月	В	月曜日	10月1	F	火曜日	10月2	<del>-</del>	水曜日	10月3	В	木曜日	10月4	<b>–</b>	金曜日
/3		/J*#H	牛乳		/\r#H	牛乳 栗御飯 揚げ鶏とじゃがいも	<b>–</b>	小作用	牛乳.	<b>-</b>	刊作用	牛乳 ご飯(70g)	-	╨┍
			小松菜とじゃこのこ	ごはん		栗御飯			マーボー豆腐丼	<b></b>		ご飯(70g)		
			きんぴらごぼう			揚げ鶏とじゃかいも	5の煮物		きゅうりのピり辛漬	責け		さばのごま味噌煮		
			さつま汁			具沢山のすまし汁			もずくと卵のスー	)		磯香和え かぼちゃの豚汁		
食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考
XHH LI	リカ里	I用・ク	* 牛乳	206.00	畑ケ	* 牛乳	206.00	畑ケ	* 牛乳	206.00	/用・ク	* 牛乳	206.00	IM 5
			1 30	200.00		1 30	200.00		1 30	200.00		1 30	200.00	
			こめ	65.00		こめ	65.00		こめ	60.00		こめ	70.00	
			切断無圧扁麦ビ	3.00		切断無圧扁麦ビ	2.00		水	120.00		水	84.00	
			水	78.10		水	86.40		* しぼり豆腐	50.00				
			* ごま油	2.00		生むき栗1/4	4.00		* ぶたにく	20.00		* さば	40.00	
		-	ちりめん	3.00		清酒 食塩 * 白炒りごま	1.20		清酒	1.00		しょうが	2.00	<b> </b>
			小松菜	10.00		良温   一	0.60		* サラダ油	1.00		ねぎ 清酒	10.00	
		1	* しょうゆ	2.00 2.00		↑ 口がりこま	1.00		しょうが にんにく	0.50 0.50		月沿しる。	2.00 2.50	
			みりん * 白炒りごま	2.00		* とりにく	40.00		* クラッシュ大豆	15.00		みりん 車三温糖	3.00	
			<u>п</u> у / С в	2.00		しょうが	0.20		十しいたけ	0.20		* しょうゆ	1.00	
			* ぶたにく	10.00		清酒	0.50		にんじん	10.00		* みそ	3.00	
			ごぼう 植物油	30.00		* しょうゆ	1.50		ねぎ	10.00		* 白炒りごま	1.00	
			植物油	1.00		│ でん粉 │	3.00		たけのこ	10.00		すりごま	2.00	
			にんじん	10.00		* 大豆油	3.00		* テンメンジャン	7.00		水	15.00	
			こんにゃく	20.00		じゃがいも	50.00		* しょうゆ 四川豆板醤	1.00		17.10 / 7.	20.00	
			さつまあげ * 白炒りごま	10.00		たまねぎ	10.00 10.00		<u>四川豆板醤</u>  * 中華スープストック	0.20 0.50		ほうれんそう	20.00 40.00	
			* ログりこま 清酒	1.00		にんじん さやいんげ	5.00		* 中華スープストッン/     食塩	0.30		もやし にんじん	5.00	
			# しようゆ	3.00		こんにゃく	10.00		でん粉	3.00		かまぼこ	5.00	乳卵なし
			砂糖	1.00		水	50.00		水	50.00		のり	1.00	チログロ・ひし
			みりん	2.00		砂糖	2.00		* ごま油	0.50		* しょうゆ	1.50	
			水	5.00		* しょうゆ	3.00					みりん	1.00	
						清酒	1.00		きゅうり	40.00				
			* とりにく	20.00		みりん	1.00		しょうが	0.70		* 豚肉 かぼちゃ	10.00	
			にんじん	10.00		1= / 1» /	10.00		* しょうゆ	2.00		かはちゃ	20.00	
		-	だいこん さつまいも	20.00 15.00		にんじん	10.00 1.00		みりん 四川豆板醤	1.00 0.05		だいこん	10.00 10.00	
			* とうふ	30.00		しいたけ * ちくわぶ	15.00		四川豆似醤    * ごま油	0.05		にんじん こんにゃく	10.00	
			ねぎ	8.00		* シスカが	30.00		* C A //II	0.50		* とうふ	25.00	
			* 白みそ	8.00		* とうふ 小松菜	7.00		* とりにく	10.00		ねぎ	10.00	
			昆布	0.30		* しょうゆ	1.50		にんじん	10.00		だしパック	4.00	
			だしパック	4.00		清酒	2.00		ねぎ	15.00		* サラダ油	1.50	
			* サラダ油	1.00		清酒 食塩	0.50		もずく	4.00		水	120.00	
						みりん	3.00		えのきたけ	10.00		* 白みそ	4.00	
						* ごま油	0.50		* たまご	20.00	丱	* みそ	4.00	
						昆布	1.00 4.00		水	100.00				
						だしパック 水	4.00 150.00		* 中華スープストック	1.00				
		1				小	150.00		* しょうゆ でん粉	3.00				
						+			7K	5.00				+
ļ		I.	L						1 4	5.00	1	<u> </u>		

#3.	金曜日
おおの寒味/一スかけ   持さぎょうざ   情報   おおの寒味/一スかけ   情報   おおの寒味/一スかけ   情報   おおとり   おから   おから   おから   おから   おから   おから   おから   おおとり   おから   おおとり   おから   おおとり   おから   おおとり   まおとり   ま	
京藤のスープ	
日高名   小分量   信名   小分子   信名   小分量   小分量   信名   小分量   信名   小分量   小分量   信名   小分量   小分量   にんしん   小分量   小分量	
食品名   小分量   備考   食品名   小分量   備考   食品名   小分量   備考   食品名   小分量   備考   食品名   小分量   依考   くまか   く	
この	備考
強化米	)
強化米	
