

学校給食献立表(南部学校給食センターA) 令和6年度11月分(11/1~11/29) 姫路市教育委員会

	11月1日(金)	11月5日(火)	11月6日(水)	11月7日(木)	11月8日(金)	11月11日(月)
献立	パン 牛乳 ABCスープ 鶏肉のメキシカンソース もやしの炒めサラダ	ハヤシライス 牛乳 さといもコロッケ コーンキャベツ	パン 牛乳 ポンド 鶏肉のスパイス焼き さつまいもサラダ	ご飯 牛乳 八宝菜 シュンユイ もやしの辛子和え	パン 牛乳 カイン・ザウ ポークチャップ ごぼうサラダ さつまいもスティック	ご飯 牛乳 さつまいものみそ汁 ししゃものから揚げ れんこんのソテー
献立	<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"/> マカロニ <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> セロリ <input type="checkbox"/> パセリ チキンスープ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 豚肉 ワイン風調味料 <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> グリンピース <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマトピューレ トマトケチャップ ウスターソース とんかつソース 砂糖 こいくちしょうゆ チキンスープ <input type="checkbox"/> 米粉 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> パセリ ローリエ <input type="checkbox"/> サラダ油 チキンスープ 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 えび はくさい にんじん たまねぎ 葉ねぎ うすくちしょうゆ しいたけ しょうが サラダ油 チキンスープ うすくちしょうゆ 砂糖 <input type="checkbox"/> でんぷん 塩 こしょう ごま油 米酢	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> チンゲンサイ チキンスープ ナンプラー うすくちしょうゆ 砂糖 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豆腐 油揚げ <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 葉ねぎ <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> みそ 煮干し(だし)
献立	<input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> たまねぎ <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 塩 こしょう チリパウダー サラダ油	<input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> たまねぎ <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 塩 こしょう チリパウダー サラダ油	<input type="checkbox"/> 鶏肉 塩 こしょう サラダスパイス サラダ油 ワイン風調味料	<input type="checkbox"/> すけとうだら 塩 こしょう でんぷん 油 根深ねぎ サラダ油 みりん しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 でんぷん	<input type="checkbox"/> 豚肉 たまねぎ ピーマン エリンギ 塩 こしょう にんにく トマトケチャップ ウスターソース でんぷん サラダ油	<input type="checkbox"/> 手持ちししゃも <input type="checkbox"/> でんぷん 油
献立	<input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> チキンハム うすくちしょうゆ 米酢 砂糖 サラダ油 塩	<input type="checkbox"/> さといもコロッケ 油 <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 チキンスープ 塩 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"/> サラダドレッシング 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> きゅうり もやし にんじん うすくちしょうゆ 米酢 砂糖 ごま油 辛子粉 塩	<input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 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	<input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みりん ごま油
献立	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)	11月18日(月)	11月19日(火)
献立	ご飯 牛乳 わかめスープ コリアンチキン チャプチェ	ご飯 牛乳 もずく汁 にらじゃが うの花炒り	ご飯 牛乳 大根としょうがのスープ さつまいものかき揚げ 和風サラダ	パン 牛乳 ミネストローネ あじのクリームエニエル キャベツとハムのサラダ	わかめご飯 牛乳 沢煮椀 さばの竜田揚げ かんぴょうの卵とじ	一食育の日 ご飯 牛乳 ばち汁 ごぼうのかき揚げ(米粉) ひね鶏のゆずサラダ
献立	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豆腐 豚肉 にんじん わかめ たまねぎ えのきたけ 葉ねぎ チキンスープ うすくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 厚揚げ かまぼこ もずく にんじん えのきたけ もやし 葉ねぎ うすくちしょうゆ 削り節(だし) 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 鶏肉 <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> チンゲンサイ <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダ油 塩 こしょう うすくちしょうゆ チキンスープ	<input type="checkbox"/> パン <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> ベーコン <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"/> マカロニ <input type="checkbox"/> エリンギ <input type="checkbox"/> セロリ <input type="checkbox"/> にんにく <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトピューレ トマトケチャップ <input type="checkbox"/> 砂糖 塩 こしょう バジルペースト チキンスープ	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> えのきたけ <input type="checkbox"/> 葉ねぎ 塩 うすくちしょうゆ 削り節(だし) 昆布(だし)	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="checkbox"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> そうめんばち <input type="checkbox"/> 油揚げ <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> 葉ねぎ うすくちしょうゆ 昆布(だし) 削り節(だし)
献立	<input type="checkbox"/> 鶏肉 塩 こしょう でんぷん 油 砂糖 みそ うすくちしょうゆ 米酢 コチジャン	<input type="checkbox"/> じゃがいも 油 豚肉 にら サラダ油 こいくちしょうゆ みりん でんぷん	<input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> さつまいも <input type="checkbox"/> 昆布 塩 天ぷら粉 油	<input type="checkbox"/> あじ カレー粉 米粉 塩 こしょう バター サラダ油	<input type="checkbox"/> さば しょうが こいくちしょうゆ 清酒 でんぷん 油	<input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> かえりちりめん 塩 天ぷら粉(米粉) 油
献立	<input type="checkbox"/> 牛肉 しょうが にんにく はるさめ にんじん にら たけのこ しいたけ サラダ油 ごま うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 砂糖 塩 こしょう ごま油	<input type="checkbox"/> うの花 ささみ油漬 たまねぎ にんじん こんにゃく 葉ねぎ しいたけ ごま油 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 削り節(だし)	<input type="checkbox"/> チキンハム <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> 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"/> チキンハム <input type="checkbox"/> キャベツ にんじん 米酢 砂糖 サラダ油 塩 こしょう	<input type="checkbox"/> かんぴょう 塩 清酒 <input type="checkbox"/> 鶏卵 <input type="checkbox"/> 鶏肉 根深ねぎ しょうが <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> にんじん にら <input type="checkbox"/> 砂糖 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ	<input type="checkbox"/> ひね鶏 清酒 <input type="checkbox"/> キャベツ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 米酢 うすくちしょうゆ ゆず果汁 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・しばう) △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:

