

# 5月のよていにごんたてひょう



御嵩町学校給食センター

月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日
コーンサラダ (イタリアンドレ) かわはぎのおちゃあげ カレーライス 小 703kcal 中 905kcal	けんぽうきねんひ 憲法記念日 	ひ みどりの日 しんちゃ きせつ 新茶の季節 	ひ こどもの日 	6日 子どもの日お祝い ほうれんそうの おかかあえ ちまき とりにくの からあげ ちらしずし 小 703kcal 中 844kcal
9日 ぎょうざの あまずかけ い.2 い.3 ビビンバのぐ むぎごはん ワンタンスープ 小 666kcal 中 861kcal	10日 きんぴらごぼう オレンジ グミ さわらの マヨネーズやき むぎごはん かきたまじる 小 665kcal 中 860kcal	11日 調理員おすすめ献立 にんじんサラダ (あおじそドレ) カスタード プリン いかとポテトの あげに たけのこごはん 小 616kcal 中 798kcal	12日 ゆかりあえ あげ豆腐の にくみそかけ むぎごはん わかたけじる 小 629kcal 中 815kcal	13日 ブロッコリーサラダ (やさしいっぱいドレ) みかん ゼリー フレンチ トースト ホークビーンズ 小 736kcal 中 906kcal
16日 だいこんサラダ (パンパンジードレ) オレンジ かつおのごまがらめ むぎごはん みたけみその みそしる 小 644kcal 中 817kcal	17日 シャキシャキサラダ (かおりごまドレ) ほうれんそうオムレツ おちゃパン やきそば 小 717kcal 中 891kcal	18日 いい歯の日 かおりあえ キャンディチーズ おからドーナツ にくみそスパゲティ 小 701kcal 中 905kcal	19日 食育の日 ポテトサラダ (マヨネーズ) やさしいっぱいの やきにく むぎごはん だいこんじる 小 634kcal 中 811kcal	20日 ゆでやさい (マヨネーズ) ミルクプリン ロングウィンナー きりめいりパン いっしょくげチャップ ポトフ 小 654kcal 中 822kcal
23日 うのはなの いりに ひじきふりかけ いかのごまやき むぎごはん にくじゃが 小 680kcal 中 858kcal	24日 わかめサラダ (やさしいっぱいドレ) おちゃまめ ハヤシライス 小 711kcal 中 911kcal	25日 ごぼうサラダ (かおりごまドレ) パン おこのみやき きつねうどん 小 703kcal 中 885kcal	26日 きりほしだいこんのもの アセロラゼリー いわしのゴマだれ むぎごはん もずくの すまじる 小 682kcal 中 837kcal	27日 じゃがバター しろみざかなフライ こめこしよくパン イチゴジャム やさいスープ 小 615kcal 中 808kcal
30日 マカロニサラダ (マヨネーズ) ヨーグルト さけのムニエル チキンライス 小 660kcal 中 805kcal	31日 マロニー サラダ ぶたにくとこうやどうふ のあげに むぎごはん わかめスープ 小 651kcal 中 828kcal	<div style="text-align: center;"> <h2>しっかりとろう!</h2> <h3>鉄 カルシウム</h3> <p>成長期に必要な栄養素の中で、不足しがちな栄養に「鉄・カルシウム」があります。そこで「鉄・カルシウム」の働きや多く含む食品、おすすめ料理などを献立表や食育だよりなどで紹介していきます。今月は、鉄の働きです。</p> <h3>酸素の運び屋さん</h3> <p>赤血球のもとになる <b>鉄</b></p> <p>鉄は、赤血球のヘモグロビンの成分です。ヘモグロビンは、肺から取り込んだ酸素を血液を通して、全身に送る働きがあります。鉄不足が続くと、酸素が行きわたらなくて「疲れやすい」「息切れ」などの貧血の症状があらわれます。</p> </div>		

★都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。  
\* ◎印は学校配送 \* 牛乳は毎日つきます。

