

のこんだてひょう



### PACANCE CONTROL	AH10	きいろのしょくひん	みとりのしょくひん	あかのしょくひん	フノビテ はい	B
20 20 20 20 20 20 20 20	備考			ち・にくになるもの	こんだてめい	曜日
10 かまっておいというが ターチャッツ かっかり たんしん コーシ レモン ノアエッグである かたくりこ でから からしゅう かっとり かん かっとり かんしん コーシ レモン ノアエッグでは入れて まとう かたくりこ でかっとうしゅう かっとう かん かっとり かんしん コーシ レモン ノアエッグでは入れて まとう かたくりこ かまくりに からか とうにゅう かっとり かんしん コーシ レモン ノアエッグでは入れて まとう かんとう からしゅう からり からしゅ からしゅ からしゅう からしゅ からしゅう からしゅ		まるパン			まるパン	
10.1				ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	
(本)	7	パンこ さとう かたくりこ	にんじん たまねぎ しょうが	とりにく ぶたにく	てりやきつくねハンバーグ	
# キャベッツラグ リナー スキバミリウ				だいず たまご ぎゅうにゅう		
************************************	,	ノンエッグマヨネーズ さとう	キャベツ きゅうり にんじん コーン レモン	ツナ	キャベツサラダ	(1)
************************************				ウインナー スキムミルク	かぼちゃとうにゅうポタージュ	
# 一マカルー とりにく おたにく だいず にんにく たまれぎ にんじん ゼロリ あら む あらら カレールク あだくとう				ひよこまめ とうにゅう		
					うんどうかいおうえんこんだて	
### 200 日)	こめ むぎ あぶら カレールウ	にんにく たまねぎ にんじん セロリ	とりにく ぶたにく だいず	キーマカレー	
## 19 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1			あおピーマン コーン トマト りんご	こなチーズ		
まこまシチカツ あたにく とりにく 1-25 たまれら 700-701 カリフラフ・北ーマン 下りシング 500-700 で 1-25 に 702 あめら 702-704 あめら 702-704 かられて 1-25 に 702 あめら 702-704 かられて 1-25 に 702-704 かられて 1-25 が 702-704 かられて 1				ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	Z (太)
		こむぎこ パンこ あぶら		ぶたにく とりにく	ミニミンチカツ	(***/
# しゅうごかのしんだと* さきまいもごはん 音もうにゅう あかうあ かからあのにまりしょうかやき たいまからいのこまマネースあえ いものこじる おきまんで・ おきまんで・ おきまんで・ おきまんで・ おきまんで・ おきまんで・ おきまんで・ おきまんで・ でものからあげ とりにく とうふ これにく しょうが きゅうの だいこん こんこく あるら さといも この むぎ さらにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう この むぎ こう かたくりこ こんこく しょうが たまねぎ にんじん あぶら かさばめん キャベツのたまごとし さつまかげ たまんご かき さとう かたくりこ かまくりに なわからな フリンタンスープ いったい こんじく しょうが たまねぎ にんじん あぶら ウンタンスープ いったい こんじん はくさい ももし にら はあめら フリタンのかか かたくりこ こんじん はくさい ももし にら はあめら フリタンのかか かたくりこ から この むぎ こうかん できっこゅう ごゅうにゅう こんじん はくさい ももし にら はあめら フリタンのかか かたくりこ から できっこゅう このくやきそば ぶたにく ああのり たんにく しょうが たまねぎ にんじん あぶら かきそばめん キャベツ しんとう かき かき から かき から から かき から		ドレッシング	キャベツ にんじん ブロッコリー カリフラワー きピーマン		カラフルサラダ	
(金) おからおかたまりしょうかやき あからお これのにって おき おから されている から できてばめん まっていり でき できてばん まっていり まっというが できないのあさづけ これのこく あらら これんにく しょうが できればき にんじん あらら ウションのかわ かたくのこ コープルト ヨーグルト ヨーグルト コーグルト コーグルト コーグルト コーグルト コーグルト コーグルト コーグルト コーグルト コーグルト この でき できてばめん まっていり できてばめん まっていり できてばめん まっていいり まっていいり まっていいり まっていいり まっていいり まっていいり まっていいり まっていいり できてばめん キャベツ にんしん はくさい もやし にら こめらら ウションのかり かたくのこ からら できてばん あっていら あらり いたにく しょうが でまれぎ にんじん あらら やきそばめん キャベツ しんじけ まってい むぎ あっしいょうが でき できてばん あっしいょうが でまれぎ にんじん あらら やきそばめん キャベツ しんじゅう から しょうが たまれぎ にんじん あらら やきそばめん キャベツのたまごとし ごうまがげ たまこ ヤーベツ にんしん はくさい もだいこん なら こんとく からう かたくのこ かき からのよ マーク・ション から しいさい ひぎ あらら こといち ことい こま からり はい かまな こといいき こくとうビーンス だいず にんにく しょうが たまれぎ しめじ こめ むぎ あらら こむきこ カーマントロガノフ がらしいかり デェクラスルース さとう アクトロガノ フラッシュゼリー ラ やんほんめん あにく あさり いか かまな にんにく しょうが たまれぎ にんじん きゃんほんめん あぶら しゃから こんとく からり いた かまな こといいこ まったい りんご しゃいこう でき こといいこ まったい りんご カーグ・アントロガン ちゃんほんめん あぶら こんとく からり こかん こまつな きゃん しゃりがら さとう からりに りんご りんご ちゃんにゅう きゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう さき ひにく ごはき れんたん しんたく しんたく こんさき さとう こまでにゅっち きゅうにゅう きゅうにゅう きょう しんこく しんさん こんさん こんさん こんさん こんさん こんさん こんさん こんさん	=	あんにんどうふのもと いちごゼリーのもと		ぎゅうにゅう	こうはくゼリー	
