小B2 基本食 7月 材料表示献立表 児(中) 令和7年 山形市学校給食センター 9日(水) 1日(火) 2日(水) 3日(木) 7日(月) 8日(火) 10日(木) 11日(金) 14日(月) 15日(火) 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん 菜めし ごはん ごはん ごはん やまこめもっちりパン ごはん わかめのみそ汁 とりごぼう汁 凍り豆腐のみそ汁 華風スープ 星のスープ きのことわかめのスープ 庄内ふのみそ汁 細竹汁 野菜スープ じゃがいものみそ汁 酸辣湯(サンラータン) メンチカツソースかけ 星のコロッケ あじフライソースかけたこメンチ 肉だんご(2個) かに卵巻 ししゃもフライ(1尾) さわら梅みそ焼き オムレツ フランクフルトソーセーシ ささみカツ キャベッとわかめのごま酢あえ 野菜のおかかあえ ホイコーロー とりごぼう炒め 天の川サラダ 夏野菜のドライカレー 華風ひたし 野菜の磯香あえ マカロニナポリタン なすの炒め煮 オクラ入りおひたし ふりかけ(うめ) 七タデザート 牛乳 206 乳 ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん ごはん 78 乳 ごはん ごはん 80 80 80 80 80 80 80 やまこめもっちりパン 80 80 菜めしごはんの素 2.4 豚上肉 とり肉 10 凍り豆腐 とり肉 8 木綿豆腐 20 とり肉 8 カット庄内麩 1.8 6 とり肉 6 油揚げ 3 豚上肉 8 油揚げ 油揚げ じゃがいも 3 木綿豆腐 油揚げ とり肉 <u>(乾)わかめ</u> 木綿豆腐 木綿豆腐 じゃがいも 鶏卵 全卵 生 18 卵 3 15 3 12 0.4 30 20 15 35 木綿豆腐 マロニー じゃがいも にんじん 干ししいたけスライス 0.8 しめじ 生 じゃがいも にんじん 5 玉ねぎ 15 3 15 5 6 20 にんじん 8 ねぎ 5 20 ごぼう チンゲンサイ (乾)わかめ 0.3 5 ねぎ 5 ねぎ 8 県産マッシュルーム水煮 8 ねぎ 6 にんじん 5 キャベツ 15 (乾)わかめ 0.3 たけのこ(缶) 8 もやし 煮干し にんじん (乾)わかめ 0.4 もやし 20 えのきたけ 生 6 煮干し 0.8 細竹国産水煮ホールM(袋) 14 玉ねぎ 15 0.8 ねぎ 5 10 8.0 5 キャベツ 鰹厚削 わらび(袋) 鰹厚削 干ししいたけスライス 0.5 鰹厚削 0.9 ねぎ 5 煮干し 0.8 (冷)オクラスライス 6 18 0.9 8 セロリ 2.5 0.9 にんじん 5 酒 もやし 鰹厚削 スープストック 1 0.8 みそ 9 15 0.9 干ししいたけスライス 05 みそ 9 和風だしの素#100 0.4 スープストック 1 みそ 9 干ししいたけスライス 03 干ししいたけスライス 06 9 ごま油 塩 食塩 みそ 9 塩 食塩 0.7 スープストック中華用 0.8 和風だしの素#100 0.5 0.1 0.8 みそ 塩 食塩 ごま油 塩 食塩 しょうゆ 0.2 ポークミンチカツ 50 0.1 0.7 こしょう 0.01 あじフライ40g 40 0.02 ささみカツ35g 35 1.8 こしょう しょうゆ 油 5 塩 食塩 5 0.4 さわら梅味噌漬40g 40 0.03 油 4 カミカミタコメンチ40 40 3.5 2.6 1.5 0.03 1.5 ブレーンオムレツ40g | 40 |卵 |ウスターソース | 1.5 | 4 ーク&チキンフランクフルトソーセージ 塩 食塩 ウスターソース こしょう しょうゆ 50 0.5 厚巻卵カニ風味 50 卵 とり肉 ごぼう 1.5 10 スープストック中華用 0.5 豚上肉 こしょう 0.01 しょうゆ 10 無塩がらポーク&チキン キャベツ (冷)牛挽肉 8 キャベツ トマトピューレー 30 スープストック中華用 | 0.5 | 25 20 ほうれん草 15 12 なす 30 ラー油 0.01 