学校給食で使われている岐阜県産農産物には、「学校給食地産地消推進事業」により、岐阜県、御嵩町、JA中央会から一部補助を受けています。

平成28年5月 学校給食予定献立表

御嵩町学校給食センター

2日(月)	6日(金)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)
カレーシチュー	ちらしずし	ビビンバ(豚肉)	かき玉汁	たけのこごはん	茗竹汁	ポークビーンズ	御嵩みその味噌汁	やきそば	肉味噌ソース	大根汁
じゃがいも 40	アルファ化米 65	豚もも・脂付(もやし(緑豆) 25	にんじん・皮つ 10	アルファ化米 65	たけのこ(フレ 15	豚もも肉2cm 20	冷凍豆腐 20	中華めん(蒸し 80	サラダ油 0.5	だいこん・根・ 25
にんじん・皮つ 15	酢・穀物酢 1.5	もやし(緑豆) 25	たまねぎ 20	油あげ 3	にんじん・皮つ 10	ワイン(赤) 1	油あげ 3	キャベツ 45	おろしにんにく 0.5	にんじん・皮つ 10
たまねぎ 55	塩(並塩) 0.4	チンゲンツアイ 15	かまぼこ 8	たけのこ(フレ 20	みつば(根みつ 3	たまねぎ 40	人参 15	豚もも肉2cm 10	豚ひき肉 15	しめじ(ほんし 10
ダイスチーズ 2	砂糖・上白糖 4	たけのこ・水煮 10	えのきたけ 5	にんじん・皮つ 15	えのきたけ 10	じゃがいも 35	たまねぎ 10	竹輪(焼き竹輪 8	酒 1	こまつな 8
豚もも肉2cm 15	酢・穀物酢 8	ねぎ 5	カットわかめ 0.3	にんじん・皮つ 5	かまぼこ 10	大豆(国産) 8	ねぎ 5	にんじん・皮つ 15	にんじん・皮つ 15	かまぼこ 8
サラダ油 0.4	干しいたけ 1	にんじん・皮つ 10	小松菜 5	鶏むね皮つき 10	カットわかめ 0.6	にんじん・皮つ 10	カットわかめ 0.3	サラダ油 0.8	たまねぎ 4	しょうゆ(うす 3
おろし生姜 0.5	にんじん・皮つ 12	こしょう(白) 0.04	液卵 12	干しいたけ 1	しょうゆ(うす 4	トマトピューレ 7	フレーク節 2.5	塩(並塩) 0.25	たまねぎ 15	塩(並塩) 0.45
おろしにんにく 0.5	れんこんスライ 10	酒 0.9	でんぶん 0.5	サラダ油 1.2	和風だし 0.6	ケチャップ 3	和風だし 0.6	たまねぎ 15	もやし(緑豆) 15	和風だし 0.5
ワイン(赤) 1	カットいんげん 3	しょうゆ(こい 8	フレーク節 2	しょうゆ(こい 6.5	フレーク節 2.5	塩(並塩) 0.3	みたけみそ 9	刻み生薬 2.5	和風だし 1	フレーク節 2.5
塩(並塩) 0.45	砂糖・上白糖 2	酢・穀物酢 2.8	和風だし 0.5	和風だし 1.2	塩(食塩) 0.1	ルウ用小麦粉 2.5	葱のごまがらめ 2	かつお・削り節 0.5	唐辛子(一味) 0.01	焼き肉 1
こしょう(白) 0.02	砂糖・上白糖 2	三温糖 2.7	しょうゆ(こい 1.5	酒 1.5	揚げ焼き豆腐の肉み 1.5	サラダ油 2	かつお 40	ソース(中濃) 13	みりん(本みり 0.5	豚肩ロース 40
洋風だし 1.5	和風だし 0.5	コチジャン 0.3	塩(並塩) 0.4	三温糖 2	焼き豆腐 1.7	こしょう(黒) 0.02	酒 2	かき油 1.5	豆腐 1.5	たまねぎ 30
脱脂粉乳(輸入 3	みりん(本みり 0.7	トウバンジャン 0.1	さわらのマヨネーズ焼 1	いか 40	でんぶん 4.2	洋風だし 1	しょうが・おろ 0.5	こしょう(白) 0.03	しょうゆ(こい 1	にんじん・皮つ 5
しょうゆ(こい 1.2	塩(並塩) 0.1	ごま油 0.5	さわら 1	いか 40	大豆油 3.2	三温糖 0.5	しょうゆ(こい 2	あおのり(素干 0.3	でんぶん 2	豆みそ 2.5
ケチャップ 3	鶏唐あげ 2	おろし生姜 0.6	こしょう(白) 0.03	塩(並塩) 0.1	豚ひき肉 8	ドミグラスソー 6	でんぶん 6	酒 1.2	ごま油 0.3	コチジャン 0.6
ソース(中濃) 4.6	鶏もも皮つき(しょうゆ(こい 2.0	炒り卵 15	塩(並塩) 0.4	酒 1.5	酒 5	おろし生姜 2	じゃがいも 30	オムレツのケチャップ 3	三温糖 4	しょうゆ(こい 0.8
ルウ用小麦粉 4.6	しょうゆ(こい 2.7	ワンタンスープ 2	酒 1.5	でんぶん 5	酒 5	おろし生姜 0.5	大豆油 3	ほうれん草オムレツ 1	おからドーナツ 1	三温糖 1
サラダ油 3.7	おろし生姜 0.7	にんじん 10	たまねぎ 10	大豆油 3.5	みりん(本みり 1.5	ローリエ 0.01	みりん(本みり 1	ケチャップ 3	小麦粉・薄力粉 20	酒 2
純カレー 0.55	おろしにんにく 0.2	えのきたけ 10	しめじ(ほんし 10	じゃがいも 40	三温糖 2.2	ソース(ウスタ 2	しょうゆ(こい 1	ソース(ウスタ 2	ベーキングパウ 0.8	みりん(本みり 2