水         77.00         水         87.60         水         80.40         しょうが         0.5           ぶたにく         35.00         ・かたにく         0.03         ・とりにく         35.00         ・ぶたにく         2.00           しようが         0.40         かっお         40.00         こま油         2.00         ・ぶたにく         25.0           レようが         0.40         木 大         5.00         ・大豆油         4.00         こま油         2.00         しまうが         0.50         こんじん         15.00         たくあん         15.00         たくあん         5.00         ・大豆油         3.00         ローナー・15.00         キくあん         5.00         ・大豆油         3.00         はくさい         25.00         キンチラ         5.00         ・大豆油         3.00         はくさい         20.0         およっチラ         5.00         ・大豆油         3.00         はくさい         20.0         およっチラ         5.00         ・大豆油         3.00         はくさい         20.0         およっとしょうか         3.00         はくさい         20.0         およっとしょうか         3.00         はくさい         20.0         およっとしょうか         3.00         はくさい         20.0         およっとり         3.00         はくさい         20.0         およっとり         3.00         およっとり         3.00         およっとり         3.00<	3 乳卵な
おたにく 35.00	<del>}  </del>
CAU  CAU  かつお 40.00	₹
しょうが         0.40         でん粉         4.00         ごま油         2.00         しょうが         0.50         にんじん         10.0           オーオン         5.00         おき         15.00         たるあん         5.00         でん粉         3.00         コーン         10.0           オイスター         3.00         しょうが         0.30         キムチ         5.00         大田湖         3.00         はるさい         2.00           オイスター         3.00         しょうが         0.30         小松栗         10.00         たまねぎ         30.00         にるい         2.00         およす         15.00         ねぎ         15.0         15.0         おまで         15.0         カール         15.0         カール         カール         15.0         おまで         15.0         カール         カール         15.0         カール         カール         カール         15.0         カール	$\leftarrow$
オニオン   5.00   大豆油   4.00   にんじん   10.00   清酒   0.50   もやし   15.0   サラダ油   2.00   ねぎ   15.00   たるあん   5.00   でん粉   3.00   コーン   10.00   デング・サイ   10.00   にんにく   0.30   キムチ   5.00   大豆油   3.00   はくさい   20.0   アイグラー   3.00   はよざい   20.0   小牧菜   10.00   たまねぎ   3.00   はくさい   20.0   15.00	5
サラグ油	5
チンゲンサイ         10.00         にんにく         0.30         キムチ         5.00         ・大豆油         3.00         はくさい         20.0           ・しょうゆ         2.00         ・唐辛子         0.05         ・中華エブ 氷ック         0.20         たけのこ         15.00         水         10.00           清酒         2.00         ・少達         1.50         たんじん         15.00         水         10.00           車温糖         2.00         ・しょうゆ         3.00         清酒         1.00         しいだけ         1.50         か         みそ         4.0           でん粉         15.00         繋物酢         1.00         コチジャン         1.50         ・カそ         4.0           水         0.50         清酒         1.00         しいだけ         1.50         かそ         4.0           水         0.50         清酒         1.00         しょうゆ         1.50         サラグ油         2.00         こしょう湿。         0.2           本         0.50         清酒         1.00         しょうゆ         1.50         サラグ油         2.00         こしょう湿。         0.2         0.2         0.2         0.2         0.2         0.2         0.2         0.2         0.2         0.2         0.2         0.2         0.2         0.2	)
しょうゆ	
清西	)
#三温糖 200 ・しょうゆ 3.00 清潔 1.00 ・ボデザック 1.50 ・ガデ 4.00 ・ ボー 1.00 ・  ボー 1.00 ・  ボー 1.00 ・  ボー 1.50 ・ ガラダ油 2.00 ・	<u> </u>
