

日付								3			4			5			6			7		8				
曜日		±			日			月			火			水			木			金			±			
	ご飯		ご飯			ご飯			ご飯			ご飯			ご飯			ご飯			ご飯					
	目玉焼き		三陸産茎	わかめの	D磯風味カツ	豆腐ハンバ	バーグ大	根おろしダレ	鶏挽肉(	の塩野	菜炒め	イカと郛	ジリ野	菜のカツ	厚揚げと	豚挽肉	の中華炒め	ソーセ-	ージカ	ッツ	グリルチ	キンBB	Qソース130			
朝食	もやしる	と挽肉	の炒め物	サラダ	キャ	ベ	野菜才	ムレツ	1	わかめの	のサラ	ダ	ビーンス	ズサラ	ダ	厚焼き	医子		サラダ	キャ	べ	サラダ	ベ			
<del>1</del> 77 DC	納豆			ウインナー	トトーム	'ンの甘辛炒め	3色サラ	ダ		生たまる			五目きん	しぴら		もやしの	<b>のメン</b>	マ和え	切り干し	し大根	の煮物	ブロッコリー	「ロッコリーとコーンとベーコンの			
	みそ汁			みそ汁			スープ			みそ汁			みそ汁			スープ			みそ汁			スープ				
			T			ſ		,				T		1	ı					1	ı					
エネルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー	-	Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー	-	Kcal	アレルギー		
たんぱく		g	year .		g	Market .		g	Market .		g	Market .		g	Market .		g	Market .		g	Market .		g	Market .		
脂質		g			g			g			g			g			g			g			g			
塩分		g			g			g			g			g			g			g			g			
																							g g c c かまチャーハン			
	ご飯	•		ご飯			ちらし剥	寿司		ポークル	ハヤシ		ご飯			鶏塩う。	どん		ご飯			かにか	まチャ	ーハン		
		<b>フペッパ</b>	ーチキン150		ャベツ	のみそ炒め			60	ポーク/ かぼち <sup>,</sup>				・雨のオ	イスター炒め		どん		ご飯豚肉の塩	塩レモ	: - ン炒め	かにかる		ーハン		
						のみそ炒め	俵メンラ	チカツ	  60  かま和え	かぼち	<del>ゆ</del> コロ	ッケ	鶏モモと春		イスター炒め ^かマヨサラダ	)		ぼうの金平	豚肉の塩		シ炒め		巻き2			
夕 食	ガーリック	キャ	ベ	豚肉とキ	売2		俵メンラ	チカツ		かぼち	<del>ゆ</del> コロ	ッケ	鶏モモと春 ブロッコリ・	一のおか		つきこん	ノとごほ		豚肉の塩海藻サ	ラダ		三角春	巻き2			
タ 食	ガーリックサラダ	キャ	ベ	豚肉とキ揚げ焼き	売2		俵メンラ	チカツ		かぼち	ゥコロ サラダ	ッケ	鶏モモと春 ブロッコリ・	一のおか	かマヨサラダ	つきこん	ノとごほ	くか和え	豚肉の塩海藻サ	ラダ		三角春	巻き2 のナム			
タ 食	ガーリック サラダ カレー7	キャ	ベ	豚肉とキ揚げ焼き	売2		俵メンラ 小松菜と みそ汁	チカツ	かま和え	かぼち	ゥコロ サラダ	ッケ	鶏モモと春ブロッコリ・	一のおか	かマヨサラダ	つきこん	ノとごほ	くか和え	豚肉の <sup>は</sup> 海藻サ <sup>・</sup> チーズ!	ラダ		三角春	巻き2 のナム			
<b>夕 食</b> エネルギー	ガーリック サラダ カレー7	キャ ポテト	ベ	豚肉とキ揚げ焼き	売2		俵メンラ 小松菜を みそ汁	チカツ とかに 桃の餌	かま和え	かぼち	サラダ	ッケ	鶏モモと春ブロッコリ・三角チー.	ズポテ	かマヨサラダ	つきこんほうれん	,とごほ ,草のい	くか和え	豚肉の <sup>は</sup> 海藻サ <sup>・</sup> チーズ!	ラダロール		三角春	巻き2			
	ガーリック サラダ カレー7	キャ ポテト	ベアレルギー	豚肉とキ揚げ焼き	売2 ムチム	アレルギー	俵メンラ 小松菜を みそ汁	チカツ とかに 桃の餌	かま和え  う句》  アレルギー	かぼち	サラダ	ッケ アレルギー	鶏モモと春ブロッコリ・三角チー.	ズポテ	かマヨサラダトフライ 2	つきこんほうれん	,とごほ ,草のい	アレルギー	豚肉の <sup>は</sup> 海藻サ <sup>・</sup> チーズ!	ラダロール	アレルギー	三角春	巻き2	アレルギー		
