

学校給食献立表(南部学校給食センターA)

令和8年度7月分(7/1～7/16)

姫路市教育委員会

|      | 7月1日(水)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  | 7月2日(木)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |  | 7月3日(金)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |  | 7月6日(月)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 献立   | パン<br>牛乳<br>レタスのスープ<br>鶏肉のレモン風味<br>キャベツとツナのソテー                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  | ご飯<br>牛乳<br>すまし汁<br>チンジャオロウスウ<br>和風サラダ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  | パン<br>牛乳<br>ボークビーンズ<br>あじのバジル揚げ<br>コーンサラダ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  | ご飯<br>牛乳<br>わかめスープ<br>コリアンチキン<br>青菜炒め                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |
| 献立材料 | <input type="checkbox"/> パン                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  | <input type="checkbox"/> ご飯                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  | <input type="checkbox"/> パン                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  | <input type="checkbox"/> ご飯                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |
|      | <input type="radio"/> 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  | <input type="radio"/> 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  | <input type="radio"/> 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  | <input type="radio"/> 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
|      | <input type="radio"/> 豚肉<br><input type="radio"/> レタス<br><input type="radio"/> たまねぎ<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> はるさめ<br><input type="radio"/> にんにく<br><input type="radio"/> しょうが<br><input type="checkbox"/> サラダ油<br><input type="checkbox"/> チキンスープ<br><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> ごま油<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう                                                              |  |  | <input type="radio"/> 豆腐<br><input type="radio"/> かまぼこ<br><input type="radio"/> わかめ<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> たまねぎ<br><input type="radio"/> えのきたけ<br><input type="radio"/> 葉ねぎ<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> 削り節(だし)<br><input type="checkbox"/> 昆布(だし)      |  |  | <input type="radio"/> 豚肉<br>ワイン風調味料<br><input type="checkbox"/> じゃがいも<br><input type="radio"/> たまねぎ<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> パセリ<br><input type="radio"/> 大豆<br><input type="radio"/> トマトピューレ<br><input type="radio"/> トマトケチャップ<br><input type="checkbox"/> ウスターソース<br><input type="checkbox"/> 砂糖<br><input type="checkbox"/> チキンスープ<br><input type="checkbox"/> サラダ油<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう |  |  | <input type="radio"/> 豆腐<br><input type="radio"/> 豚肉<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> わかめ<br><input type="radio"/> たまねぎ<br><input type="radio"/> えのきたけ<br><input type="radio"/> 葉ねぎ<br><input type="checkbox"/> チキンスープ<br><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう<br><input type="checkbox"/> ごま油                                 |  |  |
|      | <input type="radio"/> 鶏肉<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう<br><input type="checkbox"/> 油<br><input type="checkbox"/> みりん<br><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> 砂糖<br><input type="checkbox"/> レモン果汁<br><input type="checkbox"/> でんぷん                                                                                                                                                |  |  | <input type="radio"/> 豚肉<br>清酒<br><input type="radio"/> ピーマン<br><input type="radio"/> パプリカ<br><input type="radio"/> たけのこ<br><input type="radio"/> しょうが<br><input type="radio"/> にんにく<br><input type="radio"/> こいくちしょうゆ<br><input type="radio"/> みりん<br><input type="checkbox"/> オイスターソース<br><input type="checkbox"/> でんぷん<br><input type="checkbox"/> サラダ油 |  |  | <input type="radio"/> あじ<br>ワイン風調味料<br><input type="radio"/> バジルペースト<br><input type="radio"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう<br><input type="checkbox"/> 黒こしょう<br><input type="checkbox"/> でんぷん<br><input type="checkbox"/> 油                                                                                                                                                                                                                                   |  |  | <input type="radio"/> 鶏肉<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう<br><input type="checkbox"/> でんぷん<br><input type="checkbox"/> 油<br><input type="checkbox"/> 砂糖<br><input type="checkbox"/> みそ<br><input type="radio"/> うすくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> 米酢<br><input type="checkbox"/> みりん<br><input type="checkbox"/> コチュジャン<br><input type="checkbox"/> ごま                          |  |  |
|      | <input type="radio"/> キャベツ<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> まぐろ油漬け<br><input type="checkbox"/> サラダ油<br><input type="checkbox"/> 米酢<br><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> 砂糖<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう                                                                                                                                                                                      |  |  | <input type="radio"/> チキンハム<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> もやし<br><input type="radio"/> きゅうり<br><input type="checkbox"/> ごま<br><input type="checkbox"/> サラダドレッシング<br><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう                                                              |  |  | <input type="radio"/> キャベツ<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> とうもろこし<br><input type="radio"/> チキンハム<br><input type="checkbox"/> 米酢<br><input type="checkbox"/> 砂糖<br><input type="checkbox"/> ごま油<br><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう                                                                                                                                           |  |  | <input type="radio"/> こまつな<br><input type="radio"/> たまねぎ<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> ベーコン<br><input type="checkbox"/> サラダ油<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう<br><input type="checkbox"/> 砂糖                                                                                                                                                              |  |  |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