水         15.00         穀物酢         1.00         コチジャン         1.50         ピーマン         7.00         食塩         0.3           水         0.50         清酒         1.00         しようゆ         1.50         サラダ油         2.00         こしょう 混         0.1           春雨         5.00         キャベツ         35.00         数数酢         1.00         しようゆ         3.00         からたき         12.0           きゅうり         10.00         にんじん         5.00         ぎょうざ         40.00         乳卵         砂糖         3.00         砂糖         0.6         12.0	₹
でん粉         0.50         清酒         1.00         しようゆ         1.50         ・サラダ油         2.00         こしょう 混         0.10           水         0.50         こんにゃく         10.00         ・自炒りごま         1.00         しょうが         0.50         ・しょうゆ         2.0           春雨         5.00         キャベツ         35.00         数物酢         1.50         中華スプストック         0.3           こものうり         10.00         にんじん         5.00         ぎょうざ         40.00         乳卵         砂糖         3.00         砂糖         0.6           にんじん         5.00         東温糖         1.00         ・とりに         15.00         食塩         0.10         ・プチャップ         5.00         清酒         1.6           ・ごま油         1.00         東温糖         1.00         ・とりに<	₹
水         0.50         点塩         0.10         しようゆ         3.50         ・しょうゆ         2.0           春雨         5.00         キャペツ         35.00         ・自炒りごま         1.00         ・しようゆ         3.00         ・からだき         12.0           きゅうり         10.00         にんじん         5.00         ラーツーリ         5.00         対面         1.50         ・中華ノブトック         0.6           ことりしんしん         5.00         ブロッコリ         5.00         カー・フェーフ・ファーフ・ファーフ・ファーフ・ファーフ・ファーフ・ファーフ・ファー	
春雨         こんにゃく         10.00         ・白炒りごま         1.00         ・しょうゆ         3.00         ・がらだき         12.0           きゅうり         10.00         にんじん         5.00         きょうざ         40.00         乳卵         砂糖         3.00         ・中華スープ ハック         0.6           にんじん         5.00         ブロッコリ         5.00         カチャップ         5.00         清酒         1.0           もやし         30.00         車三温糖         1.00         よりにく         15.00         食塩         0.10           ・ごま油         1.00         穀物酢         1.30         あぶらあげ         4.00         ・中華スープ トック         0.20         とりにく           ・とりこ         1.50         じゃがいも         35.00         でん粉         1.50         しょうが         0.5           ・とうゆ         2.00         ・しょうゆ         1.00         にんじん         10.00         水         15.00         にんにんこ         0.5         20.0	5
春雨         5.00         キャベツ         35.00         表のの         製物酢         1.50         中華スープ ストック         0.3         0.3         砂糖         0.6         0.6         中華スープ ストック         0.3         0.6         中華スープ ストック         0.3         0.6         中華スープ ストック         0.2         中華スープ ストック         0.3         0.6         中華スープ ストック         0.2         中華スープ ストック         0.2         とりにく         2.0         たりにく         2.0         とりにく         2.0         たりにく         2.0         2.0         たりが         2.0         たりにん         2.0 <td>5</td>	5
にんじん   5.00   ブロッコリ   5.00	)
