_	2020年	ı	A44	1	_				_	_	1	生駒市教育委員		
H		材料名	栄養 六群	アレルゲン	日		材料名	栄養 六群	アレルゲン	日		材料名	栄養 六群	¥ アレルシン
	麦入りごはん	ごはん 麦	5 5		1	黒糖パン	黒糖パン	5	乳 小麦		ごはん	ごはん	5	
		×				牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳
	牛乳	牛乳	2	乳		適中の四のはま	頭中の四のはま		→= 碗中		A+~\	A+~\		1) = +14 +=
	夏野菜かん (2)	豚肉	1	豚肉		鶏肉の照り焼き	鶏肉の照り焼き	1	大豆 鶏肉		鮭ミンチカツ	鮭ミンチカツ こめ油	6	小麦 さけ 大豆
		かぼちゃ	3			れんこんの洋風ソテー	れんこん	4			MA.			
		たまねぎ なす	4			a Company	とうもろこし オリーブオイル	4 6		ĺ	ひじきと大豆の煮物	ひじき 大豆	2	
1	生駒でとれた たまねぎだよ!	大豆		大豆	2		コンソメスープ	0	小麦 大豆 鶏肉	3		にんじん	3	
B		赤パプリカ	3		日		ブラックペッパー			日		だしの素		さば
(水		ホールトマト リンゴピューレ	3	りんご	(木)	レタスのスープ	たまねぎ	4		(金)	)	こいくちしょうゆ	5	小麦 大豆
ľ	0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	カレールウ		小麦 大豆 鶏肉	1		にんじん	3		. ,		みりん		
		トマトケチャップ ウスターソース				ALEBOTE Lake Str	レタス ウインナー	4	豚肉		豚汁	豚肉	1	豚肉
		コンソメスープ		小麦 大豆 鶏肉		生駒でとれた たまねぎだよ!	ニョッキ	5			13// [	えのきたけ	4	
		こしょう					オリーブオイル	6				切り干し大根	4	
		塩 こめ油	6				コンソメスープ うすくちしょうゆ		小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆			ごぼう うすあげ	4	
						1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	こしょう		1 & /\ \tau			突こんにゃく	5	
	えびフライ	えびフライ		小麦 えび								ねぎ	3	
		こめ油	6									みそ こめ油	1	
	海藻サラダ	ツナ	1									清酒		
		わかめ くきわかめ	2									だしの素		さば
	( <b>(4)</b>	きゅうり	4											
		和風ドレッシング	6	小麦 大豆 りんご										
		エネルギー		たんぱく質	1		エネルギー		たんぱく質		<i>*</i>	エネルギー		たんぱく質
L	<u> </u>	838kcal		7.2.70g 30.5g			829kcal		75/NGN頁 36.4g			827kcal		30.0g
В	献立名	材料名	栄養		日	献立名		栄養 六群	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養	고나 내 분들.
F	ごはん	ごはん	六群		+	背割りパン	背割りパン		乳小麦	Ė	ごはん	ごはん	六群	Ŧ
						// <del>-</del> -1		_	=		// <del>-</del> -1		_	-1
	牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	孔	ĺ	牛乳	牛乳	2	乳
	さばのみそ煮	さばのみそ煮	1	さば 大豆	1	トンカツ	トンカツ		小麦 大豆 豚肉	ĺ	肉団子(3個)	肉団子	1	小麦 大豆 鶏肉 ごま
	A WANT						こめ油	6						
	煮びたし	さつまあげ 小松菜	1			野菜のソース炒め	キャベツ	4			こふきいも	じゃがいも 塩	5	
	*	にんじん	3		1		にんじん	3		ĺ		こしょう		
6	17	三温糖	5		7	パンにはさんで	こめ油	6	小妻 十豆 頸肉	8	<b>ド</b> _¬`.¬ →		_	小事 十三 堅本
H		だしの素 こいくちしょうゆ		さば 小麦 大豆	日	カツサンドにして 食べましょう!	コンソメスープ ウスターソース		小麦 大豆 鶏肉	l	ビーフンスープ	焼き豚 ビーフン	1 5	小麦 大豆 豚肉
(月	)	みりん		1 - 1 - 1	(火)		こしょう			(水)		たまねぎ	4	
	(=w5th/	こし スラル /	_	小主		ウンノギ のギカ ごっ	ウムノザノラのピュート	4				にんじん	3	
	にゅうめん	ふしそうめん 5らしかまぼこ・星(きいろ)	5	小麦		白いんげんのポタージュ	白いんげん豆のピューレ たまねぎ	4		ĺ	生駒でとれた	ねぎ しいたけ	3 4	
	生駒でとれた たまねぎだよ!	ちらしかまぼこ・星(オレンジ)	1			生駒でとれた	じゃがいも	5		ĺ	たまねぎだよ!	中華スープ	ĺ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま
		たまねぎ オクラ	4			たまねぎだよ!	えりんぎ こめ油	4 6				うすくちしょうゆ こしょう		小麦 大豆
		だしの素	٦	さば			コンソメスープ		小麦 大豆 鶏肉		a co	こめ油	6	
t		うすくちしょうゆ		小麦 大豆			米粉シチューの素							
	SUL X						こしょう							
タ	150													
南														
立														
		エネルギー	<u> </u>	たんぱく質	1		エネルギー	<u> </u>	たんぱく質		<i>///</i>	エネルギー	1	たんぱく質
L		742kcal		26.4g	L		825kcal		28.0g	L		769kcal		22.3q
В	献立名	材料名	栄養	アレルゲン	B	献立名	材料名	栄養 六群	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養	を アレルゲン
	食パン	食パン			1	→"(+ /					-27 1 7			
		TS/ ()	2	乳 小麦		ごはん	ごはん	5			ごはん	ごはん	5	
1									땕					
	牛乳 、	牛乳		乳小麦乳		牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳		乳
			2				牛乳牛肉	2				牛乳 さわら(素焼き)		乳
	牛乳 、 鶏肉のハーブ焼き	牛乳 鶏肉のハーブ焼き	2	乳		牛乳牛丼	牛乳 牛肉 たまねぎ	2 1 4			牛乳	牛乳 さわら(素焼き) 清酒	2	乳
	牛乳 鶏肉のハーブ焼き グリミンサラダ	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳牛肉	2			牛乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き)	2	乳 小麦 大豆
	牛乳 、 鶏肉のハーブ焼き	牛乳 鶏肉のハーブ焼ききゅうり	2 1 4	乳		牛乳 牛丼	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸こんにゃく にんじん おろししょうが	2 1 4 5	牛肉	10	牛乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清酒 ていくちしょうゆ 三温糖 ゆず果汁	2	乳 小麦 大豆
9	年乳 親肉のハーブ焼き ガリニンサラダー タンにはさんで 食べましょう!	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング	2 1 4 4 6	乳肉ごま	10 E	牛乳牛丼	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸こんにゃく にんじん おろししょうが だしの素	2 1 4 5	牛肉	13 日	牛乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清酒 こいくちしょうゆ 三温糖 ゆず果汁 米酢	2 1 5 4	乳 小麦 大豆
B	牛乳 第内のハーブ焼き グリーンサラダー - ・ 食べいにはさんで 食べましょう! カレースープ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん	2 1 4 4 6 1 3	乳	日	牛乳 牛丼 生駒でとれた	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸こんにゃく にんじん おろししょうが だしてありまうゆ 三温糖	2 1 4 5	牛肉	日	牛乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清酒 こいくちしょうゆ 三温糖 ゆず果汁 米酢 でん粉	2 1 5 4 5	乳 小麦 大豆
	生乳 鶏肉のハーブ焼き   グリーンサラグ , 食べいにはさんで 食べましょう! カレースープ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまねぎ	2 1 4 4 6 1 3 4	乳肉ごま		牛乳 牛丼 生駒でとれた	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸ごんにゃく にんじん おろししょうが だしの素 こいくちしょうゆ 三温糖 みりん	2 1 4 5 3	牛肉	日	牛乳 さわらの香味焼き	<ul><li>牛乳</li><li>さわら(素焼き)</li><li>清酒</li><li>こいくちしょうゆ</li><li>三温糖</li><li>ゆず果汁</li><li>米酢</li><li>でん粉</li><li>豚肉</li></ul>	2 1 5 4 5	乳 小麦 大豆
B	牛乳 第内のハーブ焼き グリーンサラダー - ・ 食べいにはさんで 食べましょう! カレースープ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん	2 1 4 4 6 1 3	乳肉ごま	日	牛乳 牛丼 生駒でとれた	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸こんにゃく にんじん おろししょうが だしてありまうゆ 三温糖	2 1 4 5 3	牛肉	日	牛乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清酒 こいくちしょうゆ 三温糖 ゆず果汁 米酢 でん粉	2 1 5 4 5	乳 小麦 大豆 豚肉
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまねざ きゃいんげん ホールトマト こめ油	2 1 4 4 6 1 3 4 3	乳 鶏肉 ごま 豚肉	日	<ul><li>牛乳</li><li>牛丼</li><li>生駒でとれた たまねぎたよ!</li></ul>	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸こんにゃく にんじん おろししょうが だしの素 こいくちしょうゆ 三温糖 みりん 清酒 こめ油	2 1 4 5 3	牛肉	日	牛乳 さわらの香味焼き	牛乳 さから(素焼き) 清酒 こいべちしょうゆ 三温糖 ゆず果 汁 米酢 でん粉 豚肉 ゴーヤ にんじん もやし	2 1 5 4 5	乳 小麦 大豆 豚肉
