



22	火	牛乳		牛乳				715 kcal	
		ミルクパン			ミルクパン			34.9 g	
		フリカデッレ	豚ひき肉		パン粉, 砂糖, でんぷん	サラダ油		玉ねぎ	28.3 g
		ひよこ豆スープ	鶏肉, ひよこまめ		じゃがいも		にんじん, パセリ	玉ねぎ	3.0 g
		コールスローサラダ			砂糖	サラダ油	にんじん	キャベツ, コーン	
24	木	緑茶						722 kcal	
		ごはん			米			32.0 g	
		魚の南蛮漬け	アジ		でんぷん, 砂糖	サラダ油		ながねぎ	13.9 g
		臭汁	大豆, 赤みそ, 油揚げ		里芋		にんじん	だいこん, ごぼう, ながねぎ	2.2 g
		ソフールヨーグルト		ヨーグルト					
25	金	牛乳		牛乳				704 kcal	
		胚芽パン			胚芽パン			32.0 g	
		ポテトグラタン	白いんげん豆	調理用牛乳, チーズ	じゃがいも, 薄力粉	サラダ油, バター	にんじん	玉ねぎ, マッシュルーム, グリンピース	33.4 g
		洋風卵スープ	鶏肉, レッドキドニー, たまご		でんぷん		にんじん, パセリ	玉ねぎ, キャベツ	2.9 g
28	月	牛乳		牛乳				702 kcal	
		アロス・コン・ボヨ	鶏ひき肉		米	サラダ油	にんじん, ピーマン	にんにく, 玉ねぎ, コーン	25.9 g
		オジャデ・カルネ	豚肉		じゃがいも, さつまいも		にんじん, 赤ピーマン, パセリ	にんにく, セロリー, 玉ねぎ, キャベツ, コーン	19.2 g
		カフェオレゼリー		寒天, 調理用牛乳	砂糖				2.0 g
29	火	牛乳		牛乳				765 kcal	
		みそ煮込みうどん	豚肉, 油揚げ, 赤みそ		うどん	サラダ油	にんじん, こまつな	はくさい, ぶなしめじ, ながねぎ	29.0 g
		抹茶ケーキ	たまご	調理用牛乳	砂糖, 薄力粉, 粉糖	バター			27.2 g
							2.2 g		
30	水	牛乳		牛乳				739 kcal	
		ワカメごはん		わかめ	米				27.4 g
		ししゃものカレー揚げ		ししゃも	薄力粉	サラダ油			25.2 g
		キャベツのゴマあえ			砂糖	白ごま	にんじん	キャベツ	3.6 g
		みそ汁	生揚げ, 赤みそ, 白みそ					ながねぎ, だいこん	

※学校行事・食材の購入などの都合により、使用食材や献立の一部を変更することがあります。ご承知おきください。