もやし         30.00         車三温糖         1.00         とりにく         15.00         食塩         0.10           ・ごま油         1.00         穀物酢         1.30         ・あぶらあげ         4.00         ・中華ス-ブストック         0.20         ・とりにく         20.0           砂糖         0.40         ・サラダ油         1.50         じゃがいも         35.00         でん粉         1.50         しょうが         0.5           もしょうゆ         2.00         ・しょうゆ         1.00         にんじん         10.00         水         15.00         にんにく         0.5           穀物酢         2.50         すりごま         1.00         だいこん         10.00         カーコン         5.00         15.00         にんにく         0.5         ウェラウ油         2.0         ウェラウ油         2.0         ウェラウ油         2.0         ウェラウ油         2.0         ウェウラウ油         2.0         ウェウラウー         カーラウー         カーラ	) l
・ごま油         1.00         穀物酢         1.30         ・あぶらあげ         4.00         ・中華スープストック         0.20         とりにく         20.0           砂糖         0.40         ・サラダ油         1.50         じゃがいも         35.00         でん粉         1.50         しょうが         0.5           シしょうゆ         2.00         ・しょうゆ         1.00         たんじん         10.00         水         15.00         にんじん         0.5           穀物酢         2.50         すりごま         1.00         だいこん         10.00         ベーコン         5.00         乳卵なし わけねぎ         10.0           食塩         0.10         自炒りごま         1.00         たけのこ         5.00         ベーコン         5.00         乳卵なし わけねぎ         10.0           ラー油         0.20         0.20         しいたけ         1.00         にんじん         10.00         たけのご         10.0	)
砂糖 0.40 サラダ油 1.50 じゃがいも 35.00 でん粉 1.50 しょうが 0.5 しょうゆ 2.00 ・しょうゆ 1.00 にんじん 10.00 水 15.00 にんにく 0.5 穀物酢 2.50 すりごま 1.00 だいこん 10.00 ボーコン 5.00 乳卵なし わけねぎ 10.0 ラー油 0.20 しいたけ 1.00 にんじん 10.00 たけのこ 10.0 こしょう 混 0.01 じゃがいも 30.00 ねぎ 10.00 えのきたけ 15.00 にんじん 10.0 こしょう 混 0.01 じゃがいも 30.00 ねぎ 10.00 えのきたけ 15.00 にんじん 10.0 ごま 1.50 ねぎ 10.00 もみそ 8.00 とうふ 35.00 ピーマン 5.0 すりごま 3.00 わかめ 0.25 だしパック 4.00 ねぎ 15.00 黄パブリカ 5.0 まんごも 15.00 ホピーマン 5.0 まんごも 15.00 カルカム 0.25 だしパック 4.00 ねぎ 15.00 カルカム 0.25 だしパック 4.00 ねぎ 15.00 カルカム 0.25 たしパック 4.00 な 10.00 ホピーマン 5.0 まんごも 15.00 カルカム 0.25 だしパック 4.00 な 10.00 ホピーマン 5.0 まんご 0.00 カルカム 0.25 だしパック 4.00 な 10.00 ホピーマン 5.0 まんご 0.00 カルカム 0.25 たしパック 4.00 な 10.00 ホピーマン 5.0 まんご 0.00 カルカム 0.25 オータン 0.00 まんじん 10.00 カルカム 0.25 オーター 0.00 オータ	
しようゆ         2.00         ・しょうゆ         1.00         にんじん         10.00         水         15.00         にんにく         0.5           穀物酢         2.50         すりごま         1.00         だいこん         10.00         ベーコン         5.00         乳卵なし         わけねぎ         10.0           ラー油         0.20         しいたけ         1.00         にんじん         10.00         たけのこ         10.0           こしょう 混         0.01         じゃがいも         30.00         ねぎ         10.00         えのきたけ         15.00         にんじん         10.0           ごま         1.50         ねぎ         10.00         ようふ         35.00         ピーマン         5.0           すりごま         3.00         わかめ         0.25         だしパック         4.00         ねぎ         15.00         ボーマン         5.0           * とうふ         40.00         たまねぎ         15.00         水         120.00         水         120.00         ホピーマン         5.0           * とうふ         40.00         たまねぎ         15.00         水         120.00         水         120.00         ホピーマン         5.0           * とうふ         40.00         たまねぎ         15.00         東華ネノアルック         0.60         中華ネノアルック         0.60	<del>}                                    </del>