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまねぎ さやいんげん ホールトマト こカレールウ	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3	乳肉ごま	日	牛乳 牛丼 生駒でとれた	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸ごんにゃく にんじん おろししょうが だしの素 こいくちしょうゆ 三温糖 みりん 清酒 こめ油	2 1 4 5 3 5 6 1	牛肉 さば 小麦 大豆	日	牛乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清水(ちしょうゆ 三温糖 ゆず果汁 米酢 でん粉 豚肉 ゴーヤ にんじん もやし マプ	2 1 5 4 5 1 4 3	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースノム にんじん たまねぎ さやいんげん ホールトマト こめ油 カレールウ カレールウ カレーが コンソメスープ	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3	乳 鶏肉 ごま 豚肉	日	<ul><li>牛乳</li><li>牛丼</li><li>生駒でとれた たまねぎたよ!</li></ul>	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸こんにゃく にんじん おろししょうが だしの素 こいくちしょうゆ 三温糖 みりん 清酒 こめ油	2 1 4 5 3 5 6 1	牛肉	日	牛乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清酒 こいくちしょうゆ 三温糖 ゆず果汁 米酢 でん粉 豚肉 ゴーヤ にんじん もやし 中至いくちしょうゆこしょう しょう しょう しょう しょう しょう	2 1 5 4 5 1 4 3	乳 小麦 大豆 豚肉
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまやいんげん ホールトマト こめ油 カレールウ カレー粉 コンソメスープ 塩	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3	乳 鶏肉ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉	日	生料 生駒でとれた たまねぎだよ! 5くわの天ぷら	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸こんにゃく にんじん おろししようが だしの素 こいべちしょうゆ 三温糖 みりん 清直 あった 一角形がら粉 こめ油	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6	牛肉 さば 小麦 大豆 小麦 大豆	日	牛乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清酒 こいさしょうゆ 三温糖 ゆず果汁 米酢 でん粉 豚 ウェーヤ にんじん もやし 中華スープ こいよう おろししょうが	2 1 5 4 5 1 4 3 4	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースノム にんじん たまねぎ さやいんげん ホールトマト こめ油 カレールウ カレールウ カレーが コンソメスープ	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3	乳 鶏肉ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉	日	生料 生駒でとれた たまねぎだよ! 5くわの天ぷら	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸こんにゃく にんじん おろししまうが だしの素 こいはあまうゆ 三別か酒 このは 一部の 一部の 一部の 一部の 一部の 一部の 一部の 一部の 一部の 一部の	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6	牛肉 さば 小麦 大豆	日	牛乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清酒 こいくちしょうゆ 三温糖 ゆず果汁 米酢 でん粉 豚肉 ゴーヤ にんじん もやし 中至いくちしょうゆこしょう しょう しょう しょう しょう しょう	2 1 5 4 5 1 4 3 4	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまやいんげん ホールトマト こめ油 カレールウ カレー粉 コンソメスープ 塩	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3	乳 鶏肉ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉	日	生期でとれたたまれぎだよ! ちくわの天がら	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸こんにゃく にんじん おろししまうが だしい素 こいべる想 ・カウ酒 こかり酒 この ・カウ酒 この ・カウ酒 この ・カウ酒 この ・カー酒 この ・カー酒 この ・カー酒 この ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー ・カー	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2	牛肉 さば 小麦 大豆 小麦 大豆	日	生乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清でもしょうゆ 三温糖 汁米でん 物 ブーヤ にんじん もや車 でん もや 車 でんじょう がったい まったい まったい かっき 油 がったい かっき 油 がったい かっき 油	2 1 5 4 5 1 4 3 4	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまやいんげん ホールトマト こめ油 カレールウ カレー粉 コンソメスープ 塩	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3	乳 鶏肉ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉	日	生料 生駒でとれた たまねぎだよ! 5くわの天ぷら	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸こんにゃく にんじん おろししょうが だしの素 こいべ。糖 みりん 清直め油 舟形ぶら物 こめ おりた おりた おりた まさりか 三温かり 三温かりか きさいない かった かった かった かった かった かった かった かった かった かった	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4	牛肉 さば 小麦 大豆 小麦 大豆	日	牛乳 さわらの香味焼き	牛乳 さから(素焼き) 清でもしょうゆ (素焼き) 清でいるしょうゆ (三温糖 ) サイン (大きな)	2 1 5 4 5 1 4 3 4	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまやいんげん ホールトマト こめ油 カレールウ カレー粉 コンソメスープ 塩	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3	乳 鶏肉ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉	日	生料 生駒でとれた たまねぎだよ! 5くわの天ぷら	牛乳 牛肉 たまなんにゃく にんじん かがた だいない かっぱ	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1	牛肉 さば 小麦 大豆 大豆 大豆 大豆 大豆	日	生乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清でしょうゆ (素焼き) 清でしょうゆ (表別で) にいる (表別で) できない (表別で)	2 1 5 4 3 4 1 6 4 1 4	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆 ごま 大豆
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまやいんげん ホールトマト こめ油 カレールウ カレー粉 コンソメスープ 塩	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3	乳 鶏肉ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉	日	生料 生駒でとれた たまねぎだよ! 5くわの天ぷら	牛乳 牛肉 だまない かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう がたい ない ない できない できない かんしゃ かん できない かん できない かん	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1	牛肉 さば 大豆 小麦 大豆 大豆 大力豆 大力豆 大力豆 大力豆 大力豆	日	生乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清でしまうゆ (素焼き) 清でいる (まうゆき) では (まっぱが 大き (まっぱが 大き (まっぱが はっぱい はいしょう (まっぱい はいしょう (まっぱい はいしょう (まっぱい はいまっぱい はいます (まっぱい はいます (まっぱい はいます) がいば まながん ようがば しょうがんば	2 1 5 4 5 1 4 3 4 1 6 4 1	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 大豆 ごま 大豆
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまやいんげん ホールトマト こめ油 カレールウ カレー粉 コンソメスープ 塩	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3	乳 鶏肉ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉	日	生料 生駒でとれた たまねぎだよ! 5くわの天ぷら	牛乳 牛肉 たまなんにゃく にんじん かがた だいない かっぱ	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1	牛肉 さば 小麦 大豆 大豆 大豆 大豆 大豆	日	生乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清でしょうゆ (素焼き) 清でしょうゆ (表別で) にいる (表別で) できない (表別で)	2 1 5 4 3 4 1 6 4 1 4	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆 ごま 大豆
