

21(水)	22(木)	23(金)	26(月)	27(火)	28(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	給食室からのお願い	
マーボー丼	かやくごはん	ごはん	ごはん	ごはん	クリームスパゲティ	<p>さくねん たいふう いらい やさい ねが 今年の台風以来野菜ならびに しゃくさい ぜんぱん こうとう つづ 食材全般の高騰が続いておりま す。高すぎて給食に使えない野 菜や食料品が増えております現 状です。その中で給食室では知 恵を絞って工夫に工夫を重ねて 育ちざかりのみなさんの栄養価 を第一に、日々の給食を提供し ております。 「いただきます、ごちそうさ ま」の心をもって、残さずしっ かり食べてください。</p>	
はいが精米 豚ミンチ肉 にんにく しょうが 米油 とうふ 玉葱 とりがらだし 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 出汁昆布 ごぼう しめじ にんじん とりむね肉(皮付き) うす揚げ つきこんにやく うすくちしょうゆ さとう 酒 みりん 塩 グリーンピース	はいが精米 あつあげのみそ炒め 豚ばら肉 たけのこ缶 にんじん あつあげ 玉葱 しめじ 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	はいが精米 のっぺい煮 とりむね肉(皮付き) ごぼう にんじん だいこん さといも あつあげ 板こんにやく ●うずら卵缶 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 こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん かたくり粉	はいが精米 すきやき風コロッケ 合いびき肉 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	△スパゲティ 塩 米油 ベーコン ウィンナー エリンギ じゃがいも 玉葱 にんじん にんにく コーンクリーム缶 パセリ コーンスターチ バター 牛乳 白ワイン とりがらだし とりガラ 塩 こしょう うすくちしょうゆ シュレッドチーズ		
中華なます 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	おひたし はくさい にんじん もやし ちりめんじゃこ こいくちしょうゆ 酒 みりん ごま	ブロッコリーソテー ブロッコリー 米油 こいくちしょうゆ みりん	かぼちゃと昆布の 含め煮 かぼちゃ 刻み昆布 きぬさや さとう うすくちしょうゆ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節	キャベツサラダ キャベツ みかん缶 レーズン 白ワイン ワインビネガー 塩 こしょう さとう 米油	ツナ風味サラダ ツナフレーク 豆もやし 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		
ミルク寒天 牛乳 みかん缶 上白糖 粉寒天 水	茶わん蒸し ◎むきえび とりささ身 塩 酒 糸かまぼこ エリンギ ぎんなん缶 みつば ●たまご かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 酒 みりん うすくちしょうゆ			シメジととろろ昆布 のみそ汁 しめじ とうふ 玉葱 とろろこんぶ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ			
697kcal	794kcal	665kcal	758kcal	912kcal	829kcal		

