ر ک کړا	٦.,,	ク(幼稚園・小学校)	令和 / 纪	L L L H H H H	学校給食予定献立	表	常陸太田市学校	か合わ	ハカー
		<u>ク(幼稚園・小学校)</u> こんだてめい	おもな しょ	くひん と はた	らき (パンには小麦・脱脂粉乳が含む	まれています)(ケチャッ	プはトマトと表示)	どが口及 ビ エネルギー (kcal)	
		ごはん ぎゅうにゅう	エネルギー!	<u> </u>	からだをつくる   ぎゅうにゅう	からたの	ちょうしをととのえる	幼	幼
		とりにくのからあげ 幼①小②	こむぎこ でんぷん さ あぶら	とう	とりにく			468 //\	14.0 //\
		パリパリあえ	ごま			たくあんづけ キャ	ベツ もやし きゅうり	-	20.5
5		いものこじる スライスまるパン ぎゅうにゅう	さといも		なまあげ みそ ぎゅうにゅう	だいこん にんじん	ながねぎ こんにゃく		
		てりやきチキンパティ	パンこ さとう ラード		とりにく だいず	たまねぎ		520	19.3
		コールスロー	ノンエッグマヨネーズ あぶら じゃがいも	あぶら	ベーコン ぎゅうにゅう		きゅうり とうもろこし	641	24.3
		コーンスープ	こむぎこ バター		だっしふんにゅう チーズ	たまねぎ にんじん	とうもろこし	0+1	24.0
6	木	ごはん ぎゅうにゅう	こめ あぶら さとう でんぷ	ch,	ぎゅうにゅう	にんじん ながねぎ	たまねぎ	553	22.3
		マーボーどうふ	ごまあぶら		とうふ ぶたにく まめみそ	にんにく しょうが	720440		
		ししゃもフリッター いそかあえ	こむぎこ でんぷん あ あぶら	1515	こもちししゃも おきあみ あおさとりにく のり	キャベツ もやし 1	ほうれんそう	668	28.0
7	金	コッペパン ブルーベリージャム			-t., =  , =	ブルーベリー		407	400
		ぎゅうにゅう チキンナゲット②	こむぎこ パンこ でん	ารให	ぎゅうにゅう			467	18.6
			あぶら		とりにく だいず おから	+ - ~ ~ + + + + +	に / い / きゅ > M	616	25.0
		ガーリックドレッシングサラダ	あぶら		まぐろ	にんにく しょうが	にんじん きゅうり		
10	マセドアンスープ じゃがいも				ハム	だいこん たまねぎ	にんじん チンゲンサイ		
10	<b>デミグラフソーフハンバー</b> グ でんぷん ラード さとう			ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず	トマト たまねぎ		524	17.6	
		ごぼうサラダ	デミグラスソース マヨネーズ ごま		COIC 131/212 /2V19	ごぼう にんじん ま	きゅうり ラだまめ	628	22.0
		こはつりフタ ほねげんきみそしる	マヨネース こま		なまあげ みそ いわし	にんじん だいこん	さゅうり えにまめ ながねぎ こまつな	_ ∪∠8	22.0
11	MZ.				きゅうにゅう	たもぎたけ		$\longmapsto$	
'		ぶたにくのカレーいため	あぶら		ぶたにく	たまねぎ しょうが		493	18.4
		マスタードドレッシングサラダコンソメスープ	オリーブオイル じゃがいも		ベーコン		にんじん えだまめ	608	24.0
12		コッペパン ぎゅうにゅう	<b>パン ぎゅうにゅう</b> パン		ぎゅうにゅう	ILONAC ILNUN	たまねぎ にんじん だいこん ブロッコリー		
		ホキフライ	パンこ こむぎこ あぶ	6	木丰	70711. #11	コニロ. きゅうり	451	21.1
		はなやさいサラダ	あぶら		ЛΔ	ブロッコリー カリ とうもろこし		618	28.0
14	$\overline{}$		むぎ オリーブオイル		とりにく だいず		こまつな トマト にんにく ごぼう こんにゃく		
'-	217	みそけんちんうどん(ソフトめん)	ソフトめん さといも	あぶら	ぶたにく とうふ みそ	ながねぎ	CIAJ CIVICION	453	16.3
		<b>ぎ</b> ゅうにゅう ツナサラダ	あぶら		ぎゅうにゅう まぐろ	キャベツ もやし き	きゅうり にんじん	579	22.2
		やきいも	さつまいも			17, 13 01-0	C1999 1210010	010	22.2
17	ı	ごはん ぎゅうにゅう	こめ		ぎゅうにゅう	にんじん ピーマン	あかピーマン たまねぎ	491	18.3
		いばらきガパオライスのぐ	あぶら		151/212 /2019	れんこん にんにく	れんこん にんにく しょうが バジル		
18		クイッティアオのスープ	クイッティアオ(フォー	)	なると	たまねぎ にんじん ながねぎ たけのこ	だいこん チンゲンサイ	601	23.6
		スティックパインアップル	さとう			パインアップル			
	火	ごはん ぎゅうにゅう	こめ						
			でんぷん さとう くろ	ざとう	ぎゅうにゅう			539	195
		いわしのかりんあげ	でんぷん さとう くろ あぶら	ざとう	いわし			539	
		れんこんサラダ	あぶら ドレッシング ごま	ざとう 地産地消の日	いわし	れんこん きゅうり だいこん にんじん		539 656	
19	nl.	れんこんサラダ とんじる	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも		いわし	れんこん きゅうり だいこん にんじん		656	23.8
19	水	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう	地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう	だいこん にんじん	ごぼう ながねぎ		23.8
19	水	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも	地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく	だいこん にんじん	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく	656 535	23.8
	水	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ	地産地消の日   とう   地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく	だいこん にんじん	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく	656 535	23.8
