

令和7年(2025年)11月28日 札幌市立山の手南小学校 札幌市立山の手小学校

寒さがより厳しくなり、かぜを引きやすい季節になりました。かぜを予防するためには「栄養バランスのよい食事」、 「適度な運動」、「十分な睡眠」を心がけるほか、手洗いやうがいを徹底して習慣づけましょう。

[かぜ] をひくのはどうして?

かぜは、ウイルスや細菌が、鼻やのどなどに入って炎症を起こすさまざ まな症状の総称です。感染症のひとつなので、かぜをひいている人からも うつります。白頃から手洗いやうがいを行い、竹分な睡眠と栄養をとって、 かぜをひかないようにしましょう。







^{今年はかぜを}かぜ予防のポイント





















かぜをひかないように、白頃からかぜの予防を心がけましょう。

今年の冬至は 12月22日です

「冬至」は一年で最も昼が短く、夜が長くなる日。この日を境に昼が再び長くなるため、昔の人は太陽の力 がよみがえる神秘的な日と考えました。中国など東アジアでも「一陽来復」といって、陰と陽の力が交替し、 。 陽の気が上がる節首の日とされてきました。日本でもこの日に食べたり、使われてきた食べ物があります。

「陰」の力が極まるとされた冬至の日に、 陰と関わりの深い[ん]の音がつく食べ 物を食べて「運」を呼び込もうという縁起 担ぎからはじまった風習とされています。



ばれの名前で「なんきん」。「運盛り」の中 に入るほか、夏にとれて長期間保存が できたかぼちゃは、昔の人にとって寒い冬 をのりきる貴重な栄養源にもなりました。



「冬至」を「湯治」とかけ、しかも「融通が *
利く」と縁起を担いだ風習とされています。 太陽のような鮮やかな黄色と爽やかな ゕぉ 香りで、寒い冬の生活をリフレッシュします。

※牛乳は毎日つきます。

※果物は予定です。市場や天候の影響で変更になる場合があります。

12月のよていこんだて ※海産物(あさり・ししゃも・しらず等小思・わかめなこりには小さなんしてからこれない。 混入している場合があります。 ※アレルギーで食べられない食材がある場合は、お子さんと必ず確認をお願いします。