無塩がらポーク&チキン 1 キャベツ にんじん にんじん でんぷん 豚挽肉 15 もやし にんじん 5 玉ねぎ 玉ねぎ 1 25 10 0.3 30 25 18 でんぷん もやし もやし きゅうり 20 でんぷん 0.3 つきこんにゃく 8 にんじん 12 (乾)わかめ 0.4 30 ピーマン 3 にんじん 8 素干風焼のり 0.4 (冷)むき枝豆 もやし かつお 削り節 0.2 (冷)さやいんげん 2 星のコロッケ 50 ピーマン 8 白いりごま 0.4 なす 10 3 Rビッグ肉だんご(野菜入り) 50 (乾)わかめ しょうゆ 子持ちししゃもフライ 25 油 油 セロリ ごま油 しょうゆ マカロニスピラーレ 0.3 2.3 0.8 5 2 1 2.6 8 油 0.8 キャベツ 上白糖 0.8 油 2.5 上白糖 0.6 玉ねぎ 25 しょうゆ 2.8 ケチャップ 10 みりん 本みりん 0.8 45 ごま油 1 みりん 本みりん 0.4 きゅうり 12 なす 6 洋辛子粉 0.1 塩 食塩 0.03 しょうゆ 4 (冷)オクラスライス 6 ത しょうゆ 2.8 豚上肉 15 しょうゆ 3 キャベツ 20 ダイストマトカット(袋) 5 こしょう 0.02 でんぷん 0.3 しょうゆ 2.3 ざ キャベツ 白いりごま 3 40 0.5 はるさめ(10cmカット) 4 おろしにんにく 0.3 玉ねぎ 20 にんじん 4 中濃ソース 3 にんじん カレ一粉 梅ふりかけ 5 (冷)粒コーン 5 0.08 ピーマン 5 ごま油 1.2 カレールウ 4.5 冷)3色パブリカスライス 3 上白糖 塩 食塩 0.1 1.5 ょうが しょうゆ 0.5 2.8 おろしにんにく 0.5 2.8 洋辛子粉 しょうゆ 2.5 0.1 みそ 2 上白糖 0.5 セタデザート(マスカットゼリー) 40 1 トウバンジャン 0.05 甜麺醤 1 でんぷん 1 597 660 629 688 607 597 694 630 613 605 614 21.3 23.4 22.3 26.6 17.8 22.0 23.4 22.1 29.5 24.0 21.7

児 (中)

小B2 基本食 7月 材料表示献立表

オ料表示献立表 今和7年 山形市学校給食センター

19日代	JL (T							۵٬۱٫		<u> </u>				<u>ハ 附 ユ オ</u>				令和7年		山形市字校約		<del>-</del>
ごはん   といますのスープ   おかかりり重成スープ   からいますのスープ   おいかりのより   ではん   古がみそれ   おいかかりの   ではん   おいかからの   ではん   おいかからの   ではん   おいかかりの   ではん   おいかからの   ではん   ないかからの   ではん   ないからの   ではん   ないからの   ではん   ないからの   ではん   ではん   ないからの   ではん   ないからの   ではん   ないからの   ではん   ないからの   ではん   ないからの   ではん   ではん   ないからの   ではん   ないからの   ではん   ではん   ないからの   ではん   で		16日(水	()		:)		金)		()	23日(水	<b>(</b> )	24日(オ	木)	25日(金	<del>2</del> )	28日(月	)	29日(火	火)		()	
□ ごはん との日子の スープ カルカリ虫属ス フ ブルカリ カルカリョ スター スター カルカリョ スター カルカリ スターカリ スター カルカリ スター カルカリ スター カルカリ スター カルカリ スター カルカリ スターカルカリ スターカリ スター カルカリ スター	1	牛乳		牛乳		牛乳.		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		
という				-`ı+ 4.				-1+4.							<b>،</b> ،	-i+4.		-`1+ 4.		-1+ 4.		
