とうふ			<input type="radio"/> とうふ			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> ぶたにく		
	<input type="radio"/> たまねぎ			<input type="checkbox"/> さといも			<input type="radio"/> とうもろこし			<input type="radio"/> ぶたにく			<input type="radio"/> あかワイン		
	<input type="radio"/> にんじん			<input type="checkbox"/> こんにゃく			<input type="checkbox"/> トマトケチャップ			<input type="radio"/> あつあげ			<input type="radio"/> たまねぎ		
	<input type="radio"/> はくさい			<input type="radio"/> しお			<input type="checkbox"/> サラダあぶら			<input type="radio"/> はくさい			<input type="radio"/> しめじ		
	<input type="radio"/> ねぶかねぎ			<input type="radio"/> にんじん			<input type="radio"/> しお			<input type="radio"/> たらこ			<input type="radio"/> グリンピース		
	<input type="radio"/> しめじ			<input type="radio"/> だいこん			<input type="radio"/> しょう			<input type="radio"/> たまご			<input type="checkbox"/> サラダあぶら		
	<input type="radio"/> しょうが			<input type="radio"/> ごぼう			<input type="radio"/> チキンスープ			<input type="radio"/> こまつな			<input type="radio"/> トマトピューレ		
	<input type="checkbox"/> サラダあぶら			<input type="radio"/> はねぎ			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> にんじん			<input type="checkbox"/> トマトケチャップ		
	<input type="checkbox"/> さとう			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="radio"/> ベーコン			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> ウスターソース		
	<input type="radio"/> みりん			<input type="radio"/> こいくちしょうゆ			<input type="radio"/> にんじん			<input type="checkbox"/> チキンスープ			<input type="checkbox"/> さとう		
	<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="radio"/> けずりぶし(だし)			<input type="radio"/> たまねぎ			<input type="radio"/> しお			<input type="radio"/> こいくちしょうゆ		
	<input type="radio"/> こいくちしょうゆ			<input type="radio"/> こんぶ(だし)			<input type="checkbox"/> じゃがいも			<input type="radio"/> しょう			<input type="checkbox"/> みりん		
	<input type="radio"/> しお			<input type="checkbox"/> でんぶん			<input type="radio"/> とうもろこし			<input type="checkbox"/> じゃがいも			<input type="checkbox"/> こめこ		
	<input type="checkbox"/> でんぶん			<input type="radio"/> いわし			<input type="radio"/> コーンペースト			<input type="radio"/> たまねぎ			<input type="radio"/> しお		
	<input type="checkbox"/> けずりぶし(だし)			<input type="radio"/> しょうが			<input type="radio"/> パセリ			<input type="radio"/> にんじん			<input type="radio"/> こしょう		
	<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> こいくちしょうゆ			<input type="checkbox"/> サラダあぶら			<input type="radio"/> さやいんげん			<input type="radio"/> 牛乳		
	<input type="radio"/> もやし			<input type="radio"/> せいしゅ			<input type="checkbox"/> しょう			<input type="radio"/> ポークウイナー			<input type="radio"/> れんこん		
	<input type="radio"/> にら			<input type="checkbox"/> でんぶん			<input type="checkbox"/> ポークスープ			<input type="checkbox"/> しお			<input type="radio"/> こめす		
	<input type="radio"/> にんじん			<input type="checkbox"/> あぶら			<input type="radio"/> コーンスターチ			<input type="checkbox"/> てんぷらこ(こめこ)			<input type="radio"/> まぐろのあぶらづけ(こめゆ)		
	<input type="radio"/> ポークハム			<input type="radio"/> だいず			<input type="radio"/> ごぼう			<input type="checkbox"/> コーングリッツ			<input type="radio"/> にんじん		
	<input type="checkbox"/> さとう			<input type="checkbox"/> さとう			<input type="radio"/> こめす			<input type="checkbox"/> あぶら			<input type="radio"/> キャベツ		
	<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="radio"/> しょうが			<input type="radio"/> にんじん						<input type="radio"/> ごま		
	<input type="radio"/> こめす						<input type="radio"/> キャベツ						<input type="radio"/> サラダドレッシング		
	<input type="radio"/> こま						<input type="radio"/> ポークハム						<input type="radio"/> うすくちしょうゆ		
	<input type="checkbox"/> サラダあぶら						<input type="checkbox"/> ごま						<input type="radio"/> しお		
							<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ						<input type="radio"/> こしょう		
							<input type="checkbox"/> サラダドレッシング								
							<input type="checkbox"/> サラダあぶら								
	2月9日(月)			2月10日(火)			2月12日(木)			2月13日(金)			2月16日(月)		