	1/2			
月	火	水	木	金
18	2 B	3B	48	5日
こんさいの	えびいりたぬきうどん	しらすごはん	ぶたミックスどん	コッペパン
スープカレー	バターポテト	みそしる	みそしる	チキンクリームシチュー
ハムコーンサラダ	りんごかんづめ	コーンフライ	みかん	ほっけフライ
				パインかんづめ
白飯, 豚肉, オリーブ油, じゃがい	ソフトめん(<u>小麦粉</u>), むき <u>え</u>	胚芽精米, 大麦, 昆布, しらす干	白飯, 豚肉, しょうが, 厚揚げ, か	<u>小麦粉</u> , マーガリン, <u>脱脂粉乳</u> ,
も, なたね油, ごぼう, にんじん,	<u>び, あさり, ,</u> にんじん, しゅんぎ		たくり粉, <u>小麦粉</u> , なたね油, 玉ね	
だいこん, 玉ねぎ, セロリー, りん ご, しょうが, にんにく, サラダ	く, ごぼう, 切り干し大根, ひじ き, <i>小麦粉</i> , 全 <i>卿</i> , なたね油, 鶏肉,	げ, こまつな, みそ, むろあじ, 昆 布/(とうもろこし, //シ粉 , 生乳 ,	ぎ, たけのこ, にんじん, ピーマ ン, サラダ油, 白 <i>ごま</i> /キャベツ,	んじん, パセリ, <u>小麦粉,</u> <u>バター, サラダ油, <i>牛乳</i>, 豆乳, <i>チーズ, ス</i></u>
油,トマト缶詰,カレ一粉,チリパ	かまぼこ, ほうれんそう, 長ねぎ.	<u>小麦粉</u> ,砂糖, <u>全粉乳</u>), なたね油/	油揚げ、みそ、むろあじ、昆布/み	<u>キムミルク</u> , 鶏がらスープ/ほっ
ウダー,鳥がら,煮干し,昆布/ハ	たもぎたけ, 干しいたけ, むろあ	<u> </u>	かん	け, <u>小麦粉</u> , 全 <u>卵</u> , <u>パン粉</u> , なたね
ム, ホールコーン, キャベツ, <i>ごま</i> 油, からし/	じ, 昆布/じゃがいも, <u>バター, 牛</u>			油/パイン缶詰
лщ, м. 5 С/	乳 , スキムミルク /りんごシロップ漬け			
8日	9日	10日	118	12日
ごはん	パスタクリームソース	ビビンバ	ごはん	ツイストパン
みそつみれじる	ごぼうチップサラダ	ひじきはるまき	ローペンタン	クリームシチュー
きんぴら		おうとうかんづめ	さわらの	カレーふうみ
なっとう			オートミールフライ	あさりのサラダ
			ごまあえ	パインかんづめ
山の手:振替休業日				
力紅/ナリュ はナ三中!	 ソフトパスタ(小麦粉), ベーコ		 白飯/豚肉, しょうが, かたくり	小麦粉 . マーガリン. 脱脂粉乳 .
白飯/すりみ,焼き豆腐,しょう	ン, こまつな, 玉ねぎ, たもぎた	メンマ,サラダ油,トウバンジャ	粉,にんじん,はくさい,干しいた	<u>卵</u> /豚肉,カレー粉,セロリー,
が,かたくり粉,だいこん,にんじん,長ねぎ,みそ,みそ,むろあじ,	け, <u>小麦粉</u> , <u>バター</u> , サラダ油,	ン, にんじん, ほうれんそう, もや	け, たけのこ, 長ねぎ, <i>ごま</i> 油, 鶏	じゃがいも, 玉ねぎ, にんじん, パ
昆布/ごぼう, にんじん, つきこん	<u>チーズ</u> , <u>牛乳</u> , <u>スキムミルク</u> , 豆乳, みそ, 豚骨スープ/ハム, キャ	し, 白 <i>ごま</i> , 長ねぎ, しょうが, に んにく, <i>ごま</i> 油/(たけのこ, にん	がらスープ/さわら切り身、 <u>小麦</u> 粉、全 <i>卵、</i> オートミール、パン粉、	セリ, <i><u>小麦粉</u>, <u>バター</u>,</i> サラダ油, カレールウ, <u>牛乳</u> , 豆乳, <u>スキム</u>
にゃく,ひじき入りさつま揚げ, 油揚げ,さやいんげん,サラダ油.	ベツ, きゅうり, ホールコーン, ご	じん, 豚肉, ひじき, 植物油脂, で	なたね油/こまつな, もやし, 白 <u>ご</u>	ミルク. チーズ. 鶏がらスープ/
油揚げ,さやいんけん,サラダ油, 白 <i>ごま</i> /納豆	ぼう, なたね油, 白 <i>ごま</i> /	ん粉, オイスターソース, <u>小麦粉</u>)	麦 /	あさり、しょうが、きゅうり、キャ
		なたね油/黄桃缶詰		ベツ, にんじん, サラダ油, から し, <i>ごま</i> 油, 白 <i>ごま</i> /パイン缶詰
				0, <u>c.r.</u> ,n, n <u>c.r.</u> , · · · · · n n n
15日	16日	178	18日	19日
	16日 みそラーメン	17日 シーフードカレーピラフ		19日 ロールパン
ごはん	みそラーメン	シーフードカレーピラフ	ごはん	ロールパン
ごはん とうふのトロトロに	みそラーメン きなこポテト	シーフードカレーピラフ とうふナゲット	ごはん さつまじる	ロールパン イタリアンスープ
ごはん とうふのトロトロに あげえびシュウマイ	みそラーメン	シーフードカレーピラフ とうふナゲット (ケチャップソースつき)	ごはん さつまじる サバのソースやき	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン
ごはん とうふのトロトロに	みそラーメン きなこポテト べにまどんな	シーフードカレーピラフ とうふナゲット	ごはん さつまじる	ロールパン イタリアンスープ
ごはん とうふのトロトロに あげえびシュウマイ	みそラーメン きなこポテト べにまどんな 紅まどんなは、柑橘類の	シーフードカレーピラフ とうふナゲット (ケチャップソースつき)	ごはん さつまじる サバのソースやき	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン
ごはん とうふのトロトロに あげえびシュウマイ	みそラーメン きなこポテト べにまどんな	シーフードカレーピラフ とうふナゲット (ケチャップソースつき)	ごはん さつまじる サバのソースやき	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン
ごはん とうふのトロトロに あげえびシュウマイ ナムル	みそラーメン きなこポテト べにまどんな 紅まどんなは、柑橘類の くだものです。	シーフードカレーピラフ とうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ	ごはん さつまじる サバのソースやき	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート
ごはん とうふのトロトロに あげえびシュウマイ ナムル 山の手:開校記念日	みそラーメン きなこポテト べにまどんな 紅まどんなは、柑橘類の くだものです。	シーフードカレーピラフ とうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ	ごはん さつまじる サバのソースやき	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート 小麦数 .マーガリン. 脱脂粉乳 .
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐, 鶏肉, こまっな, 長ねぎ, にんじん, しょうが, にんに	みそラーメン きなこポテト べにまどんな 紅まどんなは、柑橘類の くだものです。	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも, 豆腐, 板	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート 小麦袋 、マーガリン、 脱脂粉乳 、 郷 /ベーコン、じゃがいも、玉ね
ごはん とうふのトロトロに あげえびシュウマイ ナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐, 鶏肉, こまっな, 長ね き, にんじん, しょうが, にんに く, サラダ油, かたくり粉, 鶏がら	みそラーメン きなこポテト べにまどんな 紅まどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン(<i>小麦粉</i>),豚肉.にんにく、白 <i>ご麦.み</i> そ、トウ パンジャン、 <i>ご麦</i> 油、しょうが、も やし、玉ねぎ、メンマ、にんじん,	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 下寿精米、大麦、 バター 、ベーコン、むき 	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも, 豆腐, 板 こんにゃく, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ, しょうが, サラダ	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐, 鶏肉, こまっな, 長ねぎ, にんじん, しょうが, にんに	みそラーメン きなこポテト べにまどんな 紅まどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン(<i>小麦数</i>),豚肉,にんにく、白 <i>ご麦</i> ,みそ,トウ パンジャン, <i>ご麦</i> 油,しょうが、も ゃし、玉ねぎ、メンマ,にんじん, サラダ油、ほうれんそう,長ねぎ、	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 胚芽精米、大麦、 バター 、ベーコン、むき えび、あきり 、にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、 サラダ油、カレー粉/焼き豆腐、鶏 肉、玉ねぎ、サラダ油、全 <i>更</i> 、かた	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも, 豆腐, 板 こんにゃく, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ, しょうが, サラダ ホ/さば切り身, しょうが, 小髪	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ************************************
ごはん とうふのトロトロに あげえびシュウマイ ナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐, 鶏肉, こまつな, 長ねぎ, にんじん, しょうが, にんにく, サラダ油, かたくり粉, 鶏がらスーブ/(玉ねぎ, いとよりだいすり身, 左び, 少多数 , かま状植物性たん白), なたね油/ほうれん	みそラーメン きなこポテト べにまどんな 紅まどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン(<i>小麦粉</i>)、豚 肉、にんにく、白 <i>ご麦、み</i> そ、トウ バンジャン、 <i>ご麦</i> 油、しょうが、も やし、玉ねぎ、メンマ、にんじん、 サラダ油、ほうれんそう、長ねぎ、 くきわかめ、鳥がら、豚骨、煮干	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 胚芽精米、大麦、 <u>パター</u> 、ベーコン、むき えび、あきり 、にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、 サラダ油、カレー粉/焼き豆腐、乳 肉、玉ねぎ、サラダ油、全 <i>里</i> 、か くり粉、パン粉、なたね油、ケチャッ	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも, 豆腐, 板 こんにゃく, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ, しょうが, サラダ 油、みそ、みそ、むろあじ、完田、昆 布/さば切り身, しょうが、少妻 数, かたくり粉, なたね油, ウス	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ************************************