本土・フライン・スかけ   シューマイ   テンジャオロース   古ばかそ素   おびれし   おがかからず   アンジャオロース   古ばかと   おびれし   まないし   おびれし			_					こはん				ニはん								C1470		
### 206 乳 牛乳 206 乳 上皮がり 10 たまか 20 大線豆腐 15 にんじん 5 にんじん 5 にんがしも 20 玉おき 20 大線豆腐 15 にんじん 5 にんじん 5 にんがしも 20 玉おき 20 大線豆腐 15 にんじん 5 にんじん 5 にんがしも 20 玉おき 20 大線豆腐 15 にんじん 5 にんじん 5 にんがしも 10 に至う 5 にんじん 10 おぎ 8 (飲わかめ) 0.4 玉おき 35 もやし 15 にんじん 15 上がり 1.4 まき 35 もやし 15 にんじん 15 上がり 1.4 まき 35 もやし 15 にんじん 15 上がり 1.4 まき 35 もやし 15 にんじん 5 にんじん 15 上がり 1.4 まき 36 とかり 1.4 まき 36 とまり 1.4 まき 36 とかり 1.4 まき 36 としかり 1.4 まき 36 とかり 1.4 まき 36 としかり 1.4 まき 36 とかり 1.4 まき 36 とかり 1.4 よき 37 とかり 1.4 まき 37 とかり 1.4 まき 38 とかり 1.4 とき 37 とかり 1.4 とき 37 とかり 1.4 とき 37 とかり 1.4 とき 38 とかり 1.4 とき 37 とかり 1.4 とき 38 とかり 1.4 とき 37 とかり 1.4 とき 37 とかり 1.4 とき 38 とかり 1.4 とき 38 とも 48					スーフ			复野采のカレ	_			すまし汁					スーフ					
# 中型	_ ,	トキフライソー	スかけ	シューマイ		さばみそ煮		あぶり焼きチ	キン	ひれカツソース	スかけ	あじ白しょうり	⊅焼き	ハンハーク・ケチャップ)	ルスかけ	とり照焼き		豚肉みそ焼き	<u>*</u>	ほっけフライソー	-スかけ	
# 元	6 1	わかめサラダ	•	チンジャオロ-	-スー	おひたし		げんきサラダ		さわやかサラ	ダ	じゃが豚キム	チ	野菜サラダ		中華サラダ		ひじきの炒め	)者	野菜のごまあ	え	
中乳     206 乳 牛乳     206 乳 十二     206 乳 十二     206 乳 十二     206 乳 十二     207 かまぼこ     208 かまだ     208 かまだ <td></td> <td></td> <td></td> <td>, , , , , , ,</td> <td></td> <td>000720</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>Christia</td> <td>•</td> <td>0 ( 10 11). (</td> <td>.,</td> <td></td> <td>ハガ</td> <td>1 + , , ,</td> <td></td> <td>0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0</td> <td>,,,,,</td> <td>2, 5,000</td> <td>,,,</td> <td></td>				, , , , , , ,		000720				Christia	•	0 ( 10 11). (	.,		ハガ	1 + , , ,		0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	,,,,,	2, 5,000	,,,	
中乳     206 乳 牛乳     206 乳 キ乳     206 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳 乳		目してドレック						プレーフ ( ) s	<b>-</b> /					玉ねるドレグ								
ではん 80	7																					
□ ではん 80																						
□ ではん 80																						
□ ではん 80																						