|      | 7月7日(火)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  | 7月8日(水)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |  | 7月9日(木)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |  | 7月10日(金)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
| 献立   | 一七タ献立ー<br>もすく丼<br>牛乳<br>そうめん汁<br>とうがんと豚肉のみそ炒め<br>わらびもち                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  | パン<br>牛乳<br>トマトと卵のスープ<br>鶏肉のエスニック揚げ<br>じゃがいものマスタードソテー                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  | ご飯<br>牛乳<br>肉じゃが<br>さわらの梅照り焼き<br>野菜炒め                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |  | パン<br>牛乳<br>コーンスープ<br>チリコンカン<br>こまつナソテー                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |  |
| 献立材料 | <input type="checkbox"/> ご飯<br><input type="radio"/> 鶏肉<br><input type="radio"/> しいたけ<br><input type="radio"/> たまねぎ<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> もすく<br><input type="radio"/> 葉ねぎ<br><input type="radio"/> しょうが<br><input type="checkbox"/> ごま油<br><input type="checkbox"/> 清酒<br><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> みりん<br><input type="checkbox"/> 砂糖<br><input type="checkbox"/> チキンスープ<br><input type="checkbox"/> でんぷん |  |  | <input type="checkbox"/> パン                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  | <input type="checkbox"/> ご飯                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  | <input type="checkbox"/> パン                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |  |
|      | <input type="radio"/> 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  | <input type="radio"/> 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  | <input type="radio"/> 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  | <input type="radio"/> 牛乳                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |  |
|      | <input type="checkbox"/> そうめん<br><input type="checkbox"/> 油揚げ<br><input type="radio"/> かまぼこ<br><input type="radio"/> たまねぎ<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> しいたけ<br><input type="radio"/> オクラ<br><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> 削り節(だし)<br><input type="checkbox"/> 昆布(だし)                                                                                                              |  |  | <input type="radio"/> ベーコン<br><input type="radio"/> たまねぎ<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> トマト<br><input type="radio"/> 鶏卵<br><input type="radio"/> レタス<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう<br><input type="checkbox"/> でんぷん<br><input type="checkbox"/> チキンスープ                                            |  |  | <input type="radio"/> 豚肉<br><input type="checkbox"/> じゃがいも<br><input type="radio"/> たまねぎ<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> グリンピース<br><input type="radio"/> こんにゃく<br><input type="radio"/> しょうが<br><input type="checkbox"/> サラダ油<br><input type="checkbox"/> 砂糖<br><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> みりん                                                                       |  |  | <input type="radio"/> コーンクリーム<br><input type="radio"/> とうもろこし<br><input type="radio"/> ベーコン<br><input type="radio"/> たまねぎ<br><input type="checkbox"/> じゃがいも<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> パセリ<br><input type="checkbox"/> バター<br><input type="radio"/> 牛乳<br><input type="radio"/> 米粉<br><input type="checkbox"/> チキンスープ<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう |  |  |
|      | <input type="radio"/> とうがん<br><input type="radio"/> 豚肉<br><input type="radio"/> 厚揚げ<br><input type="radio"/> しょうが<br><input type="checkbox"/> サラダ油<br><input type="checkbox"/> みそ<br><input type="checkbox"/> 砂糖<br><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> 清酒<br><input type="checkbox"/> ごま油<br><input type="checkbox"/> でんぷん                                                                                                                            |  |  | <input type="radio"/> 鶏肉<br><input type="radio"/> にんにく<br><input type="radio"/> ナンブラー<br><input type="checkbox"/> 砂糖<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> 黒こしょう<br><input type="checkbox"/> カレー粉<br><input type="checkbox"/> でんぷん<br><input type="checkbox"/> 油                                                                       |  |  | <input type="radio"/> さわら<br>清酒<br><input type="radio"/> 梅<br><input type="radio"/> 梅<br><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ<br><input type="checkbox"/> 砂糖<br><input type="checkbox"/> みりん<br><input type="checkbox"/> でんぷん                                                                                                                                                                                                                                          |  |  | <input type="radio"/> 大豆<br><input type="radio"/> 豚肉<br><input type="radio"/> たまねぎ<br><input type="radio"/> ピーマン<br><input type="checkbox"/> サラダ油<br><input type="radio"/> トマト<br><input type="checkbox"/> トマトケチャップ<br><input type="checkbox"/> ウスターソース<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう<br><input type="checkbox"/> チリパウダー<br><input type="checkbox"/> でんぷん                       |  |  |
|      | <input type="checkbox"/> わらびもち                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  | <input type="checkbox"/> じゃがいも<br><input type="radio"/> たまねぎ<br><input type="radio"/> パプリカ<br><input type="radio"/> 粒入りマスタード<br><input type="checkbox"/> 米酢<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう<br><input type="checkbox"/> オリーブ油                                                                                               |  |  | <input type="radio"/> ベーコン<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="radio"/> にら<br><input type="radio"/> もやし<br><input type="checkbox"/> サラダ油<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう<br><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ                                                                                                                                                                                                              |  |  | <input type="radio"/> こまつな<br><input type="radio"/> キャベツ<br><input type="radio"/> まぐろ油漬け<br><input type="radio"/> にんじん<br><input type="checkbox"/> 塩<br><input type="checkbox"/> こしょう<br><input type="checkbox"/> サラダ油                                                                                                                                                                                           |  |  |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |
|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |  |

| 7月13日(月) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 7月14日(火) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 7月15日(水) |                                      | 7月16日(木) |                                                 |  |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------------|----------|-------------------------------------------------|--|
| 献立       | 夏野菜のカレーライス<br>牛乳<br>ミンチカツ<br>もやしの辛子和え                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |          | ご飯<br>牛乳<br>もずくのみそ汁<br>白身魚の香味だれ<br>切り干しだいこんの煮物                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |          | パン<br>牛乳<br>ボンレ<br>ポークチャップ<br>ごぼうサラダ |          | 菜めし<br>牛乳<br>とうがん汁<br>沖縄かき揚げ<br>五目煮豆<br>アセロラゼリー |  |
|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |          |                                      |          | 一食育の日一                                          |  |
| 献立       | <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 豚肉</div><div><input type="checkbox"/> じゃがいも</div><div><input type="checkbox"/> かぼちゃ</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="checkbox"/> なす</div><div><input type="checkbox"/> トマト</div><div><input type="checkbox"/> セロリ</div><div><input type="checkbox"/> しょうが</div><div><input type="checkbox"/> にんにく</div><div><input type="checkbox"/> サラダ油</div><div><input type="checkbox"/> 米粉</div><div><input type="checkbox"/> カレー粉</div><div><input type="checkbox"/> ガラムマサラ</div><div><input type="checkbox"/> パプリカパウダー</div><div><input type="checkbox"/> チキンスープ</div><div><input type="checkbox"/> トマトケチャップ</div><div><input type="checkbox"/> とんかつソース</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> みりん</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> こしょう</div></div><div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> ミンチカツ</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><input type="checkbox"/> きゅうり</div><div><input type="checkbox"/> もやし</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 米酢</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> ごま油</div><div><input type="checkbox"/> 辛子粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div></div></div> |          | <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豆腐</div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> オクラ</div><div><input type="radio"/> みそ</div></div><div><div><input type="radio"/> 煮干し(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> ホキ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> こしょう</div><div><input type="checkbox"/> でんぶん</div><div><input type="checkbox"/> 油</div><div><input type="checkbox"/> 根深ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> 清酒</div><div><input type="checkbox"/> しょうが</div></div><div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 米酢</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="checkbox"/> 切り干しだいこん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> しいたけ</div><div><input type="checkbox"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> サラダ油</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> みりん</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> 豚肉</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="checkbox"/> ビーマン</div><div><input type="checkbox"/> エリンギ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> こしょう</div><div><input type="checkbox"/> にんにく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> トマトケチャップ</div><div><input type="checkbox"/> ウスターソース</div><div><input type="checkbox"/> でんぶん</div><div><input type="checkbox"/> サラダ油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごま</div><div><input type="checkbox"/> 米酢</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> サラダドレッシング</div><div><input type="radio"/> 白みそ</div><div><input type="radio"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="radio"/> 塩</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> 豚肉</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="checkbox"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div><input type="checkbox"/> にがうり</div><div><input type="checkbox"/> たまねぎ</div><div><input type="radio"/> チキンハム</div><div><input type="checkbox"/> 天ぷら粉</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 油</div></div><div><div><div><input type="radio"/> 大豆</div><div><input type="radio"/> 鶏肉</div><div><input type="radio"/> ごぼう</div><div><input type="radio"/> たけのこ</div><div><input type="radio"/> にんじん</div><div><input type="radio"/> ごんにゃく</div><div><input type="checkbox"/> 砂糖</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div></div><div><div><input type="radio"/> アセロラゼリー</div></div></div></div> <div><div><div><input type="checkbox"/> ご飯</div><div><input type="checkbox"/> 大根葉</div><div><input type="radio"/> 牛乳</div><div><input type="radio"/> 豚肉</div><div><input type="radio"/> 油揚げ</div><div><input type="checkbox"/> とうがん</div><div><input type="checkbox"/> にんじん</div><div><input type="checkbox"/> えのきたけ</div><div><input type="checkbox"/> 葉ねぎ</div><div><input type="checkbox"/> うすくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> こいくちしょうゆ</div><div><input type="checkbox"/> 塩</div><div><input type="checkbox"/> 削り節(だし)</div></div></div> <div><div><div><input type="radio"/> もずく</div><div></div></div></div> |          |                                      |          |                                                 |  |

☐ ご飯

☐ 牛乳

☐ 豆腐

☐ もずく

☐ 油揚げ

☐ たまねぎ

☐ にんじん

☐ オクラ

☐ みそ

☐ 煮干し(だし)

☐ ホキ

☐ 塩

☐ こしょう

☐ でんぶ

☐ 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

☐ 切り干しだいこん

☐ にんじん

☐ しいたけ

☐ こんにやく

☐ サラダ油

☐ 砂糖

☐ こいくちしょうゆ

☐ うすくちしょうゆ

☐ みりん

☐ 削り節(だし)

☐ パン

☐ 牛乳

☐ ベーコン

☐ にんにく

☐ たまねぎ

☐ にんじん

☐ とうもろこし

☐ しめじ

☐ パセリ

☐ ローリエ

☐ サラダ油

☐ チキンスープ

☐ 塩

☐ こしょう

☐ 豚肉

☐ たまねぎ

☐ ビーマン

☐ エリンギ

☐ 塩

☐ こしょう

☐ にんにく

☐ 砂糖

☐ トマトケチャップ

☐ ウスターソース

☐ でんぶ

☐ サラダ油

☐ 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

☐ 大根葉

☐ 牛乳

☐ 豚肉

☐ 油揚げ

☐ とうがん

☐ にんじん

☐ えのきたけ

☐ 葉ねぎ

☐ うすくちしょうゆ

☐ こいくちしょうゆ

☐ 塩

☐ 削り節(だし)

☐ もずく

☐ にがうり

☐ たまねぎ

☐ チキンハム

☐ 天ぷら粉

☐ 塩

☐ 油

☐ 大豆

☐ 鶏肉

☐ ごぼう

☐ たけのこ

☐ にんじん

☐ こんにやく

☐ 砂糖

☐ うすくちしょうゆ

☐ こいくちしょうゆ

☐ アセロラゼリー

献立紹介

作ってみませんか? -7月16日(木)-

沖縄かき揚げ

材料 5人分 分量(g)

|       |    |        |    |
|-------|----|--------|----|
| もずく   | 25 | ★ 天ぷら粉 | 50 |
| にがうり  | 25 | ★ 塩    | 適量 |
| たまねぎ  | 50 | ★ 水    | 40 |
| チキンハム | 25 | 揚げ油    | 適量 |

【作り方】

- ①にがうりは、たて4分の1に切り、わたをとって、幅2～3mmのうす切りにする。たまねぎは幅5mmのうす切りにし、チキンハムは1cm幅の短冊に切る。もずくは長ければ切っておく。
- ②ボウルに★を入れて混ぜる。
- ③②に①を加えて混ぜる。
- ④鍋に揚げ油を入れて180℃に熱し、③を入れて揚げる。



夏休みに作ってみませんか?

姫路市の小・中学校で実施されている給食レシピをGoogleサイトで公開しています。

<https://sites.google.com/g.himeji-hyg.ed.jp/kyuusyoku>



※献立の写真をクリックすると、レシピが表示されます。  
※閲覧するには学校から配布されたgoogleアカウントでのログインが必要です。  
レシピは順次更新中です。

7月平均栄養量

(中学校)

|        |    |          |
|--------|----|----------|
| エネルギー  |    | 744kcal  |
| たんぱく質  |    | 30.3g    |
| 脂質     |    | 29.2%    |
| カルシウム  |    | 312mg    |
| 鉄      |    | 2.4mg    |
| ビタミン   | A  | 260μgRAE |
|        | B1 | 0.56mg   |
|        | B2 | 0.56mg   |
|        | C  | 37mg     |
| 食塩相当量  |    | 3.3g     |
| 食物繊維   |    | 6.8g     |
| マグネシウム |    | 94mg     |
| 亜鉛     |    | 3.1mg    |

○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: