| В | | | 令和7年 | <u>又 </u> | クルチ収 | 給食献立 | <u> </u> | 米子市教育委員 | <u></u> |
|---|---|--|--|---|---|--|--|---|--|
| | & BUS | | | 材料の種類と体内での働き | | | | | |
| | *(.4.) | j | 献 立 名 | 体をつくる | | 体の調子を整える | | エネルギーのもとになる | |
| | | | | 1群(たんぱく質) | 2群(無機質) | 3群(カロテン) | 4 群(ビタミン C) | 5群(炭水化物) | 6群(脂質) |
| 4 | | т. | スタミナ熱豆 | かまぼこ みそ | ぎゅうにゅう | にんじん | たまねぎ しろねぎ | ごはん | あぶら |
| 4 (火) | ごはん | 牛乳 | アーモンド和え | なっとう | わかめ | こまつな | キャベツ にんにく | さとう | アーモンド |
| ()() | | 30 | かまぼこのすまし汁 | ぶたにく | | あおねぎ | ! ! ! | | ! ! ! |
| | | | 海鮮シューマイ | いか かに | ぎゅうにゅう | チンゲンサイ | はくさい キャベツ | ごはん さとう | ごまあぶら |
| 5 | ごはん | 牛 | 茎わかめのナムル | ぶたにく | くきわかめ | | たまねぎ もやし | じゃがいも | i ! |
| (水) | | 乳 | キムチチゲ | みそたら | | | ı | シューマイのかわ(こむぎこ) | : ! ! |
| | | | いわしの煮付 | | ぎゅうにゅう | | ごぼう だいこん | ごはん | あぶら |
| 6 | ごはん | 牛 | チンゲン菜のマヨ和え | いわし | - W J C W J | | こんにゃく うめ | | _ <i>。</i> のいら たまごぬきマヨネーズ |
| (木) | C1070 | | みそけんちん汁 | チキンハム | 1 | | キャベツ | 600 | ILACMC Y JA - A |
| | | | ささみカツ | | <u> </u> | | <u> </u> | ## | 1+ >>> |
| 7 | 大山こむぎ | 牛 | りっちゃんサラダ | とりにく | ぎゅうにゅう | | たまねぎ ぶなしめじ | | めいり |
| (金) | 黒糖パン | 乳 | カレースープ | ポークハム | こんぶ | | ! | じゃがいも | |
| なみこうせ | まれこうあん 生考案 かみかみ | こんだて | 7,0-2-7 | かつおぶし | 1 1 | | スイートコーン | こめこ | ! ! |
| 10 | 7 | 4 | おいしいたけハンバーグ | ぎゅうにく | ぎゅうにゅう | にんじん | しろねぎ たまねぎ | ごはん さとう | ごま |
| (月) | ごはん | 十乳 | こめっこカルパワーサラダ | ぶたにく | とうにゅう | ブロッコリー | スイートコーン エリンギ | さつまいも | あぶら |
| 3/ | | | 島取のうま味豆乳コーンスープ | まぐろフレーク | ひじき | こまつな | ほししいたけ キャベツ | でんぷん | |
| | | | はまちの甘辛 | ぶたにく | ぎゅうにゅう | にんじん | たまねぎ | ごはん さとう | あぶら |
| 1 1 (火) | 小ごはん | 牛乳 | ^{いそか あ} 磯香和え | みそ | のり | | だいこん | じゃがいも | |
| () | | → U | 豚汁 | はまち | 1 ! ! | | はくさい | でんぷん | |
| | | | スタミナ炒め | | ぎゅうにゅう | | しろねぎ もやし えのきたけ | | ごま |
| 12 | ごはん | 牛 | 大根のナムル | バキンハム ぶたにく | わかめ | | たまねぎ にんにく だいこん | | あぶら |
| (水) | 21070 | 乳 | わかめスープ | かそ みそ | עט טוע _{ויי} | | | でんぷん | ניוטונטו ו ו |
| | | | h÷ | | ゴルン ニ・マ | | l 1 | | ! ! ホ . ごこ |
| 13 | ごはん | 牛 | 焼ししゃも ゆかり ^和 え | | ぎゅうにゅう | | ごぼう こんにゃく | さとう | あぶら |
| (木) | Clan | 乳 | ゆかり利え ^{とっとり ヵ ぎゅう} 鳥取和 牛 ギュウっとすきやき | ぶたにく やきどうふ | こもちししゃも | | はくさい しろねぎ きゅうり キャベツ | | |
| | | | | | 1 | | 1 | 77 | 7 |
| 14 | た山こむぎ | 4 | ポークビーンズ | | ぎゅうにゅう | | たまねぎ しろねぎ えだまめ | | あぶら |
| (金) | えるとう | 乳 | 香味サラダ | だいず | ; ; | トマト | スイートコーン にんにく | さとう | ; i i i |
| | | | オニオンスープ | ベーコン | ! ! | チンゲンサイ | キャベツ きゅうり | | I I |
| 17 | ※吹き寄せ | 牛 | いかの天ぷら | とりにく | ぎゅうにゅう | にんじん | まいたけ ごぼう | ごはん | あぶら |
| (月) | おこわ | - 乳 | 田舎和え | あぶらあげ | | こまつな | キャベツ だいこん | こむぎこ | ! ! |
| | 00017 | | いちごクレープ | いか | i i | | | いちごクレープ | I I |
| | | | | | ぎゅうにゅう | 1-1 10 1 | | | |
| 140 | | н | 豚肉とキャベツの生姜炒め | みそ | | にんじん | たまねき ふなしめじ しろねき | ごはん さとう | あぶら |
| 1 8 (ນ/) | ごはん | 牛乳 | ブロッこんぶ | みそ ぶたにく | こんぶ | あおねぎ | キャベツ しょうが にんにく | じゃがいも | めいら ごまあぶら |
| (火) | C1017 0 | 乳 | ブロッこんぶ じゃがいもの味噌汁 | | - | あおねぎ | : | | |