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまやいんげん ホールトマト こめ油 カレールウ カレー粉 コンソメスープ 塩	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3	乳 鶏肉ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉	日	生料 生駒でとれた たまねぎだよ! 5くわの天ぷら	牛乳 牛肉 だまない かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう がたい ない ない できない できない かんしゃ かん できない かん できない かん	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1	牛肉 さば 大豆 小麦 大豆 大豆 大力豆 大力豆 大力豆 大力豆 大力豆	日	生乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清でしまうゆ (素焼き) 清でしょうゆ (三温・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	2 1 5 4 3 4 1 6 4 1 4	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 乳肉 豚肉 が麦 大豆 ごま 大豆 さば
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースノム にんじん たまねぎ さやいんげん ホールトマト こめ油 カレールウ カレー粉 コンソメスープ 塩 こしょう	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3	乳 鶏肉ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉	日	生期でとれた たまねぎだよ! ちくわの天ぶら	牛乳 キス キス キス キス キス キス キス キス かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう かん かんしょう かん かんしゃ かん	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1	牛肉 さば、大豆 小麦 大豆 大小麦 大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日	生乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清でしまうゆ (素焼き) 清でしまうゆ (素焼き) では (大き) では (大き) では (大き) では (大き) では (大き) では (大き) できません (大き) できません (大き) がいままれる (大き) がいば 素 とうがん (大き) できない (大き) かい	2 1 5 4 3 4 1 6 4 1 4	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 大豆 ごま 大豆 さば 小麦 大豆 さば 小麦 大豆
B	生乳 類肉のハーブ焼き グリニンサラグ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまやいんげん ホールトマト こめ油 カレールウ カレー粉 コンソメスープ 塩	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3 6	乳 鶏肉ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉	日	生料 生駒でとれた たまねぎだよ! 5くわの天ぷら	牛乳 牛肉 だまない かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう かんしょう がたい ない ない できない できない かんしゃ かん できない かん できない かん	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1 1	牛肉 さば 大豆 小麦 大豆 大豆 大力豆 大力豆 大力豆 大力豆 大力豆	日	生乳 さわらの香味焼き	牛乳 さわら(素焼き) 清なしまうゆ (素焼き) 清なしょうゆ (素焼き) でん 物 内 ヤ にん や 車 でん が 車 でん が 中 でん でん でんし スーカー でん	2 1 5 4 5 1 4 3 4 1 6 4 1 4 3 3	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆 ごま 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6q
B	年乳 期肉のハーブ焼き カリーンサラダー かんにはさんで 食べましょう! カレースープ 生駒でとれた たまねぎだよ!	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースノム にたじん たまねぎ さやいんげん ホールトマト ごめ油 カレールウ カレールウ カレールウ カレーメメスープ 塩 こしょう	2 1 4 4 6 1 3 3 3 6 6	乳 鶏肉ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉	日	生別でとれた たまねぎだよ! ちくわの天ぶら	牛乳 牛肉 たまなにない にんしょうが だいがん にんろしい なましょうか だい をしい ない をしまい できない できない かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱ	2 1 4 5 3 5 6 1 5 2 4 3 1 1	牛肉       さば、小麦 大豆       小麦 大豆       大豆豆豆豆豆       たんぱく質	日	生乳 さわらの香味焼き ゴーヤチャンブルー とうがんのすまし汁	牛乳 さわら(素焼き) 清でいたいます から (素焼き) 清でいたいまうゆ 三 の で で が で が で が で が で が で が で が で が で が	2 1 5 4 5 1 4 3 4 1 6 4 1 4 3	乳 小麦 大豆 豚肉 がま 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6g
(**	年乳 期肉のハーブ焼き カリーンサラダー かんにはさんで 食べましょう! カレースープ 生駒でとれた たまねぎだよ!	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースノム にんじん たまねぎ さやいんげん ホールトマト こめ油 カレールウ カレート数 コンソメスープ 塩 こしょう	2 1 446 134336	乳 鶏肉ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉	日 (金)	生別でとれた たまねぎだよ! ちくわの天ぶら	牛乳 牛肉 だまなにない にんしょうが だいがん にんろしい ない にんろしい ない できない できない できない できない かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱ	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1 1	牛肉       さば 小麦       小麦       大豆       大豆豆       さば       たんぱく質 29.8g	日 (月)	生乳 さわらの香味焼き ゴーヤチャンブルー とうがんのすまし汁 献立名	牛乳 さわら(素焼き) 清でもしょうゆ 三水 標子 でんじ 三次 標子 でんじ できない できない できない かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱ	2 1 5 4 5 1 4 3 4 1 6 4 1 4 3 栄養	乳 小麦 大豆 豚肉 がま 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6g
(**	#乳 カのハーブ焼き カッペパン ボ立名	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまねぎ さやいんげん ホールトマト こかレールウ カレー粉 コンソメスープ 塩 こしょう エネルギー 773kcal 材料名 コッペパン	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3 6 余	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 たんぱく質 30.7g アレルゲン 乳 小麦	日 (金)	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぷら         赤だし         献立名         ごはん	牛乳 牛肉 たまねぎ 糸こんにゃく にんじんしょうが だしの 素しい 温 糖 かき こい 温 糖 かき こい 温 糖 かき こい 温 糖 かき さい かき さい かき かき かき かか かき たけ かき たしの 素 エネルギー 767kcal 材料名 ごはん	2 1453 5 6 1524311 業務群 5	牛肉       さば 小麦 大豆       小麦 大豆       大豆       大豆豆豆豆       たんぱく質 29.8g アレルゲン	日 (月)	生乳 さわらの香味焼き ゴーヤチャンブルー とうがんのすまし汁 献立名 米粉パン	牛乳 さわら(素焼き) 清ない まから (素焼き) 清ない まから (素焼き) 清ない まかっ とこれ は かり	2 1 5 4 5 1 4 3 4 1 6 4 1 4 3 栄養 5 5	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆 ごま 大豆 さば 小麦 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6q アレルゲン 乳 小麦
(**	年乳 第内のハーブ焼き かり	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースノム にんじん たまねぎ さやいんげん ホールトマト こめ油 カルールウ カルールウ カレールウ コンソメスープ 塩 こしょう	2 1 4 4 6 1 3 4 3 3 6 余	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 たんぱく質 30.7g アレルゲン	日 (金)	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名	牛乳 牛肉 だまなにない においた 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 できない できない できない かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱい かっぱ	2 1453 5 6 156 1524311	牛肉       さば 小麦 大豆       小麦 大豆       大豆       大豆豆豆豆       たんぱく質 29.8g アレルゲン	日 (月)	生乳 さわらの香味焼き ゴーヤチャンブルー とうがんのすまし汁 献立名	牛乳 さわら(素焼き) 清でいたいます から (素焼き) 清でいたしょうゆ 三 の で で が か で が で が で が で が で が で か で か で か	2 1 5 4 5 1 4 3 4 1 6 4 1 4 3 栄養 5 5	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆 ごま 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6q アレルゲン