	水木	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ	地産地消の日   とう   地産地消の日   美味しお給食	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ	だいこん にんじん トマト たまねぎ ( かぼちゃ きゅうり) たまねぎ	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん	656 535	23.8 19.7 26.5
	水木	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら	とう 地産地消の日 地産地消の日 美味しお給食	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ	だいこん にんじん トマト たまねぎ しかぼちゃ きゅうり たまねぎ だいこん きゅうり	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん	656 535 725 526	23.8 19.7 26.5
20	水木	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら	地産地消の日   とう   地産地消の日   美味しお給食	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく ようぶ こめみそ	だいこん にんじん トマト たまねぎ しかぼちゃ きゅうり たまねぎ だいこん きゅうり	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん	656 535 725 526	23.8 19.7 26.5 20.6
20	水	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら	地産地消の日 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ	だいこん にんじん トマト たまねぎ しかぼちゃ きゅうり たまねぎ だいこん きゅうり	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん	656 535 725 526	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6
20	水木金金	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん	地産地消の日 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく ようぶ こめみそ	だいこん にんじん トマト たまねぎ しかぼちゃ きゅうり たまねぎ だいこん きゅうりはくさい あかピーながねぎ にら にん	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん とんじん とんじん なかられる	<ul><li>656</li><li>535</li><li>725</li><li>526</li><li>650</li><li>494</li></ul>	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0
20	水	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん パン こめこ でんぷん さとう あぶ オリーブオイル	地産地消の日 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ きゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ きゅうにゅう たまご たこ	だいこん にんじん トマト たまねぎ しかぼちゃ きゅうり たまねぎ だいこん きゅうり はくさい あかピーながねぎ にら にんトマト	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん とんじん とんじん なかられる	<ul><li>656</li><li>535</li><li>725</li><li>526</li><li>650</li><li>494</li></ul>	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6
20	水	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん パン こめこ でんぷん さとう あぶ オリーブオイル さといも こむぎこ あ	地産地消の日 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ	だいこん にんじん トマト たまねぎ しかぼちゃ きゅうり たまねぎ だいこん きゅうり はくさい あかピーながねぎ にら にんトマト	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん でんじん マン にんじん もやしんにく	<ul><li>656</li><li>535</li><li>725</li><li>526</li><li>650</li><li>494</li></ul>	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0
20	水木金火	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん パン こめこ でんぷん さとう あぶ オリーブオイル さといも こむきこ あ バター こめ さとう	地産地消の日 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ きゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ きゅうにゅう たまご たこ	だいこん にんじん トマト たまねぎ 「かぼちゃ きゅうり たまねぎ だいこん きゅうり はくさい あかピーながねぎ にら にんしん まするり にまねぎ にんじん	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん にんじん マン にんじん もやしんにく	<ul><li>656</li><li>535</li><li>725</li><li>526</li><li>650</li><li>494</li></ul>	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6