(金) おからあのたまのしょうかやき かからあ にいたい コーソ にまつは キャペツ だいすから さという からのできる にいまつだい この でき さとう かたくりこ であるら さといる コーツ にまつが たまなぎ にんしん からの さといる あらら さといる であるら さらいの まずって からの まで さらっ かだくり この でき さらっ かだくり この でき さらっ かだくり この でき さらっ かだくり この でき こう からの さといる この でき さらっ かだくり この でき こう この こま こう かたくり この この きゅうにゅう こっている この こま こう かたくり この この こま こう こといる この でき こう こといる この こま こう こといる この こま こう こといる こといる こといる ことの ことりにく こんにく しょうが こまなぎ にんじん まるら ファクシのかり かたくり この この こま こう こと ころ こと こう こと こと こう こと こう こと こま こう こと こま ころ この こま こと こう こと こま ころ こと ころ こと ころ こと こま ころ こと ころ こと ころ こと こま ころ こと こま ころ こと ころ こと こま ころ こと ころ こと ころ ころ こと ころ					*じゅうごやのひこんだて*	
数かうあのたまりしょうかでき あかうお たいでかしいのごまマヨネーズあえ とりにく とうふ ごぼう にんじん コーン こまつな キャベツ だいすかむし ささ ノンエックマヨネーズ しらすのでき おから ささい かまっかで である	:	こめ むぎ さつまいも くろいりごま			さつまいもごはん	
例からののによういようかでき				ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	•
NHのC U				あかうお		(金)
# 19Ath 10e 70 A 10 A			12/10/10 2 7 20/20 11 17 72/17 01/0			,
19んだいをおうたがで できてはらん きゅうにゅう きゅうにゅう とりのからあげ とりにく にんにく しょうが さとう かたくりこ こめこ あのら とりのからあさづけ フッタンスープ ふたにく にんじん はくさい もやし にら こまあのら フッタンのかわ かたくりこ コックハト ヨーグルト コーグルト コーグルととうみょうのスープ ペーコン とうふ たまご たまねぎ トヤト とうみょう かたくりこ かき むぎこはん きゅうにゅう きゅうにゅう かき こめ むぎ かったいり かき こめ むぎ かったいり かき こんしょうが ねぎ コーグルととうみょうのかき カボら かたくりこ かき ことう エーベッツ たまむぎ しかし しょうが ねぎ コーベーン とうふ かまい コーダー にんじん はっか たまねぎ しかし こか むぎ あぶら さとり エーベーン トマト コーグルーベリー フールビリーのもと ダイスゼリー ちゃんほんめん がたにく たいか がまなさ にんじん はっか たまねぎ にんじん あぶら さとり エーグルーベリー フールビリーのもと ダイスゼリー ちゃんほんめん からら ボーベッ もやし コーソ こまつな ロックル きゅうにゅう きゅうにゅう ちゃんほんめん からら キャベツ もやし コーソ こまつな ロックにゅう カットでして リル・アトマトシチュー とりにく だいず こなチーズ にんにく しょうが たまねぎ にんじん さビーマン あぶら しゃかいち さこう かたくりこ りんア・トマトシチュー とりにく だいず こなチーズ にんにく しょうが たまねぎ しんしん コーグ あぶら しゃかいち さこう かたくりこ りんア・トマトシチュー とりにく だいず こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しんしい トマト・カのら こくがいち さこう かたくりこ かきごはん きゅうにゅう ぎゅうにゅう こまつな こさ ひきごはん きゅうにゅう さば みそ しょうが ねぎ ことう ごぼろみそに こく こまり ねぎ ことう ごぼろみそに こく これいたい にんじん しんたり ごぎあぶら さとう ごばのみそに こく これいたい とりたく ごぼう れんこん にんじん しんたけ ごぎあぶら さとう	4			とりにく とうふ		
### 100 日本		しらたま さとう かたくりこ				
10						
次 20のからあげ とりにく にんにく しょうが まとう かたくりこ このに あぶら アンタンスープ ぶたにく にんじん はくさい もやし にら にあぶら フッタンのかわ かたくりこ ヨーグルト ヨーグルト ヨーグルト ヨーグルト ヨーグルト ヨーグルト ヨーグルト ヨーグルト ヨーグルト コッペパン さゅうにゅう にんにく しょうが たまねぎ にんじん あぶら やきそばめん キャベツ しんいだけ もやし トマトととうみょうのスープ ペーコン とうふ たまご たまねぎ トマト とうみょう かたくりこ かき かき かき かき かき かき かき かき	4	こめ むき				
(大) とりのからあり とりにく	_	N 112-112				7
フンタンスープ ぶたにく にんじん はくさい もやし にら に表あ多ら ワンタンのかわ かたくのに ヨーグルト ヨーグルト ヨーグルト ヨーグルト コーグルト コーグループ コーグルー	2	さとう かたくりこ こめこ あぶら		とりにく		(火)
ヨーグルト ヨーグルト ヨーグルト コッペパン きゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ごっぺパン きゅうにゅう ぎゅうにゅう ごっぺパン でんにく しょうが たまねぎ にんじん あぶら かきそばめん キャベツ しいだけ もやし トマトととうみょうのスープ ベーコン とうふ たまご だまねぎ トマト とうみょう あぶら かたくりこ かき かき かき できてはらん きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう さとう ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・				7"+/		
### 2	-	こまあぶら ワンタンのかわ かたくりこ	にんじん はくさい もやし にら			
### 2000	+	A° 1851		コークルト		
(水) トマトととうみょうのスープ ベーコン とうふ だまに たんにく しょうが たまねぎ にんじん あぶら やきそばめん キャベツ しいだけ もやし かき かき かき かき かき かき かき か	-	<u> コッヘハン</u>		ギ ゅ <i>ン</i> にゅっ		
キャペツ しいたけ もやし	\dashv	なぶに かきスげか り	にんにく しょうが たまわぎ にんごく			_