ではん 80 ごはん 80 I 80		<b>上</b> 50	000 151	4上元	000 151	止可	000 151	1 4 50	000 151	4. 50	000 151	上元	000 151	4. 50	000 151	41.150	000 151	上元	000 155	4. 50	000 151	
(今)とり肉団子 20 とり肉 5 木種豆腐 25 豚上肉 8 なす 20 水素厚豆腐 20 にかがいも 25 にんじん 5 木種豆腐 30 木種豆腐 15 にかじんも 15 かと肉肉子 5 にかいも 15 かと肉肉子 5 にかいも 15 から肉子 5 にかいも 15 からり 15 にかいも 15 から肉子 5 にかいも 15 からりり 15 は 15 からり 15 は 15	<u>-</u>	干乳	206 学し	午乳	206 学[	. 午乳	206 学	山午乳	206 学し	午乳	206 学し	十 乳	206 学[	」午乳	206 学し	午乳	206 学[	. 午乳	206  学	」午乳	206 字し	
(今)とり肉団子 20 とり肉 5 木種豆腐 25 豚上肉 8 なす 20 水素厚豆腐 20 にかがいも 25 にんじん 5 木種豆腐 30 木種豆腐 15 にかじんも 15 かと肉肉子 5 にかいも 15 かと肉肉子 5 にかいも 15 から肉子 5 にかいも 15 からり 15 にかいも 15 から肉子 5 にかいも 15 からりり 15 は 15 からり 15 は 15																						
(今)とり肉団子 20 とり肉 5 木種豆腐 25 豚上肉 8 なす 20 水素厚豆腐 20 にかがいも 25 にんじん 5 木種豆腐 30 木種豆腐 15 にかじんも 15 かと肉肉子 5 にかいも 15 かと肉肉子 5 にかいも 15 から肉子 5 にかいも 15 からり 15 にかいも 15 から肉子 5 にかいも 15 からりり 15 は 15 からり 15 は 15		ごはん	80	ごはん	80	ごはん	80	ごはん	80	ごはん	80	ごはん	80	市産小麦食パン	82 乳	ごはん	80	ごはん	80	ごはん	80	
Eva							+						+						+			
Eva	/	'A\  .U =	00	LUda	-	士纳三库	OF	ᄝᇨᆫᇠ		<i>+</i> \- <i>+</i>	00	ムナばっ		ᄧᄔᆏ	-	ᆓᆫ	10	LUda		ᄧᄔᆏ		
五名ぎ   15   にんじん   5   いたがいも   15   からにはいうないかけ   12   油揚げ   3   カット庄内数   1   にんじん   15   ねぎ   5   ねぎ   5   油揚げ   2   1   1   1   1   1   1   1   1   1																豚上肉						
五和彦   15   にんじん   5   にかじん   5   にかじん   15   かけにからなっか。   12   油揚げ   3   カット庄内数   1   にんじん   15   ねぎ   5   ねぎ   5   油揚げ   2   1   1   1   1   1   1   1   1   1							2	じゃがいも	20	玉ねぎ	20				25	にんじん	5					
「たんじん 10 ねぎ 5 小松菜 5 水水下がから(8) 10 ねぎ 8 (数)かか 0.4 五ねぎ 35 もやし 15 しめじ 生 7 平にんじゃく 5   東京 6 日本の 10 にんじん 5   東京 10 日本の 10 にんじん 5   東京 10 日本の 10 ままし 0.8   上のじん 5   東京 10 日本の 10 ままし 0.8   上のじんしん 5   東京 10 日本の 10 ままし 0.8   上のじんじん 5   東京 10 日本の 10 ままし 0.8   上のじんしん 5   東京 10 日本の 10 ままし 0.8   上のじんしん 5   東京 10 日本の 10 ままし 0.8   上のじんしん 5   東京 10 日本の	3	玉ねぎ <u></u>	15	にんじん	5	じゃがいも	15		12	油揚げ	3	カット庄内麩	1	にんじん	15	ねぎ	5	ねぎ	5	油揚げ	2	
本の									10	カぎ						±.₩I				立こんにゃく		
性 食塩 0.4 〒・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	_							_	-													
