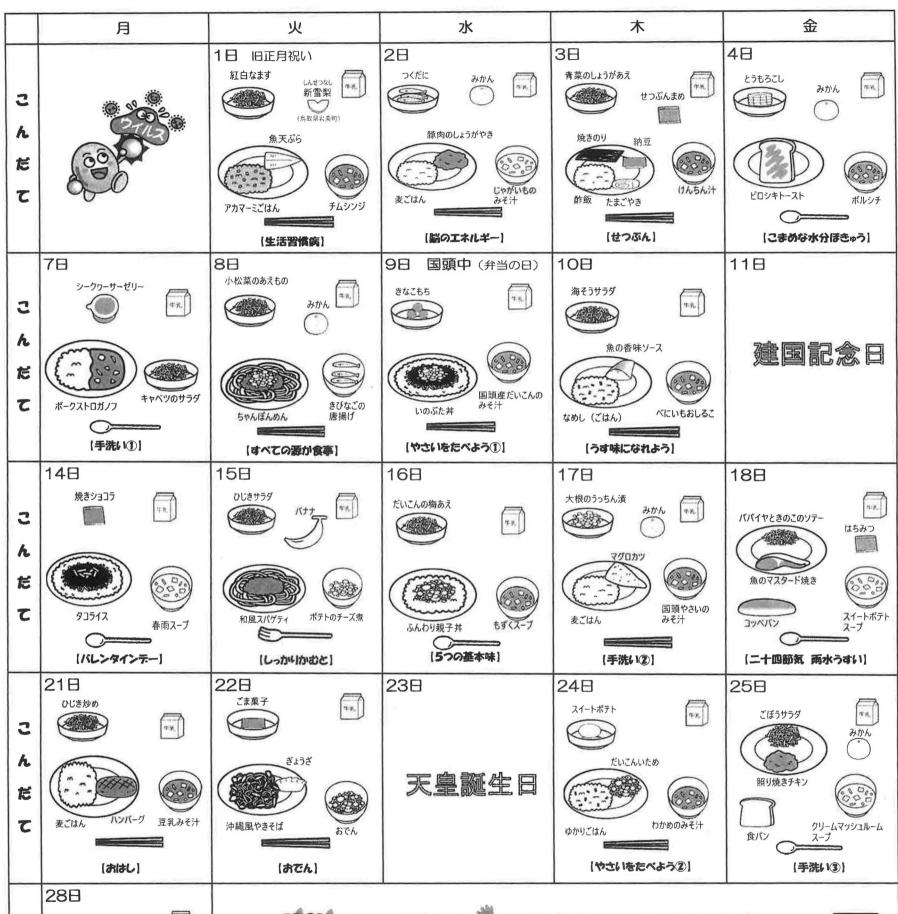
2月給食をより

2021年(令和3年) 国頭村学校給食センター TEL (0980) 41-2088

※・材料、その他の都合により献立 を変更することがあります。 ※ 予定献立表 (アレルギー表) も 合わせてご覧ください。





3

h

E

7



節分と大豆のおはなし



節分は、「季節の分かれ目」を意味しており、もともとは「立春」「立夏」「立秋」「立冬」の前日をさしていましたが、今では「立春」の前日だけを節分と呼んでいます。冬から春へと季節が移り変わる「立春」は、お正月と同じように1年が始まる重要な日と考えられており、その前日の節分は大みそかのような位置づけで、特に大切にされてきました。

	献立名	赤の食品 体の組織つくる たんぱく質 - 無機質	黄の食品 エネルギーとなる 節水化物・影響	緑の食品 体の調子を整える ドタン・**	その他調味料など
毎日	牛乳	たんぱ、質・無機質	炭水化物·脂質	ビタミン類	
2000000	アカマーミ (小豆) ごはん	小豆	米、無圧ベン麦ごま		シママース
1(火)	チムシンジ	豚肉、豚レバー、みそ	こわかいも	だいこれ、にんじん、にんにく薬、にんにく	かつおだし
	魚てんぷら	シイラ(予定)、卵	小麦粉、油	LNUN, ICNUN, ICNIC\\ , ICNIC\	シママース
	紅白なます	213 (3.27 (3)	්ස්ත්ර	だいこん、にんじん	シママース、酢
	岩美町の新雪泉(しんせつなし)			なし	E. 1 - 20 GF
	麦ごはん		米、無圧ベン麦		
2(水)	じゃがいものみそ汁	豆腐、わかめ、みそ	じゃがいも	こまつな、だいこん	かつおだし
	豚肉のしょうがやき	脈肉	さとう	しょうが、にんにく	しょうゆ、酒、みりん
	くるみの佃煮	カエリ	くるみ、ごま、さとう、水あめ	パバイヤ	みりん、しょうゆ
	みかん			はるか (予定)	
	セルフ手巻き寿司 (酢飯)		米、無圧ベン麦、さとう		か、シママース
3(木)	" (たまご)	98	かたくり形、油	ICALIA	シママース、こしょう、しょうゆ、かつおだし
	" (なっとう)	ひきわり納豆楠味(小麦、大豆)			
	# (やきのり)		やきのり		
	けんちん汁	豆腐、油あげ		だいこん、にんじん、こんにゃく、こまつな	しょうゆ、シママース、かつおだし
	青菜の生姜あえ	糸かまぼこ	ごま油、さとう	もやし、ほうれんそう、にんじん、きゅうり、しょうが	しょうゆ
	節分豆	節分豆(大豆)			
	ピロシキトースト	牛ひき肉、豚ひき肉、大豆加工品、チーズ	食バン	たまねぎ、マッシュルーム、ピーマン、だいこん菜、コーン、バジル	ケチャップ、赤ワイン
4(金)	ポルシチ	ウィンナー、大豆	じゃがいも	にんじん、たまねぎ、はくさい、だいこん、ブロッコリー、ビーツ	厭だし、シママース、こしょう
	とうもろこし			とうもろこし	
	みかん			黄金柑 (予定)	
	麦ごはん		米、無圧ベン麦		
7(月)	ボークストトロガノフ	豚肉、スキムミルク	油		赤ワイン、ウスター、ケチャップ、ハヤシルウ(小麦、大豆、牛)、デミグラスソ・
		糸かまぼこ		グリンピース キャベツ キャラハ コート	(小麦、鶏) 親危し
	キャベツサラダ	N. 17 18 18 1	ミークローサーゼリー	キャペツ、もやし、こまつな、きゅうり、コーン	シママース、しょうゆ、酢
	シークヮーサーゼリー		シークワーサーゼリー		
8(火)	ちゃんぼんめん(めん)	豚肉	めん、油	きくらげ、きゃべつ、にんじん、たまねぎ、もやし、とうみょう、しめじ、しょうが	1 5体 オイフターリーフ ミフフーフ で こと 暗だ!
	# (あんかけ)	きびなご	かたくり粉、油 小麦粉、かたくり粉、油	E 1917、 CP 1.7、 にんしん、 たまねぎ、 もでし、 こつみよう、 しめじ、 しょうか	しょうゆ、オイスターソース、シママース、こしょう、病だしシママース、こしょう
	きびなごのからあげ	- TOTAL		フェッか だいん キャラハ	しょうゆ、シママース
	小松菜のあえものみかん	ツナ、しらす	さとう、ごま	こまつな、だいごん、きゅうり たんかん (予定)	Parties 1
-			東京の	ICANA (FIE)	
9(水)	いのぶた丼(麦ごはん)	RFC cho	米、無圧ベン麦	(## 1 = 1	QUE. 1 104 383
	"(具)	豚肉	きとう。ごま、油	にんにく。しょうが、こんにゃく、たまねぎ、しめじ、いんげん	酒、みりん、しょうゆ
	国頭産だいこんのみそ汁	豆腐、みそ		小松葉、だいこん、しいたけ	かつおだし
	80C65	きなこ	だんご、さとう、ごま		
	菜めし		米。無圧ベン麦	菜めしふりかけ(大豆)	
10(木)	魚の香味ソースかけ	シイラ (予定)	さとう、ごま油、かたくり粉	にんにく、 しょうが、 ながねぎ、 とうみょう	シママース、こしょう、か、しょうゆ
	海そうサラダ	海そうミックス。茎わかめ	ごま、さとう	きくらげ、こまつな、にんじん、だいこん、きゅうり、コーン	シママース、ゆずドレッシング(小麦、大豆、りんご)、しょうゆ、酢
	べにいもおしるこ	小豆、スキムミルク	だんご、べにいも、さとう		シママース
	タコライス(麦ごはん)		米、無圧ベン麦		
14(月)	" (E-F)	牛ひき肉、豚ひき肉、大豆加工品、緑	さとう、油	たまねぎ、にんにく、トマト	チリパウダー。シママース、ナツメグ、クミン、パブリカ、ケチャップ、ウスターソース
		レパー、大豆			
	" (レタストマト)	7 7		レタス、トマト	
	u (チーズ)	チーズ	春雨。ごま油、かたくり粉	and or the second second	しょうゆ、シママース、ごしょう、鶏だし
	香雨スープ		焼きショコラ(小麦、卵、乳、大豆、アーモンド)	きくらげ、にんじん、だいこん、ながねぎ	OS JON, DAKE - XV COS J. MINED
_	焼きショコラ 和風スパゲティ	鶏肉、やきのり	スパケティ、オリーブ油	しめじ、えのき。マッシュルーム、きくらげ。しいたけ。にんじん、たまねぎ。にんにく	シママース、こしょう、しょうゆ、チキン ブイヨン
15(火)	ポテトのチーズ煮	ペーコン、ナース、日いんけんペースト、	じゃがいも、油	あおまめ、コーン	シママース、こしょう、チキンブイヨン
	ひじきサラダ	生気 ひじき、ツナ	ごま、ごま油	にんじん、だいこん、こまつな	ゆずドレッシング(小麦、大豆、りんご)
	バナナ	006(77	CS. CS.M	K++	Extension (Approximately
	ふんわり親子丼(麦ごはん)	<u> </u>	米。無圧ペン麦		
16(水)	(具)	鶏ひき肉、豆腐、卵	さとう、油	あおまめ、たまねぎ	みりん、しょうゆ、かつおだし
	もずくスープ	もずく	CC3.72	にんじん、だいこん、セロリ	しょうゆ、酒、みりん、鶏だし、シママース
	だいこんの掴あえ	07.		10/00/00 /20 /2/00 /2/00	
-	麦ごはん	1	ars de	押いさん。にんじん。こまつか、梅肉、きくらげ、とうみょう	
1			さとう。ごま 米、無圧ペン麦	だいこん。にんじん、こまつな、梅肉、きくらげ、とうみょう	しょうゆ
17(木)		わかめ、みそ		137-71-71	
17(木)	国頭やさいのみそ汁	わかめ、みそ マグロ (予定)	米、無圧ベン麦	だいこん、 にんじん、 こまつな、 梅肉、 きくらげ、 とうみょう キャベツ、 だいこん、 にんじん	しょうゆ
17(木)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ	わかめ、みそ マグロ (予定)		キャベツ、だいこん、にんじん	しょうゆ
17(木)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうっちんi養け		米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油	キャヘツ、だいこん、にんじん	しょうゆ かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご)
	国頭仲さいのみそ汁 マグロカツ 大根のうっちん漬け みかん		米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油	キャベツ、だいこん、にんじん	しょうゆ かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご)
	国頭やさいのみぞ汁 マグロカツ 大根のうっちん浸け みかん コッペパン		米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さどう	キャヘツ、だいこん、にんじん	しょうゆ かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご)
	国頭やさいのみそ汁 マグロカッ 大根のうっちん減け みかん コッペパン スイートポテトスープ	マグロ (予定)	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さごう	キャベツ、だいこん、にんじん だいこん、にんじん たんかん (予定)	しょうゆ かつおだし シママース、こしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、うっちん粉
	国頭やさいのみぞ汁 マグロカツ 大根のうっちん浸け みかん コッペパン	マグロ (予定)	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 きとう コッペバン じゃがいも、さつまいも、生〈ハノーム。バター	キャベツ、だいこん、にんじん だいこん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん	しょうゆ かつおだし シママース、こしょう、とんかつソース(りんご) シママース、 酢、 うっちん粉 シママース、 ごしょう、 鶏だし
	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうっちん湯け みかん コッペパン スイートボテトスープ 熱のマスタードやき	マグロ (予定) 白いんげんペースト、スキムミルク シイラ (予定)	米、無圧ベン麦 小麦粉、パン粉、ごま、油 きとう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生ペリーム、パター メンエッグマヨネーズ	キャベツ、だいこん、にんじん だいこん。にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ	しょうゆ かつおだし シママース、こしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、うっちん粉 シママース、こしょう、鶏だし シママース、こしょう、マスタード