トマトととうみょうのスープ ベーコン とうふ たまご たまねぎ トマト とうみょう あぶら かたくりこ かき ひぎごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう あじ しょうが ねぎ さとう さっきあげ たまご キャペツ にんじん かき さとう さっきあげ たまご キャペツ にんじん から さとう さんじゅく ぶたにく とうふ みそ しょうが こぼう ちんじん たまねぎ しめじ かき きとう こくとうビーンス だいず にんじく しょうが たまねぎ しめじ かき あぶら こむぎこ ハヤシルウ デミグラスノース さとう こんじん だいしん だいしん たまねぎ しめじ かき あぶら こむぎこ トマト ロガノフ ぶたにく だいず にんじん ごぼう キャペツ コーソ レモン ハブシルウ デミグラスノース さとう ぎゅうにゅう きゅうにゅう おんじん しょうが たまねぎ にんじん あぶら こむぎこ ハヤシルウ デント・マト しまうが たまねぎ にんじん あぶら こむぎこ ハヤシルウ デン・アクフョネース さとう しんいのに はら キャペツ コーソ レモン フェックフョネース さとう しんいのに はんじん しょうが たまねぎ にんじん あぶら もとう しゃんほんめん あぶら まゅうにゅう だゅうにゅう だんにく しょうが たまねぎ にんじん ちゃんぼんめん あぶら キャベツ もやし コーン こまつな ちゅうにゅう じんじん だいず にんにく しょうが たまねぎ にんじん きピーマン あぶら じゃがいち さとう かたくりこ りんご レモシシュガートースト レモン しょくが たまねぎ しんじん こまつな きピーマン あぶら じゃがいち さとう アター むっこにゅう ぎゅうにゅう だゅうにゅう だんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいち さとう ごむざこはん ぎゅうにゅう きゅうにゅう ごもっこんこく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいち さとう こむぎこ ハヤシルウ むぎ こんさいのあますいため とりにく だいす ひまっ ねぎ こんさいのあますいため とりにく ごほう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう		めいら ではてはめん		131/CIC	しはくではては	
かき	-	あぶら かたくりこ		バーコン とうふ たまご	トマトととうみょうのフープ	(-9-/
### おきごはん きゅうにゅう おい しょうが ねぎ さとう さとう おい むき おい しょうが ねぎ さとう さとう おい しょうがに おい さとう おい なき さとう さとう おい なき からにゅう おい しょうが ねぎ キャベツ にんしん さとう からにも さっまあげ たまご キャベツ にんしん さとう からら さといも こくとうピーンズ だいす さとう にんにく しょうが たまねぎ しめじ こめ むき あぶら こむぎこ ハヤシルウ デミグラスソース さとう きゅうにゅう きゅうにゅう にんじん ごぼう キャベツ コーン レモン ハエッグマヨネーズ さとう しろいつごま ブルーベリークラッシュゼリー かんぼんめん ぶたにく あさの いか かまぼこ にんにく しょうが たまねぎ にんじん あぶら オャベツ コーン レモン カルゼリーのもと ダイスゼリー ちゃんぼんめん あぶら キャベツ もやし コーン こまつな ちゅうにゅう だいがくいも とりとだいすのあますいため とりにく だいす にんにく しょうが たまねぎ にんじん きヒーマン あぶら じゃがいも さとう かたくのこ りんご りんご りんご ちゅうにゅう だいがくいも こうといという たまねぎ にんじん きヒーマン あぶら じゃがいも さとう かたくのこ じょうきゅうにゅう きゅうにゅう だんにく にんにく にんじん こまつな きピーマン あぶら じゃがいも さとう かたくのこ むぎこにん きゅうにゅう さば みそ しょうが ねぎ さとう にんさい しらたき しいたけ ごまあぶら さとう	\dashv	3.5.5 3.6.1.9.6		· -> C)01/C&C		
きゅうにゅう ぎゅうにゅう さとう とようが ねぎ さとう さとう おいしょうがに あじ とようが ねぎ さとう さとう さとう キャベツにまごとじ さつまあげ たまご キャベツ にんじん さとう さとう でんじゅ ぶたにく とうふ みそ しょうが ごぼう にんじん だいこん ねぎ こんにゃく あぶら さといも さとう こんじゅ でまたにく とうが ごぼう にんじん だいこん ねぎ こんにゃく あぶら さといも さとう さんじゅ であみない ではり でんじゃ ではり でんじゃ ではり でんじゃ ではり でんじゃ ではり でんじゃ ではり でんじゃ ではり でんじゅ ではり でんじゃ ではり でんじゅ ではり でんじゅ ではり でんじゅ ではり でんじゅ ではり でんじゅ ではり でんじゅ ではり でんじん ではり でんじん ではり でんじん ではり でんじん ではり でんじん ではり でんじん ではり でんじん でんじん でもがいも でもり でもがいり でもら でもがいり でもら でもがいり でもら でもらいり でもがいり でもらい でもがいり でもらい でもがいり でもらい でもらい でもらい でもがいり でもらい でもい でもらい でもらい でもらい でもらい でもらい でもい でもらい でもらい でもらい でもらい でもらい でもい でもらい でもい でもらい でもい でもらい でもらい でもい でもらい でもらい でもらい でもい でもらい で	+	こめ むぎ				
(木) おじのしょうがに あじ しょうが ねぎ さとう キャベツのたまごとし さつまあげ たまご キャベツ にんしん さとう ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	\dashv			ぎゅうにゅう		
本ャベツのたまごとじ さつまあげ たまご キャベツ にんじん だいた ねぎ こんにゃく あぶら さといも こくとうピーンズ だいす さとう かたにく とうふ みそ しょうが こぼう にんしん だいた ねぎ こんにゃく あぶら さといも こくとうピーンズ だいす こんにく しょうが たまねぎ しめじ こめ むぎ あぶら こむぎこ ハヤシルウ デミグラスソース さとう でんじん ごほう キャベツ コーン レモン フェックマヨネーズ さとう しろいりごま アクトロガノフ がたにく だいず にんじん ごぼう キャベツ コーン レモン フェックマヨネーズ さとう しろいりごま アクテココ ブルーベリークラッシュゼリー カットばんめん ぶたにく あさり いか かまほこ にんにく しょうが たまねぎ にんじん ちゃんぼんめん あぶら さらっこゅう だいがくいも とりとだいずのあまずいため とりにく だいず にんにく しょうが たまねぎ にんじん きヒーマン あぶら じゃがいも さとう かたくりこりんご レモンシュガートースト さゅうにゅう だんじん コーン こまつな しゃがいも さとう かたくりこりんご レモンシュガートースト さゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう だいず こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう かたくりこ ひまつにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう ごがっこにゅう さば みそ しょうが ねぎ さとう こんさいのあますいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう	\dashv	さとう	しょうが ねぎ			9
とんじる ぶたにく とうふ みそ しょうが こぼう にんじん だいこん ねぎ こんにゃく あぶら さといも こくとうピーンズ だいす さとう おめあいご子ーこんだて* ボークストロガノフ ぶたにく だいす にんにく しょうが たまねぎ しめじ ハヤシルウ デミグラスソース さとう ぎゅうにゅう きゅうにゅう ・・マト ・・マー ・・マト ・・マト ・・マー ・・マト ・・マー ・・マー ・・マー ・・マー ・・マー ・・マー	7					