こしょう   0.02   (検力)かか   0.5   しょうゆ   2   玉和ぎ   30   みそ   9   塩 食塩   0.7   生クリーム   3 乳 あらしにんにく   0.08   塩 食塩   0.9   ごぼう   5   1   1   1   1   1   1   1   1   1														(市)クリームコーン	6							
□しょう 002 (乾力かか 0.5 しょうゆ 2 五右ぎ 30 みそ 9 塩 食塩 0.7 生クリーム 3.乳 あるしにんにく 0.08 塩 食塩 0.9 ごぼう 5 しょうゆ 1.6 脱脂粉乳 3.乳 ネーブルーツ中華 1.6 ルナラウ 1.6 脱脂粉乳 3.乳 ネーブルーツ中華 1.6 ルナラウ 0.25 しょうゆ 0.25 しょうゆ 0.2 地変 1.6 単独 1.5 上白糖 1.5 上分砂 2.8 上分り 3.5 上	Į	温 食塩	0.4		0.3	鰹厚削	0.9	ビーマン	5	鰹厚削	0.9	鰹厚削	0.9	牛乳(調理用)				鰹厚削	0.9	にんじん	5	
Real Part   Real Real Real Real Real Real Real Real		しょう	0.02	(乾)わかめ	0.5	しょうゆ	2	玉ねぎ	30		9	塩 食塩	0.7	牛クリーム	3 到.	おろしにんにく	0.08	塩 食塩	0.9	ごぼう	5	
油車   40										,					3 🗐	スープストック由華田	0.25			カギ		
油		***	40			塩 及塩	0.0			bl by	40	しょフツ	1.0	カルカロイノノチレ				U4 J19	4			
キャベツ 40 にしょう 0.03 キャベツ 30 塩 塩塩 0.1 ドウベンシャン 0.5 さっま揚げ(角) 7 ボッケフライ 50 にんじん 5 ウスターソース 0.8 きゅうり 12 じゃがいも 45 であらい 10 内焼売 白金豚 30 もやし 20 おろしにんにく 0.1 キャベツ 25 にんじん 12 無理用を用のベージの 50 照焼チキン40g 40 にんじん 10 ウスターソース 1.5 にんじん 4 照像車車輌キュムチ 8 三温糖 0.5 (冷)北き枝豆 3 ほうれん草 15 によいしん 5 をゅうり 10 ビーマン 5 においじん 4 照像車車輌キュムチ 8 三温糖 0.2 ケチャップ 3.3 (袋)わかめ 0.4 上白糖 1.5 五老ぎ 20 にようゆ 3 種類にの素素(中間) 20 キャベツ 30 酢 1.4 しょうゆ 3 種類にの素素(中間) 20 キャベツ 30 酢 1.4 しょうゆ 2 はっから 3.5 しょうゆ 3 をもし 1 をものうり 15 ボッケルータ 1.5 にんじん 5 をもし 3.5 にんじん 5 をもし 3.5 にようゆ 3 をもし 2.5 をもつり 15 カレールウ 15 にんじん 5 をもし 3.5 にようゆ 3 をもし 3.5 によるがいシッグの 8 をもし 3.5 によるがいシッグの 8 をもし 3.5 にようゆ 3 にんじん 5 をもし 3.5 によるがいシッグの 8 をもし 3.5 によるがいシッグの 8 をもし 3.5 によるがいシッグの 8 をもし 3.5 によるがいシッグの 8 をもし 3.5 によるがいシッグのの 9 をもし 3.5 によるがいシッグの 9 をもし 3.5 にようか 9 を						1 18-1 -11 -1	+_+					L 10 /	+		14 学し	かて			+			
キャベツ 40 にんじん 5 ウスターソース 0.8 きゅうり 12 じゃがいも 45 であらり 10 肉焼売 白金豚 30 もやし 20 オスターソース 1.5 にんじん 10 サスターソース 1.5 にんじん 10 内水ターソース 1.5 にんじん 4 関係自無財 1.5 正油 1.5 正油 1.5 正油 1.5 正油 1.5 正油 1.5 正土 1 本で 1 上白糖 1.5 正土 1 上白糖 1.5 正力が 2.5 にんじん 5 トマドマーマン 3.0 酢 1.4 しょうゆ 2 トマベツ 3.0 酢 1.4 しょうゆ 2 トマベツ 3.0 酢 1.4 しょうゆ 2 トマベツ 4.0 上白糖 1 日本で 1	;	由	4	ごま油	0.3	煮曾和知ち	50		1.5 乳	油	4	あじ白照漬	40		0.5	しょうゆ	0.25	県産豚ロース味噌漬け	40	みそ	9	