(**	#乳 カのハーブ焼き カッペパン ボ立名	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースノム にたおねぎ さやいんげん ホールトマト ごめ油 カレール労 コンソメスープ 塩こしょう エネルギー 773kcal 材料名 コッペパン 牛乳 コーンコロッケ	2 1 446 1334336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 たんぱく質 30.7g アレルゲン 乳 小麦 乳	日 (金)	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぷら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごブリッター (3尾)	牛乳 牛肉 たまないにん かい かっぱい かっぱ	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1 1 崇六 5 2 1	牛肉       さば 小麦 大豆       小麦 大豆       大豆       大豆豆豆豆       たんぱく質 29.8g アレルゲン	日 (月)	牛乳         さわらの香味焼き         ゴーヤチャンブルー         献立名         米粉パン         牛乳         あじの南蛮漬け	牛乳 さわら(素焼き) 清でしまうゆ にいる はいましま はいましま はいましま はいましま かかった はいましま かいましま かいまい はいました かいまい はいまい はいまい はいまい はいまい はいまい はいまい はいまい	2 1 5 4 5 1 4 3 3 4 1 6 4 1 4 3 第	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 ボ 大豆 ボ 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6a アレルゲン 乳 乳
(**	# 第内のハーブ焼き は がり こうり こうり こうり こうり こうり まん かっと はさんで 食べましょう! カレースープ は 野でとれた だまねぎだよ! こう は かい こう は かい こう は かい こう は かい こう と は ま な こと と ま な こう と は ま な ま な こう と は ま な ま な こう と は ま な こう と は ま な こう と は ま な こう と ま な ま な ま な こう と ま な こう と ま な こと と ま な ま な こう と ま な こう と ま な こう と ま な ま な ま な こう と ま な ま な こう と な ま な こう と な ま な ま な ま な こと と な ま な ま な ま な ま な ま な ま な ま な ま な ま	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまねぎ さやいんげん ホールトマト こかは カレー粉 コンソメスープ エネルギー 773kcal 材料名 コッベパン 牛乳	2 1 4446 1343366 栄養費 5 2	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 たんぱく質 30.7g アレルゲン 乳 小麦 乳	日 (金)	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぷら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごブリッター (3尾)	牛乳 牛肉 だまなにない はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいま	2 1453 5 6 1524311	牛肉       さば、小麦 大豆       小麦 大豆       大豆豆       大豆豆       さば       たんぱく質       29.8g       アレルゲン       乳	日 (月)	牛乳         さわらの香味焼き         ゴーヤチャンブルー         献立名         米粉パン         牛乳         あじの南蛮漬け	牛乳 さわら(素焼き) 清では、またのでは、	2 1 5 4 5 1 4 3 4 1 6 4 1 4 3 栄養 5 2 1 6	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま でま 大豆 さば 小麦 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6g アレルゲン 乳 小麦 乳
(**	年乳 鶏肉のハーブ焼き カリースープ 全がいにはさんで 食べましょう! カレースープ 生駒でとれた たまねぎだよ! ボ立名 コッペパン 牛乳 コーンコロッケ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまねぎ さやいんげん ホールトマト こめ カレールウ カレー が コンソ 塩 こしょう エネルギー 773kcal 材料名 コッペパン 牛乳 コーシコロッケ こめ油	2 1 4466 13343366	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 たんぱく質 30.7g アレルゲン 乳 小麦 乳	日 (金)	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)	牛乳 牛肉 たまねんにゃく におうしの まいま かっぱ	2 1 4 5 3 5 6 1 5 2 4 3 1 1	牛肉       さば       小麦       大豆       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	牛乳         さわらの香味焼き         ンゴーヤチャンブルー         とうがんのすまし汁         献立名         米粉パン         牛乳	牛乳 さわら(素焼き) 清でいます かいます かいます かいます かいます かいます かいます かいます か	2 1 5 4 5 1 4 3 3 4 1 6 4 1 4 3 第	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま でま 大豆 さば 小麦 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6q アレルゲン 乳 小麦 乳
日 (木	#乳	牛乳 鶏肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースノム にんじん たまねぎ さやいんげん ホールトマン カレール カンノメス ープ エネルギー 773kcal 材料名 コッペパン 牛乳 コーシコロッケ こめ油 ほうれんぎ	2 1 4466 1343336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 かしばく質 30.7g アレルゲン 乳 小麦 乳 小麦	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぷら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 牛肉 だんじん かんじん かんじん かんじん かんじん かんじん かんじん かんじん	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1 1 崇六 5 2 1 6 1 3	牛肉       さば       小麦       大豆       大豆豆豆豆はず       たんぱく質       29.8g       アレルゲン       乳       小麦       大豆	日(月)日	牛乳         さわらの香味焼き         ゴーヤチャンブルー         とうがんのすまし汁         献立名         米粉パン         牛乳         あじの南蛮漬け	牛乳 さわら (素焼き) 清でいる (素焼き) 清でいる (素焼き) では、 大き (素焼き) では、 大き (ままり) では (ままり) では (ままり) では (ままり) では (ままり) では (ままり) では (おもり) では (おもり) では (ままり) がいて (ままり) では (ままり) がいて (おもり) でんり (おもり) でんり (おもり) でんり (は) は (は) は) は (は) は (	2 1 5 4 5 1 4 3 4 1 6 4 1 4 3 栄養 5 2 1 6	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 ボま 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6q アレルゲン 乳
日 (木 日	#乳 期内のハーブ焼き カリーンサラダー 食べいにはさんで 食べましよう! カレースープ  生駒でとれた たまれぎだよ!  フッペパン  牛乳 コーンコロッケ  ほうれん草のパターソテー	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり イタリアンドレッシング ロースハム にたまないんがん たまないいんげん たまないしかけん コンリメス コンリメス コンリメス マカルールウ カレー粉 コンリメス コッペパン 牛乳 コーンコロッケ ほえりん ほうれん草 スワんゴン	2 1 4466 1343336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 たんぱく質 30.7g アレルゲン 乳 小麦 乳 小麦 大豆 豚肉	日 (金)	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)	牛乳 キャス	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1 1	牛肉       さば       小麦       大豆       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	キ乳 さわらの香味焼き  ゴーヤチャンブルー  とうがんのすまし汁  献立名  米粉パン  牛乳  あじの南蛮漬け	年乳 さわら(素焼き) 清でにも中でになり、素焼き) 清でいる はいっぱ はいっぱ はいっぱ はいっぱ はいっぱ はいっぱ はいっぱ はいっぱ	2 1 5 4 5 1 4 3 4 1 6 4 1 4 3	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 ボナ ス豆 さば 小麦 大豆 さばず 小麦 大豆 さばずかま たんぱく質 30.6g アレルゲン 乳 小麦 乳