こくとうピーンズ だいず さとう さとう さとう さとう さとう さんにく しょうが たまねぎ しめじ こめ むぎ あぶら こむぎこ ハヤシルウ デミグラスソース さとう さゅうにゅう きゅうにゅう カアトーストーカリー カルーハリークラッシュゼリー カタデココ ブルーベリー クールゼリーのもと ダイスゼリー ちゃんぼんめん あぶら こむがら ちゃんぼんめん あぶら こむがらにゅう さゅうにゅう でんにく しょうが たまねぎ にんじん カマイスゼリー ちゃんぼんめん あぶら さっといってまっな さゅうにゅう でんにく しょうが たまねぎ にんじん きピーマン カボら じゃがいち さっといってまった カルーハリークール・フェンカルトースト レモンシュガートースト レモンシュガートースト レモン しょくバン さとう バター でゅうにゅう キャベツリテー トマトシチュー とりにく だいず こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら しゃがいち さとう かだくりこ むぎごはん ぎゅうにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう さっといっちゅうにゅう さっといっちゅうにゅう さっといっちゅうにゅう さっといっちゅうにゅう さっといっと さっといっちゅうにゅう さっといっちゅうにゅう さっといっちゅう さっとっしゅう こまのぶら さとう こまのぶら さとり こまのぶら さとう こまのぶら さとう こまんにん こまのぶら さとう こまんにん こまのぶら さとう こまんにん こまんにん こまのぶら さとう こまんにん こまんにん こまんにん こまんにん こまんにん こまんにん こまんにんしん こまんにん こまんにん こまんにんしん こまんにん こまんにんしん こまんにんしんしん こまんにんしんしん こまんにんしんしん こまんにんしんしんしん こまんにんしんしんしんしんしんしんしんしんしんしんしんしんしんしんしんしんしんしん	7					
**のあいて下一之んだて* ボークストロガノフ ぶたにく だいず にんにく しょうが たまねぎ しめじ こめ むぎ あぶら こむぎこ ハヤシルウ デミグラスソース さとう ぎゅうにゅう きゅうにゅう サヤロットサラダ ツナ にんじん ごぼう キャベツ コーン レモン ノンエッグマヨネーズ さとう しろいのごま ブルーベリークラッシュゼリー クールゼリーのもと ダイスゼリー クールゼリーのもと ダイスゼリー クールゼリーのもと ダイスゼリー クールゼリーのもと ダイスゼリー クールゼリーのもと グイスゼリー クャんぼんめん あぶら キャベツ もやし コーン こまつな クャんぼんがん あぶら とりにがいていち クルご クールゼリーのもと グイン クルご クルご クルご クルご クルご クルご クルご クルご クールゼリーのもと グイスゼリー クャんぽんの クェルボーのあぶら クェルボーのあぶら クルばんのが クルばんのがに さとう かたくりこ でんじん こまつな きピーマン あぶら しゃグいも さとう であるにしん であるら	╡					
# - クストロガノフ ぶたにく だいず にんにく しょうが たまねぎ しめじ こめ むぎ あぶら こむぎこ ハヤシルウ テミグラスソース さとう きゅうにゅう きゅうにゅう フルーベリークラッシュゼリー ナタデココ ブルーベリー クールゼリーのもと ダイスゼリー ちゃんぼんめん ぶたにく あさり いか かまぼこ にんにく しょうが たまねぎ にんじん ちゃんぼんめん あぶら さゅうにゅう だいがくいも とりとだいずのあまずいため とりにく だいず にんにく しょうが たまねぎ にんじん きピーマン あぶら じゃがいも さとう かたくりこ りんご レモンシュガートースト プラー・マトンチュー とりにく だいず こなチーズ にんにく にんじん こまつな きピーマン あぶら じゃがいも さとう ごむぎこ ハヤシルウ むき こんさいのあまずいため とりにく だいず こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう こむぎこ ハヤシルウ こめ むぎ	1					
10 (金) きゅうにゅう きゅうにゅう だんじん ごぼう キャベツ コーン レモン ノンエッグマヨネース さとう しろいりごま フルーベリークラッシュゼリー		こめ むぎ あぶら こむぎこ	にんにく しょうが <mark>たまねぎ</mark> しめじ	ぶたにく だいず		
きゅうにゅう きゅうにゅう ドャロットサラダ ツナ にんじん ごぼう キャベツ コーン レモン /ンエッグマヨネーズ さとう しろいりごま ブルーベリークラッシュゼリー フタデココ ブルーベリー クールゼリーのもと ダイスゼリー ちゃんぼんめん ぶたにく あさり いか かまぼこ にんにく しょうが たまねぎ にんじん ちゃんぼんめん あぶら だいがくいも とりとだいずのあまずいため とりにく だいず にんにく しょうが たまねぎ にんじん きビーマン あぶら じゃがいも さとう かたくりこりんご りんご りんご りんご りんご しょくパン さとう バター さゅうにゅう きゅうにゅう キャベツ テートマトシチュー とりにく だいず こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう かぶら じゃがいも さとう かぶら じゃがいも さとう ごぎご ハヤシルウ むぎごはん きゅうにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう さんじん にんじん じんじん におき しがじ トマト しょくパンさとう バター むぎごはん さゅうにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう さば みそ しょうが ねぎ さとう こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんごん じんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんごん じんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう こまもが りょうが ねぎ こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんごん じんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう こんさいのあまずいため この でき こまれが なき こまれが なき こまれがら さとう こまれが なき こまれがら ことう こまれがら ことう こまれがら ことり こまれがら ことう こまれがら ことう こまれがら ことり こまれがら ことう こまれがら ことう こまれがら ことり こまれがら ことり こまれがら ことり こまれがら ことり こまれがら ことり こまれがら こまれがら ことり こまれがら ことり こまれがら ことり こまれがら ことり こまれがら ことり こまれがらん こんじん しらたき しいたけ ごまあぶら ことう こまれがら ことり こまれがら ことり こまれがら ことり こまれがら ことり こまれがら こまり こまれがら ことり こまれがら こまれがら こまれがら ことり こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら こまれがら	,					10