キャベツ 40 にしょう 0.03 キャベツ 30 塩 塩塩 0.1 ドウベンシャン 0.5 さっま揚げ(角) 7 ボッケフライ 50 にんじん 5 ウスターソース 0.8 きゅうり 12 じゃがいも 45 であらい 10 内焼売 白金豚 30 もやし 20 おろしにんにく 0.1 キャベツ 25 にんじん 12 無理用を用のベージの 50 照焼チキン40g 40 にんじん 10 ウスターソース 1.5 にんじん 4 照像車車輌キュムチ 8 三温糖 0.5 (冷)北き枝豆 3 ほうれん草 15 によいしん 5 をゅうり 10 ビーマン 5 においじん 4 照像車車輌キュムチ 8 三温糖 0.2 ケチャップ 3.3 (袋)わかめ 0.4 上白糖 1.5 五老ぎ 20 にようゆ 3 種類にの素素(中間) 20 キャベツ 30 酢 1.4 しょうゆ 3 種類にの素素(中間) 20 キャベツ 30 酢 1.4 しょうゆ 2 はっから 3.5 しょうゆ 3 をもし 1 をものうり 15 ボッケルータ 1.5 にんじん 5 をもし 3.5 にんじん 5 をもし 3.5 にようゆ 3 をもし 2.5 をもつり 15 カレールウ 15 にんじん 5 をもし 3.5 にようゆ 3 をもし 3.5 によるがいシッグの 8 をもし 3.5 によるがいシッグの 8 をもし 3.5 にようゆ 3 にんじん 5 をもし 3.5 によるがいシッグの 8 をもし 3.5 によるがいシッグの 8 をもし 3.5 によるがいシッグの 8 をもし 3.5 によるがいシッグの 8 をもし 3.5 によるがいシッグのの 9 をもし 3.5 によるがいシッグの 9 をもし 3.5 にようか 9 を	-	ウスターソース	1.5		0.4				3 到.	ウスターソース	1.5			塩 食塩	0.1	ごま油	0.25					
キャベツ 40 肉焼売 白金豚 30 もやし 20 おろしにんにく 0.1 キャベツ 25 にんじん 12 問題者の同ののですが 50 関係チキン40g 40 にんじん 10 カスターソース 1.5 きゅうり 10 肉焼売 白金豚 30 もやし 20 おろしにんにく 0.1 キャベツ 25 にんじん 12 問題者の同ののですが 50 関係チキン40g 40 にんじん 10 ウスターソース 1.5 をゅうり 30 原子・シース 1.5 トマトビューレー 5 にんじん 4 関連自身関サキムチ 8 三温糖 0.5 キャベツ 35 (冷むき枝豆 3 ほうれん草 15 にんじん 5 においたが 4 関連自身関サキムチ 8 三温糖 0.5 キャベツ 35 (冷むき枝豆 3 ほうれん草 15 にんじん 5 においたが 4 関連自身関サキムチ 8 三温糖 0.5 キャベツ 35 (冷むき枝豆 3 ほうれん草 15 にんじん 5 においたが 5 にんじん 5 にんじん 5 においたが 5 においたが 5 にんじん 5 においたが 5 にんじん 5 においたが 5 においた			<del>  </del>			土ャベツ	30				···•	胶 F 内	12		0.04	トウバンジャン		さつま提げ(色)	7	ホッケフライ	50	
きゆうり   10   肉焼売 白金豚   30   もやし   20   おろしにんにく 0.1   キャベツ   25   にんじん   12   麻鹿麻麻麻のルーチッ   50   照焼チキン40g   40   にんじん   10   ヴスターソース   1.5   トマトビューレー   5   日産芽びじき   2.6   日本のよりのよりにんじん   1.5   日本のよりのよりのよりにんじん   1.5   日本のよりのよりのよりにんじん   1.5   日本のよりのよりのよりにんじん   1.5   日本のよりのよりのよりにんじんがりの   1.5   日本のよりのよりのよりにんじんがりの   1.5   日本のよりのよりのよりにんじんがりの   1.5   日本のよりのよりのよりにんじんしん   1.5   日本のよりのよりにんじんがりの   1.5   日本のよりのよりにんじんしん   1.5   日本のよりにんじんしん   1.5   日本のよりのよりにんじんしん   1.5   日本のよりにんじんしん   1.5   日本のよりにんじんしん   1.5   日本のよりにんじんしん   1.5   日本のよりにんじんしん   1.5   日本のよりにんじん		+ - ~	40	<b>ニ</b> しよ ノ	0.03					キュニロ	10			_U_ /	0.04	1 7112772	0.00					-