食塩         0.10         * 自炒りごま         1.00         たけのこ         5.00         ベーコン         5.00 乳卵なし わけねぎ 10.0           ラ一油         0.20         しいたけ         1.00         にんじん         10.00         たけのこ         10.0           こしょう 混         0.01         じゃがいも         30.00         ねぎ         10.00         えのきたけ         15.00         にんじん 10.0           ごま         1.50         ねぎ         10.00         キ白みそ         8.00         * とうふ         35.00         ピーマン 5.0           すりごま         3.00         わかめ         0.25         だしパック         4.00         ねぎ         15.00         黄パブリカ 5.0           * とうふ         40.00         たまねぎ         15.00         水         120.00         水         120.00         赤ピーマン 5.0           * とうふ         40.00         たまねぎ         15.00         カーマン 5.0         カーマン 5.0<	<del>}                                    </del>
食塩         0.10         * 自炒りごま         1.00         たけのこ         5.00         ベーコン         5.00 乳卵なし わけねぎ 10.0           ラ一油         0.20         しいたけ         1.00         にんじん         10.00         たけのこ         10.0           こしょう 混         0.01         じゃがいも         30.00         ねぎ         10.00         えのきたけ         15.00         にんじん 10.0           ごま         1.50         ねぎ         10.00         キ白みそ         8.00         * とうふ         35.00         ピーマン 5.0           すりごま         3.00         わかめ         0.25         だしパック         4.00         ねぎ         15.00         黄パブリカ 5.0           * とうふ         40.00         たまねぎ         15.00         水         120.00         水         120.00         赤ピーマン 5.0           * とうふ         40.00         たまねぎ         15.00         カーマン 5.0         カーマン 5.0<	<del>វ  </del>
ラ一油         0.20         しいたけ         1.00         にんじん         10.00         たけのこ         10.00           こしょう 混         0.01         じゃがいも         30.00         ねぎ         10.00         えのきたけ         15.00         にんじん         10.0           ごま         1.50         ねぎ         10.00         ・自みそ         8.00         ・とうふ         35.00         ピーマン         5.0           すりごま         3.00         かめ         0.25         だしパック         4.00         ねぎ         15.00         黄パブリカ         5.0           *とうふ         40.00         たまねぎ         15.00         * 中華スープ ストック         0.60         * 中華スープ ストック         0.2           *とりにく         20.00         * 白みそ         4.00         食塩         0.16         食塩         0.3           にんじん         10.00         みそ         4.00         こしょう 湿         こしょう 湿         0.0           おぎ         10.00         おそ         4.00         ・しょう ゆ         こしょう ゆ         0.0           おどうふ         10.00         おそ         4.00         ・しょう ゆ         0.0         こしょう ゆ         0.0           おどうこ         10.00         おそ         4.00         ・しょう ゆ         0.0         こしょう ゆ         0.0	)
すりごま     3.00     わかめ     0.25     だしパック     4.00     ねぎ     15.00     黄パプリカ     5.0       * とうふ     40.00     たまねぎ     15.00     水     120.00     水     120.00     赤ピーマン     5.0       * とうふ     40.00     たまねぎ     15.00     * 中華スープ ストック     0.60     * 中華スープ ストック     0.2       * とりにく     20.00     * 白みそ     4.00     食塩     0.16     食塩     0.5       にんじん     10.00     * みそ     4.00     こしょう 混     0.02     こしょう     0.6       ねぎ     10.00     だしパック     3.00     * しょうゆ     0.80     * しょうゆ     1.0       わかめ     0.25     水     97.50     でん粉     1.00	5