# ヤロットサラダ ツナ にんじん ごぼう キャベツ コーン レモン ノンエッグマヨネーズ さとう しろいのごま フルーベリークラッシュゼリー ちゃんぽんめん ぶたにく あさり いか かまぼこ にんにく しょうが たまねぎ にんじん ちゃんぽんめん あぶら だいがくいも こりとだいずのあまずいため とりにく だいず にんにく しょうが たまねぎ にんじん きどーマン あぶら じゃがいも さとう かたくりこりんご りんご しモンシュガートースト レモン しょくパン さとう バター きゅうにゅう ぎゅうにゅう きゅうにゅう たいがくいも こまつな きピーマン あぶら じゃがいも さとう かたくりこ かんご しゃくソンテー ハム キャベツ にんじん こまつな きピーマン あぶら じゃがいも さとう トマトシチュー とりにく だいず こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう ごむぎこ ハヤシルウ むぎこはん きゅうにゅう ぎゅうにゅう しょくパンさとう バター もぎこはん きゅうにゅう さゅうにゅう こむぎこ ハヤシルウ こがきこはん こん こんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう こむぎこけん こん こんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう こがきごはん きゅうにゅう ごものうにゅう こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう	7			ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	(金)
14 ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう だいがくいも とりにく だいず にんにく しょうが たまねぎ にんじん きピーマン あぶら さまいき あぶら さとう (まいがくいも とりとだいずのあまずいため とりにく だいず にんにく しょうが たまねぎ にんじん きピーマン あぶら しゃがいも さとう かたくりこ りんご レモンシュガートースト レモン しょくパン さとう バター ぎゅうにゅう キャベツリテー トマトシチュー とりにく だいず こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう こむぎこ ハヤシルウ むぎごはん ぎゅうにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう さゅうにゅう さんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう こむぎこ ハヤシルウ むぎごはん さゅうにゅう さんじん こまつな きピーマン あぶら じゃがいも さとう こむきこ ハヤシルウ むきごはん さゅうにゅう さば みそ しょうが ねぎ さとう こんさいのあますいため とりにく こほう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう		ノンエッグマヨネーズ さとう しろいりごま	にんじん ごぼう キャベツ コーン レモン			
キャベツ もやし コーン こまつな きゅうにゅう ぎゅうにゅう だいがくいも とりにく だいず にんにく しょうが たまねぎ にんじん きピーマン あぶら じゃがいも さとう かたくのこ りんご しモンシュガートースト しモンシュガートースト しモンシュガートースト しモンシュガートースト しゃくパン さとう バター ぎゅうにゅう キャベツソテー トマトシチュー とりにく だいず こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう こむぎご ハヤシルウ むぎごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さば みそ しょうが ねぎ こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう		クールゼリーのもと ダイスゼリー	ナタデココ ブルーベリー		ブルーベリークラッシュゼリー	
きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう だいがくいも とりとだいずのあまずいため とりにく だいず にんにく しょうが たまねぎ にんじん きピーマン あぶら じゃがいも さとう かたくりこ りんご しもとり カスプロ しまくパン さとう バター ですってゅう ですってん ですってゅう ですってゅう ですってゅう ですってゅう ですってゅう ですってゅう ですってゅう ですってゅう ですってゅう ですってってゅう ですってん		ちゃんぽんめん あぶら		ぶたにく あさり いか かまぼこ	ちゃんぽんめん	
(火) だいがくいも とりにく だいず にんにく しょうが たまねぎ にんじん きビーマン あぶら じゃがいも さとう かたくりこ りんご りんご りんご しせンシュガートースト しせン しょくパン さとう バター ぎゅうにゅう きゅうにゅう トマトシチュー とりにく だいず こなチーズ にんにく にんじん こまつな きピーマン あぶら じゃがいも さとう たいず こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう こむぎこ ハヤシルウ むぎごはん ぎゅうにゅう さばのみそに さば みそ しょうが ねぎ こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう	_		キャベツ もやし コーン こまつな			
とりとだいずのあまずいため とりにく だいず にんにく しょうが たまねぎ にんじん きピーマン あぶら じゃがいも さとう かたくりこりんご りんご リモンシュガートースト レモン しょくパン さとう バター ぎゅうにゅう キャベツソテー ハム キャベツ にんじん こまつな きピーマン あぶら じゃがいも さとう トマトシチュー とりにく だいず こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう こむぎこ ハヤシルウ むぎごはん ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう さばのみそに さば みそ しょうが ねぎ こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう				ぎゅうにゅう		
りんご りんご りんご しょくパンさとう パター しまりシュガートースト しょくパンさとう パター ぎゅうにゅう キャベツソテー ハム キャベツ にんじん こまつな きピーマン あぶら トマトシチュー とりにく だいす こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう こむぎこ ハヤシルウ むぎごはん こめ むぎ ぎゅうにゅう さばのみそに さば みそ しょうが ねぎ こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう						(火)