日 (木	#乳 期内のハーブ焼き カリーンサラダー 食べいにはさんで 食べましよう! カレースープ  生駒でとれた たまれぎだよ!  フッペパン  牛乳 コーンコロッケ  ほうれん草のパターソテー	牛乳 鶏肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースノム にんじん たまねぎ さやいんげん ホールトマン カレール カンノメス ープ エネルギー 773kcal 材料名 コッペパン 牛乳 コーシコロッケ こめ油 ほうれんぎ	2 1 4466 1343336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 たんぱく質 30.7g アレルゲン 乳 小麦 乳 大豆 乳 小麦 乳 大豆	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぷら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 牛肉 だんじん かんじん かんじん かんじん かんじん かんじん かんじん かんじん	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1 1	牛肉       さば       小麦       大豆       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日(月)日	キ乳 さわらの香味焼き  ゴーヤチャンブルー  とうがんのすまし汁  献立名  米粉パン  牛乳  あじの南蛮漬け	牛乳 さわら (素焼き) 清でいる (素焼き) 清でいる (素焼き) では、 大き (素焼き) では、 大き (ままり) では (ままり) では (ままり) では (ままり) では (ままり) では (ままり) では (おもり) では (おもり) では (ままり) がいて (ままり) では (ままり) がいて (おもり) でんり (おもり) でんり (おもり) でんり (は) は (は) は) は (は) は (	2 1 5 4 5 1 4 3 4 1 6 4 1 4 3	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 ボま 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6q アレルゲン 乳
日 (木 日	#乳 期内のハーブ焼き かり かり こうせうダー・ かり こうせうダー・ かっこ はさんで 食べましょう! カレースーブ ま物でとれた だまねぎだよ! ファベバン 牛乳 コーンコロッケ ほうれん草のバターソテー	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にんじん たまねぎ さやいんげん ホール カレー	2 1 4466 1343336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 小麦 大豆 鶏肉 たんぱく質 30.7g アレルゲン 乳 小麦 乳 小麦 大豆 豚肉	日 (金)	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 キカ キャ	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1 1	牛肉       さば       小麦       大豆       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	生乳 さわらの香味焼き  ゴーヤチャンブルー  とうがんのすまし汁  献立名  米粉パン  牛乳 あじの南蛮漬け	年乳 さわら(素焼き) 清にいた (おり) でんり (おり) がごままねぶんぱ 素 (おり) (おり) でんり (おり) にんり	2 1 54 5 14334 16 4143 柴森群 5 2 165 6 4	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 ボま 大豆 ボま 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6q アレルゲン 乳 乳 小麦 大豆 かま れっち かっち かっち かっち かっち かっち かっち かっち か
日 (木	#乳 期内のハーブ焼き カリーンサラダー	牛乳 鶏肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にたまねいんがん たまねいんがん たまないしんが カレー粉 フンリン 塩こしょう オ料名 コッペパン 牛乳 コーン油 草 えん・コンソメープ ほうれんぎ ていくちソスープ バタープ	2 1 4466 1343336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	年乳 中	2 1453 5 6 156 1524311 柴荒5 2 16 13455	牛肉       さば、大豆       小麦豆       大力       豆豆豆       たんぱく(質と9.8g アレルゲン)       乳 小 豚肉	日 (月)	生乳 さわらの香味焼き  ゴーヤチャンブルー	年乳 さきった かくしょう かいこう はいかい はいました はいまり はいました はいまりにはいました はいまりにはいまりにはいまりにはいまりにはいまりにはいまりにはいまりにはいまりに	2 1 54 5 14334 16 4143	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 ボま 大豆 ボま 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6q アレルゲン 乳 乳 小麦 大豆 かま れっち かっち かっち かっち かっち かっち かっち かっち か
日 (木	#乳 期内のハーブ焼き かり かり こうせうダー・ かり こうせうダー・ かっこ はさんで 食べましょう! カレースーブ ま物でとれた だまねぎだよ! ファベバン 牛乳 コーンコロッケ ほうれん草のバターソテー	牛乳 鶏肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアドレッシング ロースハム にんじん たまねぎ さいしん ボールトマン カルー カルー カルー カルー カルー カルー カルー オスリム こしょう エネルギー 773 kcal 材料名 コッペパン キューシ油 ほうれんぎ ンこい メスープ ロッケ こめ油 ほうれんぎ コンフソメープ	2 1 4466 1343336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大 豆 鶏肉肉 小麦 大 豆 鶏肉肉 たんぱく質 アレルゲン 乳 大豆 豆 鶏肉 乳 大豆 豆 鶏肉 大 大豆 鶏肉肉	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 キカ キャ	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1 1	牛肉       さば       小麦       大豆       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	キ乳 さわらの香味焼き  ゴーヤチャンブルー  とうがんのすまし汁  献立名  米粉パン  牛乳 あじの南蛮漬け	年乳 さわら(素焼き) 清にいた (おり) でんり (おり) がごままねぶんぱ 素 (おり) (おり) でんり (おり) にんり	2 1 54 5 14334 16 4143	乳 小麦 大豆 豚肉 小麦 大豆 ボま 大豆 ボま 大豆 さば 小麦 大豆 たんぱく質 30.6q アレルゲン 乳 乳 小麦 大豆 かま れっち かっち かっち かっち かっち かっち かっち かっち か
日 (木	#乳 期内のハーブ焼き カリーンサラダー	牛乳 親肉のハーブ焼ききゅうり キャペツ イタリアンドレッシング ロースハム にたまないんがき さんかい はいかい アンドレッシング ロースハム にたまないんがく たっかん アンドレッシング コースハム にたまない ルール カルー カルー カルー カルー カルー カルー カルー カルー カルー	2 1 446 134336	乳 期 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 中	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1 1	牛肉       さば、大豆       小麦豆       大力       豆豆豆       たんぱく(質と9.8g アレルゲン)       乳 小 豚肉	日 (月)	生乳 さわらの香味焼き	中乳 さううけん はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます	2 1 54 5 1434 16 4143 柴森 5 2 165 6 4346	乳 小麦 大豆 豚肉 小小麦 大豆 ボース フェース フェース フェース フェース フェース フェース フェース フェ
日 (木	#乳 期内のハーブ焼き カリーンサラダー	牛乳 鶏肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアドレッシング ロースバム にたまねいん ドラウム ロースバム にたまないん ボール カレー カリン 塩 こしょう オメ 名 コッペパン キュー フカ はまりん デュー スカム できな スペーン カルーズ フンター たまん グラロニ (シェル)	2 1 446 134336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小 歩 麦 大	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 キュー キャン・カー はん 乳 な油 肉にたい糸さといい オーリック はん 乳 な油 肉にたいんにが オーリック はん 乳 な油 肉にないには、 乳 なか 肉にないには、 カー はんぎ もくいには、 カー はんぎ もくいには、 カー はんぎ もくいには、 カー はんぎ もくがん はん りょう かんぎ もくがん はん りょう はんりょう しょう しょう しょう はんりょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう し	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1 1	牛肉       さば、大豆       小麦       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	生乳 さわらの香味焼き  ゴーヤチャンブルー	年乳 さ清でにかかます。 かいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます は	2 1 54 5 1434 16 4143	乳 小 表 大豆 豚肉 小 表 大豆 鶏肉 豚肉 ボモ 大豆 さばま 大豆 たんぱく質 30.6g アレルゲン 乳 乳 、大豆 、大豆 、大豆 、大豆 、大豆 、大豆 、大豆 、大豆