すりごま     3.00     わかめ     0.25     だしパック     4.00     ねぎ     15.00     黄パプリカ     5.0       * とうふ     40.00     たまねぎ     15.00     水     120.00     水     120.00     赤ピーマン     5.0       * とうふ     40.00     たまねぎ     15.00     * 中華スープ ストック     0.60     * 中華スープ ストック     0.2       * とりにく     20.00     * 白みそ     4.00     食塩     0.16     食塩     0.5       にんじん     10.00     * みそ     4.00     こしょう 混     0.02     こしょう     0.6       ねぎ     10.00     だしパック     3.00     * しょうゆ     0.80     * しょうゆ     1.0       わかめ     0.25     水     97.50     でん粉     1.00	
* あぶらあげ 3.00 水 120.00 水 120.00 赤ピーマン 5.0 * とうふ 40.00 たまねぎ 15.00 * 中華スープ ストック 0.60 * 中華スープ ストック 0.2 * とりにく 20.00 * 白みぞ 4.00 食塩 0.16 食塩 0.5 にんじん 10.00 * みぞ 4.00 こしょう 混 0.02 こしょう 0.0 ねぎ 10.00 だしパック 3.00 * しょうゆ 0.80 * しょうゆ 1.0 わかめ 0.25 水 97.50 でん粉 1.00	)
* とうふ     40.00     たまねぎ     15.00     * 中華スープ ストック     0.60     * 中華スープ ストック     0.2       * とりにく     20.00     * 白みそ     4.00     食塩     0.16     食塩     0.3       にんじん     10.00     * みそ     4.00     こしょう 混     0.02     こしょう     0.0       ねぎ     10.00     だしパック     3.00     * しょうゆ     0.80     * しょうゆ     1.0       わかめ     0.25     水     97.50     でん粉     1.00	<del>-</del>
にんじん     10.00     * みそ     4.00     こしょう 混     0.02     こしょう 0.0       ねぎ     10.00     だしパック     3.00     * しょうゆ     0.80     * しょうゆ     1.0       わかめ     0.25     水     97.50     でん粉     1.00	┽┼──
にんじん     10.00     * みそ     4.00     こしょう 混     0.02     こしょう 0.0       ねぎ     10.00     だしパック     3.00     * しょうゆ     0.80     * しょうゆ     1.0       わかめ     0.25     水     97.50     でん粉     1.00	$\leftarrow$
ねぎ 10.00 だしパック 3.00 ・ しょうゆ 0.80 ・ しょうゆ 1.00 わかめ 0.25 水 97.50 ・ でん粉 1.00	<del>{                                     </del>
わかめ   0.25   水   97.50   でん粉   1.00   1.	5
食恒   100   100   110	
<u>                                    </u>	)
こしょう 0.03 * 小麦粉 13.0	<u>)</u>
* しようゆ     1.00       * 中華スープストック     0.50	)   
	O M
	フ O 乳
にんじんペース 10.0	5 3
マラインカップ 1.0	

10月	14日	月曜日 10月1	5日	火曜日	10月16	日	水曜日	10月17	7日	木曜日	10月18	3日	金曜日
		牛乳 御飯(麦入)70g ヤンニョムフィッ! 春雨サラダ キャベツの白湯ス			牛乳 黒糖パン(50g) ミートグラタン 野菜ときのこのス	ープ		牛乳 スパイシータコス丼 卵のバジルスープ ひとくちゼリー	ŧ		牛乳 大豆とツナのごは、 里芋と昆布の煮物 大根の味噌汁 いちごヨーグルト	h	
食品名	小分量	備考 食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考
2000	3 /3 =	* 牛乳	206.00	1/10 3	* 牛乳	206.00	VII.3 3	* 牛乳	206.00	7/13 3	* 牛乳	206.00	VIII 3
		1 1 35						1,0	200.00		1 30		
		こめ	70.00 3.00		* 黒糖パン	50.00 25.00	到.	こめ	65.00		こめ	55.00 3.00	
		切断無圧扁麦ビ	3.00		水	25.00	30	1 <i>7</i> k	80.60		こめ 強化米	3.00	
		7K	87.60					* ぶたにく	20.00		水	71.92	
		.3.			じゃがいも	60.00		にんにく	0.20 0.20		* 大豆	71.92 10.00	
		たら	40.00		* サラダ油	1.00		しょうが	0.20		* ツナ	5.00	
		Ⅰ	4.00		* ぶたにく	15.00		ぶどう酒 * サラダ油 * 大豆たんぱく繊	1.00		にんじん	5.00	
		大豆油	4.00		* とりにく たまねぎ	15.00		* サラダ油	0.50		清酒	1.00	
		にんにく	0.25 0.25		たまねぎ	10.00		* 大豆たんぱく繊	5.00		* しょうゆ	1.50	
		Ⅰ □ しょうが	0.25		にんじん	10.00		1 にんじん 1	10.00		* しょうゆ 車三温糖	1.50	
		豆板醤	0.15		マッシュルーム	5.00		たまわぎ	30.00		みりん	2.00	
		ケチャップ 砂糖	7.00 0.50		* 有塩バター * 小麦粉	1.00	乳	ピーマン 赤ピーマン	5.00 5.00		しょうが * 白炒りごま	0.30	
		砂糖	0.50		* 小麦粉	0.50		赤ピーマン	5.00		* 白炒りごま	1.00	
		水あめ 穀物酢	4.00		ケチャップ	12.00		Ⅰ ひよこまめ Ⅰ	5.00				
		穀物酢	1.20		ソース	2.00		中濃ソース	5.00		* とりにく	20.00	
		* しょうゆ	1.20 2.50		食塩	0.05		ケチャップ 海老チリソースストレート	5.00		にんじん	10.00	
		<u> </u>	2.50		こしょう	0.10		海老チリソースストレート	5.00		きといも 昆布	60.00	
		* 白炒りごま	1.50		ナツメグ 粉	0.03		チリパウダー	0.10		昆布	2.00	