15 (水) レモンシュガートースト レモン しょくパン さとう バター ぎゅうにゅう キャベツソテー ハム キャベツ にんじん こまつな きピーマン あぶら トマトシチュー とりにく だいず こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう こむぎごはん さゅうにゅう ぎゅうにゅう さばのみそに さば みそ しょうが ねぎ さとう こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう	-	あぶら じゃがいも さとう かたくりこ		とりにく だいず		
15 (水) ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう キャベツソテー ハム キャベツ にんじん こまつな きピーマン あぶら トマトシチュー とりにく だいす こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう こむぎご はん こめ むぎ ですうにゅう さばのみそに さば みそ しょうが ねぎ こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう	+					
15	4	しょくパン さとう バター	レモン			
(水) キャハックテートマトシチュー とりにく だいす こなチーズ にんにく にんじん たまねぎ しめじ トマト あぶら じゃがいも さとう こむぎこ ハヤシルウ むぎごはん ぎゅうにゅう 16 さばのみそに さば みそ しょうが ねぎ こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう	_	+ 71.7				15
こむぎこ ハヤシルウ こむぎこ ハヤシルウ こむ むぎ さゅうにゅう さばのみそに さば みそ しょうが ねぎ さとう こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう	4			· ·		
むぎごはん こめ むぎ ぎゅうにゅう きゅうにゅう 16 さばのみそに さば みそ しょうが ねぎ さとう こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう				とりにく <mark>だいず</mark> こなチーズ 	トイトシチュー	
ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう 16 さばのみそに さば みそ しょうが ねぎ さとう (木) こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう	+				カゼーけん	
16 さばのみそに さば みそ しょうが ねぎ さとう (木) こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう	-	<u> </u>		ギ ゅ <i>ン</i> にゅっ		
(木) こんさいのあまずいため とりにく ごぼう れんこん にんじん しらたき しいたけ ごまあぶら さとう	\dashv	+ - =	1 これ わギ			
	2年なし					
「いず) いいい らに す	-					
グレープフルーツ	\dashv	めいら ハルヘリム		こりにく こりい たまし		

	1/!/Oħ74#T				
	しょくいくのひこんだて				
	ビビンバ	ぶたにく とりにく だいず	にんにく しょうが にんじん だいずもやし	こめ むぎ ごまあぶら さとう	
		きんしたまご	こまつな きくらげ	ごまあぶら しろいりごま	
17	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
(金)					
	トックスープ	ちくわ みそ	はくさい はくさいキムチ だいこん	ごまあぶら トック	
			にんじん にら		
	ファチェ風フルーツポンチ		パイン いちご ブルーベリー クランベリー ラズベリー	」にたま カクテルゼリー サイダー	
	カレーピラフ	とりにく ぶたにく ウインナー	にんにく しょうが たまねぎ にんじん	こめ むぎ あぶら	
		ひよこまめ	あおピーマン あかピーマン マッシュルーム		
20	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
20					就学児健診
(F)	やさいチャウダー	ベーコン あさり	にんじん たまねぎ しめじ はくさい	バター じゃがいも	
		スキムミルク ぎゅうにゅう	コーン パセリ	ベシャメルソース	
	パインクラッシュゼリー		パイン ナタデココ	クールゼリーのもと	
	ゆかりごはん		あかじそ	こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
21	おこのみやき		キャベツ ながいも	ノンエッグマヨネーズ こむぎこ	
21	03 (0) (0) (0)		T 777	77197 KIN X COCC	
(火)		あおのり たまご			
	ひじきのいりに	ひじき ツナ	にんじん コーン えだまめ	あぶら さとう	
	じゃがいものみそしる	にぼし あぶらあげ みそ わかめ		じゃがいも	
		1212 MISISMIT BY C 1713-85	128186 CR 2/8	000010	
	* 2ねんせいきぼうこんだて *				
	ココアあげパン			コッペパン ミルクココア	
				あぶら さとう	
22	# . = 1			עטט פיוטועש	
(水)	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
,	トマトドレッシングわかめサラダ	ツナ わかめ	キャベツ にんじん きゅうり レモン トマト	あぶら さとう	
	ABCコーンスープ	とりにく ひよこまめ ぎゅうにゅう		マカロニ あぶら	
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	こりにく ひみこまめ きゆうにゆう			
	サイダーフルーツポンチ		パイン もも ナタデココ	しらたま サイダー	
	かぼちゃほうとう	にぼし あぶらあげ みそ	にんじん だいこん しいたけ はくさい	ほうとうめん あぶら	
		ぶたにく	かぼちゃ しめじ ねぎ		
			71870 0000 188		
23	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			5年なし
(木)	のりしおだいず	だいず あおのり	あおのり	あぶら こめこ かたくりこ	0-20
	やさいのチーズおかかあえ	チーズ かつおぶし	ブロッコリー カリフラワー コーン にんじん キャベツ		
	りんご	7 7 8 2001510			
			りんご		
	むぎごはん			こめ むぎ	
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
			ナナかず パヤロ エエン にんにん	ハエ・ガココウ ブ ナレミ	
24	シイラのハーブマヨネーズやき	シイラ	たまねぎ パセリ レモン にんにく	ノンエッグマヨネーズ さとう	
(金)	とりにくじゃが	とりにく	にんじん たまねぎ しらたき さやえんどう	あぶら じゃがいも さとう	5年なし