こんだて	ごはん 牛乳 やさいのうまに きゅうりのすのもの			ごはん 牛乳 あすかじる れんこんのかきあげ(こめこ)			パン 牛乳 ポトフ にこみハンバーグ チョコクリーム			チキンカレー(こめこ) 牛乳 まめまめサラダ			ごはん 牛乳 にらたまスープ マーボーだいこん		
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん			<input type="checkbox"/> ごはん			<input type="checkbox"/> パン			<input type="checkbox"/> ごはん			<input type="checkbox"/> ごはん		
	<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> 牛乳		
	<input type="radio"/> ぎゅうにく			<input type="radio"/> ベーコン			<input type="radio"/> ポークフランク			<input type="checkbox"/> ごはん			<input type="radio"/> にんじん		
	<input type="radio"/> がんもどき			<input type="radio"/> とうふ			<input type="radio"/> キャベツ			<input type="radio"/> けいにく			<input type="radio"/> とうふ		
	<input type="radio"/> にんじん			<input type="radio"/> はくさい			<input type="radio"/> にんじん			<input type="radio"/> じゃがいも			<input type="radio"/> たらこ		
	<input type="radio"/> たまねぎ			<input type="radio"/> にんじん			<input type="checkbox"/> じゃがいも			<input type="radio"/> たまねぎ			<input type="radio"/> にら		
	<input type="checkbox"/> じゃがいも			<input type="radio"/> えのきたけ			<input type="radio"/> たまねぎ			<input type="radio"/> しょうが			<input type="radio"/> たまご		
	<input type="radio"/> さやいんげん			<input type="radio"/> ほうれんそう			<input type="radio"/> ブロッコリー			<input type="radio"/> にんにく			<input type="radio"/> チキンスープ		
	<input type="radio"/> たけのこ			<input type="radio"/> ぎゅうにく			<input type="radio"/> ポークスープ			<input type="radio"/> サラダあぶら			<input type="checkbox"/> でんぶん		
	<input type="radio"/> しょうが			<input type="radio"/> あかみそ			<input type="radio"/> ワインぶうちょうみりょう			<input type="radio"/> ポークスープ			<input type="radio"/> しお		
	<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="radio"/> しろみそ			<input type="radio"/> しお			<input type="radio"/> トマトケチャップ			<input type="radio"/> こしょう		
	<input type="radio"/> こいくちしょうゆ			<input type="radio"/> うすくちしょうゆ			<input type="radio"/> こしょう			<input type="radio"/> ウスターソース			<input type="checkbox"/> しょう		
	<input type="checkbox"/> さとう			<input type="radio"/> けずりぶし(だし)			<input type="radio"/> ハンバーグ(こむぎぬき)			<input type="checkbox"/> ガラムマサラ			<input type="checkbox"/> ごまあぶら		
	<input type="radio"/> きゅうり			<input type="radio"/> れんこん			<input type="radio"/> たまねぎ			<input type="radio"/> パプリカ			<input type="radio"/> ぶたにく		
	<input type="radio"/> しお			<input type="radio"/> ちりめんじゃこ			<input type="radio"/> サラダあぶら			<input type="radio"/> こいくちしょうゆ			<input type="radio"/> だいこん		
	<input type="radio"/> けいにくのあぶらづけ			<input type="radio"/> ごぼう			<input type="radio"/> しめじ			<input type="radio"/> みりん			<input type="radio"/> にんじん		
	<input type="radio"/> わかめ			<input type="radio"/> しお			<input type="radio"/> トマトケチャップ			<input type="radio"/> こめこ			<input type="radio"/> しいたけ		
	<input type="checkbox"/> ごま			<input type="radio"/> てんぷらこ(こめこ)			<input type="radio"/> ウスターソース			<input type="radio"/> しお			<input type="radio"/> はねぎ		
	<input type="radio"/> こめす			<input type="checkbox"/> あぶら			<input type="checkbox"/> さとう			<input type="radio"/> こしょう			<input type="radio"/> しょうが		
	<input type="checkbox"/> さとう						<input type="checkbox"/> でんぶん			<input type="radio"/> 牛乳			<input type="radio"/> にんにく		
	<input type="radio"/> うすくちしょうゆ						<input type="checkbox"/> チョコクリーム			<input type="radio"/> まぐろのあぶらづけ(こめゆ)			<input type="radio"/> トウバンジャン		
										<input type="radio"/> だいず			<input type="radio"/> ポークスープ		
										<input type="radio"/> えだまめ			<input type="checkbox"/> ごまあぶら		
										<input type="radio"/> キャベツ			<input type="checkbox"/> さとう		
										<input type="radio"/> とうもろこし			<input type="radio"/> こいくちしょうゆ		
										<input type="radio"/> りんごす			<input type="radio"/> あかみそ		
										<input type="checkbox"/> さとう			<input type="radio"/> せいしゅ		
										<input type="checkbox"/> サラダあぶら			<input type="checkbox"/> でんぶん		
										<input type="checkbox"/> サラダドレッシング					
										<input type="radio"/> しお					
										<input type="radio"/> こしょう					