		117.14	10.00		ぶどう酒 車三温糖	1.00		コンソメ	0.30		こんにゃく * サラダ油	20.00	
		はるさめ	10.00	51 554.1	<u> </u>	2.00		食塩	0.30		* サフタ油	1.00	
		* 1/4	5.00	乳・卵なし	水	4.00	1501	こしょう 混	0.02		みりん 砂糖_	1.00	
		きゅうり	10.00		* チーズ * パン粉	7.00	<u>乳</u> 乳・卵なし	水	5.00		砂糖	1.50	
		赤ピーマン	3.00 0.50		* ハン粉 パセリ	2.00	乳・丱なし	* ワンタンの皮	6.00 2.00		* しょうゆ	3.00 10.00	
		* 白炒りごま 穀物酢	2.00		ハセリ	0.50		* 大豆油	2.00		水	10.00	
		* しょうゆ	2.00		* とうふ	40.00		. VIII-/	10.00		だいこん	20.00	
		- * しょうゆ - 砂糖	1.00	1	えのきたけ	5.00		* とりにく * ベーコン	2.00	乳・卵なし	* とうふ	30.00 30.00	
		* ごま油	1.00		だかしめじ ゆ	10.00		* 770	3.00	子しずがみし	* <u>とう</u> が * あぶらあげ	50.00	
		食塩	0.30		ぶなしめじ ゆ たまねぎ	10.00		* マカロニ たまわぎ	15.00		かかめ	5.00 0.25	
		こしょう	0.03		にんじん	10.00		* マカロニ たまねぎ にんじん	5.00		わぎ	10.00	
		2067	0.03		小松菜	10.00		キャベツ	20.00		わかめ ねぎ 小松菜	10.00	
		* とりにく	10.00		コンソメ	0.50		エリンギ 生	10.00		だしパック	3.00	
		にんだく	0.20		* しょうゆ	1.00		ぶどう酒	1.00		水	100.00	
		にんにく しょうが	0.20		食塩	0.40		にんにく	0.10		* 白みそ	8.00	
		* サラダ油	1.00		こしょう	0.03		* たまご	25.00	卵			
		にんじん	10.00		水	120.00		* たまご * サラダ油	0.50		* いちごヨーグル	80.00	乳
		キャベツ	30.00					水	100.00				
		とうもろこし	7.00					コンソメ	0.50				
		ねぎ	10.00			·		食塩	0.30				
		チンゲンサイ	5.00					こしょう	0.02				
		* ごま油	1.00					バジル 粉	0.10				
		* 白湯	4.00					501.05.0					
		こしょう	0.03					* ぶどうゼリー	23.00	乳・卵なし			
		食塩	0.30										
		* しょうゆ	0.80										
		水	120.00	1						1			

10月21	П	月曜日	10月22	<del>р</del>	火曜日	10月23	RA	水曜日	10月24	1日	木曜日	10月25	<del>.</del>	金曜日
4.4		/JPEH /	<u> </u>	-H	八唯日	牛乳.	<u> </u>		牛乳	т —	777年日	牛乳		ᅏᄹ
ご飯(70g) 大根と厚揚げの旨: 豚汁	<b>+</b> ~		中華おこわ			ご飯(70g)			ガンバルゾカレー	- w		小松菜のペペロン	チーノ	
大根と厚揚けの旨	煮		ナムル 坦々豆乳春雨スー	<b>–</b> °		さばの竜田揚げひじきのマリネ			じゃこのカリカリサ みかん1/2	フタ		チキンビーンズ煮 フルーツヨーグルト	_	
形汀		1	<b>心々豆孔吞附人一</b>	)		豆けんちん汁			かかん1/2			フルーフョーフルド	•	
食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考	食品名	小分量	備考
* 牛乳	206.00	*	牛乳	206.00		* 牛乳	206.00		* 牛乳	206.00		* 牛乳	206.00	
こめ	70.00		- <b>x</b>	35.00		- <del>1</del>	70.00		- H	70.00		* スパゲティ	<u> </u>	
水	84.00		こめ もち米	35.00 35.00		こめ 水	84.00		こめ   切断無圧扁麦ビ	70.00 2.00		* スパクティー   水	50.00 67.00	
_	04.00	*	・しょうゆ	0.30					7K	89.28			10.00	乳・卵なし
* とりにく	20.00		清酒	0.50		* さば	40.00		* どりにく	20.00		ベーコン とうがらし	0.01	
しょうが	0.30	*	ごま油	1.00		* しょうゆ	1.95		にんにく	0.50		にんにく	0.60	
にんじん だいこん	10.00 40.00	*	<u>水</u> ・やきぶた	74.00 10.00	到。6月か1.	清酒 しようが	1.30 0.20		しょうが ぶどう酒	0.50 2.00		オリーブオ	3.00 10.00	
* なまあげ	50.00		にんじん	10.00	71 91 O	でん粉	4.00		∗ サラダ油	0.50		エリンギ 生	10.00	
さやいんげ	5.00		ごぼう	10.00		* 大豆油	4.00		にんじん	15.00			20.00	
だし汁 砂糖	10.00		たけのこ	10.00		411×+	2.00	<u> </u>	たまねぎ	20.00		食塩	0.50	
<u>砂糖</u> みりん	1.00 1.00		こんにゃく サラダ油	5.00 2.00		ひじき にんじん	3.00 10.00		じゃがいも ひよこまめ	40.00 10.00		* しょうゆ コンソメ	1.00 1.00	
* しょうゆ	3.00	*	・中華スープストック	0.50		* しょうゆ	3.00		* 大豆	10.00		コンググ	1.00	
清酒	1.00	*	しょうゆ	0.50		砂糖	2.00		ウスターソース	3.00		* とりにく	20.00	
でん粉	1.00		オイスター	0.50		砂糖 清酒 だし汁	2.00		ケチャップ	3.00		いんげん豆	10.00	
* サラダ油	1.00		車三温糖	1.50		だし汁	5.00		* カレールウ		乳・卵なし	* 大豆	15.00	
水	3.00		- 清酒 ・ ごま油	1.00		きゅうり * ハム	15.00	乳・卵なし	ペーストチャツ 水	1.00 40.00		<u>水</u>   オリーブオ	12.00 2.00	
* 豚肉	10.00	*		1.00		* サラダ油	1.50	<u>北いかない</u>	小	40.00		にんじん	10.00	
じゃがいも	40.00		ほうれんそう	15.00		* サラダ油 穀物酢 食塩	1.50		ブロッコリ とうもろこし	7.00		たまねぎ	10.00	
にんじん	5.00		もやし	40.00		食塩	0.30		とうもろこし	5.00		マッシュルーム	5.00	
こんにゃく	10.00 10.00		にんじん 白炒りごま	7.00 1.00		* あぶらあげ	5.00		キャベツ	35.00 10.00		じゃがいも セロリ—	40.00 8.00	
ねぎ	5.00	*	ごま油	1.00		* とうふ	20.00		きゅうり 穀物酢	1.30		ケチャップ	5.00	