(乾)わかめ   0.3   0.3   0.3   0.3   0.4   0.5															$\perp$							
(冷)牛肉細切り   20	=	きゅうり	10	肉焼売 白金豚	30	もやし	20	おろしにんにく	0.1	キャベツ	25	にんじん	12	国産鶏肉と豚肉のハンバーグ50	50	照焼チキン40g	40	にんじん	10	ウスターソース	1.5	
(冷)牛肉細切り   20	(	乾)わかめ	0.3			しょうゆ	2.3	カレー粉	0.1	はるさめ(10cmカット)	4	玉ねぎ	15	トマトピューレー	5			国産芽びじき	2.6			
ん たけのこれを行いかけ 10 ビーマン 5		10/1/10/07	7.0	(冷)生肉細切口	20	-5-7-7	+=		-							土ャベツ	35			ほうわ 4. 芦	15	
た	,	and the second s	10				+	130 10.7	10													
五ねぎ   20   1   1   1   1   1   1   1   1   1		ンオイル背じそドレッシング	10				+		$\vdash$	- ま川						ざゆつり				にんしん		
の たけのご水煮(干切) 20 キャベツ 30 酢 1.4 しょうゆ 2 しょうゆ 2.8 しょうゆ 3.5 しょうゆ 3   び しょうが 0.5 きゅうり 15 ポッカレモン 1.4 キャベツ 40 上白糖 1 白すりごま 2   い サイスターソース 1 にんじん 5 10 酢 2.8 2.8 1   しょうゆ 2 (冷) 粒コーン 5 10 酢 2.8 2.8 1   よ みりん 本みりん 1 塩こんぶ(小) 1 ローン 1 ローン 1 ローン 1   カリム ボタりん 1.1 カウお 削り節 0.2 ローン ローン ローン ローン 1 ローン <td< td=""><td>1=</td><td></td><td></td><td>(冷)3色パブリカスライス</td><td>5</td><td></td><td></td><td>手羽もとあぶり焼(レモン)</td><td>40</td><td></td><td>  1.5 </td><td>上白糖</td><td>0.2</td><td>ケチャップ</td><td>3.3</td><td>(乾)わかめ</td><td>0.4</td><td>上白糖</td><td>0.5</td><td>もやし</td><td>  35 </td><td></td></td<>	1=			(冷)3色パブリカスライス	5			手羽もとあぶり焼(レモン)	40		1.5	上白糖	0.2	ケチャップ	3.3	(乾)わかめ	0.4	上白糖	0.5	もやし	35	
の たけのご水煮(干切) 20 キャベツ 30 酢 1.4 しょうゆ 2 しょうゆ 2.8 しょうゆ 3.5 しょうゆ 3   び しょうが 0.5 きゅうり 15 ポッカレモン 1.4 キャベツ 40 上白糖 1 白すりごま 2   い サイスターソース 1 にんじん 5 10 酢 2.8 2.8 1   しょうゆ 2 (冷) 粒コーン 5 10 酢 2.8 2.8 1   よ みりん 本みりん 1 塩こんぶ(小) 1 ローン 1 ローン 1 ローン 1   カリム ボタりん 1.1 カウお 削り節 0.2 ローン ローン ローン ローン 1 ローン <td< td=""><td>て</td><td></td><td></td><td>玉ねぎ</td><td>20</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>しょうゆ</td><td>3</td><td>和風だしの素#100</td><td>0.4</td><td>油</td><td>0.3</td><td>ごま油</td><td>1</td><td>洒</td><td>1</td><td>上白糖</td><td>1</td><td></td></td<>	て			玉ねぎ	20					しょうゆ	3	和風だしの素#100	0.4	油	0.3	ごま油	1	洒	1	上白糖	1	
ざい カイスターソース 1 にんじん 5 にんしん	$\sigma$							エムベツ	30					, m	0.0	しょうか						
