

20日(木)	21日(金)	24日(月)	25日(火)	26日(水)
[牛乳] ★牛乳	[牛乳] ★牛乳	[牛乳] ★牛乳	[牛乳] ★牛乳	[牛乳] ★牛乳
ごはん	トマトとなすのカレー	レーズンパン	ごはん	ごはん
はいが精米		△レーズンパン	はいが精米	はいが精米
すき焼き風コロッケ	はいが精米 むぎ 牛ミンチ肉 豚モモミンチ肉 にんにく しょうが 米油 玉葱 にんじん じゃがいも なす ミニトマト ピーマン 塩 こしょう △カレーフレーク ウスターソース 赤ワイン みりん こいくちしょうゆ トマトジュース フルーツチャツネ さとう りんごピューレ トマトケチャップ 鳥がらだし とりガラ カレー粉	サケのホイル焼き	松風焼き	とりの塩こうじやき
牛ミンチ肉 豚モモミンチ肉 玉葱 じゃがいも さとう こいくちしょうゆ みりん 米粉 水 コーンフレーク 米揚げ油		さけ レモン 食塩 こしょう ホールコーン マッシュルーム	とりミンチ しょうが 白ねぎ とうふ じゃがいも みそ うすくちしょうゆ さとう 酒 こいくちしょうゆ さとう みりん けし(乾)	とりモモ肉 塩こうじ
あおな 青菜とコーンの サラダ		ミネストローネスープ	五目煮豆	ぶたじる 豚汁
キャベツ ほうれんそう ホールコーン 塩 こしょう ノンエッグマヨネーズ		ベーコン 玉葱 にんじん じゃがいも キャベツ セロリー △マカロニ マッシュルーム グリーンピース トマトピューレ 鳥がらだし とりガラ 塩 こしょう こいくちしょうゆ 赤ワイン みりん	ごもくにまめ 大豆水煮 刻み昆布 ごぼう れんこん にんじん 板こんにやく 干し椎茸 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん	豚モモ肉 だいこん にんじん ごぼう じゃがいも つきこんにやく とうふ 青ねぎ 米油 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ
もやしのみそ汁			みずなつき 水無月	
じゃがいも もやし あつあげ わかめ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	フルーツサラダ			みそ
	キャベツ みかん缶 りんご缶 レーズン ★無糖練乳 ノンエッグマヨネーズ	ベーコン 成分表 豚ばら肉 粗塩 よつ葉の砂糖 香辛料 黒こしょう ナツメグ	こまつな 玉葱 じゃがいも かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	みそ
919kcal	851kcal	696kcal	832kcal	829kcal

塩こうじ 成分表
米
食塩
酒清