20	水                 火	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ごまあえ	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん パン こめこ でんぷん さとう あぶ オリーブオイル さといも こむぎこ あ バター こめ さとう	地産地消の日 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう	だいこん にんじん トマト たまねぎ 「かぼちゃ きゅうり たまねぎ だいこん きゅうり はくさい あかピーながねぎ にら にんじん	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん にんじん マン にんじん もやしんにく にんじん みずな きピーマン にんにく	<ul><li>656</li><li>535</li><li>725</li><li>526</li><li>650</li><li>494</li><li>623</li><li>532</li></ul>	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6
20 21 25	水木金火水	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ごまあえ さつまいものみそしる	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん パン こめこ でんぷん さとう あぶ オリーブオイル さといも こむぎこ あ バター こめ さとう こさ	地産地消の日 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま	だいこん にんじん トマト たまねぎ しかぼちゃ きゅうり にまねぎ だいこん きゅうりはくさい あかピーながねぎ にらい にんじん しょうが キャベツ もやし しだいこん にんじん	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん にんじん マン にんじん もやしんにく にんじん みずな きピーマン にんにく	<ul><li>656</li><li>535</li><li>725</li><li>526</li><li>650</li><li>494</li><li>623</li><li>532</li><li>630</li></ul>	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6
20 21 25	水木金火水	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ごまあえ さつまいものみそしる ミルクパン ぎゅうにゅう	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん パン こめこ でんぷん さとう あぶ オリーブオイル さといも こむぎこ あ バター こめ さとう ごま さとう ごま さとう さつまいも	地産地消の日 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま	だいこん にんじん トマト たまねぎ 「かぼちゃ きゅうり たまねぎ だいこん きゅうり はくさい あかピーながねぎ にら にんじん	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん にんじん マン にんじん もやしんにく にんじん みずな きピーマン にんにく	<ul><li>656</li><li>535</li><li>725</li><li>526</li><li>650</li><li>494</li><li>623</li><li>532</li><li>630</li></ul>	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6
20 21 25	水木金火水	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ごまあえ さつまいものみそしる	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん パン こめこ でんぷん さとう あぶ オリーブオイル さといも こむぎこ あ バター こめ さとう こさ	地産地消の日 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま	だいこん にんじん トマト たまねぎ しかぼちゃ きゅうり にまねぎ だいこん きゅうりはくさい あかピーながねぎ にらい にんじん しょうが キャベツ もやし しだいこん にんじん	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん マン にんじん もやしんにく にんじん みずな きピーマン にんにく	535 725 526 650 494 623 532 630 500	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6
20 21 25	水木金火水	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ごまあえ さつまいものみそしる ミルクパン ぎゅうにゅう	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん パン こめこ でんぷん さとう あぶ オリーブオイル さといも こむぎこ あ バター こめ さとう ごま さとう ごま さとう とう こがい スパゲッティ あぶら ドレッシング じゃがいも でんぷん	地産地消の日 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日 ぶら 地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう フィージ	だいこん にんじん トマト たまねぎ 「かぼちゃ きゅうり たまねぎ だいこん きゅうり はくさい あかピーながねぎ にら にんじん トマト キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん	ごぼう ながねぎ  にんじん れんこん にんにく にんじん  にんじん  にんじん  でン にんじん もやしんにく  にんじん みずな  きピーマン にんにく	535 725 526 650 494 623 532 630 500	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6 18.4 22.2 20.7