2月17日(火)		2月18日(水)		2月19日(木)		2月20日(金)		2月24日(火)		2月25日(水)	
こんだて パン 牛乳 ABCスープ チリコンカン		わかめごはん 牛乳 さつまじる ごぼうのかきあげ(こめこ)		ーしょくいくのひー ごはん 牛乳 ひめじおでん ひねどりのいためもの		ごはん 牛乳 もやしのスープ すぶた		パン 牛乳 ソーススパゲティ ひじきのいためサラダ		ごはん 牛乳 みそしる さばのにつけ はりはりづけ	
こんだてざいりょう											
<div><div><div><input type="checkbox"/> パン</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> ベーコン</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="triangle"/> たまねぎ</div><div><input type="checkbox"/> じゃがいも</div><div><input type="triangle"/> キャベツ</div><div><input type="checkbox"/> アルファベットマカロニ</div><div><input type="triangle"/> さやいんげん</div><div><input type="triangle"/> セロリ</div><div><input type="triangle"/> しょうが</div><div><input type="triangle"/> ポークスープ</div><div><input type="triangle"/> しお</div><div><input type="triangle"/> こしょう</div></div><div><div><input type="radio"/> だいず</div><div><input type="radio"/> ぶたにく</div><div><input type="triangle"/> たまねぎ</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="triangle"/> ピーマン</div><div><input type="checkbox"/> サラダあぶら</div><div><input type="triangle"/> ポークスープ</div><div><input type="triangle"/> トマト</div><div><input type="triangle"/> トマトケチャップ</div><div><input type="triangle"/> ウスターソース</div><div><input type="triangle"/> しお</div><div><input type="triangle"/> こしょう</div><div><input type="checkbox"/> でんぷん</div></div></div>		<div><div><div><input type="checkbox"/> ごはん</div><div><input type="radio"/> わかめ</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> けいにく</div><div><input type="checkbox"/> さといも</div><div><input type="triangle"/> だいこん</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="triangle"/> はねぎ</div><div><input type="radio"/> さつまあげ</div><div><input type="triangle"/> こんにゃく</div><div><input type="triangle"/> しお</div><div><input type="radio"/> みそ</div><div><input type="triangle"/> にぼし(だし)</div></div><div><div><input type="radio"/> だいず</div><div><input type="triangle"/> ごぼう</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="triangle"/> さやいんげん</div><div><input type="triangle"/> しお</div><div><input type="checkbox"/> てんぷらこ(こめこ)</div><div><input type="checkbox"/> あぶら</div></div></div>		<div><div><div><input type="checkbox"/> ごはん</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="triangle"/> こんにゃく</div><div><input type="radio"/> うすらたまご</div><div><input type="radio"/> ちくわ</div><div><input type="checkbox"/> じゃがいも</div><div><input type="triangle"/> だいこん</div><div><input type="triangle"/> れんこん</div><div><input type="radio"/> あつあげ</div><div><input type="triangle"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="triangle"/> けすりぶし(だし)</div><div><input type="triangle"/> みりん</div><div><input type="triangle"/> しょうが</div><div><input type="triangle"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="triangle"/> だしじる</div></div><div><div><input type="radio"/> ひねどり</div><div><input type="radio"/> あぶらあげ</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="triangle"/> キャベツ</div><div><input type="triangle"/> にら</div><div><input type="triangle"/> しょうが</div><div><input type="triangle"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="triangle"/> しお</div><div><input type="triangle"/> こしょう</div><div><input type="checkbox"/> ごまあぶら</div></div></div>		<div><div><div><input type="checkbox"/> ごはん</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> ベーコン</div><div><input type="triangle"/> もやし</div><div><input type="triangle"/> みすな</div><div><input type="triangle"/> たまねぎ</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="triangle"/> しょうが</div><div><input type="triangle"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="triangle"/> しお</div><div><input type="triangle"/> こしょう</div><div><input type="triangle"/> ポークスープ</div></div><div><div><input type="radio"/> ぶたにく</div><div><input type="triangle"/> しょうが</div><div><input type="triangle"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="triangle"/> せいしゅ</div><div><input type="checkbox"/> じゃがいも</div><div><input type="checkbox"/> あぶら</div><div><input type="triangle"/> たまねぎ</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="triangle"/> ピーマン</div><div><input type="triangle"/> たけのこ</div><div><input type="triangle"/> しいたけ</div><div><input type="checkbox"/> サラダあぶら</div><div><input type="triangle"/> トマトケチャップ</div><div><input type="triangle"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="triangle"/> こめす</div><div><input type="checkbox"/> さとう</div><div><input type="checkbox"/> チキンスープ</div><div><input type="checkbox"/> でんぷん</div></div></div>		<div><div><div><input type="checkbox"/> パン</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="checkbox"/> スパゲティ</div><div><input type="radio"/> ぶたにく</div><div><input type="radio"/> もやし</div><div><input