18(金)	国頭やさいのみぞ汁 マグロカツ 大根のうつちんう漬け みかん コッペパン スイートボテトスープ 無のマスタードやき パいイヤときのこのソテー はちみつ (パン用)	マグロ (予定) 白いんげんペースト、スキムミルク シイラ (予定)	米、無圧ベン麦 小麦粉、パン粉、ごま、油 きとう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生/リーム、パター メンエッグマヨネーズ オリーブ油	キャベツ、だいこん、にんじん だいこん。にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ	しょうゆ かつおだし シママース、こしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、うっちん粉 シママース、こしょう、鶏だし シママース、こしょう、マスタード
18(金)	国頭やさいのみぞ汁 マグロカツ 大根のうつちん滴け みかん コッペパン スイートボテトスープ 熱のマスタードやき パバイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 変ごはん	マグロ (予定) 白いんげんペースト、スキムミルク シイラ (予定)	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さとう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生/ツーム、バター メンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ	キャベツ、だいこん、にんじん だいこん。にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ	しょうゆ かつおだし シママース、こしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、うっちん粉 シママース、こしょう、鶏だし シママース、こしょう、マスタード
18(金)	国頭やさいのみぞ汁 マグロカツ 大根のうつちんう漬け みかん コッペパン スイートボテトスープ 無のマスタードやき パいイヤときのこのソテー はちみつ (パン用)	マグロ (予定) 自いんげんペースト、スキムミルク シイラ (予定) ペーコン	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペバン じゃがいも、さつまいも、注グリーム。バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦	キャベツ、だいごん、にんじん だいごん。にんじん たんかん(予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ パパイヤ、キャベツ、しめじ、にんじん	しょうゆ かつおだし シママース、こしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、 うっちん粉 シママース、こしょう、鶏だし シママース、こしょう、マスタード シママース、こしょう
18(金)	国頭やさいのみぞ汁 マグロカツ 大根のうつちん滴け みかん コッペパン スイートボテトスープ 熱のマスタードやき パバイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 変ごはん 豆乳みぞ汁	マグロ (予定) 白いんげんベースト、スキムミルク シイラ (予定) ペーコン 豆乳、ベーコン、油揚げ、みそ	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペバン じゃがいも、さつまいも、注グリーム。バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり分	キャヘツ、だいこん、にんじん だいこん。にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ パパイヤ、キャヘツ、しめじ、にんじん	しょうゆ かつおだし シママース、こしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、 うっちん粉 シママース、こしょう、鶏だし シママース、こしょう、マスタード シママース、こしょう
18(金)	国頭やさいのみぞ汁 マグロカツ 大根のうつちん漬け みかん コッペパン スイートボテトスープ 熱のマスタードやき ババイヤときのこのソテー はちみつ (バン用) 要ごはん 豆乳みぞ汁 ハンパーグ ひじき炒め	マグロ (予定) 日いんげんベースト、スキムミルク シイラ (予定) ベーコン 豆乳、ベーコン、油揚げ、みそ 薄ひき肉、卵ひき肉、水豆加工品、牛乳、豆腐	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペバン じゃがいも、さつまいも、注グリーム。バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり分	キャヘツ、だいこん、にんじん だいこん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、にんじん とまねぎ、パセリ パパイヤ、キャヘツ、しめじ、にんじん にんじん。たまねざ、しめじ、しいたけ、ほうれんそう たまねざ、ビーマン、にんじん	かっおだし シママース、こしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、 うっちん粉 シママース、こしょう、鶏だし シママース、こしょう、 ススタード シママース、こしょう ママース、こしょう マスタース、こしょう
18(金)	国頭やさいのみぞ汁 マグロカツ 大根のうつちん漬け みかん コッペパン スイートボテトスープ 熱のマスタードやき パパイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 要ごはん 豆乳みぞ汁 パンパーグ	マグロ (予定) ロいんげんベースト、スキムミルク シイラ (予定) ベーコン 豆乳、ベーコン、油揚げ、みそ 薄いき肉、疹ひき肉、大豆加工品、牛乳、豆場 ひじき、ちきあぎ、大豆	米、無圧ベン要 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペバン じゃがいも、さつまいも、注グリーム。バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン要 かたくり粉 油、パン粉、さとう、かたくり粉	キャヘツ、だいごん、にんじん だいごん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ パパイヤ、キャヘツ、しめじ、にんじん にんじん。たまねざ、ピーマン、にんじん たやし、にんじん、キャヘツ	しょうゆ かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、 うっちん粉 シママース、こしょう、鶏だし シママース、こしょう、マスタード シママース、こしょう シママース、こしょう 第だし サキンブイヨン。シママース、ナツメグ、こしょう、ケチャップ、ウスターソース 現だし、シママース、しょうゆ、みしん