日 (木	#乳 期内のハーブ焼き カリーンサラダー	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベアンドレッシング ロースパん だきやい パイタリンドレッシング ロースパん だきやいんドマト カルー おり カルー カルコン塩 こしょう オルギー 773kcal オメ名 コッペパン キョーシ油 ほえりんコン ちょっぱん マカー スパク まなん ローオース ない アイター だんん ローオース スパクー オンコン リンフィス フンフィス フンフィス ファイス ファイス アクー さん に 大き アイ・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス	2 1 446 134336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小 歩 麦 大	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 キャスにおうに かいました はい 乳 なか はい 乳 なか はい 乳 なか はい 乳 なか ない	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1 1	牛肉       さば、大豆       小麦       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	キ乳 さわらの香味焼き カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	中 さ清でにかい かいま かい で	2 1 54 5 1434 16 4143 柴六5 2 165 6 4346 143	乳 小麦 大豆 豚肉 小小麦 大豆 ボー ボー ボー ボー ボー ボー ボー ボー ボー ボー
日 (木	#乳 期内のハーブ焼き カリーンサラダー	牛乳 親肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にたまないんがき さんかい カルー カル・カルー カルーカル カルー カルーカル カルー カルーカル カルギー 773kcal 材料名 コッペパン 年乳 コーシ油 草 たん心豆 カル・オーカル カル・カーブ たんん豆 マカロニ オスープ たんし ファン よっか カル・ファン メラーカーカー カル・カーカー カル・カーカー カーカーカー カーカーカー カーカーカーカーカーカーカーカーカーカー	2 1 446 134336	乳 期 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別 別	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 中	2 1453 5 6 156 1524311 業費 5 2 16 1345536 5 43	牛肉       さば、大豆       小麦       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	生乳 さわらの香味焼き	牛 さ清でいます かい はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいま	2 1 54 5 1434 16 4143 柴森 5 2 165 6 4346 1433	乳 小 小 小 大 大 豆 さば 大 豆 さば 大 豆 さば 大 豆 さば 大 豆 たんぱく質 30.6cq アレルゲン 乳 乳 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、
日 (木	生乳 鶏肉のハーブ焼き カリースープ 全様でとれた たまねぎだよ! カレースープ 生駒でとれた たまねぎだよ! エーンコロッケ ほうれん草のパターソテー オニオンスープ	牛乳 鶏肉のハーブ焼き きゅうり キャベアンドレッシング ロースパん だきやい パイタリンドレッシング ロースパん だきやいんドマト カルー おり カルー カルコン塩 こしょう オルギー 773kcal オメ名 コッペパン キョーシ油 ほえりんコン ちょっぱん マカー スパク まなん ローオース ない アイター だんん ローオース スパクー オンコン リンフィス フンフィス フンフィス ファイス ファイス アクー さん に 大き アイ・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス	2 1 446 134336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小 麦 麦 大 大 豆 豆 鶏肉肉 か ま ま で 大 フ 豆 豆 頭 の 大 大 フ 豆 豆 頭 の 大 大 フ 豆 豆 鶏 肉肉 大 大 豆 豆 鶏 肉肉 大 大 豆 豆 鶏 肉肉 カース アレルグ フ マ カース アレルグ フ ラ マ カース アレル ア マ カース アレース アレース アレース ア マ カース アレース アレース アレース ア マ カース アレース ア マ カース アレース ア マ カース ア フ ラ マ カース アレース ア フ ラ マ カース ア フ ラ ア ア ア ア	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 中 た	2 1 4 5 3 5 6 1 5 6 1 5 2 4 3 1 1	牛肉       さば、大豆       小麦       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	キ乳 さわらの香味焼き カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	年 さ清でにも中では、	2 1 54 5 1434 16 4143	乳 小麦 大豆 豚肉 小小麦 大豆 一さば 大豆 さば麦 大豆 たんぱく質 30.6q アレルゲン 乳 ・ フェー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
日 (木	生乳 鶏肉のハーブ焼き カリースープ 全様でとれた たまねぎだよ! カレースープ 生駒でとれた たまねぎだよ! エーンコロッケ ほうれん草のパターソテー オニオンスープ	牛乳 親肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアンドレッシング ロースハム にたまないんがき さんかい カルー カル・カルー カルーカル カルー カルーカル カルー カルーカル カルギー 773kcal 材料名 コッペパン 年乳 コーシ油 草 たん心豆 カル・オーカル カル・カーブ たんん豆 マカロニ オスープ たんし ファン よっか カル・ファン メラーカーカー カル・カーカー カル・カーカー カーカーカー カーカーカー カーカーカーカーカーカーカーカーカーカー	2 1 446 134336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小 歩 麦 麦 大 豆 豆 鶏 肉肉 カー カー マー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファ	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 牛 生 が か	2 1453 5 6 156 1524311 業費 5 2 16 1345536 5 43	牛肉       さ小麦       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	キ乳 さわらの香味焼き カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	牛 さ清でにかいて 豚ゴにも中でにているかで ままらがいば 素しい ままらがいば 素しい ままらがいば 素しい おいま まらがいば 素しい エスは とととうみだけるかい オオン (で) 地種 からいま かん はいま かんじょう がん ままうがいば 素しい エスは ととしているがいば 素しい エスは という ドロ はい かん かん はい	2 1 54 5 1434 16 4143 柴森 5 2 165 6 4346 1433	乳 小
日 (木	生乳 鶏肉のハーブ焼き カリースープ 全様でとれた たまねぎだよ! カレースープ 生駒でとれた たまねぎだよ! エーンコロッケ ほうれん草のパターソテー オニオンスープ	牛乳 鶏肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアトレッシング ロースルム にたまねいんドマト カルーカルーカル フン塩 こしょう オスルギー 773kcal 材料 ココック まねじん マカー オス コロッケ たまんじょう かった は で カー カル カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カ	2 1 446 134336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小 歩 麦 麦 大 豆 豆 鶏 肉肉 カー カー マー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファ	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 中	2 1453 5 6 156 1524311 業費 5 2 16 1345536 5 434	牛肉       さばず大豆       小麦       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	キ乳 さわらの香味焼き カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	牛 さ清ことの米で、豚ゴにも中ことことができたとうかだうみが、乳の質が大きのでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これでは、これ	2 1 54 5 1434 16 4143	乳 小 小 小 小 小 大 立 は 大 立 は 大 立 は 大 立 は 大 立 は な 大 立 は な で よ た ん は な で も な が も な し な の 、 も な し の も も も ら も ら る ら ら の も ら ら の も の も の も る ら の も る ら る る る る る る る る る る る る る