ごはん とうふのトロトロに あげえびシュウマイ ナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐, 鶏肉, こまつな, 長ね ぎ, にんじん, しょうが, にんに く, サラダ油, かたくり粉, 鶏がら スープ/(玉ねぎ, いとよりだいすり 身, <u>そび, ご数, 小季数</u> 粉末状植 物性たん白), なたね油/ほうれん そう, もやし, にんじん, <u>ごま</u> 油,	みそラーメン きなこポテト べにまどんな 紅まどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン(<i>小麦数</i>),豚肉,にんにく、白 <i>ご麦</i> ,みそ,トウ パンジャン, <i>ご麦</i> 油,しょうが、も ゃし、玉ねぎ、メンマ,にんじん, サラダ油、ほうれんそう,長ねぎ、	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 胚芽精米、大麦、 バター 、ベーコン、むき えび、あきり 、にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、 サラダ油、カレー粉/焼き豆腐、鶏 肉、玉ねぎ、サラダ油、全 <i>更</i> 、かた	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも, 豆腐, 板 こんにゃく, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ, しょうが, サラ, 油, みそ, みそ, むろあじ, 宗田, 昆 布/さば切り身, しょうが, 小麦 ターソース, みそ, 白 ごま/こまつ	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ************************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手: 開校記念日 白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、かたくり粉、鶏がらスープ/(玉ねぎ、いとよりだいすり身、左び、20分が、小麦粉、粉末状植物性たん白)、なたね油/ほうれんそう、もやし、にんじん、ごま油、白ごま/	みそラーメン きなこポテト べにまどんな、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン (<i>小麦粉</i>) , 豚 肉, にんにく、白 <i>ご麦</i> , みそ, トウ バンジャン, <i>ご麦</i> 油, しょうが、も やし, 玉ねぎ, メンマ, にんじん, サラダ油, ほうれんそう, 長ねぎ, くきわかめ, 鳥がら, 豚骨, 煮干 し, 昆布/フレンチポテト, なたね 油, きな粉/紅まどんな	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 胚芽精米、大麦、 <u>パター</u> 、ベーコン、むき えび、あきり 、にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、 サラダ油、カレーの特/焼き豆のかた くり粉、 パン粉 、なたね油、ケチャッ ブ,ウスターソース,からし/黄桃缶詰	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも, 豆腐, 板 こんにゃく, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ, しょうが, 少多 油, みそ, みそ, むろあじ, 宗田, 昆 布/さば切り身, しょうが, 少多 数, かたくり粉, なたね油, ウス ターソース, みそ, 白っこまっ な, もやし, もみのり/	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ************************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、かたくり粉、鶏がらスープ/(玉ねぎ、いとよりだいすり身、 左び、小女教 、粉末状植物性たん白)、なたね油/ほうれん。こま油、白ごま/	みそラーメン きなこポテト べにまどんな、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン (<i>小麦粉</i>) , 豚 肉, にんにく、白 <i>ご麦</i> , みそ, トウ パンジャン, ご麦油, しょうが、も ヤラダ油, ほうれんそう, 長ねぎ, くきわかめ, 鳥がら, 豚骨, 煮干 し, 昆布/フレンチポテト, なたね 油, きな粉/紅まどんな	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、むきえび、あきり、にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、 サラダ油、カたし、がたり、 サラダ油、を見、かた くり粉、パン粉、なたね油、ケチャップ、ウスターソース、からし/黄桃缶詰	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さつまいも, 豆腐, 板 こんにゃく, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ, しょうが, サラ 昆 布/さば切り粉, むたね油, ウス ターソース, みそ, 白 ごま/こまつ な, もやし, もみのり/	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ************************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、かたくり粉、鶏がらスープ/(玉ねぎ、いとよりだいすり身、 左び、小文が、小変数 粉末状植物性たん白)、なたね油/ほうれん。ごま油、白ごま/	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン (<i>小麦数</i>) , 豚 肉, にんにく、白 <i>ごま、み</i> そ、トウ パンジャン、ごま油、しょうが、も ヤンラダ油、ほうれんじん、 サラダ油、ほうれんどん、 サラダ油、ほうれんどん。 サラダ油、ほうれんでう、長ねぎ、 くきわかめ、鳥がら、豚骨、煮干 し、昆布/フレンチポテト、なたね 油、きな粉/紅まどんな	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、むきえび、あきり、にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、 サラダ油、全屋、かたくり粉、パンターソース、からし/黄桃缶詰	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも, 豆腐, 板 こんにゃく, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ, しょうが, サラダ 油, みそ, みそ, むろあじ, 宗田, 昆 布/さば切り身, しょうが, かを 数, かたくり粉, なたね油, ウス ターソース, みそ, 白っこま な, もやし, もみのり/	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート か変数、マーガリン、脱脂数型、 一型/ベーコン、じゃがいも、玉ね き、にんじん、ホールコーン、パセ リ、マカロニ、鶏がらスープ、鳥が ら/鶏肉、パブリカ、にんにく、生 乳、小変数、かたくり粉、なたね油 / (いちご、いちご果汁,砂糖)