18(金)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちん漬け みかん コッペパン スイートボテトスープ 熱のマスタードやき パパイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 麦ごはん 豆乳みそ汁 ハンパーグ ひじき炒め 沖縄風やきそば	マグロ (予定) 日いんげんベースト、スキムミルクシイラ (予定) ベーコン 豆乳、ベーコン、油揚げ、みそ 薄いき肉、添ひき肉、大豆加工品、牛乳、豆腐ひき肉、大豆豚肉、大豆の豚肉、ちきあぎ	米、無圧ベン要 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペバン じゃがいも、さつまいも、注がリーム。バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン要 かたくり粉 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 沖縄そば、油	キャヘツ、だいこん、にんじん だいこん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ パパイヤ、キャヘツ、しめじ、にんじん にんじん たまねぎ、ピーマン、にんじん もやし、にんじん、もゃヘツ キャヘツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、 うっちん粉 シママース、ごしょう、 鶏だし シママース、ごしょう、 マスタード シママース、こしょう ・シママース、 ばんじ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
18(金)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちん滴け みかん コッペパン スイートポテトスープ 熱のマスタードやき パパイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 麦ごはん 豆乳みそ汁 ハンパーグ ひじき炒め 沖縄風やきそば おでん	マグロ (予定) 自いんげんベースト、スキムミルク シイラ (予定) ベーコン 豆乳、ベーコン、油揚げ、みそ 調いさ雨、卵ひさ肉、大豆加工品、牛乳、豆腐 ひいき、ちきあぎ、大豆 豚肉、ちきあぎ 鶏肉、うずらたまご、昆布、厚揚げ	米、無圧ベン要 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペバン じゃがいも、さつまいも、注がリーム。バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン要 かたくり粉 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 沖縄そば、油	キャヘツ、だいこん、にんじん だいこん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ パパイヤ、キャヘツ、しめじ、にんじん にんじん たまねぎ、ピーマン、にんじん もやし、にんじん、もゃヘツ キャヘツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、 うっちん粉 シママース、ごしょう、 鶏だし シママース、ごしょう、 マスタード シママース、こしょう マスタース、こしょう シママース、 はいよう シママース、 はいよう シママース、 焼だし チキンプイヨン。 シママース、 ナッメグ。 ごしょう、 ケチャップ、 ウスターソース 隣だし、 シママース、 しょうゆ、 みしん しょうゆ、 シママース、 ウスターソース
21(月)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちん漬け みかん コッペパン スイートボテトスープ 熱のマスタードやき パパイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 麦ごはん 豆乳みそ汁 ハンパーグ ひじき炒め 沖縄風やきそば おでん ぎょうさ	マグロ (予定) 自いんげんベースト、スキムミルク シイラ (予定) ベーコン 豆乳、ベーコン、油揚げ、みそ 調いさ雨、卵ひさ肉、大豆加工品、牛乳、豆腐 ひいき、ちきあぎ、大豆 豚肉、ちきあぎ 鶏肉、うずらたまご、昆布、厚揚げ	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 きとう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生かリーム。バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり粉 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 沖縄そば、油 じゃがいも、さとう、油	キャヘツ、だいこん、にんじん だいこん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ パパイヤ、キャヘツ、しめじ、にんじん にんじん たまねぎ、ピーマン、にんじん もやし、にんじん、もゃヘツ キャヘツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、 うっちん粉 シママース、ごしょう、 残だし シママース、ごしょう、 マスタード シママース、こしょう サキンプイコン。 シママース、ナッメグ。 ごしょう、ケチャップ、ウスターソース 隣だし、シママース、しょうゆ、 みしん しょうゆ、シママース、ウェラゆ、 みりん、シママース
21(月)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちん滴() カかん コッペパン スイートポテトスープ 熱のマスタードやき パパイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 麦ごはん 豆乳みそ汁 ハンパーグ ひじき炒め 沖縄風やきそば おでん ぎょうさ ごま菓子	マグロ (予定) 自いんげんベースト、スキムミルク シイラ (予定) ベーコン 豆乳、ベーコン、油揚げ、みそ 調いさ雨、卵ひさ肉、大豆加工品、牛乳、豆腐 ひいき、ちきあぎ、大豆 豚肉、ちきあぎ 鶏肉、うずらたまご、昆布、厚揚げ	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生かリーム。バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり粉 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 沖縄そば、油 じゃがいも、さとう、油 ごま、アーモンド、黒裾、水あめ	キャヘツ、だいこん、にんじん だいこん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ パパイヤ、キャヘツ、しめじ、にんじん にんじん たまねぎ、ピーマン、にんじん もやし、にんじん、もゃヘツ キャヘツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、 うっちん粉 シママース、こしょう、 鶏だし シママース、こしょう、 マスタード シママース、こしょう サキンプイコン。シママース、ナッメグ。こしょう、ケチャップ、ウスターソース 鶏だし、シママース、しょうゆ、みしん しょうゆ、シママース、ウェラゆ、みしん しょうゆ、シママース、カウル、シママース