* ごま油	1.00		食塩 車三温糖	0.15		* 大豆	10.00		* サラダ油	1.00		トマトピュ	15.00	
だしパック	4.00		車三温糖	1.00		にんじん	10.00		* サラダ油 * ごま油	1.00		ウスターソース	0.80	
水	120.00	*	しょうゆ にんにく	1.00 0.20		ごぼう	10.00 20.00		車三温糖	1.00		こしょう	0.02	
* 白みそ * みそ	4.00 4.00		ICNICS	0.20		だいこん 小松菜	7.00		* しょうゆ * 白炒りごま	2.00 1.00		食塩コンソメ	0.30 0.60	
0) C	7.00		はるさめ	3.00		* サラダ油	1.00		ちりめん	2.00		水	70.00	
		*	はるさめ とりにく	20.00		l <i>7</i> K	100.00					パセリ	0.50	
		*	とうふ	30.00		だしパック	3.00		みかん	40.00		7.4\/ <del>/==+</del>	10.00	
			ねぎ チンゲンサイ	10.00 5.00		* しょうゆ	3.00 2.00					みかん缶詰	10.00	
			にんにく	0.20		みりん 食塩	0.40					パイン缶詰 * 黄桃缶詰	25.00 10.00	
			しょうが	0.20		DQ-1111	0.10					アロエ	10.00	
			植物油。	1.50								* ヨーグルト	25.00	乳
		*	・ 中華スープストック・白みそ	0.50 2.00								砂糖	1.50	
		*	すりごま	2.00 3.00										
		*	しょうゆ	0.50										
			豆板醤 食塩	0.05										
				0.05										
+		*	<u>水</u> とうにゅう	120.00 30.00										
		*	こフにダフ	20.00		1			l l		l	1		1

10月28	BB	月曜日	10月2	29日	火曜日	10月30	)B	水曜日	10月31	IB	木曜日	月	日	金曜日
牛乳	• •		<u>牛乳</u>			牛乳	• •		牛乳			, <u> </u>	• •	
玄米入りご飯			こぎつねごはん			ねぎ塩豚丼			きのこピラフ					
たらのもみじ焼き	.,,		切干大根の和え物	勿		いものこじる			かぼちゃシチュー					
ごぼうチップサラタ	7		さつまいもの味噌	雪汁		シャカシャカビーン	'ズ		マカロニサラダ					
かきたま汁	小八旦	/# <del>-</del> #	谷口夕	小分量	/ <del>世土</del>		小八旦	世土	谷口夕	小八旦	/# <del></del>	谷口夕	小八旦	/±±
	<u>小分量</u> 206.00	備考	<u>食品名</u> * 牛乳	206.00	備考	食品名 * 牛乳	<u>小分量</u> 206.00	備考	食品名 * 牛乳	<u>小分量</u> 206.00	備考	食品名	小分量	備考
* 十孔	206.00		* 十孔	206.00		*十孔	206.00		* 十孔	206.00				+
こめ	65.00		こめ	70.00		こめ	65.00		こめ	65.00				
給食用ぷちっと	3.00			2.00		強化米	3.00		強化米	1.50				
水	84.00		水	86.40		7k	84.32		水	72.00				
		:	* あぶらあげ	10.00		* ごま油	2.00		オリーブオ	1.00				
たら 清酒	40.00		* とりにく	20.00		にんにく !	0.50		にんじん	5.00				
清酒	2.00		にんじん	10.00		しょうが	0.50		たまねぎ	5.00				1
たまねぎ	10.00		グリンピース	5.00		* ぶたにく	30.00		ほんしめじ	8.00				4
にんじん	10.00		* しょうゆ	3.00		たまねぎ	20.00		マッシュルーム	5.00				+
食塩 こしょう	0.10 0.10		<u>砂糖</u> 清酒	2.00		にんじん ねぎ	10.00 20.00		コンソメ * しょうゆ	0.60 0.80				+
* マヨネーズ		乳・卵なし	<u> </u>	1.00		もやし	20.00		* しょ ブツ 食塩	0.80				+ -
* 1 1 1	0.00	子に切って	<u></u>	1.50		清酒	2.00		こしょう混	0.03				
ごぼう	10.00		ПИЛСК	1.50		* 中華スープストック	0.50		CU& 7 /E	0.03				1
ごぼう でん粉	2.00		切干大根	6.00		食塩	0.80		* とりにく	20.00				
* 大豆油	3.00	1	きゅうり	15.00		こしょう	0.02		* サラダ油	1.00				
とうもろこし	5.00		にんじん	7.00		レモン汁	1.00		にんじん	10.00				
キャベツ	25.00	:	* ちくわ 穀物酢		乳・卵なし				たまねぎ	30.00				
にんじん	5.00		<u> 穀物酢</u>	2.50		* ごま油	1.00		じゃがいも	25.00				
きゅうり 穀物酢	10.00	:	* サラダ油	1.00		だいこん	15.00		かぼちゃ * 小麦粉 * 有塩バター	25.00				
穀物性	1.50		* しょうゆ	3.00		ごぼう	8.00		* 小友粉	5.00	可			
<ul><li>* サラダ油</li><li>* ごま油</li></ul>	0.50 0.50		砂糖 * 白炒りごま	3.00		にんじん さといも	7.00 20.00		* 有塩ハター * 牛乳	5.00 50.00				
東三温糖	2.00		・ ロタりこよ すりごま	2.50		小松菜	10.00		プンソメ	0.60	子し			+
<u>キー畑帰</u> * しょうゆ	1.30		9700	2.50		だしパック	4.00		食塩	0.50				
* 白炒りごま	0.50		さつまいも	20.00		水	110.00		こしょう 混	0.02				
			* なまあげ	20.00		* 白みそ	4.00		パセリ	0.33				
* とうふ	40.00		だいこん	20.00		* みそ	4.00		水	50.00				
ねぎ	10.00		こんにゃく	10.00										
* たまご	25.00	卵	ねぎ	10.00		* 大豆	25.00		* マカロニ	7.00				1
ほうれんそう	7.00		だしパック	3.00		でん粉	4.00		* ツナ	7.00				
だしパック 昆布	3.00		<u>水</u> . 古ュス	120.00 8.00		* 大豆油 食塩	3.00 0.03		キャベツ	30.00 10.00				
水	0.50 120.00		* 白みそ	8.00		<sup>良塩</sup>   あおのり	0.03		きゅうり	1.50				+
- 小 * しょうゆ	2.00			1		ע*עענ <i>פנט</i>	0.10		* しょうゆ 穀物酢	1.50				
清洒	1.00								食塩	0.10				+
清酒食塩	0.50			-					こしょう	0.03				1
	0.00								車三温糖	2.00				1
									* サラダ油	1.00				
						-			たまねぎ	8.00				