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、かたくり粉、鶏がらスープ/(玉ねぎ、いとよりだいすり身. まび、心炎、小麦数、粉末状植物性たん白)、なたね油/ほうれんそう、もやし、にんじん、ごま油、白ごま/	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン (<i>小麦数</i>) , 豚 肉, にんにく、白 <i>ごま</i> , みそ, トウ パンジャン, ごま油, しょうが、も やし、玉ねぎ, メンマ, にんじん, サラダ油, ほうれんそう, 長ねぎ, くきわかめ, 鳥がら, 豚骨, 煮干 し, 昆布/フレンチポテト, なたね 油, きな粉/紅まどんな 23日 にくうどん かぼちゃのいとこに	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、むきえび、あきり、にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、 サラダ油、カレー粉/焼き豆かた くり粉、パン粉、なたね油、ケチャッ ブ,ウスターソース,からし/黄桃缶詰	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも、豆腐、板 こんにゃく、にんじん、だいこん、 ごぼう、長ねぎ、しょうが、小麦 油、みそ、みそ、むろあじ、宗田、昆 布/さば切り身、しょうが、小麦 数、かたくり粉、なたね油、ウス ターソース、みそ、白ご麦/こまっな、もやし、もみのり/	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、かたくり粉、鶏がらスープ/(玉ねぎ、いとよりだいすり身. 左び、少多、小麦数 粉末状植物性たん白)、なたね油/ほご走油、白ごま/ こくじゃがさんまスパイスあげ	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン (<i>小麦数</i>) , 豚 肉, にんにく、白 <i>ごま、み</i> そ、トウ パンジャン、ごま油、しょうが、も ヤンラダ油、ほうれんじん、 サラダ油、ほうれんどん、 サラダ油、ほうれんどん。 サラダ油、ほうれんでう、長ねぎ、 くきわかめ、鳥がら、豚骨、煮干 し、昆布/フレンチポテト、なたね 油、きな粉/紅まどんな	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、むきえび、あきり、にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、 サラダ油、全屋、かたくり粉、パンターソース、からし/黄桃缶詰	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも, 豆腐, 板 こんにゃく, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ, しょうが, サラダ 油, みそ, みそ, むろあじ, 宗田, 昆 布/さば切り身, しょうが, かを 数, かたくり粉, なたね油, ウス ターソース, みそ, 白っこま な, もやし, もみのり/	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、かたくり粉、鶏がらスープ/(玉ねぎ、いとよりだいすり身. ヹび、心炎、小麦投 粉末状植物性たん白、なたね油/ほうれんそう、もやし、にんじん、 ごま 油、白 ごま / こばんにくじゃがさんまスパイスあげのりと	みそラーメン きなこポテト べにまどんな、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン (<i>小麦粉</i>)、豚 肉、にんにく、白 <i>ご麦、み</i> そ、トウ パンジャン、 <i>ご麦</i> 油、しょうが、も やし、玉ねぎ、メンマ、にんじん、 サラダ油、ほうれんそう、長ねぎ、 くきわかめ、鳥がら、豚骨、煮干 し、昆布/フレンチポテト、なたね 油、きな粉/紅まどんな 23日 にくうどん かばちゃのいとこに みかん	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、むきえび、あきり、にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、 サラダ油、カレー粉/焼き豆かた くり粉、パン粉、なたね油、ケチャッ ブ,ウスターソース,からし/黄桃缶詰	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも、豆腐、板 こんにゃく、にんじん、だいこん、 ごぼう、長ねぎ、しょうが、小麦 油、みそ、みそ、むろあじ、宗田、昆 布/さば切り身、しょうが、小麦 数、かたくり粉、なたね油、ウス ターソース、みそ、白ご麦/こまっな、もやし、もみのり/	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、かたくり粉、鶏がらスープ/(玉ねぎ、いとよりだいすり身. 左び、少多、小麦数 粉末状植物性たん白)、なたね油/ほご走油、白ごま/ こくじゃがさんまスパイスあげ	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン (<i>小麦数</i>) , 豚 肉, にんにく、白 <i>ごま</i> , みそ, トウ パンジャン, ごま油, しょうが、も やし、玉ねぎ, メンマ, にんじん, サラダ油, ほうれんそう, 長ねぎ, くきわかめ, 鳥がら, 豚骨, 煮干 し, 昆布/フレンチポテト, なたね 油, きな粉/紅まどんな 23日 にくうどん かぼちゃのいとこに	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、むきえび、あきり、にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、 サラダ油、カレー粉/焼き豆かた くり粉、パン粉、なたね油、ケチャッ ブ,ウスターソース、からし/黄桃缶詰	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも、豆腐、板 こんにゃく、にんじん、だいこん、 ごぼう、長ねぎ、しょうが、小麦 油、みそ、みそ、むろあじ、宗田、昆 布/さば切り身、しょうが、小麦 数、かたくり粉、なたね油、ウス