21(月)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちん滴け カかん コッペパン スイートポテトスープ 熱のマスタードやき パパイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 要ごはん 豆乳みそ汁 ハンパーグ ひじき炒め 沖縄風やきそば おでん ぎょうさ ごま菓子 ゆかりごはん	マグロ (予定) 自いんげんベースト、スキムミルク シイラ (予定) ベーコン ・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生かリーム。バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり粉 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 沖縄そば、油 じゃがいも、さとう、油 ごま、アーモンド、黒裾、水あめ	キャベツ、だいこん、にんじん だんだん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ がパイヤ、キャベツ、しめじ、にんじん にんじん。たまねぎ、しめじ、しいたけ、ほうれんそう たまねぎ、ビーマン、にんじん もやし、にんじん、キャベツ キャベツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら にんじん、だいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、 うっちん粉 シママース、こしょう、 残だし シママース、こしょう、 マスタード シママース、こしょう サキンプイコン。シママース、ナッメグ、こしょう、ケチャップ、ウスターソース 類だし、シママース、しょうゆ、みしん しょうゆ、シママース、ウスターソース かつおだし、しょうゆ、みりん、シママース
21(月)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちんえけ わかん コッペパン スイートボテトスープ 熱のマスタードやき ババイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 変ごはん 豆乳みそ汁 ハンバーグ ひじき炒め 沖縄風やきそば おでん ぎょうざ ごま菓子 ゆかりごはん わかめのみそ汁 大根炒め	マグロ (予定) 自いんげんベースト、スキムミルク シイラ (予定) ベーコン ・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型・ 一型	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生小リーム、バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり粉 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 沖縄そば、油 じゃがいも、さとう、油 ごま、アーモンド、黒糖、水あめ 米、無圧ベン麦	キャベツ、だいこん、にんじん だんだん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ がパイヤ、キャベツ、しめじ、にんじん にんじん。たまねぎ、しゅじ、しいたけ、ほうれんそう たまねぎ、ビーマン、にんじん もやし、にんじん、キャベツ キャベツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら にんじん、だいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、 うっちん粉 シママース、こしょう、 鶏だし シママース、こしょう、 マスタード シママース、こしょう サキンプイコン。シママース、 しょうゆ、 みしん しょうゆ、 シママース、 ウェラゆ、 みりん、 シママース かつおだし、 しょうゆ、 みりん、 シママース やかり物 かつおだし
221(月)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちん滴け カかん コッペパン スイートポテトスープ 熱のマスタードやき パパイヤときのこのソテー はちみつ パン用) 麦ごはん 豆乳みそ汁 ハンパーグ ひじき炒め 沖縄風やきそば おでん ぎょうざ ごま菓子 ゆかりごはん わかめのみそ汁 大根炒め スイートポテト	マグロ (予定) 白いんげんベースト、スキムミルク シイラ (予定) ベーコン 亜乳、ベーコン、油揚げ、みそ 環ルを南、緑ひと肉、大豆加工品、牛乳、豆腐 ひじき、ちきあぎ、大豆 豚肉、ちきあぎ 鶏肉、ラずらたまご、昆布、厚揚げ ぎょうざ (小麦、大豆、鶏、豚)	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生小リーム、バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり粉 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 沖縄そば、油 じゃがいも、さとう、油 ごま、アーモンド、黒糖、水あめ 米、無圧ベン麦	キャベツ、だいこん、にんじん だんだん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ がパイヤ、キャベツ、しめじ、にんじん にんじん。たまねぎ、しゅじ、しいたけ、ほうれんそう たまねぎ、ビーマン、にんじん もやし、にんじん、キャベツ キャベツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら にんじん、だいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん	かつおだし シママース、こしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、うっちん粉 シママース、こしょう、鶏だし シママース、こしょう、マスタード シママース、こしょう マスタード シママース、こしょう 別だし、シママース、しょうゆ、みしん しょうゆ、シママース、ウェック、カリん、シママース かつおだし、しょうゆ、みりん、シママース やかり物 かつおだし、シママース、こしょう、潤、しょうゆ