type="triangle"/> たまねぎ</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="triangle"/> はねぎ</div><div><input type="checkbox"/> サラダあぶら</div><div><input type="triangle"/> ウスターソース</div><div><input type="triangle"/> トンカツソース</div><div><input type="triangle"/> しお</div><div><input type="triangle"/> こしょう</div></div><div><div><input type="triangle"/> キャベツ</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> とうもろこし</div><div><input type="radio"/> ひじき</div><div><input type="radio"/> まくろのあぶらづけ(こめゆ)</div><div><input type="triangle"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> サラダドレッシング</div><div><input type="triangle"/> りんごす</div><div><input type="checkbox"/> サラダあぶら</div><div><input type="checkbox"/> さとう</div><div><input type="triangle"/> しお</div><div><input type="triangle"/> こしょう</div></div></div>		<div><div><div><input type="checkbox"/> ごはん</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> とうふ</div><div><input type="radio"/> あぶらあげ</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="triangle"/> たまねぎ</div><div><input type="checkbox"/> じゃがいも</div><div><input type="triangle"/> はねぎ</div><div><input type="radio"/> わかめ</div><div><input type="radio"/> みそ</div><div><input type="triangle"/> にぼし(だし)</div></div><div><div><input type="radio"/> さば</div><div><input type="triangle"/> しょうが</div><div><input type="checkbox"/> さとう</div><div><input type="triangle"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="triangle"/> みりん</div><div><input type="triangle"/> せいしゅ</div></div><div><div><input type="triangle"/> みすな</div><div><input type="triangle"/> きりぼしだいこん</div><div><input type="checkbox"/> ごま</div><div><input type="triangle"/> こめす</div><div><input type="checkbox"/> さとう</div><div><input type="triangle"/> うすくちしょうゆ</div></div></div>	
2月26日(木)		2月27日(金)		2月平均 栄養量 (小学校4年生)		2月13日(金)ー					
こんだて リッチパン 牛乳 フェジョアード ハムサラダ		ごはん 牛乳 はっぼうさい けいにくのからあげ		エネルギー 614kcal		作ってみませんか?					
こんだてざいりょう				たんぱく質 23.6g		ー2月13日(金)ー					
<div><div><div><input type="checkbox"/> パン</div><div><input type="checkbox"/> バター</div><div><input type="checkbox"/> マーガリン</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> しろいんげん</div><div><input type="triangle"/> たまねぎ</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ベーコン</div><div><input type="checkbox"/> じゃがいも</div><div><input type="triangle"/> パセリ</div><div><input type="checkbox"/> サラダあぶら</div><div><input type="triangle"/> ポークスープ</div><div><input type="triangle"/> ウスターソース</div><div><input type="triangle"/> トマトケチャップ</div><div><input type="checkbox"/> さとう</div><div><input type="triangle"/> ワインぶちょうみりょう</div><div><input type="triangle"/> しお</div><div><input type="triangle"/> こしょう</div></div><div><div><input type="radio"/> ポークハム</div><div><input type="triangle"/> キャベツ</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="triangle"/> りんごす</div><div><input type="checkbox"/> さとう</div><div><input type="checkbox"/> サラダあぶら</div><div><input type="triangle"/> しお</div><div><input type="triangle"/> こしょう</div></div></div>		<div><div><div><input type="checkbox"/> ごはん</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> ぶたにく</div><div><input type="radio"/> えび</div><div><input type="triangle"/> はくさい</div><div><input type="triangle"/> にんじん</div><div><input type="triangle"/> たまねぎ</div><div><input type="triangle"/> ねぶたねぎ</div><div><input type="radio"/> うすらたまご</div><div><input type="triangle"/> たけのこ</div><div><input type="triangle"/> きくらげ</div><div><input type="triangle"/> しょうが</div><div><input type="checkbox"/> サラダあぶら</div><div><input type="checkbox"/> チキンスープ</div><div><input type="triangle"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> さとう</div><div><input type="checkbox"/> でんぷん</div><div><input type="triangle"/> しお</div><div><input type="triangle"/> こしょう</div><div><input type="triangle"/> こめす</div><div><input type="checkbox"/> ごまあぶら</div></div><div><div><input type="radio"/> けいにく</div><div><input type="triangle"/> しょうが</div><div><input type="triangle"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="triangle"/> せいしゅ</div><div><input type="checkbox"/> でんぷん</div><div><input type="checkbox"/> あぶら</div></div></div>		脂質 30.4%		まめまめサラダ					
				カルシウム 306mg		材料 5人分 分量(g)					
				鉄 2.0mg		オイルツナ ----- 50					
				ビタミン A 208μgRAE		大豆(水煮) ----- 50					
				ビタミン B1 0.40mg		むき枝豆 ----- 25					
				ビタミン B2 0.48mg		キャベツ ----- 125					
				ビタミン C 21mg		とうもろこし ----- 25					
				食塩相当量 2.2g		りんご酢 ----- 10					
				食物繊維 4.9g		砂糖 ----- 3.5					
				マグネシウム 78mg		サラダ油 ----- 10					
				亜鉛 3.0mg		マヨネーズ ----- 7.5					
						塩 ----- 0.5					
						こしょう ----- 0.05					
						【作り方】					
						①キャベツは短冊切りにする。					
						②大豆、むき枝豆、キャベツ、とうもろこしはゆでてさます。					
						③②に油をきってほぐしたオイルツナを加え、ドレッシングで和える。					