20 21 25	水木金火水	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう スパゲッティサラダ ミートボールスープ	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん パン こめこ でんぷん さとう あぶ オリーブオイル さとう まから こめ こめ こちった。 こめ ことう こおいち にかって こめ ことう こめ ことう こさつまいも パン スパゲッティ にゅがいも でんぷん アン スパゲッティ にゅがいも カレ	地産地消の日 とう 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日 ふぶら 地産地消の日 和食の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ きゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう ソーセージ まぐろ とりにく だいす	だいこん にんじん トマト たまねぎ   かぼちゃ きゅうり たまねぎ   だいこん きゅうり   はくさい あかピー ながねぎ にらじん   トマト   キャベツ きゅうり   たまねぎ にんじん   しょうが   キャベツ もやし   だいこん にんじん   トマト   きゅうり にんじん   たまねぎ にんじん	ごぼう ながねぎ  にんじん れんこん にんにく にんじん  にんじん  にんじん マン にんじん もやしんにく  にんじん みずな  きピーマン にんにく  にんじん ながねぎ  とうもろこし  キャベツ トマト	535 725 526 650 494 623 532 630 500 668	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6 18.4 22.2 20.7 28.0
21 25 26	水木金火水	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ごまあえ さつまいものみそしる ミルクパン ぎゅうにゅう ソーセージ スパゲッティサラダ ミートボールスープ ポークカレーライス (ごはん)	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん パン こめこ でんぷん さとう あぶ オリーブオイル さとう すんぷん オリーブオイル こむっちとう こめ ことう この こと	地産地消の日 とう 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日 ふぶら 地産地消の日 和食の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう とりにく だいす	だいこん にんじん トマト たまねぎ 「かぼちゃ きゅうり たまねぎ だいこん きゅうり はくさい あかピーながねぎ にら に、トマト キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり にんじん たまねぎ にんじん	ごぼう ながねぎ  にんじん れんこん にんにく にんじん  にんじん  にんじん マン にんじん もやしんにく  にんじん みずな  きピーマン にんにく  にんじん ながねぎ  とうもろこし  キャベツ トマト	535 725 526 650 494 623 532 630 500	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6 18.4 22.2 20.7 28.0
21 25 26	水木金火水木	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう こはん ぎゅうにゅう スパゲッティサラダ ミートボールスープ ポークカレーライス (ごはん)	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん パン こめこ でんぷん さとう あぶ オリーブオイル さとう まいも パター こめ さとう こまいも パン スパゲッティ レッシング じゃがいも カレ あぶら こまあぶら こまあぶら こまあぶら こまあぶら	地産地消の日 とう 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日 ふぶら 地産地消の日 和食の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ きゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう ソーセージ まぐろ とりにく だいす	だいこん にんじん トマト たまねぎ しかぼちゃ きゅうり はっさい あから だいこん あらら にんじん キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり にんじん にんじん にんじん こんにゃく キャベ こんにゃく キャベ こんじゃく キャベ こんじゃく キャベ こんじゃく キャベ こんじゃく キャベ こんじゃく キャベ こんじゃく ニんじん こんじゃく キャベ こんじん こんじゃく キャベ こんじん こんじん こんじゃく キャベ こんじん こんじゃく キャベ こんじん こんじゃく キャベ こんじゃく キャベ こんじん こんじゃく キャベ こんじん こんじゃく キャベ こんじゃく キャベ こんじゃく キャベ こんじん こんじゃく キャベ こんじゃく キャベ こうかい こんじゃく キャベ こうかい こんじゃく エー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ごぼう ながねぎ  にんじん れんこん にんにく にんじん  にんじん  にんじん マン にんじん もやしんにく  にんじん みずな  きピーマン にんにく  にんじん ながねぎ  とうもろこし  キャベツ トマト	535 725 526 650 494 623 532 630 500 668	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6 18.4 22.2 20.7 28.0