ターソース、みそ、白ご麦/こまっな、もやし、もみのり/	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、かたくり粉、鶏がらスープ/(玉ねぎ、いとよりだいすり身. ヹび、心炎、小麦投 粉末状植物性たん白、なたね油/ほうれんそう、もやし、にんじん、 ごま 油、白 ごま / こばんにくじゃがさんまスパイスあげのりと	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン (<i>小麦粉</i>) , 豚 肉, にんにく、白 <i>ごま</i> , みそ, トウ バンジャン, ごま油, しょうが、も やし、玉ねぎ、メンマ、にんじん, サラダ油, ほうれんそう, 長ねぎ、 くきわかめ, 鳥がら, 豚骨, 煮干 し、昆布/フレンチポテト, なたね 油, きな粉/紅まどんな アンランドカー にくうどん かにくうとのいとこに みかん 西区産かぼちゃ使用 ソフトめん (<i>小麦粉</i>) , 豚肉, 油	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 胚芽精米、大麦、バター、ベーコン、むきえび、あきり、にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、パセリ、 サラダ油、全屋、かたくり粉、パン粉、なたね油、ケチャップ、ウスターソース、からし/黄桃缶詰	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも, 豆腐, 板 こんにゃく, にんじん, だいこん, ごぼう, 長ねぎ, しょうが, 少妻 独, みそ, みそ, むろあじ, 宗田, 昆 布/さば切り身, しょうが, 少妻 ターソース, みそ, もわ油, ウス な, もやし, もみのり/ 25日 ハヤシライス こまつなと ベーコンのサラダ 白飯, 豚肉, 玉ねぎ, にんじん,	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、かたくり粉、鶏がらスープ/(玉ねぎ、いとめがま状植物性たん白)、なたね油/ほうれねたう。もやし、にんじん、ごま油、白ごま/	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン(小麦粉)、豚 肉、にんにく、白ご麦、みそうが、トウ パンジャン、ご麦油、しょうが、も サリ、玉ねぎ、メンマ、にんじん、 サリ、玉ねぎ、メンマ、にんじん、 は、これがり、豚骨、青、木と くきわかめ、鳥がら、豚骨、煮干 し、昆布/フレンチボテト、なたね 油、きな粉/紅まどんな 23日 にくうどん かばちゃのいとこに みかん 西区産かぽちゃ使用 ソフトめん(小麦粉)、豚肉、油 揚げ、にんじん、ほうれんそう、長	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 下芽精米、大麦、バター、ベーコン・むき、オグ、 あきり、 にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、 がたり、 いたくり粉、 パン粉、 なたね油、 ケチャップ、ウスターソース、からし/黄桃缶詰 上りごぼうごはんサケフライおひたし	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉、さっまいも、豆腐、板 こんにゃく、にんじん、だいこん。 ごぼう、長ねぎ、しょうが、小麦 漁、みそ、みそ、むろあじ、宗田、見 布/さば切り身、なたも治・ウス ターソース、みそ、白 ご麦/こまっな、もやし、もみのり/ 25日 ハヤシライス こまつなと ベーコンのサラダ 白飯、豚肉、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、セロリー、しょうが、	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、かたくり粉、鶏がらスープ/(玉ねぎ、いとよりだいすり身、 ヹび、ごをかかまり、たんじん、ごま 油、白ごま/ 22日 ごはんにくじゃがさんまスパイスあげのりとあさりのつくだに白飯/豚肉、大豆水煮、じゃがいも、まねぎ、しらたき、にんじん、切り干し大根、さやいんげん、干	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン(<i>小麦粉</i>) , 豚肉, にんにく、白 <i>ごま</i> , みそうが、トウィンジャン, ごま油, しょうじんじん, まねぎ, オンマ, にんじん, まるも、大きわかめ, 鳥がら、豚骨, 煮干し、昆布/フレンチボテト, なたね油, きな粉/紅まどんな 23日 にくうどんかのいとこにみかん 西区産かぼちゃ使用 ソフトめん(<i>小麦粉</i>) , 豚肉, 油 揚げ, にんじん, ほうれんぞう, 長 カボ、モしいたけ, たもぎたり, あず、モしたけ, たま	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 歴芽精米、大麦、バター、ベーロん、 エもぎ、マッシュルーム、りで、かって、からしん。 エもぎ、マッシュルーム、ではん。 エもぎ、マッシュルーム、ではん。 サラダ油、カレー粉/焼き屋、かたくり粉、パン粉、かたくり粉、がたっと、なたね油、ケチャップ、ウスターソース、からし/黄桃缶詰	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉, さっまいも、豆腐、板 こんにゃん。にんじん、だいった。 たんにゃん。しょうが、小麦 カインでは切り身、しょうが、小麦 カーソース、みそ、むろあじ、宗田、亡まか。 な、もやし、もみのり/ 25日 ハヤシライス こま つな、カース こまつなと ベーコンのサラダ 白飯、豚肉、玉ねぎ、にんじん。 