| (火) | ごはん | 乳 | ブロッこんぶ じゃがいもの味噌汁 ジャージャンミェン | ぶたにく | - | あおねぎ ブロッコリー にんじん | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり | じゃがいも でんぷん | |
| (火) | ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 乳 | ブロッこんぶ じゃがいもの味噌洋 ジャージャンミェン 炸 酱 面 (ジャージャン類) | ぶたにく | - | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ ▼ | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン | じゃがいも でんぷん ごはん さとう | |
| (火) | 第二章 國國國際交際國際 | 乳缸 | ブロッこんぶ じゃがいもの味噌汗 ジャージャンミェン 炸 沓 酉 (ジャージャン類) リャンパンドウヤー 凉 拌 豆 芽 (もやしの和え物) | ぶたにく | こんISI を #子市 | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん | ごまあぶら |
| 少 5 | 第二章 國國國際交際國際 | 乳 | プロッこんぶ じゃがいもの味噌汁 ジャージャンミェン 炸 酱 面 (ジャージャン類) リャンバンドウヤー ニッパンドウヤー ニッパンドウヤー コイルオポーユーミータン 白 夢 ト 玉 米 汤 | ぶたにく ぶたにく みそ | - | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン | じゃがいも でんぷん ごはん さとう | ごまあぶら ごまあぶら |
| 少 5 | → 国国際交流献 | 乳 | プロッこんぶ じゃがいもの味噌汁 ジャージャンミェン 炸 酱 面 (ジャージャン類) リャンパンドウヤー ネ 拌 豆 ヤー バイルオポーユーミータン 白 萝 ト 玉 米 汤 (大根ととうもろこしのスープ) | ぶたにく ぶたにく みそ | こんぶ ************************************ | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん | ごまあぶら ごまあぶら あぶら |
| (火) 19 (水) 20 | 中国国際交流献 | 半乳 牛 | プロッこんぶ じゃがいもの味噌汁 ジャージャンミェン 炸 酱 面 (ジャージャン類) リャンバンドウヤー 凉 拌 豆 芽 (もやしの和え物) バイルオポーユーミータン 白 萝 ト 玉 米 汤 (大根ととうもろこしのスープ) 音町 の 塩 窓 皮 は の は の は の は の は の は の は の は の は の は | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく | こんISI を #子市 | あおねぎ プロッコリー にんじん あおねぎ にんじん | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい しろねぎ | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはん | ごまあぶら ごまあぶら あぶら あぶら |
| (火) 19 (水) | 中国国際交流献 | 平 乳 | プロッこんぶ でしまごういとは (大根ととうもろこしのスープ) をは の は 数 | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ | こんぶ ************************************ | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ にんじん ほうれんそう | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい しろねぎ ごぼう こんにゃく | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん | ごまあぶら ごまあぶら あぶら |
| (火) 19 (水) 20 | 中国国際交流献 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 生乳 牛乳 牛乳 | プロッこんぶ でします でもがいもの味噌汁 ジャージャンミエン 炸 酱 面 (ジャージャン紫質) リャンパンドウキー (もやしの和え物) バイルオギーユーミータン 白 夢 ト 玉 米 汤 (大根ととうもろこしのスープ) 音呼の塩素 規模 干草和 たる きゅう かん できる かん かん いん いん かん | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ チキンハム | こんぶ **チェ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ にんじん ほうれんそう こまつな | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい しろねぎ ごぼう こんにゃく えのきたけ | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはん | ごまあぶら ごまあぶら あぶら あぶら ごまあぶら |
| (火) 19 (水) 20 | 中国国際交流献 *: * * * * * * * * * * * * | 野 生乳 牛乳 牛乳 | プロッこんぶ でもがいもの味噌汁 ジャージャンミエン 炸 酱 面 (ジャージャン発) リャンパンドゥー (もやしの和え物) バイルオポーユーミータン 白 夢 ト 玉 米 汤 (大根ととうもろこしのスープ) 音形の造る 競焼 子 草和 え じゃぶ汁 フレンチポテトカラメル | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ | こんぶ **チェ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ にんじん ほうれんそう こまつな にんじん トマト | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうがきゅうり もやし はくさい しろねぎ ごぼう こんにゃくえのきたけ | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはん さとう | ごまあぶら ごまあぶら あぶら あぶら ごまあぶら |
