

2月12日(火)	2月13日(水)	2月14日(木)	2月15日(金)	2月18日(月)	2月19日(火)	2月20日(水)
【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	親子丼 <small>おやこどん</small>	チャーハン	スパゲティ ミートソース	マーボー丼 <small>どん</small>	ごはん	ごはん
はいが精米	はいが精米	はいが精米	△スパゲッティ	はいが精米	はいが精米	はいが精米
みそおでん	とりモモ肉 米油 干し椎茸 にんじん 玉葱 ●たまご 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 酒 みりん かたくり粉	はいが精米 出汁昆布 うすくちしょうゆ 酒 みりん 塩 こしょう 鶏ガラスープ缶 焼き豚 玉葱 にんじん 生しいたけ グリーンピース 米油 塩 こいくちしょうゆ 酒 ごま油 ●たまご 塩 酒	△スパゲッティ 塩 米油 牛ミンチ肉 豚モモミンチ肉 玉葱 にんじん にんにく しょうが マッシュルーム グリーンピース 米油 塩 こしょう 赤ワイン トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース こいくちしょうゆ 酒 みりん 米粉 ★バター ★パルメザンチーズ	はいが精米 豚モモミンチ肉 にんにく しょうが 米油 とうふ 玉葱 なす 青ねぎ 鳥がらだし とりガラ 赤みそ 赤だしみそ こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん 豆板醤 ごま油 かたくり粉	はいが精米 <small>ちくぜんに</small> 筑前煮	はいが精米 あつあげの みそ炒め <small>いた</small>
豚モモ肉 だいこん じゃがいも にんじん あつあげ 板こんにやく さんどまめ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 赤みそ うすくちしょうゆ さとう 酒 みりん ゆず	じゃがいもの みそ汁 <small>しる</small>	わかめのスープ	せんぎ だいこん 千切り大根の 酢炒め <small>すいた</small>	中華なます <small>ちゅうか</small>	とりモモ肉 ごぼう れんこん たけのこ缶 にんじん さといも 生しいたけ あつあげ 板こんにやく さんどまめ 米油 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 たけのこ缶 にんじん あつあげ キャベツ 干し椎茸 糸こんにやく さんどまめ 米油 昆布だし 出汁昆布 赤みそ さとう こいくちしょうゆ 酒 みりん 白ごま ごま油
のり <small>あ</small> 和え	じゃがいも とうふ 玉葱 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ				小松菜のおひたし <small>こまつな</small>	和風サラダ <small>わふう</small>
もやし こまつな もみのり こいくちしょうゆ みりん ごま	たくあん炒め <small>いた</small>	だいこん 干し椎茸 とうふ こまつな わかめ 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 ごま油	せん切りだいこん にんじん ちりめんじゃこ わかめ ごま さとう こいくちしょうゆ 酒酢 みりん 水	だいこん にんじん うすくちしょうゆ 酒酢 さとう みりん 白ごま ポークハム ごま油	こまつな かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 塩 うすくちしょうゆ みりん	糸かまぼこ キャベツ にんじん わかめ 白ごま こいくちしょうゆ 酒酢 みりん 米油
	刻みたくあん ごま油 白ごま 酒	フルーツ ヨーグルト	やさいゼリー	ミルク寒天 <small>かんてん</small>		
	焼き豚 成分表 豚肩ロース 塩 砂糖 にんにく	りんご缶 みかん缶 黄桃缶 ★ヨーグルト	国産やさいゼリー	★牛乳 みかん缶 上白糖 粉寒天		
722kcal	763kcal	763kcal	843kcal	812kcal	714kcal	796kcal