いりしょうゆ 2 にんじん 5 きゅうり 10 酢 2.8 10 <td>- ند</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>+ +</td> <td></td> <td></td> <td>ļ</td> <td></td> <td>U4 J19</td> <td></td> <td>٠. ۵٠.٠٠</td> <td>40</td> <td>しょが</td> <td></td> <td>U&amp; 719</td> <td>0.0</td> <td></td> <td></td> <td></td>	- ند						+ +			ļ		U4 J19		٠. ۵٠.٠٠	40	しょが		U& 719	0.0			
りよりのは、										ホツカレモン	1.4									日すりこま	2	
おりん 本みりん   1   塩こんぶ(小)   1   塩こんぶ(小)   1   塩こんぶ(小)   1   カつお 削り節   0.2   塩にんぶん   0.6	い			オイスターソース	1			にんじん	5					きゅうり	10	酢	2.8					
おりん 本みりん   1   塩こんぶ(小)   1   塩こんぶ(小)   1   塩こんぶ(小)   1   カつお 削り節   0.2   塩にんぶん   0.6	L)			しょうゆ	2			(冷)粒コーン	5					にんだん	5							
油	_													14.00.0								
でんぷん 0.6							+ +												+ +			
上白糖 0.15	う													和風たまねぎドレッシング(QP)	8							
CTま油 0.7				でんぶん	0.6	1		しょうゆ	0.6					1								
Cis油 0.7								上白糖	0.15													
			$\vdash$		-	1	+	しる畑	0.7		$\vdash$	1	+	+	$\vdash$		<del>                                     </del>		+	+	$\vdash$	
			$\vdash$				+				$\perp$		+		$\perp$		$\vdash$		+		$\vdash$	
								クレープ(チョコ)	30													
					-			1		1		1						1				
	_				_																	
			$\vdash$				$\perp$				$\perp \perp$		$\perp$	1	$\perp \perp$				$\bot$	1	$\sqcup \sqcup$	
																	I I -					
					1																	
				+	_		++	+			+ +		+ +	+					+ +		<del>                                     </del>	
			$\vdash$				+				$\perp$	1	+	1	$\perp$		$\vdash$		+		$\vdash$	
					T																	
				İ								1										
				+	_		++	+			+ +		+ +	+					+ +		<del>                                     </del>	
			$\vdash$		-		+	1	$\vdash$		$\vdash$		+	1	$\vdash$		$\vdash$		+	+	$\vdash$	
														1						1		<u> </u>
	-		$\vdash$		_		+ +							1			<del>                                     </del>		+	1	+	
		000		000				+														
	ネルギー					744		619		603		697		595		602		655				
1.   1.   1.   1.   1.   1.   1.   1.	んぱく質	20.5 23.8		23.5		22.6		22.3		26.4		25.8		25.5		24.5		24.0				