☐ ごはん

☐ 牛乳

こんにゃく

しお

☐ うすらたまご

☐ ちくわ

☐ じゃがいも

だいこん

れんこん

☐ あつあげ

☐ うすくちしょうゆ

けすりぶし(だし)

みりん

しょうが

こいくちしょうゆ

だしじる

☐ ひねどり

☐ あぶらあげ

にんじん

キャベツ

にら

しょうが

こいくちしょうゆ

しお

こしょう

☐ ごまあぶら

☐ ごはん

☐ 牛乳

☐ ベーコン

もやし

みずな

たまねぎ

にんじん

しょうが

うすくちしょうゆ

しお

こしょう

☐ ポークスープ

☐ ぶたにく

しょうが

こいくちしょうゆ

せいしゅ

じゃがいも

☐ あぶら

たまねぎ

にんじん

ピーマン

たけのこ

しいたけ

☐ サラダあぶら

トマトケチャップ

うすくちしょうゆ

こめず

☐ さとう

☐ チキンスープ

☐ でんぷん

☐ パン

☐ 牛乳

☐ スパゲティ

☐ ぶたにく

もやし

たまねぎ

にんじん

はねぎ

☐ サラダあぶら

ウスターソース

トンカツソース

しお

こしょう

キャベツ

にんじん

とうもろこし

☐ ひじき

☐ まぐろのあぶらづけ(こめゆ)

うすくちしょうゆ

☐ サラダドレッシング

りんごす

☐ サラダあぶら

☐ さとう

しお

こしょう

☐ ごはん

☐ 牛乳

☐ とうふ

☐ あぶらあげ

にんじん

たまねぎ

☐ じゃがいも

はねぎ

☐ わかめ

☐ みそ

にぼし(だし)

☐ さば

しょうが

☐ さとう

こいくちしょうゆ

みりん

せいしゅ

みずな

きりぼしだいこん

☐ ごま

こめず

☐ さとう

うすくちしょうゆ

○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: 

えび: 

かに: 

そば: 

落花生: 
(ピーナッツ)

くるみ: 