じゃがいも、セロリー、しょうが、にんにく、マッシュルーム、小麦 カーラダッカレータット	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐, 鶏肉、こまつな, 長ねぎ, にんじん, しょうが, にんにく, サラダ油, かを数がま状す 物性たん白)、なたものにんじん, ごま油, 白ごま/ こしくじゃがさんまスパイスあげのりとあさりのつくだに白飯/豚肉, 大豆水煮, じゃがいも、玉ねぎ, しょやいんげん, 干しいたけ, しょうが, サラダ油, て	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン(<u>小麦粉</u>)、豚 肉、にんにく、白 <u>ごま</u> 、みそ、トウ パンジャン、 <u>ごま</u> 油、しょりがん、 サラダ油、ほうれんそう、長ねぎ、 くきわかめ、鳥がら、豚骨、煮干 し、昆布/フレンチポテト、なたね 油、きな粉/紅まどんな 23日 にくうどん かばちゃのいとこに みかん 西区産かぼちゃ使用 ソフトめん(<u>小麦粉</u>)、豚肉、油 掲げ、にんじん、ほうれんそう、よ ねぎ、キュンにしたけ、たもぎたけ、む	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 下芽精米、大麦、バター、ベーコン・むき、オグ、 あきり、 にんじん、 玉ねぎ、マッシュルーム、 がたり、 いたくり粉、 パン粉、 なたね油、 ケチャップ、ウスターソース、からし/黄桃缶詰 上りごぼうごはんサケフライおひたし	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉、さつまいも、豆腐、板 こんにも、たが、サラス 油、みそ、からしょうが、かま 油、みそ、みみそ、むろあじ、宗田、登かたくり粉、なたを ターソース、みそ、むみのり/ 25日 ハヤシライス こま つは、アウス こまつな、カース こまつな、アウス にんじん、じゃがいも、マットカール、アマト ビューレ、ケチャップ、トマト	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、トラダ油、かたくり粉、鶏がらスープ/(玉ねぎ、いとよりだいすり身. 左び. とかかまが、にんじん、したんじん、かたたね油/ほうれんそう、もやし、にんじん。 ごま油、白ごま/ こくじゃがくしまなが、イスあげのりとあさりのつくだに白飯/豚肉、大豆水煮、じゃがいも、玉ねぎ、しらたき、にんじん、切り干し大根、うが、サラダが、にく、かたくり粉、小麦粉、カレー	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン(<i>小麦粉</i>) , 豚肉, にんにく、白 <i>ごま</i> , みそうが、トウィンジャン, ごま油, しょうじんじん, まねぎ, オンマ, にんじん, まるも、大きわかめ, 鳥がら、豚骨, 煮干し、昆布/フレンチボテト, なたね油, きな粉/紅まどんな 23日 にくうどんかのいとこにみかん 西区産かぼちゃ使用 ソフトめん(<i>小麦粉</i>) , 豚肉, 油 揚げ, にんじん, ほうれんぞう, 長 カボ、モしいたけ, たもぎたり, あず、モしたけ, たま	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 歴芽精米、大麦、バター、ベーロん、 エもぎ、マッシュルーム、りで、かって、からしん。 エもぎ、マッシュルーム、ではん。 エもぎ、マッシュルーム、ではん。 サラダ油、カレー粉/焼き屋、かたくり粉、パン粉、かたくり粉、がたっと、なたね油、ケチャップ、ウスターソース、からし/黄桃缶詰	ごはん さつまいる サバのソースやき いそあえ 白飯/豚肉、さっまいも、豆腐、板 こんにゃく、にんじん、だいサラ 見 あん、かく、たんが、サラ 見 あん、から、からり、かを からば切り身、なたね油、ウス ターソース、みそ、りと な、もやし、もみのり/ 25日 ハヤシライス こまった。 で、もやし、もみのり/ クライス こまった。 で、もやし、もみのり/ クライス こまった。 で、もやし、もみのり/ クライス こまった。 で、もやし、もみのり/ クライス こまった。 で、もやし、もみのり/ クライス こまった。 で、しょうが、にんじん、 にんにくマッカレーム、 が、マット にんにくマッカレップ、トマトを にんじ、チャチィース・カスターノース、カスターノース、カスターノース、カスマト にんにくマッカレップ、トマトを にんに、アマトを にんじ、アマトを アンース、アストゥスソース、アストゥストゥスソース、アストゥスソース、アストゥストゥストゥストゥスソース、アストゥスソース、アストゥスソース、アストゥスソース、アストゥスソース、アストゥストゥストゥストゥストゥストゥストゥストゥストゥストゥストゥストゥストゥス	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐,鶏肉、こまがにんにいい。 こまがにんじん、しょうがり粉,乳がり身,をがいすりりを大いたいりかま状いりりまび,心をかかまかがません白いなたん白いなたんし、にんじん、ごま油、白ごま/ ことりのつくだにいいたけ、しょうが、イスあげのりとあいました。しまりのつくだにしいたけ、しょうが、リとったいから、しょうが、ロットリバウダー、なたね油/さんり、カナストリバウダー、なたね油/さんま、カナストリバウダー、なたね油/さんま、カナストリバウダー、なたれ油/さんき、カナストリバウダー、なたれ油/さんき、カナストリバウダー、なたれ油/さんま、カナストリバウダー、なたれ油/さんま、カナストリバウダー、なたれ油/さんま、カナスカナストリバウダー、カナリバウダー、カナリバウダー	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン(<i>小麦粉</i>) , 豚肉, にんにく、白 <i>ごま</i> , みそうが、トウィンジャン, ごま油, しょうじんじん, まねぎ, オンマ, にんじん, まるも、大きわかめ, 鳥がら、豚骨, 煮干し、昆布/フレンチボテト, なたね油, きな粉/紅まどんな 23日 にくうどんかのいとこにみかん 西区産かぼちゃ使用 ソフトめん(<i>小麦粉</i>) , 豚肉, 油 揚げ, にんじん, ほうれんぞう, 長 カボ、モしいたけ, たもぎたり, あず、モしたけ, たま	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 歴芽精米、大麦、バター、ベーロん、 エもぎ、マッシュルーム、りで、かって、からしん。 エもぎ、マッシュルーム、ではん。 エもぎ、マッシュルーム、ではん。 サラダ油、カレー粉/焼き屋、かたくり粉、パン粉、かたくり粉、がたっと、なたね油、ケチャップ、ウスターソース、からし/黄桃缶詰	ごはん さつまいも、豆腐、板 大がのソースやき いそあえ 白飯/豚肉、さつまいも、豆腐、板 こんにもしたが、だいから、こんにも、こんにも、このでは、ためでは、ためでは、ためでは、ためでは、かまり、中田、全数・かたく、は、かまり、中田、大きでは、から、は、から、は、から、は、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ない	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐、鶏肉、こまつな、長ねぎ、トラダ油、かたくり粉、鶏がらスープ/(玉ねぎ、いとよりだいすり身. 左び. とかかまが、にんじん、したんじん、かたたね油/ほうれんそう、もやし、にんじん。 