| (火) 19 (水) 20 (木) | 中国国際交流献 *: * * * * * * * * * * * * | 野 生乳 牛乳 牛乳 | プロッこんぶ。では、 でもがいもの味噌汁 でもがいもの味噌汁 がナージャンをエン | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ チキンハム | こんぶ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かんてん | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ にんじん ほうれんそう こまつな にんじん トマト ブロッコリー | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうがきゅうり もやし はくさい しろねぎ ごぼう こんにゃくえのきたけ ぶなしめじ たまねぎ キャベツ だいこん | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはん さとう | ごまあぶら ごまあぶら あぶら あぶら ごまあぶら |
| (火) 19 (水) 20 (木) | 中国国際交流献 *: * * * * * * * * * * * * | 第 4 乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛 | プロッこんぶ でしまい じゃがいもの味噌汁 ジャージャンミエン | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ チキンハム とりにく | こんぶ **** **** *** ** ** ** ** ** | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ にんじん ほうれんそう こまつな にんじん トマト ブロッコリー あおじそ | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい しろねぎ ごぼう こんにゃく えのきたけ ぶなしめじ たまねぎ キャベツ だいこん スイートコーン | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはん さとう だいせんこむぎコッペパン さとう じゃがいも | ごまあぶら かぶら あぶら でまあぶら あぶら |
| (火) 19 (水) 20 (木) 21 (金) | *: **: **: **: **: **: **: **: **: **: | 野 生乳 牛乳 牛乳 牛乳 | プロッこんぶ でもがいもの味噌汁 ジャージャンを | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ チキンハム とりにく | こんぶ ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かんてん | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ にんじん ほうれんそう こまつな にんじん トマト ブロッコリー あおじそ にんじん | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい しろねぎ ごぼう こんにゃく えのきたけ ぶなしめじ たまねぎ キャベツ だいこん スイートコーン | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはん さとう だいせんこむぎコッペパン さとう じゃがいも ごはん | ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら |
| (火) 19 (水) 20 (木) | 中国国際交流献 *: | 第 4 乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛 | プロッこんぶ でもがいもの味噌汁 ジャージャンを | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ チキンハム とりにく | こんぶ **** **** *** ** ** ** ** ** | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ にんじん ほうれんそう こまつな にんじん トマト ブロッコリー あおじそ にんじん | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい しろねぎ ごぼう こんにゃく えのきたけ ぶなしめじ たまねぎ キャベツ だいこん スイートコーン | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはん さとう だいせんこむぎコッペパン さとう じゃがいも ごはん さつまいも | ごまあぶら かぶら あぶら でまあぶら あぶら |
| (水) 19 (水) 20 (木) 21 金 25 | *: **: **: **: **: **: **: **: **: **: | 乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 | ブロッこんぶ。 じゃがいもの味噌汁 ジャージャンミュン 炸 酱 面 (ジャージャン雑) リナンパンドフ 芽 (もやしの和え物) バケルオポーユーミータン 白 夢 ト 玉 米 汤 (大根ととうもろこしのスープ) | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ チキンハム とりにく | こんぶ **** **** *** ** ** ** ** ** | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ にんじん にんじん にうつつ にんじん トマト ブロカおじそ にんじん こまつな にんじん | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい しろねぎ ごぼう こんにゃく えのきたけ ぶなしめじ たまねぎ キャベツ だいこん スイートコーン しろねぎ はくさい | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはん さとう だいせんこむぎコッペパン さとう じゃがいも ごはん | ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら |
| (火) 19 (水) 20 木) 25 火) | 中国国際交流献 *: ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 | プロッこんぶ でもがいもの味噌汁 ジャージャンを | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ チキンハム とりにく | こんぶ **** **** *** ** ** ** ** ** | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ じんじん にうさつな トマトブロかじそ にんじん こま にんじん こま にんじん こま にんじん こま にんじん こま にんじん こま にんじん こち にんじん にら | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい しろねぎ ごんにゃく えのきたけ ぶなしめじ たまねぎ キャベツ だいこん スイートコーン しろねぎ はくさい | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはん さとう だいせんこむぎコッペパン さいとっかいも こいはん こいさいまいも こいさいまいも こいさいまいも こいさいまいも こいさいまいも | ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら |
| (火) 19 (水) 20 (木) 25 (火) 26 | 中国国際交流献 *: * * * * * * * * * * * * | 乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 | プロッこんぶ。 * * * * * * * * * * * * * * * * * * * | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ チキンハム とりにく とりにく | さんぶ ************************************ | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ じんじん にうさつな トマトブロかじそ にんじん こま にんじん こま にんじん こま にんじん こま にんじん こま にんじん こま にんじん こち にんじん にら | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい しろねぎ ごぼう こんにゃく えのきたけ ぶなしめじ たまねぎ キャベツ だいこん スイートコーン しろねぎ はくさい | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはん さとう だいせんこむぎコッペパン さいとっかいも こいはん こいさいまいも こいさいまいも こいさいまいも こいさいまいも こいさいまいも | ごまあぶら かぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら |
| (火) 19 (水) 20 (木) 25 (火) | 中国国際交流献 *: ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 型 牛乳牛乳牛乳牛乳牛乳牛乳牛牛牛1十111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111111<l< td=""><td>プロッこんぶ でもがいもの味噌汁 ***********************************</td><td>ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ チキンハム とりにく とうふ みろ</td><td>さんぶ ************************************</td><td>あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ じんじんにうさまつ にんじゅつ にんじゅつ にんじゅつ にんじゅつ こまんじゅつ こまんじん コリー あおしい つる にんじん こま しん しん フグングング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デン・デン・バー・デン・デン・バー・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・</td><td>キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい しろねぎ ごんにゃく えのきたけ ぶなしめじ たまねぎ キャベツ だいこん スイートコーン しろねぎ はくさい</td><td>じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはん さとう だいせんこむぎコッペパン さとっかいも こはん さっとう こはん さっとう こはん さっとう こはん</td><td>ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら</td></l<> | プロッこんぶ でもがいもの味噌汁 *********************************** | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ チキンハム とりにく とうふ みろ | さんぶ ************************************ | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ じんじんにうさまつ にんじゅつ にんじゅつ にんじゅつ にんじゅつ こまんじゅつ こまんじん コリー あおしい つる にんじん こま しん しん フグングング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デング・バー・デン・デン・バー・デン・デン・バー・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・デン・ | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい しろねぎ ごんにゃく えのきたけ ぶなしめじ たまねぎ キャベツ だいこん スイートコーン しろねぎ はくさい | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはん さとう だいせんこむぎコッペパン さとっかいも こはん さっとう こはん さっとう こはん さっとう こはん | ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら |
| (火) 19 (水) 20 (木) 21 金 25 以 26 以 26 以 | 中国国際交流献 *: ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 型 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 | プロッこんぶ。 * * * * * * * * * * * * * * * * * * * | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく とうふ さけ チキンハム とりにく とうふ みそ シルバー あつあげ ぶたにく | さんぶ ************************************ | あおねぎ ブロッカ にんじん あおねぎ にんじん にんり かいしゅう ここんじゅつ にんじゅつ にんじゅつ にんじゅつ にんじゅつ にんじん はんじん ないしん はいしん はいしん はいしん はい カーカー にんしん カーカー にんしん カーカー にんしん カーカー にんしん カーカー にんしん アフロッコリー | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい こんにゃく えのきたけ ぶなしめじ たまねぎ キャベツ だいこん スイートン しろねぎ はくさい たまねぎ にんにく しょうが | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはたいさう だいせんこむぎコッペパン さいとっかいも こいはいまいも こいはいまいも こいはいまいる | ごまあぶら あぶら あぶら あぶまあぶら あぶち あぶち あぶち あぶち あぶち あぶち |
| (火) 19 (水) 20 (木) 21 金 25 (火) 26 27 | 中国国際交流献 *: ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 型 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 + | ブロッこんぶ。 ************************************ | ぶたにく ぶたにく みそ とりにく さけ チキンハム とうふ みそ とりにく さが がたにく とうふ みで いかで がかだにく とりにく | さんぶ ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** * | あおねぎ ブロッコリー にんじん あおねぎ にんじんにん にんじん にんじん にんじん こま たいし コンマト ブロお じん ンフリー にん じん フリリー にんじん アフロ にんじん アフロ にんじん アフロ にんじん | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーンにんにく たまねぎ しょうがきゅうり もやし はくさい しろねぎ こんにゃくえのきたけ ぶなしめじ たまねぎ キャベツ だいこんスイートコーンしろねぎはくさい もやし たまねぎ はくさい きゅうり | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかめん でんぷん ごはたいさう だいせんこむぎコッペパン さいとっかいも こいはいまいも こいはいまいも こいはいまいる | ごまあぶら あぶら あぶまあぶら あごまあぶら あごま あごま あごま あごま あごま あごま あごま あごま あごま あごま |
| (火) 19 (水) 20 (木) 21 金 25 以 26 以 26 以 | 中国国際交流献 *: *・: *・: *・: *・: *・: *・: *・: | 乳 在 | ブロッこんぶ。 じゃがいもの味噌汁 ********** ******* ***** **** **** | ぶたにく ぶたにく ぶたにく みそ とりふういん とううな シルバー あがたににく あがたににく とうぶ | さんぶ **** **** **** *** *** *** ** | あおねぎ ブロル あおねぎ でんじん あおねぎ でんじん にんじん にんじん にんじん こま じんじゅじ じんじゅう こんじゅう こん いっぱい しん カカリー によ しん グリック いん カリック にん かり かっしん こま しん かっしん こま でん な しん かっしん こま こんしん な | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし はくさい こんにゃく えのきたけ ぶなしめじ だいこん スイートコン しろねぎ にんにん さい きゅうり こんにゃく きゅうり ごぼう きゅうり | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかん でんぷん ごはんう ごはんう だいせんこむぎコッペパン さいとっかいも こいはんまいう こいはったいさいさいさいさいさいるさいでんぷん でんぷん | ごまあぶら あぶら あぶまあぶら あごまがら あごまがら あごまがら あごまがら あごまがら |