(*** /	ごまたんたんじる	ぶたにく とうふ	にんにく しょうが にんじん だいこん	ごまあぶら かたくりこ	
	23,72,3,2,33	みそ	しいたけ コーン キャベツ にら	しろすりごま	
		めて		059964	
	ドライプルーン		ドライプルーン		
	* ハロウィンこんだて*				
	パンプキンシチューライス	とりにく ウインナー	にんじん たまねぎ しめじ かぼちゃ	こめ むぎ バター	
	77271271				
		スキムミルク ぎゅうにゅう	コーン クリンピース	ベシャメルソース ホワイトソース	
27	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
(月)	ハロウィンサラダ	ひじき ひよこまめ	あかピーマン キャベツ むらさきキャベツ	さとう ハンエッグマヨネーブ	
	, 10) 10) 00		BACCITATION BACCITATION		
		あかいんげん あおえんどう		しろすりごま	
	ゴーストプリン	ぎゅうにゅう		くろごまプリンのもと マシュマロ	
				チョコレート	
	むぎごはん				
				こめ むぎ	
78	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			
	いわしのかばやき	いわし	しょうが	あぶら かたくりこ さとう しろいりごま	
28		· ·	•		6年なし
	きりぼしだいこんとじゅがいものいために	ベーコン			
	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		きりぼしだいこん にんじん さやいんげん	8000 CANALE GC2	- ,
	きりぼしだいこんとじゃがいものいために たまねぎのみそしる	ベーコン にぼし わかめ みそ とうふ	たまねぎ えのき ねぎ	WIND 000016 823	
	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		たまねぎ えのき ねぎ	שואייט פוטיי	
	たまねぎのみそしる グレープフルーツ			פוניש פיניש	
	たまねぎのみそしる グレープフルーツ * そうりつきねんこんだて *		たまねぎ えのき ねぎ		
	たまねぎのみそしる グレープフルーツ	にぼし わかめ みそ とうふ	たまねぎ えのき ねぎ	こめ むぎ	
	たまねぎのみそしる グレープフルーツ * そうりつきねんこんだて *	にぼし わかめ みそ とうふ	たまねぎ えのき ねぎ		
	たまねぎのみそしる グレープフルーツ * そうりをおんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ	こめ むぎ	
(½)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そう!つきねんこんだて* むぎごはん	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ	こめ むぎ	
(K)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そうりつきねんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ	こめ むぎ	
(½)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ * そうりをおんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ	こめ むぎ	
(K)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そうりつきねんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ	
(K)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そうりつきねんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム にんじん えだまめ きゅうり コーン	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース	
(K)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そうりつきねんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ しろいりごま	
(K)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そうりつきねんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム にんじん えだまめ きゅうり コーン	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ	
(K)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そうりつきねんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ ジュリアンヌスープ いちごオムレット	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム にんじん えだまめ きゅうり コーン	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ しろいりごま いちごオムレット	
(K)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そみ!つきねんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ ジュリアンヌスープ いちごオムレット むぎごはん	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう ツナ	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム にんじん えだまめ きゅうり コーン	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ しろいりごま	
(K)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *老み!つきねんごんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ ジュリアンヌスープ いちごオムレット むぎごはん ぎゅうにゅう	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう ツナ	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム にんじん えだまめ きゅうり コーン セロリ キャベツ にんじん えのき	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ しろいりごま いちごオムレット こめ むぎ	