21 25 26	水 木 金 火 水 木	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ごまあえ きつまいものみそしる ミルクパン ぎゅうにゅう スパゲッティサラダ ミートボールスープ ポークカレーライス(ごはん) ぎゅうにゅう こんにゃくサラダ りんごゼリー	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル あぶら さとう でんぷん パン こめこ でんぷん さとう あぶ オリーブオイル さとう まいも パター こめ さとう ごま さら さつまいも パン スパゲッティ ドレッシング じゃがいも カレ あぶら こめまいら	地産地消の日 とう 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日 ふぶら 地産地消の日 和食の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう ソーセージ まぐろ とりにく だいす ぶたにく	だいこん にんじん トマト たまねぎ   かぼちゃ きゅうり たまねぎ   だいこん あから   にくさい あから にんじん トマト   キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん しょうが   キャベツ もやし   だいこん にんじん トマト   きゅうり にんじん	ごぼう ながねぎ  にんじん れんこん にんにく にんじん  にんじん  でんじん  でんじん もやし んにく  にんじん みずな  きピーマン にんにく  にんじん ながねぎ  とうもろこし  キャベツ トマト	656 535 725 526 650 494 623 532 630 500 668	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6 18.4 22.2 20.7 28.0
21 25 26	水  木  金   火  水  木  金	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう こはん ぎゅうにゅう スパゲッティサラダ ミートボールスープ ポークカレーライス (ごはん)	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグママコネーズ オリーブ でんぷん パン こめ さとう あぶ オリーブオイル さとう さとう さいも ごまいも パン スパゲッティグ じゃがいも かぶら ドレッシング にゅがいも カレ あぶら ごまあぶら こめ さとう こめ さとう こさっき にゅがいも カレ あぶら	地産地消の日 とう 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日 の	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう とりにく だいす	だいこん にんじん トマト たまねぎ しかぼちゃ きゅうり たまねぎ だいこん きゅうり はくさい あたら にんじん あたら にんじん たまねぎ にんじん トマト きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり にんじん にんじん たまねぎ	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん でんじん マン にんじん もやしんにく にんじん みずな きピーマン にんにく にんじん ながねぎ とうもろこし キャベツ トマト ツ きゅうり にんじん	656 535 725 526 650 494 623 532 630 500 668	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6 18.4 22.2 20.7 28.0
21 25 26	水  木  金   火  水  木  金	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ごまあえ さつまいものみそしる ミルクパン ぎゅうにゅう ソーセージ スパゲッティサラダ ミートボールスープ ポークカレーライス(ごはん) ぎゅうにゅう こんにゃくサラダ りんごゼリー ごはん ぎゅうにゅう	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル さとう あぶ オリーブオイル さとう あぶ オリーブオイル さとう きさとう こめ さとう きつまいも パン スパゲッシング にゅがいも かいらしゃがいも カレ あぶら こまあぶら こまあぶら こまあぶら こまあぶら こまあぶら こまから こさとう こめ こもさら こさとう こめ こもさら こさとう こめ こもさら こさとう こめ こう こがいち	地産地消の日 とう 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日 ぶら 地産地消の日 インこ ールウ	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう さんま とうふ ひそ ぎゅうにゅう ぶたにく だいす ぶたにく ぎゅうにゅう	だいこん にんじん にんじん トマト たまねぎ かぼちゃ きゅうり はっさい あたら にんじん トマト キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり にんじん にんじん にっぱいこん にんじん たまねぎ にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんしょうが にんじん たまねぎ にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんしん たまねぎ しょいたけ しょっぱい しょうが しんしん たまねぎ しょいしん たまねぎ しょいしん たまねぎ しょいしん たまねぎ しょいしん にんしん たまねぎ しょいしん にんしん たまねぎ しょいしん たまねぎ	ごぼう ながねぎ  にんじん れんこん にんにく にんじん  にんじん マン にんじん もやしんにく にんじん みずな きピーマン にんにく  にんじん ながねぎ  とうもろこし キャベツ トマト ツ きゅうり にんじん	535 725 526 650 494 623 532 630 500 668	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6 18.4 22.2 20.7 28.0 15.2 20.0
