
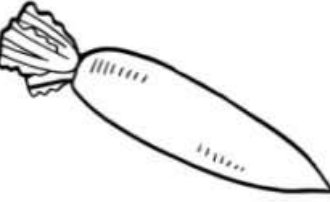



20(金)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(木) 郷土食(奈良)	30(月)	31(火) ハロウィンメニュー
[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳	[牛乳] 牛乳
ごはん	ごはん	ごはん	ぜんりゅうふん 全粒粉パン	ごはん	ちゃ 茶めし	ごはん	ほうれんそういり キーマカレー
はいが精米	はいが精米	はいが精米	△全粒粉パン	はいが精米	はいが精米 ほうじ茶 塩酒	はいが精米	はいが精米 ほうれんそう 合挽き肉 オリーブ油 にんにく しょうが 玉葱 にんじん 大豆水煮 赤ワイン 鳥がらだし とりガラ 塩 こしょう トマト缶 みそ トマトケチャップ みりん カレー粉
まつかぜ焼き	ぶたキムチ	こうや 高野豆腐の たまごとじ	ポークチャップ	さんまの塩焼き	ぎせい豆腐	いわしの なんばんづけ	
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 けしのみ	豚モモ肉 ごぼう にんじん はくさいキムチ 白ねぎ さとう こいくちしょうゆ 酒 みりん ごま油 白ごま	とりモモ肉 高野豆腐 じゃがいも 玉葱 にんじん たけのこ缶 干し椎茸 ●たまご さんどまめ 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 かたくり粉	豚モモ肉 塩 こしょう 赤ワイン 米油 玉葱 にんじん マッシュルーム缶 米油 赤ワイン トマトケチャップ ウスターソース みりん かたくり粉 パセリ	さんま 塩 セロリのきんぴら ごぼう セロリー つきこんにやく ピーマン さとう こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 酒 みりん ごま油 白ごま 七味とうがらし	とりミンチ たけのこ缶 にんじん 干し椎茸 米油 さとう こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ みりん 塩 グリーンピース とうふ ●たまご	いわし 米粉 かたくり粉 米揚げ油 A③ 玉葱 にんじん セロリー ピーマン 七味とうがらし 米油 こいくちしょうゆ 酒酢 さとう 酒	
ごま 五目煮	中華スープ	ごま酢和え	チーズポテト	だいこんのみそ汁	こまつなの ゴマみそあえ	どさんこ汁	ミネストローネ スープ
せん切りだいこん ぜんまい水煮 つきこんにやく にんじん うす揚げ 米油 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん かつお昆布だし 出汁昆布 削り節	豚モモ肉 もやし たけのこ缶 にんじん 干し椎茸 こまつな とうふ 鳥がらだし とりガラ 塩 こしょう うすくちしょうゆ 酒 みりん かたくり粉	キャベツ にんじん 小松菜 ちりめんじゃこ こいくちしょうゆ 酒酢 さとう 酒 ごま	じゃがいも 米揚げ油 A② 塩 パルメザンチーズ	だいこん とうふ えのきだけ わかめ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	こまつな にんじん ごま 白みそ さとう みりん うすくちしょうゆ	豚モモ肉 だいこん にんじん 玉葱 じゃがいも わかめ さとう みりん ホールコーン 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ バター	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 マッシュルーム缶 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 みりん 赤ワイン
はくさい 白菜のみそ汁	ぶどうゼリー		ジュリアンスープ		よしの汁		かぼちゃプリン
はくさい じゃがいも とうふ えのきだけ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ	ぶどう(缶詰) ぶどうジュース 粉寒天 上白糖		玉葱 にんじん だいこん ピーマン 鳥がらだし とりガラ うすくちしょうゆ 酒 みりん 塩 こしょう さとう かたくり粉		なす △おつゆふ わかめ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ さとう みりん 塩 かたくり粉		かぼちゃ ●たまご 牛乳 生クリーム さとう シナモン
814kcal	770kcal	840kcal	792kcal	771kcal	763kcal	834kcal	905kcal