ごま油、白ごま/ こくじゃがくしまなが、イスあげのりとあさりのつくだに白飯/豚肉、大豆水煮、じゃがいも、玉ねぎ、しらたき、にんじん、切り干し大根、うが、サラダが、にく、かたくり粉、小麦粉、カレー	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン(<i>小麦粉</i>) , 豚肉, にんにく、白 <i>ごま</i> , みそうが、トウィンジャン, ごま油, しょうじんじん, まねぎ, オンマ, にんじん, まるも、大きわかめ, 鳥がら、豚骨, 煮干し、昆布/フレンチボテト, なたね油, きな粉/紅まどんな 23日 にくうどんかのいとこにみかん 西区産かぼちゃ使用 ソフトめん(<i>小麦粉</i>) , 豚肉, 油 揚げ, にんじん, ほうれんぞう, 長 カボ、モしいたけ, たもぎたり, あず、モしたけ, たま	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 歴芽精米、大麦、バター、ベーロん、 エもぎ、マッシュルーム、りで、かって、からしん。 エもぎ、マッシュルーム、ではん。 エもぎ、マッシュルーム、ではん。 サラダ油、カレー粉/焼き屋、かたくり粉、パン粉、かたくり粉、がたっと、なたね油、ケチャップ、ウスターソース、からし/黄桃缶詰	ごはん さつまいも、豆腐、板 こんにもく、にんじん、だいサラロ たんにも、長ねぎ、しょうが、中田、 をし、おんしょうが、中田、 をし、おんじょうが、中田、 をし、おんじょうが、中田、 をし、おんじょうが、中田、 をし、もみのり/ とまる。 な、もやし、もみのり/ とまる。 な、もやし、もみのり/ とまる。 な、もやし、もみのり/ とまる。 な、もやし、もみのり/ とりつなと ベーコンのサラダ 白飯、豚肉、玉ねぎ、にんじん、 にんにく、マッカレッス、 が、サーレ、ケチスソス、 で、チェックス、カナッス、 な、サーレ、ア・タット、マット にんにく、ア・フィックス、 は、デミグラスフ、 カメラスフ、 な、もやし、カメを ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐, 鶏肉、こまっな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、かたくり粉、鶏がはたねっかがまれんら、もやし、にんじん、ごま油、白ごま/ 22日 ごはんにくいかがくから、ないからでは、かたりがしたかがくからかがくないがイスあげのりとあさいのつくだに白飯/豚肉、大豆水煮、じんだん、ボッチョグ・しょうが、サラダバ、カーをもいんげりょしょうが、サラダバ、カーのもいが、サリパウダー、なんのは、かたくりダー、なたね油/あまり、しょうが、もみのり、ひじき、	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン(<i>小麦粉</i>) , 豚肉, にんにく、白 <i>ごま</i> , みそうが、トウィンジャン, ごま油, しょうじんじん, まねぎ, オンマ, にんじん, まるも、大きわかめ, 鳥がら、豚骨, 煮干し、昆布/フレンチボテト, なたね油, きな粉/紅まどんな 23日 にくうどんかのいとこにみかん 西区産かぼちゃ使用 ソフトめん(<i>小麦粉</i>) , 豚肉, 油 揚げ, にんじん, ほうれんぞう, 長 カボ、モしいたけ, たもぎたり, あず、モしたけ, たま	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 歴芽精米、大麦、バター、ベーロん、 エもぎ、マッシュルーム、りで、かって、からしん。 エもぎ、マッシュルーム、ではん。 エもぎ、マッシュルーム、ではん。 サラダ油、カレー粉/焼き屋、かたくり粉、パン粉、かたくり粉、がたっと、なたね油、ケチャップ、ウスターソース、からし/黄桃缶詰	ごはん さつまいも、豆腐、板 大がのソースやき いそあえ 白飯/豚肉、さつまいも、豆腐、板 こんにもしたが、だいから、こんにも、こんにも、このでは、ためでは、ためでは、ためでは、ためでは、かまり、中田、全数・かたく、は、かまり、中田、大きでは、から、は、から、は、から、は、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ない	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************
ごはんとうふのトロトロにあげえびシュウマイナムル 山の手:開校記念日 白飯/豆腐, 鶏肉、こまっな、長ねぎ、にんじん、しょうが、にんにく、サラダ油、かたくり粉、鶏がはたねっかがまれんら、もやし、にんじん、ごま油、白ごま/ 22日 ごはんにくいかがくから、ないからでは、かたりがしたかがくからかがくないがイスあげのりとあさいのつくだに白飯/豚肉、大豆水煮、じんだん、ボッチョグ・しょうが、サラダバ、カーをもいんげりょしょうが、サラダバ、カーのもいが、サリパウダー、なんのは、かたくりダー、なたね油/あまり、しょうが、もみのり、ひじき、	みそラーメン きなこポテト べにまどんなは、柑橘類の くだものです。 ソフトラーメン(<i>小麦粉</i>) , 豚肉, にんにく、白 <i>ごま</i> , みそうが、トウィンジャン, ごま油, しょうじんじん, まねぎ, オンマ, にんじん, まるも、大きわかめ, 鳥がら、豚骨, 煮干し、昆布/フレンチボテト, なたね油, きな粉/紅まどんな 23日 にくうどんかのいとこにみかん 西区産かぼちゃ使用 ソフトめん(<i>小麦粉</i>) , 豚肉, 油 揚げ, にんじん, ほうれんぞう, 長 カボ、モしいたけ, たもぎたり, あず、モしたけ, たま	シーフードカレーピラフとうふナゲット (ケチャップソースつき) おうとうかんづめ 歴芽精米、大麦、バター、ベーロん、 エもぎ、マッシュルーム、りで、かって、からしん。 エもぎ、マッシュルーム、ではん。 エもぎ、マッシュルーム、ではん。 サラダ油、カレー粉/焼き屋、かたくり粉、パン粉、かたくり粉、がたっと、なたね油、ケチャップ、ウスターソース、からし/黄桃缶詰	ごはん さつまいも、豆腐、板 大がのソースやき いそあえ 白飯/豚肉、さつまいも、豆腐、板 こんにもしたが、だいから、こんにも、こんにも、このでは、ためでは、ためでは、ためでは、ためでは、かまり、中田、全数・かたく、は、かまり、中田、大きでは、から、は、から、は、から、は、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ない	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン いちごのデザート ***********************************