221(月)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちんえけ わかん コッペパン スイートボテトスープ 無のマスタードやき ババイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 変ごはん 豆乳みそ汁 ハンバーグ ひじき炒め 沖縄風やきそば おでん ぎょうざ ごま菓子 ゆかりごはん わかめのみそ汁 大根炒め スイートボテト 変パン	マグロ (予定) 白いんげんペースト、スキムミルク シイラ (予定) ペーコン 一型乳、ペーコン、油揚げ、みそ 環ルを肉、卵ひを肉、大豆加工品、牛乳、資料 ひじき、ちきあぎ、大豆 豚肉、ちきあぎ 鶏肉、ラずらたまご、昆布、厚塊げ ぎょうざ (小安、大豆、鶏、豚)	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生小リーム、バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり粉 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 沖縄そば、油 じゃがいも、さとう、油 ごま、アーモンド、黒糖、水あめ 米、無圧ベン麦	キャベツ、だいこん、にんじん だんだん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ がパイヤ、キャベツ、しめじ、にんじん にんじん。たまねぎ、しゅじ、しいたけ、ほうれんそう たまねぎ、ビーマン、にんじん もやし、にんじん、キャベツ キャベツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら にんじん、だいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん	かつおだし シママース、こしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、うっちん粉 シママース、こしょう、鶏だし シママース、こしょう、マスタード シママース、こしょう マスタード シママース、こしょう 別だし、シママース、しょうゆ、みしん しょうゆ、シママース、ウェック、カリん、シママース かつおだし、しょうゆ、みりん、シママース やかり物 かつおだし、シママース、こしょう、潤、しょうゆ
221(月)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちんえけ わかん コッペパン スイートボテトスープ 無のマスタードやき パパイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 変ごはん 豆乳みそ汁 パンパーグ ひじき炒め 沖縄風やきそば おでん ぎょうざ ごま菓子 ゆかりごはん わかめのみそ汁 大根炒め スイートボテト 繋パン クリームマッシュルームスープ	マグロ (予定) 白いんげんベースト、スキムミルク シイラ (予定) ベーコン 亜乳、ベーコン、油揚げ、みそ 環ルを南、緑ひと肉、大豆加工品、牛乳、豆腐 ひじき、ちきあぎ、大豆 豚肉、ちきあぎ 鶏肉、ラずらたまご、昆布、厚揚げ ぎょうざ (小麦、大豆、鶏、豚)	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生かリーム、バター フンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり物 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 一単縄そば、油 じゃがいも、さとう、油 ごま、アーモンド、黒糖、水あめ 米、無圧ベン麦 油 さつまいも、さとう、生のリーム、アーモンド、バター 食パン じゃがいも、小麦粉、バター、生クリーム	キャベツ、だいこん、にんじん だんだん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、だとり がパイヤ、キャベツ、しめじ、にんじん にんじん。たまねぎ、しめじ、しいたけ、ほうれんそう たまねぎ、ビーマン、にんじん もやし、にんじん、キャベツ キャベツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら にんじん、だいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん ごまつな、だいこん、こんにゃく、しいたけ	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、うっちん粉 シママース、ごしょう、鶏だし シママース、ごしょう、マスタード シママース、ごしょう、マスタード シママース、ごしょう。カテップ、ウスターソース 鶏だし、シママース、しょうゆ、みしん しょうゆ、シママース、ウェック、カウん、シママース かつおだし、しょうゆ、みりん、シママース やかり切 かつおだし、シママース、こしょう、潤、しょうゆ シママース
221(月)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちんえけ わかん コッペパン スイートボテトスープ 無のマスタードやき パパイヤときのこのソテー はちみつ パン用) 麦ごはん 豆乳みそ汁 パンパーグ ひじき炒め 沖縄風やきそば おでん ぎょうざ ごま栗子 ゆかりごはん わかめのみそ汁 大根炒め スイートボテト 繋パン クリームマッシュルームスープ てりやきチキン	マグロ (予定) 白いんげんペースト、スキムミルク シイラ (予定) ペーコン 一型乳、ペーコン、油揚げ、みそ 調心を肉、粉心を肉、大豆加工品、牛乳、資料 ひじき、ちきあぎ、大豆 豚肉、ちきあぎ 鶏肉、ラずらたまご、昆布、厚塊げ ぎょうざ (小安、大豆、鶏、豚) わかめ、みそ 厚揚げ スキムミルク、白いんげんペースト	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生かリーム、バター フンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり粉 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 ごま、アーモンド、黒棚、水あめ 米、無圧ベン麦 独 さつまいも、さとう、生クリーム、アーモンド、バター 食パン しゃがいも、小麦粉、バター、生クリーム さとう、かたくり粉	キャベツ、だいこん、にんじん だんだん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、だとり がパイヤ、キャベツ、しめじ、にんじん にんじん。たまねぎ、しめじ、しいたけ、ほうれんそう たまねぎ、ビーマン、にんじん もやし、にんじん、キャベツ キャベツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら にんじん、だいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん ごまつな、だいこん、こんにゃく、しいたけ	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、うっちん粉 シママース、酢、うっちん粉 シママース、ごしょう、鶏だし シママース、ごしょう、現だし シママース、ごしょう フマース、ごしょう カママース、はいまうゆ、みしん しょうゆ、シママース、しょうゆ、みしん しょうゆ、シママース かつおだし、しょうゆ、みりん、シママース かつおだし、シママース かつおだし かつおだし、シママース、こしょう、潤。しょうゆ シママース シママース
