

味噌汁																				
だしこん	45	油(ソース)	0.3	油(ソース)	30	さとうきび	30	小(スルベ科)	30	煮豆	無	魚干	無	水(スルベ)	0.5	魚干	無	水(スルベ)	10	
油揚げ	10	黄桃缶詰	25	うはうんそう	10	ミックスチーズ	10	はささい	35	清酒	1	わねぎ	1	ねぎ(スープ用)	3	小麦粉(薄力粉)	4	わねぎ(スープ用)	1	
白みそ	2	バター	2	長ねぎ	10	なし缶詰	25	粉チーズ	2	油揚げ	10	パン粉(乾燥)	1	にんじん(スープ用)	3	全卵	4	パン粉(乾燥)	40	
赤みそ	4	ヨーグルト(全脂無糖)	30	ホールコーン(冷凍)	10	白すりごま	4	白みそ	4.5	水(飲料水)	230	赤みそ	4	水(飲料水)	6	白ごま	2	揚げ油	2	
鶏みそ	4	鳥がら(スープ用)	15	エネルギー	708Kcal	きび砂糖	1.5	むろあじ(だし用)	22	白ごま	2	ごまボコロ	2	ハム(ロース)	85	青のり(素干し)	0.1	ナムル(小松菜)	5	
ちろあじ(だし用)	2.2	豚骨(スープ用)	15	たんぱく質	23. 4g	エネルギー	814Kcal	昆布(だし用)	1	揚げ油	163	フレンチポテト	1	ハム(ロース)	5	揚げ油	15	ハム(ロース)	5	
昆布(だし用)	水(飲料水)	155	蒸し(だし用)	0.7	カルシウム	337mg	たんぱく質	34. 6g	キャベツ	40	白いも	3.5	白いも	3.5	白いも	3.5	青のり(素干し)	0.1	こまつな	15
からし和え						玉ねぎ(スープ用)	3	きゅうり	10	りんご	55	きび砂糖	3.5	食塩	0.03	もやし	50	もやし	50	
ハム(ロース)	3	☆豆腐入りカレー		ピラフ		にんじん(スープ用)	3	ホールコーン(冷凍)	5	ごぼう	25	ごぼう	20	ごぼう	20	もやし	7	もやし	7	
うはうんそう	20	すべて混ざっています。				水(飲料水)	240	タネルギー	843Kcal	揚げ油	1	タネルギー	843Kcal	タネルギー	843Kcal	タネルギー	843Kcal	タネルギー	843Kcal	

12月12日(金) 12月15日(月) 12月16日(火) 12月17日(水) 12月18日(木) 12月19日(金) 12月22日(月) 12月23日(火) 12月24日(水)
 牛乳 206
 横割パンズ 65 ツイストパン 65 ツイストパン 65 ツイストパン 65 ツイストパン 65 ツイストパン 65

カレーロック・中濃ソース	精白米 110	ソフトめん 120	はいが精神 83	精白米 110	コーンクリームスープ	精白米 110	ソーフィ・スター 105
ボトロコロッケ(カレー味)	60	豚肉肩 20	おおむぎ(米粒麦) 7	豚肉肩 35	ホールコーン(冷凍) 20	はいが精神 75	あさり(冷凍) 20
醤油おでん		醤油(濃口) 1.3	醤油(濃口) 1	赤ワイン 1	クリームコーン 30	白ワイン 1.5	おおむぎ(米粒麦) 10
揚げ玉子		清酒 1	清酒 1	[にんにく] 0.3	ベーコン(バラ) 3	大豆煮豆 10	バター 3
中濃ソース	5	本みりん 1	食塩 0.1	食塩 0.15	たまねぎ 60	トマト缶詰(ジュース) 12	白ワイン 1
		豆揚げ 8	鶏がらスープ(濃口) 2	黒こしょう 0.03	豆腐(木綿) 60	[にんじん] 35	マッシュルーム(水煮) 8
Foスライスチーズ		ひき入り豚のひも 15	鶏肉わね 20	じゃがいも 35	乾煎パセリ 0.03	食塩 0.5	マッシュルーム(水煮) 8
スライスチーズ 鉄入り	20	厚揚げ 10	鶏肉もも 20	じゃがいも 35	小麦粉(薄力粉) 3	板こんにゃく 10	セロリー 4
		板こんにゃく 27	油(なたね) 1.1	油(なたね) 1.1	パン粉 10	ホウクラウインダー 20	バター 1
パーククリムシチュー		[にんじん] 20	しょうが 0.5	揚げ油 1	だいこん 20	長ねぎ 0.5	油(サラダ) 1
豚肉肩		長ねぎ 8	清酒 1.5	バター 1	ごぼう 10	たまねぎ 40	油(サラダ) 1
		だいこん 63	干しいたけ(乾) 0.5	油(なたね) 0.8	牛乳(調理用) 30	[にんにく] 0.3	マッシュルーム(水煮) 8
ふき水者		ふき水者 13	たまねぎ(水者) 10	揚げ油 1	長ねぎ 12	[にんじん] 15	グリルピース(冷凍) 8
			油(サラダ) 0.3	豆乳 1	油(サラダ) 0.3	豆乳 5	乾煎ハゼリ 0.04

<p>☆とりめし すべて混ざっています。</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 5px;">あさりには、小さ なカニ、エビ、貝 が混入している場 合があります。</td><td style="padding: 5px; text-align: right;">油漬け 2 スパゲティ(乾) 10 きゅうり 10 にんじん 7 醤油 1.5 穀物酢 3 サラダ油 0.5 さひ珍糖 1 白みそ 0.7 こま油 0.5 白ごま 1</td></tr> </table>	あさりには、小さ なカニ、エビ、貝 が混入している場 合があります。	油漬け 2 スパゲティ(乾) 10 きゅうり 10 にんじん 7 醤油 1.5 穀物酢 3 サラダ油 0.5 さひ珍糖 1 白みそ 0.7 こま油 0.5 白ごま 1	<p>エネルギー 787Kcal たんぱく質 22. 5g カルシウム 314mg</p> <p>☆パスタポンコレ 麺とソースは別々です。</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 5px;">あさりには、小さ なカニ、エビ、貝 が混入している場 合があります。</td></tr> </table>	あさりには、小さ なカニ、エビ、貝 が混入している場 合があります。
あさりには、小さ なカニ、エビ、貝 が混入している場 合があります。	油漬け 2 スパゲティ(乾) 10 きゅうり 10 にんじん 7 醤油 1.5 穀物酢 3 サラダ油 0.5 さひ珍糖 1 白みそ 0.7 こま油 0.5 白ごま 1			
あさりには、小さ なカニ、エビ、貝 が混入している場 合があります。				

たんぱく質 26.2g
カルシウム 295mg