日 (木	#乳 期内のハーブ焼き カリーンサラダー	牛乳 鶏肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアトレッシング ロースルム にたまねいんドマト カルーカルーカル フン塩 こしょう オスルギー 773kcal 材料 ココック まねじん マカー オス コロッケ たまんじょう かった は で カー カル カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カル・カ	2 1 446 134336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小 歩 麦 麦 大 豆 豆 鶏 肉肉 カー カー マー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファ	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 牛 生 が か	2 1453 5 6 156 1524311 業費 5 2 16 1345536 5 43	牛肉       さ小麦       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	キ乳 さわらの香味焼き カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	牛 さ清でにかいて 豚ゴにも中でにているかで ままらがいば 素しい ままらがいば 素しい ままらがいば 素しい おいま まらがいば 素しい エスは とととうみだけるかい オオン (で) 地種 からいま かん はいま かんじょう がん ままうがいば 素しい エスは ととしているがいば 素しい エスは という ドロ はい かん かん はい	2 1 54 5 1434 16 4143	乳 小
日 (木	生乳 鶏肉のハーブ焼き カリースープ 全様でとれた たまねぎだよ! カレースープ 生駒でとれた たまねぎだよ! エーンコロッケ ほうれん草のパターソテー オニオンスープ	牛乳 鶏肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアトレッシング ロースルム にたまねいんドマト カルーカルーカル フン塩 こしょう オスリス エネルギー ア73kcal 材料 名 コッペパン キュー シカ油 ほうれんごン メーシカ油 ほうれんご スペーコン はこしょう かった はん マカロニー オストリン・ストリー ストリー ストリー はん マカー・オス・ファー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	2 1 446 134336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小 歩 麦 麦 大 豆 豆 鶏 肉肉 カー カー マー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファ	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 中	2 1453 5 6 156 1524311 業費 5 2 16 1345536 5 434	牛肉       さ小麦       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	キ乳 さわらの香味焼き カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	牛 さ清でにラウ米で、豚ゴにも中でにているかできたとうみだらすかり、 大 生 あいる では かいに ちゅうしょう かい で たいしょう いんじゅう で デュラ いんじゅう はんきょう いんじゅう いんしゅう いんじゅう いんしゅう いんしゅう いんりゅう いんりょう いんり いんりょう いんり いんりょう いんしん いんりょう いんりょ いんりょう いんりょう いんりん いんりょう いんりょう いんりょう いんりょう いんりょう いんりん いんしん いんしん いんしん いんりょう いんり いんりょう いんりん いんりょう いんりんりん いんりょう いんりょう いんりょう いんりん いんりん いんりん いんりん いんりん いんりん いんりん いんり	2 1 54 5 1434 16 4143	乳 小 小 小 小 小 大 立 ま 大 立 さ 大 立 さ 大 立 さ 大 立 さ 大 立 さ 大 立 さ も し が よ し な で も も し な で も し な は で も し な し で も し な し に も し の に の し の し の し の し の し の し の し の し の し の し の に の し の し の し の し の し の し の し の し の し の し の に し の に し の し の に し の に し の し の に し の し の に し の し の に し に し
日 (木	生乳 鶏肉のハーブ焼き カリースープ 全様でとれた たまねぎだよ! カレースープ 生駒でとれた たまねぎだよ! エーンコロッケ ほうれん草のパターソテー オニオンスープ	牛乳 鶏肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアトレッシング ロースルム にたまねいんドマト カルーカルーカル フン塩 こしょう オスリス エネルギー ア73kcal 材料 名 コッペパン キュー シカ油 ほうれんごン メーシカ油 ほうれんご スペーコン はこしょう かった はん マカロニー オストリン・ストリー ストリー ストリー はん マカー・オス・ファー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	2 1 446 134336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小 歩 麦 麦 大 豆 豆 鶏 肉肉 カー カー マー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファ	日(金)日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 中	2 1453 5 6 156 1524311 業費 5 2 16 1345536 5 434	牛肉       さ小麦       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	キ乳 さわらの香味焼き カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	牛 さ清でにかった。 豚ゴにも中でにているかでは、たととみだっている。 からっという がいました かっという がいまし かっという がいましま かいば 素しい はいい はいい かい はいい かい かい はいい かい かい はい かい かい はい かい かい はい かい	2 1 54 5 1434 16 4143	乳 小 小 小 小 小 大 立 は 大 立 は 大 立 は 大 立 は 大 立 は な 大 立 は な で よ た ん は な で も な が も な し な の 、 も な し の も も も ら も ら る ら ら の も ら ら の も の も の も る ら の も る ら る る る る る る る る る る る る る
日 (木	生乳 鶏肉のハーブ焼き カリースープ 全様でとれた たまねぎだよ! カレースープ 生駒でとれた たまねぎだよ! エーンコロッケ ほうれん草のパターソテー オニオンスープ	牛乳 鶏肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアトレッシング ロースルム にたまねいんドマト カルーカルーカル フン塩 こしょう オスリス エネルギー ア73kcal 材料 名 コッペパン キュー シカ油 ほうれんごン メーシカ油 ほうれんご スペーコン はこしょう かった はん マカロニー オストリン・ストリー ストリー ストリー はん マカー・オス・ファー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	2 1 446 134336	乳 鶏肉 ごま 豚肉 小 歩 麦 麦 大 豆 豆 鶏 肉肉 カー カー マー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファ	日 (金) 日 日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぷら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 中	2 1453 5 6 156 1524311 業費 5 2 16 1345536 5 434	牛肉       さ小麦       大豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆豆	日 (月)	キ乳 さわらの香味焼き  ゴーヤチャンブルー  献立名  米粉パン 牛乳 あじの南蛮漬け  中華スープ	牛 さ清でにかった。 豚ゴにも中でにているかでは、たととみだっている。 からっという がいました かっという がいまし かっという がいましま かいば 素しい はいい はいい かい はいい かい かい はいい かい かい はい かい かい はい かい かい はい かい	2 1 54 5 1434 16 4143	乳 小 小 小 小 小 大 立 ま 大 立 さ 大 立 さ 大 立 さ 大 立 さ 大 立 さ 大 立 さ も し が よ し な で も も し な で も し な は で も し な し で も し な し に も し の に の し の し の し の し の し の し の し の し の し の し の に の し の し の し の し の し の し の し の し の し の し の に し の に し の し の に し の に し の し の に し の し の に し の し の に し に し
	生乳 鶏肉のハーブ焼き カリースープ 全様でとれた たまねぎだよ! カレースープ 生駒でとれた たまねぎだよ! エーンコロッケ ほうれん草のパターソテー オニオンスープ	牛乳 鶏肉のハーブ焼ききゅうり キャベツ イタリアドレッシング ロースバム たまないんがく さかっかり コース バム にたまないんがく さから カーカル カルー カルー カルーカルーカル フェ エーカー カルー カルーカル カルー オスペース カルギー スカルボン サーカー カル 草 スペース カル・ボース カ	2 1 446 134336	乳 期 豚 水 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	日 (金) 日 日	牛乳         牛丼         生駒でとれた たまねぎだよ!         ちくわの天ぶら         赤だし         献立名         ごはん         牛乳         きびなごフリッター (3尾)         豚じゃが	牛乳 中	2 1453 5 6 156 1524311 業費 5 2 16 1345536 5 434	牛肉       さい       大力       豆麦       豆豆豆豆豆       たんぱく 変り、8g       アレルゲン       乳 小 豚肉       さば 表 大 大大 ララマ       乳 小 豚肉       さば 水 大 大大 カー・	日 (月)	キ乳 さわらの香味焼き カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	牛 さ清でにラウ米で、豚ゴにも中でにているかできたとうみだうみの いっぱい はいます かいに あいっぱい はいます かい	2 1 54 5 1434 16 4143	乳     小       小     歩       大豆     カー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