221(月)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうっちんえけ みかん コッペパン スイートボテトスープ 無のマスタードやき パパイヤときのこのソテー はちみつ パン用) 麦ごはん 豆乳みそ汁 パンパーグ ひじき炒め 沖電風やきそば おでん ぎょうさ ごま変子 ゆかりごはん わかめのみそ汁 大根炒め スイートボテト 夏パン グリームマッシュルームスープ てりやきチキン ごぼうサラダ	マグロ (予定) 白いんげんペースト、スキムミルク シイラ (予定) ペーコン 一型乳、ペーコン、油揚げ、みそ 調心を肉、粉心を肉、大豆加工品、牛乳、資料 ひじき、ちきあぎ、大豆 豚肉、ちきあぎ 鶏肉、ラずらたまご、昆布、厚塊げ ぎょうざ (小安、大豆、鶏、豚) わかめ、みそ 厚揚げ スキムミルク、白いんげんペースト 鶏肉、スキムミルク、白いんげんペースト	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生かリーム、バター フンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり物 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 一単縄そば、油 じゃがいも、さとう、油 ごま、アーモンド、黒糖、水あめ 米、無圧ベン麦 油 さつまいも、さとう、生のリーム、アーモンド、バター 食パン じゃがいも、小麦粉、バター、生クリーム	キャベツ、だいごん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ パパイヤ、キャベツ、しめじ、にんじん にんじん。たまねぎ、しめじ、しいたけ、ほうれんそう たまねぎ、ビーマン、にんじん もやし、にんじん、キャベツ キャベツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら にんじん、だいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん ごまつな、だいこん、こんにゃく、しいたけ、たいにけ だいこん、にんじん、チンゲン菜	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース (りんご) シママース、酢、うっちん粉 シママース、ごしょう、鶏だし シママース、ごしょう、マスタード シママース、ごしょう。マスタード シママース、ごしょう。カラムのカード カマース、こしょうの、シママース、しょうゆ、みしん しょうゆ、シママース、ウスターソース かつおだし、しょうゆ、みりん、シママース シママース シマアース シママース
221(月)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちん漬け みかん コッペパン スイートボテトスープ 熱のマスタードやき パバイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 麦ごはん 豆乳みそ汁 パンパーグ ひじき炒め 沖毛風やきそば おでん ぎょうさ ごま菓子 ゆかりごはん わかめのみそ汁 大根炒め スイートボテト 繋パン クリームマッシュルームスープ てりやきチキン ごぼうサラダ みかん	マグロ (予定) 白いんげんペースト、スキムミルク シイラ (予定) ペーコン 一型乳、ペーコン、油揚げ、みそ 調心を肉、粉心を肉、大豆加工品、牛乳、資料 ひじき、ちきあぎ、大豆 豚肉、ちきあぎ 鶏肉、ラずらたまご、昆布、厚塊げ ぎょうざ (小安、大豆、鶏、豚) わかめ、みそ 厚揚げ スキムミルク、白いんげんペースト 鶏肉、スキムミルク、白いんげんペースト	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さこう コッペパン じゃがいも、さつまいも、生かリーム、バター フンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり粉 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 ごま、アーモンド、黒棚、水あめ 米、無圧ベン麦 独 さつまいも、さとう、生クリーム、アーモンド、バター 食パン しゃがいも、小麦粉、バター、生クリーム さとう、かたくり粉	キャヘツ、だいこん、にんじん だんだん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、だんじん たまねぎ、パセリ パパイヤ、キャヘツ、しめじ、にんじん にんしん。たまねぎ、ビーマン、にんじん もやし、にんじん。もやし、きくらげ、にんにく、にら にんじん、たいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん だいこん、たいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん だいこん、にんじん、チングン菜	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、うつちん粉 シママース、ごしょう、残だし シママース、ごしょう、マスタード シママース、ごしょう。マスタード シママース、ごしょう。マスタード シママース、はいまう 強化し、シママース、しょうゆ、みしん しょうゆ、シママース、ウスターソース かつおだし、しょうゆ、みりん、シママース シママース シマース シ
18(金)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちん漬け みかん コッペパン スイートポテトスープ 無のマスタードやき パパイヤときのこのソテー はちみつ ひ(ン用) 要ごはん 豆乳みそ汁 ハンパーグ ひじき炒め 沖縄風やきそば おでん ぎょうさ ごま菓子 やかりごはん わかめのみそ汁 大根炒め スイートポテト 繋パン グリームマッシュルームスープ てりやきチキン ごぼうサラダ みかん 要ごはん	マグロ(予定) 白いんげんペースト、スキムミルク シイラ(予定) ペーコン 豆乳、ベーコン、油揚げ、みそ 環心を肉、豚のと肉、大豆加工品、牛乳、食湯 びじき、ちきあぎ、大豆 豚肉、ちきあぎ、大豆 豚肉、うざらたまご、昆布、厚揚げ ぎょうざ(小麦、大豆、鶏、豚) わかめ、みそ 厚揚げ スキムミルク 鶏肉、スキムミルク、白いんげんペースト 鶏肉 ツナ	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 きとう コッペパン しゃがいも、さつまいも、生/リーム、バター フェッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり粉 油、パン粉、さとう、かたくり粉 油 沖縄そば、油 しゅがいも、さとう、油 ごま、アーモンド、黒糖、水あめ 米、無圧ベン麦 連 さつまいも、さとう、生クリーム、アーモンド、バター 食パン しゃがいも、小麦粉、バター、生クリーム さとう、かたくり粉 ノンエッグマヨネーズ、ごま、さとう 米、無圧ベン麦	キャヘツ、だいこん、にんじん