学校給食献立表(南部学校給食センターA) 令和6年度11月分(11/1~11/29) 姫路市教育委員会

		11月20日(水)		11月21日(木)		11月22日(金)		11月25日(月)		11月26日(火)		
献立	パン 牛乳 ソーススパゲティ ウインナーの香り揚げ ジャーマンポテト	ご飯 牛乳 みそ汁 豚肉のしょうが焼き れんこんのきんぴら みかん	パン 牛乳 フェジョアード 鶏肉のエスニック揚げ コーンサラダ	他人丼 牛乳 白身魚のいそべ揚げ 炒めナムル		ご飯 牛乳 肉じゃが 鶏肉の和風から揚げ ごまドレッシング和え						
	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="checkbox"/> スパゲティ <input type="radio"/> 豚肉 <input type="radio"/> ちくわ <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="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="radio"/> あおさ粉 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="radio"/> チキンウインナー <input type="checkbox"/> 天ぷら粉 <input type="triangle-up"/> バジル <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 豆腐 <input type="radio"/> 油揚げ <input type="radio"/> わかめ <input type="triangle-up"/> だいこん <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"/> みそ <input type="checkbox"/> 煮干し(だし) <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="triangle-up"/> 清酒 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ピーマン <input type="triangle-up"/> パプリカ <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="triangle-up"/> れんこん <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 清酒 <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"/> ごま油 <input type="triangle-up"/> みかん	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> 白いんげん豆 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> ポークフランク <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> パセリ <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ワイン風調味料 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="radio"/> 鶏肉 <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="triangle-up"/> ナンブラー <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 黒こしょう <input type="checkbox"/> カレー粉 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 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 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油 <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"/> ご飯 <input type="radio"/> 鶏卵 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> 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"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ホキ <input type="radio"/> あおさ粉 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 天ぷら粉 <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> ほうれんそう <input type="triangle-up"/> もやし <input type="checkbox"/> 塩 <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油 <input type="checkbox"/> ごま	<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"/> 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="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="radio"/> 鶏肉 <input type="triangle-up"/> にんにく <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> 一味唐辛子 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> 油 <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="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> ごま <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ							
献立	パン 牛乳 きのこのクリームスープ チリコンカン こまつナソテー	ご飯 牛乳 姫路おでん あじの香味揚げ キャベツの甘酢炒め	パン 牛乳 豆乳スープ スティックハンバーグのソース焼き ポテトサラダ	11月平均 栄養量 (中学校)		ビタミン	A	268μgRAE				
	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> しめじ <input type="triangle-up"/> エリンギ <input type="triangle-up"/> マッシュルーム <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 脱脂粉乳 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> 大豆 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ピーマン <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> チリパウダー <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> こまつな <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="radio"/> まぐる油漬け <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle-up"/> だいこん <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> 大津産れんこん入つくね <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> 厚揚げ <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="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="radio"/> あじ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> 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"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ポークフランク <input type="triangle-up"/> えだまめ <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="radio"/> 豆乳 <input type="radio"/> みそ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> スティックドック <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> きゅうり <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 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	エネルギー	758kcal		B1	0.52mg				
献立	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> しめじ <input type="triangle-up"/> エリンギ <input type="triangle-up"/> マッシュルーム <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 脱脂粉乳 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> 大豆 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ピーマン <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> チリパウダー <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> こまつな <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="radio"/> まぐる油漬け <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle-up"/> だいこん <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> 大津産れんこん入つくね <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> 厚揚げ <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="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="radio"/> あじ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> 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"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ポークフランク <input type="triangle-up"/> えだまめ <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="radio"/> 豆乳 <input type="radio"/> みそ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> スティックドック <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> きゅうり <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 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	たんぱく質	30.1g	食塩相当量	3.3g					
	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> しめじ <input type="triangle-up"/> エリンギ <input type="triangle-up"/> マッシュルーム <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 脱脂粉乳 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> 大豆 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ピーマン <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> チリパウダー <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> こまつな <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="radio"/> まぐる油漬け <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle-up"/> だいこん <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> 大津産れんこん入つくね <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> 厚揚げ <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="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="radio"/> あじ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> 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"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ポークフランク <input type="triangle-up"/> えだまめ <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="radio"/> 豆乳 <input type="radio"/> みそ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> スティックドック <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> きゅうり <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 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	脂質	29.9%	食物繊維	6.9g					