かわはぎのまっちゃや 16	酒 0.7	たまねぎ 10	ノンエッグマヨ 10	しょうゆ(こい 2.2	でんぶん 1.3	しょうゆ(こい 1	三温糖 0.5	三温糖 0.3	おから 18	白いりごま(炒 1
のしかわはぎ生 16	ごま油 0.35	はくさい 20	アルミカップ 1枚	三温糖 1.3	水 6	サラダ油 0.5	水 3	シャキシャキサラダ 3	有塩バター 2.5	ポテトサラダ 2.5
小麦粉・薄力粉 4.5	小麦粉・薄力粉 2	ワンタン 5	きんぴらごぼう 1	みりん(本みり 0.8	ゆかり和え 1	フレンチトースト 1	白すりごま 0.5	お茶パン 25	三温糖 8	じゃがいも 50
ベーキングパウ 0.03	でんぶん 5	こしょう(白) 0.02	ごぼう(きんぴ 30	すりごま 1	キャベツ 40	食パン(給食用) 1枚	大根サラダ 1	ごぼう(サラダ 15	液卵 6	たまねぎ 8
抹茶 0.15	大豆油 2	しょうゆ(こい 3	にんじん・皮つ 10	人参サラダ 10	きゅうり 10	牛乳(調理用) 32	だいこん・根・ 40	にんじん・皮つ 8	牛乳(調理用) 4	きゅうり 15
大豆油 3	おほか和え 2	シャンタンスー 1.5	カットいんげん 5	にんじん・皮つ 20	ゆかり粉(グル 0.8	三温糖 4.2	とうもろこし 8	お茶パン 4	大豆油 2	ホールコーン 8
コーンサラダ 10	ほうれん草 25	中華だし 1	しょうゆ(こい 2.7	きゅうり 10	ゆかり粉(グル 0.8	三温糖 0.1	有塩バター 2.3	お茶パン(給食 10	お茶パン(給食 10	千切りたくあん 15
とうもろこし 10	にんじん・皮つ 5	餃子のあますあん 1	しょうゆ(こい 1	もやし(緑豆) 30	もやし(緑豆) 30	塩(食塩) 0.1	有塩バター 2.3	チンゲンツアイ 6	普通牛乳 6	キャベツ 40
きゅうり 35	もやし(緑豆) 30	餃子 2	酒 1	青じそドレッシ 6	委託麦ご飯 6	ブロッコリー 25	ブロッコリー 25	オレジン 1	キャベツ 40	こしょう(白) 0.02
キャベツ 15	かつお節 0.5	大豆油 1.5	みりん(本みり 1	カスタードプリン 1	カスタードプリン 1	精白米(強化米) 1	精白米(強化米) 1	オレジン 1	塩(食塩) 0.08	マヨネーズ(卵 4
イタリアンドレ 6	すりごま 2	しょうゆ(こい 2.2	和風だし 0.6	おおむぎ・米粒 1	おおむぎ・米粒 1	おおむぎ・米粒 1	おおむぎ・米粒 1	オレジン 1	かおり粉(グル 1	委託麦ご飯 1
委託麦ご飯 1	しょうゆ(こい 2.2	三温糖 1.5	三温糖 1.8	普通牛乳 1	普通牛乳 1	普通牛乳 1	普通牛乳 1	オレジン 1	きゅうり 5	精白米(強化米) 1
精白米(強化米) 1	三温糖 0.5	酢・米酢 1.5	三温糖 0.01	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	オレジン 1	キャンディチー 2	普通牛乳 1
おおむぎ・米粒 1	ちまき 1	でんぶん 0.15	すりごま 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	オレジン 1	キャンディチー 2	普通牛乳 1
普通牛乳 1	ちまき 1	水 3.5	ごま油 0.3	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	オレジン 1	ソフトスバゲティ 1	牛乳(普通牛乳) 1
牛乳(普通牛乳) 1	普通牛乳 1	委託麦ご飯 1	果汁グミ(オレンジ) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	オレジン 1	ソフト麺 1袋	普通牛乳 1
牛乳(普通牛乳) 1	普通牛乳 1	精白米(強化米) 1	果汁グミ(オレンジ) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	オレジン 1	普通牛乳 1	牛乳(普通牛乳) 1
牛乳(普通牛乳) 1	普通牛乳 1	おおむぎ・米粒 1	委託麦ご飯 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	オレジン 1	普通牛乳 1	牛乳(普通牛乳) 1
牛乳(普通牛乳) 1	普通牛乳 1	普通牛乳 1	精白米(強化米) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	オレジン 1	普通牛乳 1	牛乳(普通牛乳) 1
牛乳(普通牛乳) 1	普通牛乳 1	牛乳(普通牛乳) 1	おおむぎ・米粒 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	オレジン 1	普通牛乳 1	牛乳(普通牛乳) 1
牛乳(普通牛乳) 1	普通牛乳 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	オレジン 1	普通牛乳 1	牛乳(普通牛乳) 1