21 25 26	水  木  金   火  水  木  金	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ごまあえ さつまいものみそしる ミルクパン ぎゅうにゅう ソーセージ スパゲッティサラダ ミートボールスープ ポークカレーライス (ごはん) ぎゅうにゅう こんにゃくサラダ りんごゼリー ごはん ぎゅうにゅう	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグママコネーズ オリーブ でんぷん パン こめ さとう あぶ オリーブオイル さとう さとう さいも ごまいも パン スパゲッティグ じゃがいも かぶら ドレッシング にゅがいも カレ あぶら ごまあぶら こめ さとう こめ さとう こさっき にゅがいも カレ あぶら	地産地消の日 とう 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日 ぶら 地産地消の日 インこ ールウ	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう メーセージ まぐろ とりにく だいす ぶたにく ぎゅうにゅう	だいこん にんじん にんじん トマト たまねぎ かぼちゃ きゅうり はくさい あたら にんじん トマト キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじ	ごぼう ながねぎ  にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん マン にんじん もやしんにく にんじん みずな きピーマン にんにく  にんじん ながねぎ  とうもろこし キャベツ トマト ツ きゅうり にんじん	535 725 526 650 494 623 532 630 500 668 525 641	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6 18.4 22.2 20.7 28.0 15.2 20.0
21 25 26	水  木  金   火  水  木  金	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ごまあえ さつまいものみそしる ミルクパン ぎゅうにゅう ソーセージ スパゲッティサラダ ミートボールスープ ポークカレーライス(ごはん) ぎゅうにゅう こんにゃくサラダ りんごゼリー ごはん ぎゅうにゅう	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマコネーズ オリーブ でんぷん パン こめ さとう あぶ オリーブ もとう あぶ オリーブ もことう あぶ オリー さとう あぶ オリー さとう まぶ こめ さとう さいも	地産地消の日 とう 地産地消の日 美味しお給食 地産地消の日 ら ぶら 地産地消の日 ハンこ ールウ めこ	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう さんま とうふ ひそ ぎゅうにゅう ぶたにく だいす ぶたにく ぎゅうにゅう	だいこん にんじん にんじん トマト たまねぎ かぼちゃ きゅうり はっさい あたら にんじん トマト キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり にんじん にんじん にっぱいこん にんじん たまねぎ にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんしょうが にんじん たまねぎ にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんしん たまねぎ しょいたけ しょっぱい しょうが しんしん たまねぎ しょいしん たまねぎ しょいしん たまねぎ しょいしん たまねぎ しょいしん にんしん たまねぎ しょいしん にんしん たまねぎ しょいしん たまねぎ	ごぼう ながねぎ  にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん マン にんじん もやしんにく にんじん みずな きピーマン にんにく  にんじん ながねぎ  とうもろこし キャベツ トマト ツ きゅうり にんじん ニャベツ ラが きゅうり にんじん	535 725 526 650 494 623 532 630 500 668 525 641	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6 18.4 22.2 20.7 28.0 15.2 20.0
21 25 26	水  木  金   火  水  木  金	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう これまのしょうがに ごまあえ さつまいものみそしる ミルクパン ぎゅうにゅう スパゲッティサラダ ミートボールスープ ポークカレーライス (ごはん) ぎゅうにゅう こんにゃくサラダ りんごゼリー ごはん ぎゅうにゅう はるまき くらげのちゅうかサラダ	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつマコネーズ こめ ノンエッグママル ぷん アン ごん がってんぶん アン ごん がってんぶん アン ごん がってんが さとう こめ さとう こか さとり こか さとり こか さとう こか こか さとう こか こ	地産地消の日   とう   地産地消の日   美味しお給食   地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ きゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ きゅうにゅう さんま とうふ ひそ ぎゅうにゅう さんま とうふ ひそ ぎゅうにゅう ぶたにく ぎゅうにゅう いったく だいす ぶたにく	だいこん にんじん にんじん トマト たまねぎ かぼちゃ きゅうり はくさい あたら にんじん トマト キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり にんじん にんじん たまねぎ にんじん にんじん だんにんに しょうが キャベツ もやし にんじん たまねぎ しょっかりんご	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん れんこん にんじん にんじん さやしんにく にんじん みずな きピーマン にんにく にんじん ながねぎ とうもろこし キャベツ うが きゅうり にんじん コンマ ながねぎ しょうが きゅうり ながねぎ	535 725 526 650 494 623 532 630 500 668 525 641	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6 18.4 22.2 20.7 28.0 15.2 20.0
21 25 26	水  木  金   火  水  木  金	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ごまあえ さつまいものみそしる ミルクパン ぎゅうにゅう スパゲッティサラダ ミートボールスープ ポークカレーライス (ごはん) ぎゅうにゅう なんにゃくサラダ りんごゼリー ごはん ぎゅうにゅう はるまき くらげのちゅうかサラダ はるさめスープ  **********(*************************	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつマコネーズ こめ ノンエッグママル ぷん アン ごん がり こか さとう さいん ボカリーブオイ しむぎこ さいも アカリーブオイ こむ きとう こむ きとう こむ きとう こむ きとう こむ きいも アルッシンも アルッシンは アルッシンは アルッシンは アルッシンは アルッシンは アルッシンは アクキシウム	地産地消の日   とう   地産地消の日   美味しお給食   地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう さんま とうふ ひそ ぎゅうにゅう さんま とうふ ひそ ぎゅうにゅう がたにく ぎゅうにゅう ぶたにく くらげ	だいこん にんじん にんじん トマト たまねぎ かぼちゃ きゅうり はくがねぎ きゅうり はくがねぎ きゅうり たまねぎ たいこん あたら にんじん トマト キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんしい たまねぎ にんしいたけ しん にんしいが まねぎ にんじん にんじが こんにっく ちゃく りんご にんしん たまねぎょ しんしいたけん じん こまつく にんしん だまんにく	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん れんこん にんにく にんじん にんじん にんじん もやしんにく にんじん みずな きピーマン にんにく にんじん ながねぎ とうもろこし キャベツ トマト ツ きゅうり にんじん コカガ きゅうり にんじん コカガックが まかねぎ 乗業粉 まっり うがき はっつが しょうづるさん まれがます にょうびるさん	535 725 526 650 494 623 532 630 500 668 525 641 580 683	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6 18.4 22.2 20.7 28.0 15.2 20.0
20 21 25 26 27	水 木 金 火 水 木 金	れんこんサラダ とんじる くろパン ぎゅうにゅう いばらきをたべようトマトに さとがわカボチャのサラダ じょうづるさんチーズ ごはん ぎゅうにゅう ぶたにくのみそマヨネーズやき だいこんサラダ しらすのキムチスープ こめパン ぎゅうにゅう オムレツ さくらだこのサラダ いばらきをたべようクリームスープ ごはん ぎゅうにゅう さんまのしょうがに ごまあえ さつまいものみそしる ミルクパン ぎゅうにゅう スパゲッティサラダ ミートボールスープ ポークカレーライス (ごはん) ぎゅうにゅう こんにゃくサラダ りんごゼリー ごはん ぎゅうにゅう はるまき くらげのちゅうかサラダ はるさめスープ  ***********************************	あぶら ドレッシング ごま じゃがいも パン くろざとう あぶら さつまいも さ ノンエッグマヨネーズ こめ ノンエッグマヨネーズ オリーブオイル さとう でんぷん パン こめこさとう あぶ オリーブオイル さとう さとう あぶ オリーブオイル さとう さいも パン こめ こかがいも カレ おいから さとう こめ こかがいも カレ あぶら こまあぶら こかがいも カレ あぶら こまあぶら こまあぶら こまあぶら こまあぶら こまあぶら こまあぶら こまあぶら こまあぶら こまるがん こままるぶら こまるがん こまるがん こまるがん こまるがん こまるがん こまるがん ここー こさささる ここー こさささる ここー こさささる ここー こささる こここー こささる こここー こささる こここー ここここここここここ	地産地消の日   とう   地産地消の日   美味しお給食   地産地消の日	いわし ハム ぶたにく とうふ こめみそ ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ ぎゅうにゅう ぶたにく みそ まぐろ しらすぼし とうふ みそ ぎゅうにゅう たまご たこ とりにく ぎゅうにゅう だっしふんにゅう チーズ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう さんま とうふ みそ ぎゅうにゅう っさんま とうぶ みそ ぎゅうにゅう がたにく ぎゅうにゅう ぶたにく くらげ ぶたにく くらげ ぶたにく	だいこん にんじん にんじん トマト たまねぎ かぼちゃ きゅうり はくさい あにら だいこん あらら にんじん トマト キャベツ きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり たまねぎ にんじん トマト きゅうり にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん たまねぎ にんじん にんじん たまねぎ にんじん たまねぎく ちゃく りんご にんじん たまねぎく もやし にんじん たまねぎく もやし にんじん たまねぎく 鬼類問題(g) 鬼物せんい(g) 1.7 4.3	ごぼう ながねぎ にんじん れんこん にんにく にんじん れんこん にんじん にんじん さやしんにく にんじん みずな きピーマン にんにく にんじん ながねぎ とうもろこし キャベツ トマト ツ きゅうり にんじん ながねぎしょうが きゅうり とんじん ながねぎ マベツ スメンマ ながねぎしょうが ながねぎしょうが ながねぎしょうが ながねぎしょうが まゃくり 長ねぎ	535 725 526 650 494 623 532 630 500 668 525 641 580 683	23.8 19.7 26.5 20.6 26.6 24.0 30.6 18.4 22.2 20.7 28.0 15.2 20.0

<sup>| &</sup>lt;お知らせ>| 食品成分表が改訂されたため、令和4年6月の予定献立表より改訂後の栄養価が反映されています。文部科学省より定められている学校給食摂取基準は改訂前の数値のため、エネルギー値を満たしていない場合がありますが、主食・主菜・副菜等における食品の使用量は以前と変更ありません。ご理解のほど、お願い申し上げます。