<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> しめじ <input type="triangle-up"/> エリンギ <input type="triangle-up"/> マッシュルーム <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 脱脂粉乳 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> 大豆 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ピーマン <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> チリパウダー <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> こまつな <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="radio"/> まぐる油漬け <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle-up"/> だいこん <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> 大津産れんこん入つくね <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> 厚揚げ <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="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="radio"/> あじ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> 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"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ポークフランク <input type="triangle-up"/> えだまめ <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="radio"/> 豆乳 <input type="radio"/> みそ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> スティックドック <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> きゅうり <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 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	カルシウム	320mg	マグネシウム	94mg						
<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> しめじ <input type="triangle-up"/> エリンギ <input type="triangle-up"/> マッシュルーム <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 脱脂粉乳 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> 大豆 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ピーマン <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> チリパウダー <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> こまつな <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="radio"/> まぐる油漬け <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle-up"/> だいこん <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> 大津産れんこん入つくね <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> 厚揚げ <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="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="radio"/> あじ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> 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"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ポークフランク <input type="triangle-up"/> えだまめ <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="radio"/> 豆乳 <input type="radio"/> みそ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> スティックドック <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> きゅうり <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 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	鉄	2.5mg	亜鉛	3.1mg						
<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> しめじ <input type="triangle-up"/> エリンギ <input type="triangle-up"/> マッシュルーム <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 脱脂粉乳 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> 大豆 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ピーマン <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> チリパウダー <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> こまつな <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="radio"/> まぐる油漬け <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle-up"/> だいこん <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> 大津産れんこん入つくね <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> 厚揚げ <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="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="radio"/> あじ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> 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"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ポークフランク <input type="triangle-up"/> えだまめ <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="radio"/> 豆乳 <input type="radio"/> みそ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> スティックドック <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> きゅうり <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 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	献立紹介	作ってみませんか?	さつまいもサラダ							
<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ベーコン <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> しめじ <input type="triangle-up"/> エリンギ <input type="triangle-up"/> マッシュルーム <input type="triangle-up"/> パセリ <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="checkbox"/> 脱脂粉乳 <input type="checkbox"/> 米粉 <input type="checkbox"/> バター <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="radio"/> 大豆 <input type="radio"/> 豚肉 <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> ピーマン <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> チリパウダー <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> こまつな <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="radio"/> まぐる油漬け <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> サラダ油	<input type="checkbox"/> ご飯 <input type="radio"/> 牛乳 <input type="triangle-up"/> だいこん <input type="triangle-up"/> こんにゃく <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> 大津産れんこん入つくね <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> 厚揚げ <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="triangle-up"/> しょうが <input type="checkbox"/> 削り節(だし) <input type="radio"/> あじ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> 油 <input type="triangle-up"/> 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"/> みりん <input type="checkbox"/> 清酒 <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="radio"/> チキンハム <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> 米酢 <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> ごま油	<input type="checkbox"/> パン <input type="radio"/> 牛乳 <input type="radio"/> ポークフランク <input type="triangle-up"/> えだまめ <input type="triangle-up"/> キャベツ <input type="triangle-up"/> たまねぎ <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="checkbox"/> サラダ油 <input type="checkbox"/> チキンスープ <input type="radio"/> 豆乳 <input type="radio"/> みそ <input type="checkbox"/> 塩 <input type="checkbox"/> こしょう <input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ <input type="radio"/> スティックドック <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> ウスターソース <input type="checkbox"/> 砂糖 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> でんぷん <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="triangle-up"/> きゅうり <input type="triangle-up"/> にんじん <input type="triangle-up"/> 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	材料 5人分量(g)	さつまいも -- 150 塩 ----- 適量 にんじん ----- 15 キャベツ ----- 40 ハム ----- 25 マヨネーズ ---- 20 塩 ----- 少々 こしょう ----- 少々	給食では 卵の入っていないマヨネーズ (サラダドレッシング)を 使用しています。	【作り方】	①にんじんはせん切り、キャベツは短冊切り、ハムも短冊切りにする。 ②さつまいもは一口大に切り、塩を入れてゆでて、冷ましておく。 ③にんじん、キャベツもゆでて、冷ましておく。 ④②③にハムと塩・こしょうを入れ、マヨネーズと和える。					

○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・しばう) △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: