6月 給食だより





令和7年(2025年)5月30日 札幌市立あいの里東小学校 札幌市立鴻城小学校

6月は食育月間 毎月 19 日は食育の日



国が策定した第 4 次食育基本計画では、毎年 6 月を食育月間、毎月 19 日は食育の日と定めています。札幌市でも第4次食育推進計画の一環として食育に取り組んでいます。健康で心豊かな生活を送るためには健全な食生活を日々実践し、おいしく楽しく食べることができる。そして、それを支える社会や環境を持続可能なものにしていくことが重要です。

食育ピクトグラム」を知っていますか?

食育ピクトグラムは、食育についてたくさんの人に知ってもらう事を目的として、農林水産省で作成されました。表現を単純化した絵文字であるピクトグラムで、食育の目的をわかりやすく紹介しています。ピクトグラムを参考に、食生活を振り返ってみましょう。毎日の積み重ねが食育につながります。ご家庭でもぜひ意識して取り組んでみましょう。

| 1 AARTOLO | 家族や仲間と、会話 | 2 Marian | 朝食を食べて生 | 3 | 主食・主菜・副菜を |
|-----------|------------|----------|-----------|-----------|------------|
| <u> </u> | を楽しみながら食べ | | 活リズムを整え健 | | 組み合わせた食事で |
| | る食事で、心も体も | | 康的な生活習慣 | V | バランスのよい食生 |
| | 元気にしましょう。 | | につなげましょう。 | | 活につなげましょう。 |
| 4 | 適正体重の維持や | 5 ECHAT | よくかんでおいし | 6 = 6 = 5 | 食品の安全性につい |
| SPU | 減塩に努めて生活 | | く安全に食べまし | LUUT. | ての知り、自分で判 |
| 1 1 | 習慣病を予防しまし | | ょう。 | .19 | 断する力を付けましょ |
| | ょう。 | | | | う。 |
| 7 845 | 災害に備え、非常食 | 8 BARLE | SDGsを達成する | 9 章 地を | 地域の食材や被災 |
| Ō | を備蓄しておきましょ | Wal | ために食品ロスを | Ma | 地食品を選ぶこと |
| | う。 | | 減らすようにしまし | | で、産地を応援しまし |
| | | | ょう。 | | ょう。 |
| 10 5.5 | 農林漁業を体験し | 11 和我又化を | 郷土料理や伝統 | 12 | 生涯にわたって心も |
| * | て、食や農林水産業 | | 料理などの食文 | 4 | 身体も健康でいるた |
| (4) (2) | への理解を深めまし | | 化を大切にして次 | | めに「食」について考 |
| | ょう。 | | の世代に伝えてい | | えていきましょう。 |
| | | | きましょう。 | | |

| I A Take a B A I | 17114 | 献立カレンダ | A 1 . 1 . 44. | 鴻城小学校 |
|--|--|---|--|--|
| 【令和6年6月分】 | | 芯除去食対応あり | | 応代替食対応あり |
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
| 6/2 | 6/3 | 6/4 | 6/5 | 6/6 |
| | パスタカレーソース(小学校) | 小松菜ピラフ | ご飯 80g | 横割バンズ PAGE:1 |
| | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |
| | あさりのサラダ | 鶏肉の照り焼き | スンドゥブチゲ(あさり入り) | コーンポタージュ |
| | | りんご缶 | 野菜春巻(ひじき入) | レバー入りハンバーグ |
| | | ,,,,,, | おひたし(ほうれん草・もやし) | |
| | | | 830720 (V&)10704 0 (0) | ケチャップソース |
| | | | | ラテャップラース |
| {\$ 4 \$} | | | | クリームコーン ホールコーン |
| dos I also | 豚肉 大豆水煮 玉ねぎ 人参 | 胚芽精米 バター バラベーコ | 豆腐 豚肉 生姜 にんにく 豆 | バラベーコン じゃがいも 玉 |
| act Fly | セロリ 生姜 にんにく パセリ | | 板醤 ごま油 あさり 玉ねぎ | ねぎ 人参 小麦粉 バター |
| 6 5 3 5 3 DAD | 小麦粉 カレー粉 /あさり 生 | ン 人参 玉ねぎ にんにく | えのきだけ にら/野菜春巻 | |
| | 姜 きゅうり キャベツ 人参 ご | ホールコーン 小松菜/鶏肉 | (既製品)/ほうれん草 もやし | 牛乳 豆乳 チーズ スキムミ |
| | ま油 白ごま | 生姜 /りんご缶 | 糸かつお | ルク /レバー入りハンバーグ |
| | | | | (既製品)/洋なし缶 |
| 6.10 | 6 H 10 H | 6/11 | 6/12 | 6/12 |
| 6/9 | 6月10日 | 6/11 | 6/12 | 6/13 |
| タコライス(沖縄) | 五目うどん | シーフードピラフ(えび・あさり) | ご飯 80g | コッペパン |
| 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |
| 南瓜コロッケ | ひじき入りぎょうざ | 道 十勝大豆コロッケ | けんちん汁 醤油味 | ベーコンシチュー |
| 沖縄パインゼリー | ミニトマト(2個) | フルーツ白玉 | ほっけカレー揚げ | 大根サラダ |
| 717-6 12 2 7 | T T (ZIE) | 711 711 - | ひじきの煮物 | 黄桃缶 |
| | | | しているが | 異元山 |
| | | | | |
| 豚肉 大豆水煮 玉ねぎ 人参 | 鶏肉 油揚げ つと ほうれん | ラベーコン えび いか あさり | 乳肉 百麽 つきったにふん た | バラベーコン じゃがいも 玉 |
| 生姜 にんにく ホールコーン | 草 ごぼう 長ねぎ 干しいたけ | | 参 大根 ごぼう 長ねぎ / | ねぎ 人参 パセリ 小麦粉 バ |
| レタス オールスパイス チリパ | | | | ター 牛乳 豆乳 チーズ スキ |
| ウダー/南瓜コロッケ(既製 | | パセリ /十勝大豆コロッケ | ほっけ切身 小麦粉 /ひじき | ムミルク /大根 まぐろ水煮 |
| 品)/パインゼリー(既製品) | (既製品)/ ミニトマト | (既製品)/みかん缶 パイン | 油揚げ | きゅうり 人参 白ごま/黄桃缶 |
| | | 缶 黄桃缶 なし缶 白珠もち | | C4777 / S 11 - G/ A/M |
| | | (//0 | (1) | ((20 |
| 6/16 | 6/17 | 6/18 | 6/19 | 6/20 |
| ハヤシライス | 塩ラーメン | 鶏ごぼうごはん | ご飯 80g | |
| 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | |
| 厚揚げサラダ | ごまポテト | 味噌汁(小松菜・たもぎ・玉ねぎ) | マーボー豆腐 | 遠足 |
| | さくらんぼ | メンチカツ | 揚げいわしハンバーグ | |
| | | | 照り焼きソース | |
| | | | | |
| | | | なんたし (小松立・むやし) | |
| | | | おひたし(小松菜・もやし) | |
| 阪内 エわギ 人会 じゃがい | | | おひたし(小松采・もやし) | |
| 豚肉 玉ねぎ 人参 じゃがい | 豚肉 生姜 にんにく メンマ | 医共祥术 不料手 過中 陸 | おひたし(小松采・もやし) 胚芽精米 米粒麦 生姜 にん | 60 60 |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 | 豚肉 生姜 にんにく メンマ つと もやし 人参 玉ねぎ 白 | 胚芽精米 米粒麦 鶏肉 焼 | | |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールス | | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ | |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白 菜 長ねぎ ほうれん草/フレン | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ | |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 麦粉 グリンピース オールス パイス ナツメグ/厚揚げ 生 姜 小麦粉 キャベツ きゅうり | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/ | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品)/小松菜 もやし 糸 | |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白 菜 長ねぎ ほうれん草/フレン | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ | |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 麦粉 グリンピース オールス パイス ナツメグ/厚揚げ 生 姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぼ | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお | |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 麦粉 グリンピース オールス パイス ナツメグ/厚揚げ 生 姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぼ | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醬 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお | 6/27 |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 麦粉 グリンピース オールス パイス ナツメグ/厚揚げ 生 姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぼ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス(鶏) | 6/27 |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 麦粉 グリンピース オールス パイス ナツメグ/厚揚げ 生 姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醬 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお | 6/27 コッペパン 牛乳 |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 麦粉 グリンピース オールス パイス ナツメグ/厚揚げ 生 姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぼ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス(鶏) | 6/27 |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 麦粉 グリンピース オールス パイス ナツメグ/厚揚げ 生 姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醬 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) | 6/27 コッペパン 牛乳 |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 麦粉 グリンピース オールス パイス ナツメグ/厚揚げ 生 姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油 ★白身魚フライ(卵除去食あり) | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品) 白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のリポテト | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醬 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 麦粉 グリンピース オールス パイス ナツメグ/厚揚げ 生 姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品) 白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のリポテト | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醬 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 麦粉 グリンピース オールス パイス ナツメグ/厚揚げ 生 姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油 ★白身魚フライ(卵除去食あり) | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品) 白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のリポテト | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醬 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 麦粉 グリンピース オールス パイス ナツメグ/厚揚げ 生 姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油 ★白身魚フライ(卵除去食あり) | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のリポテト メロン | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醤 /いわしハンパーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ 3 鶏肉 カレー粉 じゃがいも 人 | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 |
| も セロリ 生姜 にんにく 小 麦粉 グリンピース オールス パイス ナツメグ/厚揚げ 生 姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油 ★白身魚フライ(卵除去食あり) ソース(中濃ソース) | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレン チポテト(既製品)白すりごま/ さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のリポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醤 /いわしハンパーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ ジャがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生 | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油★白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のリポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ (既製品) /バラ | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生姜 にんにく グリンピース 小 | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油★白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレン チポテト(既製品)白すりごま/ さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のリポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ (既製品) /バラ ベーコン 小松菜 もやし 白 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醬 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス(鶏) 牛乳 コールスローサラダ 場肉 カレー粉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生 歩き カレー粉 /キャベツ | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油★白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のリポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ (既製品) /バラ | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生姜 にんにく グリンピース 小 | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油★白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のりポテトメロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト(既製品)青のり/メロン | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ(既製品)/バラ ベーコン 小松菜 もやし 白 ごま | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ 場肉 カレー粉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生姜 にんにく グリンピース 小麦粉 カレー粉 /キャベツホールコーン | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま/冷凍みかん |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油★白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のりポテトメロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト(既製品)青のり/メロン 7/I | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ (既製品) /パラベーコン 小松菜 もやし 白ごま 7/2 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス(鶏) 牛乳 コールスローサラダ 場肉 カレー粉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生 よにんにく グリンピース 小麦粉 カレー粉 /キャベツホールコーン 7/3 | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油★白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のりポテトメロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト(既製品)青のり/メロン | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ(既製品)/バラ ベーコン 小松菜 もやし 白 ごま | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ 場肉 カレー粉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生姜 にんにく グリンピース 小麦粉 カレー粉 /キャベツホールコーン | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま/冷凍みかん |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 →白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース 6/30 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のりポテトメロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト(既製品)青のり/メロン 7/I | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ (既製品) /パラベーコン 小松菜 もやし 白ごま 7/2 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス(鶏) 牛乳 コールスローサラダ 場肉 カレー粉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生 よにんにく グリンピース 小麦粉 カレー粉 /キャベツホールコーン 7/3 | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま/冷凍みかん |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 フンタンスープ醤油★白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース 6/30 カオ・ラートナー・ガイ(タイ) (鍋肉のあんかけごはん) 牛乳 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のりポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト (既製品)青のり/メロン 7/1 冷やしラーメン 牛乳 | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ (既製品) /パラベーコン 小松菜 もやし 白ごま 7/2 レタス入り焼豚チャーハン 牛乳 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醬 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス(鶏) 牛乳 コールスローサラダ 場肉 カレー粉 じゃがいも 生 にんにく グリンピース 小麦粉 カレー粉 /キャベツホールコーン 7/3 和風そぼろごはん 牛乳 | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま/冷凍みかん 7/4 黒コッペパン 牛乳 |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 →白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース 6/30 カオ・ラートナ・ガイ(タイ)(鶏肉のあんかけごはん) | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のりポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト (既製品)青のり/メロン 7/1 冷やしラーメン 牛乳 厚揚げどさつまいもの甘煮 | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ (既製品) /パラ ベーコン 小松菜 もやし 白 ごま 7/2 レタス入り焼豚チャーハン 牛乳 チーズフォンデュサンドコロッケ | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス(鶏) 牛乳 コールスローサラダ 場肉 カレー粉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生 上 たんにく グリンピース 小麦粉 カレー粉 /キャベツホールコーン 7/3 和風そぼろごはん 牛乳 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま/冷凍みかん 7/4 黒コッペパン 牛乳 あさりのチャウダー |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 フンタンスープ醤油★白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース 6/30 カオ・ラートナー・ガイ(タイ) (鍋肉のあんかけごはん) 牛乳 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のりポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト (既製品)青のり/メロン 7/1 冷やしラーメン 牛乳 | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ (既製品) /パラベーコン 小松菜 もやし 白ごま 7/2 レタス入り焼豚チャーハン 牛乳 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醬 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス(鶏) 牛乳 コールスローサラダ 場肉 カレー粉 じゃがいも 生 にんにく グリンピース 小麦粉 カレー粉 /キャベツホールコーン 7/3 和風そぼろごはん 牛乳 | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま/冷凍みかん 7/4 黒コッペパン 牛乳 あさりのチャウダー ハムコーンサラダ |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 フンタンスープ醤油★白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース 6/30 カオ・ラートナー・ガイ(タイ) (鍋肉のあんかけごはん) 牛乳 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のりポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト (既製品)青のり/メロン 7/1 冷やしラーメン 牛乳 厚揚げどさつまいもの甘煮 | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ (既製品) /パラ ベーコン 小松菜 もやし 白 ごま 7/2 レタス入り焼豚チャーハン 牛乳 チーズフォンデュサンドコロッケ | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス(鶏) 牛乳 コールスローサラダ 場肉 カレー粉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生 上 たんにく グリンピース 小麦粉 カレー粉 /キャベツホールコーン 7/3 和風そぼろごはん 牛乳 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま/冷凍みかん 7/4 黒コッペパン 牛乳 あさりのチャウダー |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 フンタンスープ醤油★白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース 6/30 カオ・ラートナー・ガイ(タイ) (鍋肉のあんかけごはん) 牛乳 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のりポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト (既製品)青のり/メロン 7/1 冷やしラーメン 牛乳 厚揚げどさつまいもの甘煮 | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ (既製品) /パラベーコン 小松菜 もやし 白ごま 7/2 レタス入り焼豚チャーハン 牛乳 チーズフォンデュサンドコロッケパイン缶詰 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ 場肉 カレー粉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生 歩き カレー粉 /キャベツホールコーン 7/3 和風そぼろごはん 牛乳 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) プラム | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホールコーン 白ごま/冷凍みかん 7/4 黒コッペパン 牛乳 あさりのチャウダー ハムコーンサラダ さくらんぼ |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油 ★白身魚フライ(卵除去食あり) ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース 6/30 カオ・ラートナ・ガイ(タイ) (鶏肉のあんかけごはん) 牛乳 小松菜スープ | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のりポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト (既製品)青のり/メロン 7/1 冷やしラーメン 牛乳 厚揚げどさつまいもの甘煮 | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 コロッケ (既製品) /パラベーコン 小松菜 もやし 白ごま 7/2 レタス入り焼豚チャーハン 牛乳 チーズフォンデュサンドコロッケ パイン缶詰 胚芽精米 米粒麦 豚肉 長ね | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ 場肉 カレー粉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご 生 歩き カレー粉 /キャベツホールコーン 7/3 和風そぼろごはん 牛乳 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) プラム | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま/冷凍みかん 7/4 黒コッペパン 牛乳 あさりのチャウダー ハムコーンサラダ |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 ワンタンスープ醤油 ★白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース 6/30 カオ・ラートナー・ガイ(タイ) (鶏肉のあんかけごはん) 牛乳 小松菜スープ | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のりポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト (既製品)青のり/メロン 7/1 冷やしラーメン 牛乳 厚揚げどさつまいもの甘煮 | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 ごぼう 干しいたけ /白 花豆コロッケ (既製品) /パラベーコン 小松菜 もやし 白ごま 7/2 レタス入り焼豚チャーハン 牛乳 チーズフォンデュサンドコロッケパイン缶詰 | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ豆板醤 /いわしハンパーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ 場肉 カレー粉 じゃがいも 人参 玉ねぎ セロリ りんご ス・麦粉 カレー粉 /キャベツホールコーン 7/3 和風そぼろごはん 牛乳 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) プラム | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま/冷凍みかん 7/4 黒コッペパン 牛乳 あさりのチャウダー ハムコーンサラダ さくらんぼ |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のりポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト (既製品)青のり/メロン 7/1 冷やしラーメン 牛乳 厚揚げどさつまいもの甘煮 ミニトマト(2個) | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参 コロッケ (既製品) /パラベーコン 小松菜 もやし 白ごま 7/2 レタス入り焼豚チャーハン 牛乳 チーズフォンデュサンドコロッケ パイン缶詰 胚芽精米 米粒麦 豚肉 長ね | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸 かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ 鶏肉 カレー粉 じゃがいも 人 姜 にんにく グリンピース ツホールコーン 7/3 和風そぼろごはん 牛乳 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) プラム 鶏肉 切干大根 白ごま 生姜 | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホールコーン 白ごま/冷凍みかん 7/4 黒コッペパン 牛乳 あさりのチャウダー ハムコーンサラダ さくらんぼ あさり バラベーコン じゃがい |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 →白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース 6/30 カオ・ラートナ・ガイ(タイ) (鶏肉のあんかけごはん) 牛乳 小松菜スープ 過期内 小麦粉 玉ねぎ ピーマン赤ピーマン 小ねぎ ナンプラー オイスターソース 一味 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のリポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト(既製品)青のり/メロン 7/1 冷やしラーメン 牛乳 厚揚げとさつまいもの甘煮 ミニトマト(2個) ロースハム もやし きゅうりホールコーン 人参 ごま油 | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参豆コロッケ(既製品)/バら でま 7/2 レタス入り焼豚チャーハン 牛乳 チーズフォンデュサンドコロッケ パイン缶詰 胚芽精米 米粒麦 豚肉 長ねぎ ホールコーン 干しいたけ | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸 かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ 鶏肉 カレー粉 じゃがいも 人 姜 にんにく グリンピース ツホールコーン 7/3 和風そぼろごはん 牛乳 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) プラム 親肉 切干大根 白ごま 生 姜ごぼう 人参 一味唐辛子 / | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま/冷凍みかん 7/4 黒コッペパン 牛乳 あさりのチャウダー ハムコーンサラダ さくらんぽ あさり パラベーコン じゃがい も 玉ねぎ 人参 パセリ 小麦 粉 バター 牛乳 豆乳 スキム |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり 人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 フンタンスープ醤油 ★白身魚フライ(卵除去食あり) ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース 6/30 カオ・ラートナー・ガイ(タイ)(鍋肉のあんかけごはん) 牛乳 小松菜スープ 鶏肉 小麦粉 玉ねぎ ピーマンポマーオイスターソース ー味 唐辛子 /バラベーコン 小松 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品) 白すりごま/さくらんぼ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のリポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト(既製品)青のり/メロン 7/1 冷やしラーメン 牛乳 厚揚げとさつまいもの甘煮 ミニトマト(2個) ロースハム もやし きゅうりホールコーン 人参 ごまいも白ごま /厚揚げ さつまいも | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参豆コロッケ(既製品)/バラベーコン 小松菜 もやし 白ごま 7/2 レタス入り焼豚チャーハン 牛乳 チーズフォンデュサンドコロッケ パイン缶詰 胚芽精米 米粒麦 豚肉 長ねぎ 生姜 にんにく 人参 玉ねぎ エルコーン 干しいたけレタス ごま油/チーズフォン | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸 かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ 鶏肉 カレー粉 じゃがいも 人 姜 にんにく グリンピース ツホールコーン 7/3 和風そぼろごはん 牛乳 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) プラム 鶏肉 切干大根 白ごま 生姜 | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま/冷凍みかん 7/4 黒コッペパン 牛乳 あさりのチャウダー ハムコーンサラダ さくらんぼ あさり バラベーコン じゃがい も 玉ねぎ 人参 パセリ 小麦 粉 バター 牛乳 豆乳 スキム ミルク チーズ /ロースハム |
| も セロリ 生姜 にんにく 小麦粉 グリンピース オールスパイス ナツメグ/厚揚げ 生姜 小麦粉 キャベツ きゅうり人参 ごま油 白ごま 6/23 ご飯 80g 牛乳 →白身魚フライ(卵除去食あり)ソース(中濃ソース) ワンタン 豚肉 人参 ほうれん草 もやし メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく /たら切身 小麦粉 卵 パン粉 中濃ソース 6/30 カオ・ラートナ・ガイ(タイ) (鶏肉のあんかけごはん) 牛乳 小松菜スープ 過期内 小麦粉 玉ねぎ ピーマン赤ピーマン 小ねぎ ナンプラー オイスターソース 一味 | つと もやし 人参 玉ねぎ 白菜 長ねぎ ほうれん草/フレンチポテト(既製品)白すりごま/さくらんぽ 6/24 冷やしきつねうどん(切る) 牛乳 青のリポテト メロン 油揚げ 干しいたけ ほうれん草 長ねぎ /フレンチポテト(既製品)青のり/メロン 7/1 冷やしラーメン 牛乳 厚揚げとさつまいもの甘煮 ミニトマト(2個) ロースハム もやし きゅうりホールコーン 人参 ごま油 | 豆腐 生姜 ごぼう 人参 /小 松菜 たもぎ茸/メンチカツ(既 製品) 6/25 ツナライス 牛乳 白花豆コロッケ 小松菜とベーコンのサラダ 胚芽精米 米粒麦 まぐろ水煮 人参豆コロッケ(既製品)/バら でま 7/2 レタス入り焼豚チャーハン 牛乳 チーズフォンデュサンドコロッケ パイン缶詰 胚芽精米 米粒麦 豚肉 長ねぎ ホールコーン 干しいたけ | 胚芽精米 米粒麦 生姜 にんにく 人参 長ねぎ 干しいたけ 豆板醤 /いわしハンバーグ (既製品) /小松菜 もやし 糸 かつお 6/26 カレーライス (鶏) 牛乳 コールスローサラダ 鶏肉 カレー粉 じゃがいも 人 姜 にんにく グリンピース ツホールコーン 7/3 和風そぼろごはん 牛乳 味噌汁 (キャベツ・油揚げ) プラム 親肉 切干大根 白ごま 生 姜ごぼう 人参 一味唐辛子 / | 6/27 コッペパン 牛乳 チキンクリームシチュー ほうれん草とコーンのサラダ みかん (冷凍) 鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人 参 小麦粉 バター 牛乳 豆 乳 チーズ スキムミルク / ロースハム ほうれん草 ホー ルコーン 白ごま/冷凍みかん 7/4 黒コッペパン 牛乳 あさりのチャウダー ハムコーンサラダ さくらんぼ あさり パラベーコン じゃがい も 玉ねぎ 人参 パセリ 小麦 粉 バター 牛乳 豆乳 スキム |

*献立は諸事情により変更することもあります。*冷凍食品等の詳細な成分表が必要な方は学校までお問い合わせください。 *魚の切身には骨が入っていることがあります。気を付けてよく噛んで食べましょう。