エネルギー	ガーリック サラダ カレー7	キャ ポテト	アレルギー	豚肉とキ揚げ焼き	売2 ムチム Kcal	アレルギー	俵メンラ 小松菜を みそ汁	チカツ とかに 桃の餌 Kcal	かま和えで句》アレルギー	かぼち	やコロ サラダ Kcal	アレルギー	鶏モモと春ブロッコリ・三角チー.	ズポテ	かマヨサラダ トフライ 2 アレルギー	つきこんほうれん	,とごほ ,草のし Kcal	アレルギー	豚肉の <sup>は</sup> 海藻サ <sup>・</sup> チーズ!	ラダ ロール Kcal	アレルギー	三角春	巻き2	アレルギー		
エネルギーたんぱく	ガーリック サラダ カレー7	キャ ポテト Kcal	ベアレルギー	豚肉とキ揚げ焼き	売2 ムチム Kcal	アレルギー	俵メンラ 小松菜を みそ汁	チカツ とかに 桃の餌 Kcal	かま和え  う句》  アレルギー	かぼち	やコロ サラダ Kcal	ッケ アレルギー	鶏モモと春ブロッコリ・三角チー.	ズポテ	かマヨサラダ トフライ 2 アレルギー	つきこんほうれん	,とごほ ,草のし Kcal	アレルギー	豚肉の <sup>は</sup> 海藻サ <sup>・</sup> チーズ!	ラダ ロール Kcal	アレルギー	三角春	巻き2 のナム Kcal	アレルギ		

日付		9			10			11			12			13			14						
曜日		日			月			火			水			木			金			±			
	ご飯			ご飯			ご飯		ご飯			ご飯			ご飯			ご飯					
	鶏挽肉	とごほ	ぎう炒め	鶏肉と大根の	カイスタ	ターソース炒め	豚挽肉(	炒め	鶏肉とじ	ゃがいも	の照り炒め	メンチァ	カツ60	)	ピーマン	と豚肉	肉の炒め物	牛コロゞ	ッケ				
朝食	イカリ	ングフ	ライ2	かにかま	とわか	めの和え物	豆苗とん	人参の	和え物	もやし!	ナラダ	3	サラダ	キャ	ベ	コーンコ	コロッ	ケ30	サラダ キャベ				
47) (2)	マカロ	ニサラ	゙ヺ	生たまる	<u>-</u>		納豆			生たまる	<u>-</u>		豆苗と卵	卵の炒	め物	ポテトサ	ナラダ	•	きんぴらごぼう				
	みそ汁	,		みそ汁			みそ汁			みそ汁			みそ汁			みそ汁			みそ汁				
														1			1			1			
エネルギー	-	Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		
たんぱく		g	Miles -		g	y de la companya della companya della companya de la companya della companya dell		g	Name of the Park		g	Market .		g	yake -		g	yake -		g	Jack Comments of the Comments		
脂質		g			g			g			g			g			g			g			
塩分		g			g			g			g			g			g			g			
	ご飯	•		ご飯			チキンカ	かつ丼		ご飯			塩ラース	メン		ご飯			ご飯				
	豚肉と	青梗菜(	の中華炒め	肉じゃた	ĵŝ					ジンジャ	ーポー	クステーキ	餃子4			ハンバー	ーグ甘	酢あん	鶏肉のガ	)ガーリック醤油焼			
夕食	ごま風	未キャベ	(ツの和え物	アジフラ	ライ		切り干し大	根と挽肉	可のカレー炒め	サラダ キャベ			小松菜。	と人参	のナムル	オムレ゛	ソ		ほうれん草とコーンのソテ				
) <u>B</u>	<b>ミート</b>	ボール	/2	ブロッコリ	ーのお	かかマヨ和え	ほうれん	草とコ-	-ンの和え物	コーンし	じゃが	バター				フライド	゙゙゙゙ポテ	ト&サラダ	玉子豆腐	窝			
	スープ	•		みそ汁			みそ汁			みそ汁						スープ			みそ汁				
			T						1					,	1			1		1	1		
エネルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		
たんぱく		g	Market .		g	No. of the last of		g	New York		g	Water Control of the		g	New York		g	New York		g	No. of the second		
脂質		g			g			g			g			g			g			g			
塩分		g			g		g		g		g			g			g						

**アレルギー表示 ・**卵 ・乳 ・小麦 ・そば ・落花生 ・えび ・カニ ・くるみ

















	16					I				_														
			17				18			19			20			21			22			23		
	日			月			火			水			木			金			土		Ħ			
ご飯			ご飯	ご飯					ご飯	ご飯					ご飯			ご飯			ご飯			
鶏挽肉と	青梗菜	の中華炒め	豆腐ハン	ンバー	グデミ	アジフラ	ライ		鶏ももの	の香草	焼き130	厚揚げとき	キャベッ	ツの甘辛炒め	気仙沼層	全カツ	オカツ50	ウインフ	ナー炒	め	ハムカッ			
目玉焼き	<u> </u>		マカロニ	ニサラ	ダ	サラダ	キャ	ベ	キャベツとウインナーの炒め物			ほうれん草のお浸し			サラダ	キャ	ベ	かぼちゃ	<sub>や</sub> コロ	ッケ30	サラダ キャベ			
納豆			小松菜と「	ウインナ	ーのソテー	もやしと	∠挽肉	の炒め物	生たまる	<u> </u>		納豆			変わりる	きんぴ	6	生たまる	<u>-</u>		バターコ	バターコーン		
みそ汁			スープ			みそ汁			みそ汁			みそ汁			みそ汁			みそ汁			スープ			
														_		1								
	Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー	
	g	Mark .		æ	Market .		g	Market .		g	Name of the last o		g	Willes -		g	Market .		g	No. of the second		g	Market .	
	g			g			g			g			g			g			g			g		
	g			g			g			g			g			g			g			g		
ご飯			ご飯			鶏挽肉とし	こゃがし	ヽものカレー	ご飯	ı		きのこと	フリー	ムパスタ	ご飯	<u>I</u>		ご飯			ご飯			
豚もやし	炒め		鶏ももとブロ	リッコリー	のガリバタ炒め	野菜コロ	コッケ		とんかつ	)		かりかりる	ささみ指	易げのり塩35	豚五目	<b></b> 野菜炒	め	鶏ももの	の和風	焼き150	肉じゃた	ĵŝ		
かにかま	とわか	めの和え物	玉子サラ	ラダ		ブロッコリ	ーとコ	ーンのサラダ	サラダ	キャ	ベ	人参のこ	ごまマ	ヨサラダ	わかめの	りツナ	和え	小松菜(	のおか	か和え	白身魚	フライ	60	
海鮮チラ	Fξ		チーズロ	コール					青のりを	ポテト					とうもろこ	しの香ば	しつまみ揚げ	こんにゃくと	:切り干し	大根の挽肉炒め	サラダ	キャ	べ	
みそ汁			スープ			スープ			みそ汁			スープ			みそ汁			みそ汁			みそ汁			
						n																		
	Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー	
	g	plant of the same		g	plant of the same		g	plant of the same		g	No. of the last of		g	New York		g	White The Park of		g	July 1		g	Market 1	
	g			g			g			g			g			g			g			g		
	g			g			g			g			g			g			g			g		
	鶏目 納み ご 豚 かに 鮮飯 もかまき	ご飯 競快 関	ご飯 類挽肉と青梗菜の中華炒め 目 玉焼き 納豆 みそ汁   Kcal   アレルギー   g   g   g   g   g   g   g   g   g	ご飯 ご飯	ご飯 ご飯	ご飯	ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 親挽肉と青梗菜の中華炒め 豆腐ハンバーグデミ アジフラ 目玉焼き マカロニサラダ サラダ 納豆 か松菜とウィンナーのソテー もやしる みそ汁 スープ Kcal アレルギー g g g g g g g g g g g g g g g g g g g	ご飯 ご飯 ご飯	ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯   1	ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 鶏挽肉と青梗菜の中華炒め 豆腐ハンバーグデミ アジフライ	ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 ご飯 調挽肉と青梗菜の中華炒め 豆腐ハンバーグデミ アジフライ 3	ご飯			ご飯	ご飯 こ飯 こ 飯 こ 飯 こ 飯 こ 飯 こ 飯 こ 飯 こ 飯 こ 飯 こ	ご飯   「飯   「飯	ご飯		ご飯	ご飯	<ul> <li>ご飯</li></ul>	<ul> <li>ご飯</li></ul>	

	日付	24				25			26			27			28			29			30			31			
F	翟日		月			火			水			木			金			土			日		月				
		ご飯			ご飯			ご飯			ご飯			ご飯			ご飯			ご飯			ご飯				
		鶏挽肉0	の塩野	菜炒め	豚肉のス	スタミ	ナ炒め	三陸茎れ	D豆腐カツ	鶏肉とごぼうのピリ辛炒め			メンチカツ60			グリルチ	キンBB	Qソース130	何が当た	たるか	コロッケ	何が当か	こるか	カツ			
朝	食	玉子サラ	ラダ		もやしの	の中華	風サラダ	サラダ	キャ	ベ	小松菜と	===:	ンの和え物	サラダ	キャ	べ	ポテト	サラダ	,	サラダ	キャベ		コーンと	ーンともやしのソテ			
77,	~	納豆			生たまる	<u> </u>		カレーア			納豆			豆苗炒め	<i>b</i>				<b>のガーリックソテー</b>	きんぴ	らごぼ	う	ひじきの炒り煮				
		みそ汁			みそ汁			スープ			みそ汁			みそ汁			スープ			みそ汁			みそ汁				
				ı		1				ı			T						ı			ı					
エネ	ルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		
たん	ぱく		g	Market .		g	Mark .		g	Market .		g	Mark .		g	Mark .		g	No. of the last of		g	No. of the last of		g	White The Park of		
脂質	Ī		g			g			g			g			g			g			g			g			
塩分	}		g			g			g			g			g			g			g			g			
		ご飯			ご飯	ご飯			イス	目玉焼き付	焼きそに	<b>ず</b>	I	ご飯			ご飯	ı		葱塩豚	丼		ご飯				
		鶏ももの	の磯辺	立田揚げ	麻婆豆腐	<b></b>					ミートス	ナムレ	<b>ッツ45</b>	鶏肉と白	菜のク	フリーム煮	照焼ハ	ンバー	·グ				鶏肉のオー	イスター	-ソース炒め		
タ	仓	サラダ	キャ	ベ	焼売 2			ごぼうと	:=-:	<b>ノのサラダ</b>	ブロッコリ	ーのおた	かかマヨサラダ	ミートァ	ボール	· 2	オムレ	ツ		わかめ	サラダ		ブロカリ	ノコー	ンサラダ		
	~	コンソス	<b>メポテ</b>	٢	粉ツナる	粉ツナと人参のナムル									こかまのこ	ごまマヨサラダ	フライト	*ポテ	ト&サラダ	甘夏			塩ポテ	١			
		スープ			スープ			スープ			スープ			スープ			スープ			みそ汁			みそ汁	g g g ご飯 鶏肉のオイスターソース g ブロカリコーンサラ 塩ポテト			
				<u> </u>												<u> </u>						<u> </u>					
エネ	ルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		Kcal	アレルギー		
たん	ぱく		g	Name of the last o		g	White Control of the		g	Name of the last o		g	Market .		g	yaller .		g	Name of the Park		g	Name of the last o		g	White Control of the		
脂質	Ī		g			g			g			g			g			g			g			g			
塩分	}		g			g			g			g			g			g			g			g			

**アレルギー表示** ・卵 ・乳 ・小麦 ・そば ・落花生 ・えび ・カニ ・くるみ