たいこん、にんじん たいさん、にんじん たいさん、(テルビ) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ がパイヤ、キャヘツ、しめじ、にんじん にんじん、たまねぎ、しめじ、しいたけ、ほうれんそう たまねぎ、ビーマン、にんじん むやし、にんじん、キャヘツ キャヘツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら にんじん、だいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん こまつな、だいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん こまつな、だいこん、キャヘツ、しいたけ だいこん、にんじん、チンゲン菜 たまねぎ、にんじん、ナンゲン菜 こぼう、にんじん、きゅうり たんかん (予定)	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、うっちん粉 シママース、ごしょう、鶏だし シママース、ごしょう、鶏だし シママース、ごしょう。 現だし シママース、ごしょう シママース、 はいよう サキンブイヨン。シママース、ナツメダ。こしょう、ケチャップ、ウスターソース 現だし、シママース、しょうゆ、みりん。シママース かつおだし、しょうゆ、みりん。シママース やかり粉 かつおだし、かつおだし。シママース、こしょう、潤。しょうゆ シママース シママース シママース。こしょう、鶏だし しょうゆ、酒、みりん、こしょう しょうゆ 酒、みりん、こしょう
221(月) 222(火) 225(金)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちん漬け みかん コッペパン スイートボテトスープ 熱のマスタードやき パバイヤときのこのソテー はちみつ (パン用) 麦ごはん 豆乳みそ汁 パンパーグ ひじき炒め 沖毛風やきそば おでん ぎょうさ ごま菓子 ゆかりごはん わかめのみそ汁 大根炒め スイートボテト 繋パン クリームマッシュルームスープ てりやきチキン ごぼうサラダ みかん	マグロ (予定) 白いんげんペースト、スキムミルク シイラ (予定) ベーコン 豆乳、ベーコン、油揚げ、みそ 薄いき肉、水豆加工品、牛乳、豆腐 びしき、ちきあぎ、大豆 豚肉、ちきあぎ 鶏肉、ラずらたまご、昆布、厚揚げ ぎょうざ (小麦、大豆、鶏、豚) わかめ、みそ 厚掛げ スキムミルク 鶏肉、スキムミルク、白いんげんペースト 鶏肉 ツナ	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 さとう コッペバン じゃがいも、さつまいも、生/リーム、バター ノンエッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり粉 油、バン粉、さとう、かたくり粉 油 沖縄そば、油 じゅがいも、さとう、油 ごま、アーモンド、黒穂、水あめ 米、無圧ベン麦 独 さつまいも、さとう、生クリーム、アーモンド、バター 食バン しゃがいも、小麦粉、バター、生クリーム さとう、かたくり粉 ノンエッグマヨネーズ、ごま、さとう	キャベツ、だいごん、にんじん たんかん (予定) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ パパイヤ、キャベツ、しめじ、にんじん にんじん。たまねぎ、しめじ、しいたけ、ほうれんそう たまねぎ、ビーマン、にんじん もやし、にんじん、キャベツ キャベツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら にんじん、だいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん ごまつな、だいこん、こんにゃく、しいたけ、たいにけ だいこん、にんじん、チンゲン菜	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、うっちん粉 シママース、ごしょう、鶏だし シママース、ごしょう、鶏だし シママース、ごしょう。 現だし シママース、ごしょう サキンブイヨン、シママース、ナツメダ、ごしょう、ケチャップ、ウスターソース 現だし、シママース、しょうゆ、みしん しょうゆ、シママース、カッカル、シママース かつおだし、しょうゆ、みりん、シママース かかわだし、かつおだし、かつおだし、かつおだし、カース・こしょう、満、しょうゆ シママース シママース。こしょう、鶏だし しょうゆ、酒、みりん、こしょう しょうゆ 、酒、みりん、こしょう
221(月) 222(火) 225(金)	国頭やさいのみそ汁 マグロカツ 大根のうつちん漬け みかん コッペパン スイートポテトスープ 無のマスタードやき パパイヤときのこのソテー はちみつ ひ(ン用) 要ごはん 豆乳みそ汁 ハンパーグ ひじき炒め 沖縄風やきそば おでん ぎょうさ ごま菓子 やかりごはん わかめのみそ汁 大根炒め スイートポテト 繋パン グリームマッシュルームスープ てりやきチキン ごぼうサラダ みかん 要ごはん	マグロ(予定) 白いんげんペースト、スキムミルク シイラ(予定) ペーコン 豆乳、ベーコン、油揚げ、みそ 環心を肉、豚のと肉、大豆加工品、牛乳、食湯 びじき、ちきあぎ、大豆 豚肉、ちきあぎ、大豆 豚肉、うざらたまご、昆布、厚揚げ ぎょうざ(小麦、大豆、鶏、豚) わかめ、みそ 厚揚げ スキムミルク 鶏肉、スキムミルク、白いんげんペースト 鶏肉 ツナ	米、無圧ベン麦 小麦粉、バン粉、ごま、油 きとう コッペパン しゃがいも、さつまいも、生/リーム、バター フェッグマヨネーズ オリーブ油 はちみつ 米、無圧ベン麦 かたくり粉 油、パン粉、さとう、かたくり粉 油 沖縄そば、油 しゅがいも、さとう、油 ごま、アーモンド、黒糖、水あめ 米、無圧ベン麦 連 さつまいも、さとう、生クリーム、アーモンド、バター 食パン しゃがいも、小麦粉、バター、生クリーム さとう、かたくり粉 ノンエッグマヨネーズ、ごま、さとう 米、無圧ベン麦	キャヘツ、だいこん、にんじん たいこん、にんじん たいさん、にんじん たいさん、(テルビ) たまねぎ、にんじん たまねぎ、パセリ がパイヤ、キャヘツ、しめじ、にんじん にんじん、たまねぎ、しめじ、しいたけ、ほうれんそう たまねぎ、ビーマン、にんじん むやし、にんじん、キャヘツ キャヘツ、にんじん、もやし、きくらげ、にんにく、にら にんじん、だいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん こまつな、だいこん、こんにゃく、しいたけ、いんげん こまつな、だいこん、キャヘツ、しいたけ だいこん、にんじん、チンゲン菜 たまねぎ、にんじん、ナンゲン菜 こぼう、にんじん、きゅうり たんかん (予定)	かつおだし シママース、ごしょう、とんかつソース(りんご) シママース、酢、うつちん粉 シママース、酢、うつちん粉 シママース、ごしょう、鶏だし シママース、ごしょう、マスタード シママース、ごしょう マスタード シママース、はんかつ シママース、はんかつ カック・カック・カック・カック・カック・カック・カック・カック・カック・カック・

※今月の無償提供:焼きショコラ(デザート菓子)。紅芋