20日(金)	23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)	30日(月)	31日(火)	5月の加工食品・添加物		
ポトフ	肉じゃが	ハヤシシチュー	きつねうどん	もずくのすまし汁	野菜スープ	チキンライス	わかめスープ	6日(金) ちまき	13日(金) みかんゼリー	23日(月) ひじきふりかけ
じゃがいも 35	たまねぎ 45	サラダ油 0.3	油あげ 5	もずく 10	キャベツ 30	アルファ化米 55	カットわかめ 0.7	上新粉 10	みかん果汁 10	ごま・でん粉 10
たまねぎ 40	にんじん・皮つ 15	おろし生姜 0.5	鶏もも皮つき 10	糸かまぼこ 10	たまねぎ 15	鶏もも皮つき 10	にんじん・皮つ 10	砂糖 30	ぶどう糖 10	ひじき・しょうゆ 10
にんじん・皮つ 20	じゃがいも 75	おろしにんにく 0.5	にんじん・皮つ 10	にんじん・皮つ 8	にんじん・皮つ 8	ワイン(白) 1	たまねぎ 30	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
ベーコン(豚) 10	糸こんにやく 15	牛(輸入肉) 15	たまねぎ 20	ねぎ 6	とうもろこし 10	たまねぎ 30	ベーコン(豚) 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
だいこん・根 20	豚もも肉2cm 20	ワイン(赤) 1	ねぎ 6	だいこん・根 20	塩(並塩) 0.45	にんじん・皮つ 10	チキンコンソメ 1.5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
チンゲン菜 10	サラダ油 0.4	たまねぎ 55	かまぼこ 10	フレーク節 1.5	こしょう(白) 0.02	にんじん・皮つ 10	チキンコンソメ 2	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
こしょう(白) 0.04	酒 0.5	にんじん・皮つ 15	しめじ(ほんし 10	和風だし 0.4	チキンコンソメ 2	サラダ油 0.5	塩(並塩) 0.4	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
塩(並塩) 0.4	みりん(本みり 1	じゃがいも 40	しょうゆ(こい 3.5	しょうゆ(こい 4	しょうゆ(うす 0.5	洋風だし 1.3	しょうゆ(うす 2	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
チキンコンソメ 2	しょうゆ(こい 4.8	ダイスチーズ 3	しょうゆ(うす 3	塩(並塩) 0.2	白身魚フライ 1	塩(並塩) 0.8	しょうゆ(うす 2	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
ワイン(白) 1	三温糖 2.2	こしょう(黒) 0.03	フレーク節 3	いわしのごまだれ 1	メルルンサ 1	こしょう(白) 0.03	しょうゆ(うす 2	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
サラダ油 0.5	和風だし 1	塩(並塩) 0.5	和風だし 0.8	いわし開き 1	酒 1.5	ケチャップ 3	しょうゆ(こい 0.8	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
ロングワインナ 1	いかのゴマヤキ 1	ソース(中濃) 4	みりん(本みり 0.7	おろし生姜 1	酒 1.5	ケチャップ 3	しょうゆ(こい 0.8	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
ロングワインナ 1	いか 1	洋風だし 1.5	みりん(本みり 0.7	おろし生姜 1	酒 1.5	ケチャップ 3	しょうゆ(こい 0.8	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
ケチャップ一食 10	しょうゆ(こい 4	ローリエ 0.01	お好み焼き 1	でんぶん 5	小麦粉・薄力粉 4	さけ 1	しょうゆ(こい 0.03	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
ゆで野菜(サント 3	みりん(本みり 3	タイム 0.01	小豆粉・薄力粉 15	大豆油 3	液卵 3	こしょう(白) 0.03	しょうゆ(こい 0.4	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
キャベツ 35	おろし生姜 0.2	三温糖 0.5	液卵 15	しょうゆ(こい 2.5	パン粉 7	塩(並塩) 0.4	水 15	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
きゅうり 15	黒ごま 0.3	ルウ用小麦粉 4.5	牛乳(調理用) 15	酒 2	大豆油 4	酒 1	でんぶん 4	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
マヨネーズ(卵 5	うの花いり煮 1	サラダ油 3.6	豚ばら・脂付(キャベツ 3	みりん(本みり 1.5	ケチャップ 3	小麦粉・薄力粉 3	大豆油 4	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
ミルクプリン 1	おから 18	脱脂粉乳(輸入 3	キャベツ 3	30	ソース(ウスタ 3	有塩バター 2	しょうゆ(こい 2.5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
濃厚ミルクプリン 1	鶏ひき肉 5	トマトピューレ 6	糸かまぼこ 12	白いりごま(炒 0.15	みりん(本みり 1	レモン果汁 卓 2.5	三温糖 2.2	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
切り目入りコッ 1	にんじん・皮つ 7	ドミグラスソー 10	塩(並塩) 0.1	でんぶん 0.15	じゃがいも 65	マカロニ(乾) 7	コチジャン 0.15	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
コッパン(給 1	干しいたけ 8	ケチャップ 3	あおのり(素干 0.3	切干大根の漬物 5	じゃがいも 65	マカロニ(乾) 7	コチジャン 0.15	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
普通牛乳 1	しょうゆ(こい 0.5	しょうゆ(こい 1	ライスチーズ 1	切り干し大根 5	ベーコン(豚) 5	とうもろこし 5	酢・穀物酢 1.2	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	油あげ 2.5	お茶豆 1	刻み生薬 1	にんじん・皮つ 8	キャベツ 2	キャベツ 15	パセリ・乾 0.1	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	サラダ油 1	大豆(国産) 15	かつお・削り節 0.5	油あげ 3	塩(並塩) 0.25	きゅうり 10	マロニー・サラダ 15	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	三温糖 1.8	でんぶん 1.5	ソース(濃厚) 1	干しいたけ 0.5	こしょう(白) 0.03	にんじん・皮つ 5	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	しょうゆ(うす 1.9	大豆油 1.5	アルミカップ 1枚	鶏ひき肉 7	こしょう(白) 0.03	サラダ油 0.2	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	酒 0.7	三温糖 3.5	ゴボウサラダ 1	カットいんげん 4	パセリ・乾 0.03	塩(並塩) 0.1	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	水 5	せん茶 0.7	きゅうり 10	和風だし 1	苺ジャム 1	塩(並塩) 0.1	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(調理用) 9	脱脂粉乳(輸入 1	ごぼう(サラダ 2.2	しょうゆ(うす 2.2	苺ジャム 1	塩(並塩) 0.1	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	和風だし 0.4	わかめ入りサラダ 1	とうもろこし 8	三温糖 0.8	米粉パン 1	こしょう(白) 0.02	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	ふりかけ 1	カットわかめ 0.4	にんじん・皮つ 5	酒 1	普通牛乳 1	ヨーグルト 1	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	ひじきふりかけ 1	キャベツ 25	ゆかりごまドレツ 6	サラダ油 0.3	牛乳(普通牛乳) 1	ヨーグルト 1	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	委託麦ご飯 8	きゅうり 8	生パイン 1	アセロラゼリー 1	牛乳(普通牛乳) 1	ヨーグルト 1	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	精白米(強化米) 1	にんじん・皮つ 8	パイン 1	アセロラゼリー 1	牛乳(普通牛乳) 1	ヨーグルト 1	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	おおむぎ・米粒 1	とうもろこし 8	一食うどん 1	委託麦ご飯 1	牛乳(普通牛乳) 1	ヨーグルト 1	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	普通牛乳 1	野菜いっぱい 5	うどん 1	委託麦ご飯 1	牛乳(普通牛乳) 1	ヨーグルト 1	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	牛乳(普通牛乳) 1	委託麦ご飯 1	普通牛乳 1	おおむぎ・米粒 1	牛乳(普通牛乳) 1	ヨーグルト 1	マロニー 5	砂糖 30	ぶどう糖 10	砂糖・脱脂大豆 10
牛乳(普通牛乳) 1	精白米(強化米) 1	牛乳(普通牛乳) 1	普通牛乳 1	おおむぎ・米粒 1	牛乳(普通牛乳) 1					