| (火) 19 (水) 20 (木) 21 金 25 (火) 26 27 | 中国国際交流献 *: *・: *・: *・: *・: *・: *・: *・: | 型 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 + | プロッこんぶ ************************************ | ぶたにく ぶたにく ぶたにく みそ とりに くっさけ チキンハム とううそ シルの のがたい がたい ない ない ない ない ない ない ない ない ない | さんぶ ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** * | あおねぎ ブロん はんじん あおねぎ こうにん はんじん にんり かんしゅう こんじゅつ じんじゅつ じんじゅつ じんじゅつ じん カザリー にまって にん グッコ いん サリー にまって にん グッコ いんこう にん グッコ にん さん フェー しん こま こん しん ブロー に こま こん こう こん しん ブロー に こま こん こう ごん しん ブロー に こま こん こう こん こう | キャベツ しょうが にんにく だいこん きゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうが きゅうり もやし くさい こんにゃく えのき たいこん ボネイート ゴボ スイート ブローン しろくさい たまねぎ にんにん きゅうり さんにん くっき しろり キャベツ | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかん でんぷん ごはとう だいせんこむぎコッペパン さじゃがいも ごはつとがいも ごはつといることう はるるいののでんぷん こだいないのでんぷん こだいないのでしたいるいろう | ごま あぶら あぶま あぶま ぶまま ぶまま ぶまま ぶ あご あご あご あご あご あご あごご あごご あごご あごご あいさき いち かいき |
| (火) 19 (水) 20 (木) 21 金 25 火) 26 27 28 | 中国国際交流献 *: *: *: *: *: *: *: *: *: *: | 型 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 | プロッこんぶ でもがいもの味噌汁 *********************************** | ぶたにく ぶたにく みそ とりふ ンハム とうそ シル つあににく あぶたいに とうぶん とがない とがない とがない とがない とがない とがない とがない とがない とがない とがなる と | さんぶ **** **** **** *** *** *** *** *** * | あおねぎ ブロん しんじん あおねぎ じんんれっさい しんりつき しんりつき しんりつき しんりつき しんりつ しんき しん ブッツ しん しん サリー にま しん グッツ しん ひり フロん しき ブロん しん しん しん しん しん | キャベツ しょうが にんにく だいこん さゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうがきゅうり もやし はくさい こんにゃくえのきたけ だいこん だいこん だいこん だいこん きゅうり だいこん きゅうり だいこん きゅうり ごんにゃくき しろねぎ にんにん きゅうり ごばう ツ こんにゃく っちゅうり ぎゃべ いっちん でいこん きゅうり ぎいこん だいこん きゅうり ぎゃく しゅうり ぎゃく しゅうり ぎなしめじ だいこん | じゃがいもでんぷん ごはん さとうちゅうかめんでんぷん ごはらうだいせんこむぎコッペパンさいもいさいかいもこう さいせん まいもっさい さいまい さいまい さいまい さいまい さいまい さいまい さいまい さ | ごま あぶら あぶま あご あごま あごご あごご あごご あごご あごご あごさ あごさ あごさ あごご あごご |
| (火) 19 (水) 20 (木) 21 金 25 火) 26 27 28 | 中国国際交流献 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 型 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 | プロッこんぶ ************************************ | ぶたにく ぶたにく ぶたにく みそ とりに くっさけ チキンハム とううそ シルの のがたい がたい ない ない ない ない ない ない ない ない ない | さんぶ ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** * | あおねぎ ブー にんじん あおねぎ じんしん あんしん にほここ にんり こうさい いっぱい いっぱい いっぱい いっぱい いっぱい いっぱい いっぱい いっ | キャベツ しょうが にんにく だいこん さゅうり だいこん スイートコーン にんにく たまねぎ しょうがきゅうり もやし はくさい こんにゃくえのきたけ だいこん だいこん だいこん だいこん きゅうり だいこん きゅうり だいこん きゅうり ごんにゃくき しろねぎ にんにん きゅうり ごばう ツ こんにゃく っちゅうり ぎゃべ いっちん でいこん きゅうり ぎいこん だいこん きゅうり ぎゃく しゅうり ぎゃく しゅうり ぎなしめじ だいこん | じゃがいも でんぷん ごはん さとう ちゅうかん でんぷん ごはとう だいせんこむぎコッペパン さじゃがいも ごはつとがいも ごはつといることう はるるいののでんぷん こだいないのでんぷん こだいないのでしたいるいろう | ごま あぶら あぶま あぶま ぶまま ぶまま ぶまま ぶ あご あご あご あご あご あご あごご あごご あごご あじご あいさき かいき かいき かいき かいき かいき かいき かいき かいき かいき かい |