

15日(水)	16日(木)	17日(金)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)		
【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		
きつねうどん	ごはん	ビーフカレー	ごはん	ごはん	黒糖パン	ごはん		
△うどん(冷) すし揚げ 大判揚げ さとう うすくちしょうゆ みりん 昆布だし 出汁昆布 とりむね肉 もやし にんじん 糸かまぼこ こまつな 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	はいが精米 五目旨煮 とりモモ肉 じゃがいも 玉葱 にんじん だいこん あつあげ 板こんにやく ●うずら卵水煮 むきえだまめ 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 すみそ和え ◆ロールイカ キャベツ さんどまめ わかめ 白みそ 酒酢 さとう 酒 みりん うすくちしょうゆ 白ごま からし 糸かまぼこ 原材料 たら 魚介エキス 澱粉 みりん 食塩 砂糖 酵母エキス	はいが精米 牛うで肉 にんにく しょうが 米油 玉葱 にんじん じゃがいも グリーンピース 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 大根キャベツサラダ だいこん ツナフレーク だいこん キャベツ さんどまめ 酒酢 さとう 塩 米油	はいが精米 筑前煮 ちくぜんに 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 昆布和え こんぶあ はくさい にんじん こまつな 塩昆布 こいくちしょうゆ みりん ごま	はいが精米 魚のなたね焼き さかな さわら 塩 酒 にんじん たけのこ缶 こまつな ごま油 とうふ ●たまご うすくちしょうゆ さとう じゃがいもの ごまず炒め じゃがいも アスパラガス 米油 さとう こいくちしょうゆ 酒酢 白ごま とり団子とキャベツ のすまし汁 とりミンチ 玉葱 うすくちしょうゆ 塩 さとう かたくり粉 キャベツ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 塩 うすくちしょうゆ	△黒糖パン そら豆と ウインナーの クリーム煮 ウインナー じゃがいも 玉葱 にんじん しめじ そらまめ 米油 コーンスターチ ★バター ★牛乳 白ワイン 鳥がらだし とりガラ 塩 こしょう ツナサラダ ツナフレーク 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 じゃがいものみそ汁 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	はいが精米 とりのから揚げ とりむね肉 にんにく しょうが こいくちしょうゆ 酒 かたくり粉 米粉 米揚げ油 和風サラダ わふう 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		
たこ焼き風豆の おとし揚げ 大豆水煮 ◆ゆでだこ 玉葱 青ねぎ △小麦粉 ●たまご 米揚げ油 濃厚ソース あおのり	大阪みかんゼリー おおさか 国産みかんゼリー みかんゼリー 原材料 濃縮みかん汁 食物繊維 ビタミンC 砂糖 果糖 加工でんぷん	754kcal	812kcal	784kcal	725kcal	807kcal	847kcal	770kcal