(K)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そみ!つきねんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ ジュリアンヌスープ いちごオムレット むぎごはん	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう ツナ	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム にんじん えだまめ きゅうり コーン	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ しろいりごま いちごオムレット こめ むぎ	
29 (水)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *老み!つきねんごんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ ジュリアンヌスープ いちごオムレット むぎごはん ぎゅうにゅう	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう ツナ	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム にんじん えだまめ きゅうり コーン セロリ キャベツ にんじん えのき	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ しろいりごま いちごオムレット こめ むぎ	
29 (水)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *老み!つきねんごんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ ジュリアンヌスープ いちごオムレット むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたキムチいため	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう ツナ	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム にんじん えだまめ きゅうり コーン セロリ キャベツ にんじん えのき にんにく しょうが にんじん たまねぎ はくさい はくさいキムチ にら	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ しろいりごま いちごオムレット こめ むぎ	6年な し
29 (水)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そうりをおんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ ジュリアンヌスープ いちごオムレット むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたキムチいため	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう ツナ ぎゅうにゅう ぶたにく さつまあげ	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム にんじん えだまめ きゅうり コーン セロリ キャベツ にんじん えのき にんにく しょうが にんじん たまねぎ はくさい はくさいキムチ にら キャベツ きゅうり もやし あかじそ	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ しろいりごま いちごオムレット こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら	
29 (水)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そみ!つきねんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ ジュリアンヌスープ いちごオムレット むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたキムチいため ゆかりあえ わかめとたまごのスープ	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう ツナ	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム にんじん えだまめ きゅうり コーン セロリ キャベツ にんじん えのき にんにく しょうが にんじん たまねぎ はくさい はくさいキムチ にら	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ しろいりごま いちごオムレット こめ むぎ	
29 (水)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そみ!つきねんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ ジュリアンヌスープ いちごオムレット むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたキムチいため ゆかりあえ わかめとたまごのスープ	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいずたまご ぎゅうにゅう ツナ ぶたにく さつまあげ たまご とうふ わかめ	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム にんじん えだまめ きゅうり コーン セロリ キャベツ にんじん えのき にんにく しょうが にんじん たまねぎ はくさい はくさいキムチ にら キャベツ きゅうり もやし あかじそ	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ しろいりごま いちごオムレット こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら しろいりごま かたくりこ	
29 (水)	たまねぎのみそしる グレープフルーツ *そうりをおんこんだて* むぎごはん ぎゅうにゅう きのこデミグラスハンバーグ やはたいもサラダ ジュリアンヌスープ いちごオムレット むぎごはん ぎゅうにゅう ぶたキムチいため	にぼし わかめ みそ とうふ ぎゅうにゅう とりにく ぶたにく だいず たまご ぎゅうにゅう ツナ ぎゅうにゅう ぶたにく さつまあげ	たまねぎ えのき ねぎ グレープフルーツ きりぼしだいこん にんじん たまねぎ しめじ しょうが にんにく しいたけ マッシュルーム にんじん えだまめ きゅうり コーン セロリ キャベツ にんじん えのき にんにく しょうが にんじん たまねぎ はくさい はくさいキムチ にら キャベツ きゅうり もやし あかじそ	こめ むぎ パンこ バター さとう デミグラスソース やはたいも ノンエッグマヨネーズ しろいりごま いちごオムレット こめ むぎ あぶら さとう ごまあぶら	