中学校用

	2020年	/月丁科	= H	W77.4X	20		٠٧٠٠	- The		-	5	生駒市教育委員	会	中学校用 生駒市立学校給食センター
日	献立名	材料名	栄養 六群	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養 六群	アレルゲン	日	献立名	材料名	栄養 六群	アレルゲン
	ごはん	ごはん	5			ごはん	ごはん	5			コッペパン	コッペパン	5	乳 小麦
	牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳
	ハヤシライス	豚肉	1	豚肉		鶏肉のたつた揚げ(3個)	鶏肉のたつた揚げ	1	小麦 大豆 鶏肉		ハンバーグ	ハンバーグ	1	小麦 鶏肉 豚肉
		じゃがいも たまねぎ	5 4			こつた揚げは 動市の	こめ油	6				トマトケチャップ	5	
	D 20	にんじん	3			当地グルメだよ!						ウスターソース	,	
17		しめじ グリンピース	4		20					21		とんかつソース でん粉	5	
日		こめ油 ハヤシルウ	6	小麦 大豆 豚肉	日	切り干し大根の煮物	切り干し大根 にんじん	4		日	ジャーマンポテト	じゃがいも	5	
(金)		デミグラスソース		小麦 牛肉 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチン	(月)		こめ油	6		(火)	7 (27/31	ソテーオニオン	4	RT do
		トマトケチャップ ウスターソース					さつまあげ だしの素	1	さば			ベーコン コンソメスープ		豚肉 小麦 大豆 鶏肉
		赤ワイン 三温糖	5				三温糖こいくちしょうゆ	5	小麦 大豆			ガーリック 塩		
		塩 こしょう					うすくちしょうゆみりん		小麦 大豆			こしょう オリーブオイル	6	
	アスパラガスのソテー	アスパラガス とうもろこし	3			みそ汁	とうふ たまねぎ	1	大豆		ミネストローネ	にんじん たまねぎ	3	
		塩 こしょう				ħ	しめじ わかめ	4 2			H	ズッキーニ 押し麦	4 5	
		コンソメスープ	_	小麦 大豆 鶏肉			ねぎ	3	. —			ホールトマト	3	
		こめ油	6				みそ 赤みそ	1	大豆			こめ油 コンソメスープ	6	小麦 大豆 鶏肉
	ヨーグルト	ヨーグルト	2	乳			だしの素		さば			塩 こしょう		
	U											三温糖	5	
		エネルギー		たんぱく質			エネルギー	1	たんぱく質	1		エネルギー		たんぱく質
	献立名	816kcal 材料名	栄養	25.4g アレルゲン	日	献立名	815kcal 材料名	栄養	31.3g アレルゲン	日	献立名	761kcal 材料名	栄養	30.7g アレルゲン
F	ごはん	ごはん	六群 5			ごはん	ごはん	六群 5	7	F	背割りパン	背割りパン	六群 5	乳小麦
	牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳
	シューマイ(3個)	シューマイ	1	小麦 豚肉		あげじゃがそぼろあんかけ	じゃがいも	5		Ι,	あらびきソーセージ(2本)	あらびきソーセージ	1	豚肉
	マーボーどうふ	合びきミンチ		牛肉 豚肉		5,7,5 (1,5 (1,5 (5),7 (7),7 (7)	こめ油 合びきミンチ	6	牛肉 豚肉			トマトケチャップ	5	1354-3
	- 0	とうふ	1				にんじん	3	十內 脉闪		パンにはさんで i ホットドッグにして !	ウスターソース	5	
22		たまねぎ たけのこ	4		27		たまねぎ グリンピース	4		28	食べましょう!	とんかつソース でん粉	5	
日		にら にんじん	3		日		でん粉 ざらめ	5		日	キャベツのソテー	キャベツ	4	
(水)		ごま油 おろししょうが	6		(月)		こめ油 おろししょうが	6		(火)	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	にんじん とうもろ <i>こ</i> し	3 4	
		ガーリック					清酒					こめ油	6	
		トウバンジャン 赤みそ	1	大豆 大豆			こいくちしょうゆ 塩		小麦 大豆			スープストック こしょう		大豆 豚肉
		オイスターソース 三温糖	5	小麦 大豆		ツナとさやいんげんの炒め物	ツナ	1				塩		
		清酒 中華スープ		小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま			さやいんげん えりんぎ	3			かぼちゃの米粉シチュー	かぼちゃ たまねぎ	3	
		こいくちしょうゆ	_	小麦 大豆			ごま油		ごま		*	ズッキーニ	4	
		でん粉	5				清酒 三温糖	5			1 2	マッシュルーム アスパラガス	4	
	野菜炒め	チンゲンサイ もやし	3 4				うすくちしょうゆ だしの素		小麦 大豆 さば			こめ油 コンソメスープ	6	小麦 大豆 鶏肉
		えりんぎ コンソメスープ	4	小麦 大豆 鶏肉		金時煮豆	金時煮豆	1				こしょう 米粉シチューの素		3 22 7 1111 7131 3
		こしょう				m <sub>b</sub> 0,m17	TE 1/1/1/1/1	1				<b>バ伽クリュ の</b> 余		
		こいくちしょうゆ こめ油	6	小麦 大豆										
		エネルギー		たんぱく質			エネルギー	<u> </u>	たんぱく質			エネルギー		たんぱく質
B	献立名	818kcal 材料名	栄養	30.6g アレルゲン	日	献立名	880kcal 材料名	栄養	28.2g アレルゲン	日	献立名	782kcal 材料名	栄養	28.3g アレルゲン
F	ごはん	ごはん	<u>六群</u> 5	:		コッペパン	コッペパン	六群 5	乳小麦		ごはん	ごはん	六群 5	, , , , , ,
	牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳		牛乳	牛乳	2	乳
1-	、 錦糸卵	錦糸卵	1	卵 小麦 大豆		チンジャオロース	牛肉	1	牛肉		タコライス	合びきミンチ	1	牛肉 豚肉
H	ツナそぼろ !	ツナ	1			<b>—</b> u	塩 こしょう				ごはんといっしょに	大豆(クラッシュ) 赤パブリカ	1	
`~·		大豆(クラッシュ)	1	大豆			にんじん	3			食べましょう!	キャベツ	4	
29	ごはんといっしょに 食べましょう!	にんじん ごぼう	3 4		30		たけのこ ピーマン	4		31		にんじん おろししょうが	3	
日		枝豆 こめ油	4 6	大豆	日		こいくちしょうゆ オイスターソース		小麦 大豆 小麦 大豆	日	2	おろしにんにく こいくちしょうゆ		小麦 大豆
(水)		おろししょうが 三温糖	5		(木)		清酒 三温糖	5		(金)	× × ×	ウスターソース <i>こ</i> しょう		
		こいくちしょうゆ みりん		小麦 大豆			でん粉 こめ油	5			沖縄県の 郷土料理	赤ワイン トマトケチャップ		
		清酒									Janes	とんかつソース		
	長いものみそ汁	あつあげ	1	大豆		ワンタンスープ	ワンタンの皮 たまねぎ	4	小麦		-	塩 ルー粉		
		たまねぎ ねぎ	4				もやし しいたけ	4				ホールトマト チリパウダー	3	
		長いも 突こんにゃく	5 5				にら ごま油	3 6	ごま			こめ油	6	
		みそ だしの素		大豆 さば			中華スープ うすくちしょうゆ		小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま 小麦 大豆		フライドポテト	フレンチポテト こめ油	5 6	
		7.00余		Cla			こしょう		小爱 八立			塩	0	
							清酒				もずくスープ	ベーコン		豚肉
						フルーツ白玉	ミックスフルーツ 白玉団子		もも りんご 大豆		77	たまねぎ とうふ	4	大豆
											- A	もずく 小松菜	2	
						,					ラッキー にんじんが	ラッキーにんじん 中華スープ	3	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ごま
											入っているよ!	うすくちしょうゆ	_	小麦 大豆
											II° (+=f)!	ごま油		ごま
		mm. * - * - **									パイナップル	パイナップル	4	
L		エネルギー 768kcal		たんぱく質 32.9g			エネルギー 797kcal		たんぱく質 34.9g	L		エネルギー 841kcal		たんぱく質 28.3g

# 熱中症注意!水分はしっかり摂りましょう! 水分補給のポイント

## ①食事をしっかり摂る

食事からも水分は摂取できます。食事を摂ることで、 エネルギーや栄養素も十分に補給できます。

## ②多量を一気に飲まない

一度に飲む量は150~200CC(牛乳びん約1本分) が目安。

## ③冷えたものばかり飲まない

5~15℃程度が腸に吸収しやすい温度です。

#### ④甘いジュース、清涼飲料水ばかり飲まない 糖分が多く、空腹を感じにくくなり夏バテしやすくなります。

### ⑤のどの渇きを感じなくてもこまめに水分補給 する

起床時、外出前、運動前、入浴前、就寝前にも忘れずに水 分補給しましょう。



## 【食品に関するアレルゲンについて】

予定献立表には、毎日の献立名・食品名・食品に関するアレルゲンを表示します。アレルゲン に関しては、特定原材料(7品目)および特定原材料に準ずるもの(21品目)を記載します。 加工品などに含まれるアレルゲンについては、食材納入業者より提出された書類を元に表示 されているものを記載します。食品に関するアレルゲンは毎日確認してください。

## 【アレルギー表示対象品目】

表示義務づけ特定原 (7品目)	材料 卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに
特定原材料に準ずる (21品目)	あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・ もの キウイフルーツ・牛肉・くるみ・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・ パナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・アーモンド

○食品に関しては、献立名が同じであっても月により使用する製品のメーカーが異なる場合が あります。また、同月であっても小学校と中学校で使用する製品が異なる場合があります。 それに伴い、含まれるアレルゲンも異なる場合がありますので、毎日確認してください。 (例:4月「ハンバーグ」A社 鶏肉使用、5月「ハンバーグ」B社 豚肉・卵使用 など) Oよく使うもの(調味料等)については通年同じ商品を使用する予定です。

◎ご不明な点などありましたら給食センターへお問い合わせ下さい。TEL 0743-73-3141 ◎献立や材料は、都合により変更することがありますのでご了承ください。

◎食材の産地については、学校給食センターホームページをご覧ください。

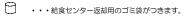
【栄養六群】
1群…たがばく質
2 群…無機質(カルシウム)の多いもの
3 群…ビタミンA(カロテン)の多いもの
4 群…ビタミンCの多いもの
5 群…族水化物 6 群…脂質

## 【献立のマークについて】

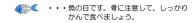
・・・地場産物 (奈良県・生駒市でとれたもの) を使っています。



・・・カミカミ献立(よくかんで食べましょう)











ラカの牛均	木養里							
Iネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	ክルシウム mg	鉄 mg	レチノール当量 µg	ビタミンBュ mg	ピータミンB2 mg	Ľ ካያደንC mg
794	29.7	21.1	357	3.5	227	0.48	0.56	27