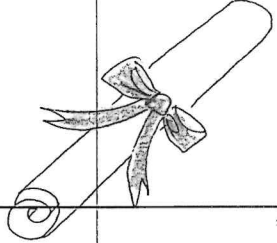


<p>21</p> 	<p>22</p> <p>ごはん</p> <p>鶏汁 鶏肉 だいこん にんじん ごぼう たまねぎ えのきたけ かぼちゃ 油揚げ だし節 みそ</p> <p>春雨の炒め物 豚肉 緑豆はるさめ たまねぎ にんじん ピーマン 干しいたけ たけのこ にんにく しょうが しょうゆ 鳥がら だし フイヨン 食塩 油 ごま油</p> <p>板ずりきゅうり きゅうり 食塩</p> <p>甘夏 麦茶</p>	<p>23</p> <p>五目鶏飯 米 鶏肉 にんじん ごぼう 油揚げ 干しいたけ 油 きび砂糖 食塩 酒 しょうゆ いんげん</p> <p>みそ汁(大根・豆腐・わかめ) みそ 煮干し 豆腐 生わかめ だいこん</p> <p>サバの塩焼き さば 食塩</p> <p>小松菜の胡麻和え ごまつな にんじん きび砂糖 しょうゆ ごま</p> <p>りんご 麦茶</p>	<p>24</p> <p>カレーライス 米 豚肉 たまねぎ にんじん じゃがいも かぼちゃ にんにく 油 カレー粉 クチャップ 中濃ソース カレールウ 食塩 小麦粉 野菜フイヨン</p> <p>みかんサラダ みかん缶 レタス キャベツ きゅうり 食塩 油 酢</p> <p>牛乳</p>	<p>25 オレンジホットケーキ 麦茶</p> <p>スパゲッティミートソース スパゲティ 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン 干しいたけ 油 クチャップ 中濃ソース 食塩 トマト缶</p> <p>キャベツとコーンのスープ キャベツ コーン缶 ベーコン 食塩 野菜フイヨン</p> <p>バイクドポテト じゃがいも 食塩 油</p> <p>しらぬい 牛乳</p>	<p>26</p> <p>生姜焼きごはん 米 豚肉 しょうが しょうゆ ごまごま油</p> <p>鶏汁 鶏肉 だいこん にんじん ごぼう たまねぎ えのきたけ かぼちゃ 油揚げ だし節 みそ</p> <p>板ずりきゅうり きゅうり 食塩</p> <p>果物</p>
	<p>黄な粉おはぎ 米 もち米 きな粉 きび砂糖 食塩</p> <p>りんご 麦茶</p>	<p>スイートポテト さつまいも かぼちゃ マーガリン きび砂糖 卵 パンエッセンス</p> <p>するめ 麦茶</p>	<p>メロンパン風 ドッグパン 小麦粉 きび砂糖 マーガリン</p> <p>しらぬい 麦茶</p>	<p>焼きおにぎり 米 しょうゆ 本みりん かつお節 ごまごま</p> <p>チーズ 麦茶</p>	<p>お菓子</p> <p>ミニカップゼリー</p>
<p>28</p> <p>そばろごはん 米 鶏ひき肉 きび砂糖 しょうゆ 卵 きび砂糖 食塩 ほろれんそう</p> <p>豚汁 豚肉 だいこん にんじん ごぼう たまねぎ じゃがいも こんにゃく 豆腐 だし節 みそ</p> <p>スナップエンドウ スナップエンドウ 食塩</p> <p>甘夏 麦茶</p>	<p>29</p> <p>ごはん</p> <p>春雨スープ 豚肉 たまねぎ たけのこ はるさめ にんじん ごまつな 食塩 しょうゆ 野菜フイヨン</p> <p>麻婆豆腐 豚ひき肉 にんじん 玉ねぎ ねぎ しょうが にんにく たら 豆腐 干しいたけ 油 しょうゆ みそ 砂糖 食塩 鳥がらだし 片栗粉 ごま油</p> <p>しらぬい 麦茶</p>	<p>30</p> <p>バターピラフ 米 ハム たまねぎ にんじん マーガリン 食塩 野菜フイヨン</p> <p>野菜スープ 豚肉 たまねぎ にんじん キャベツ もやし 油 食塩 野菜フイヨン</p> <p>バイクどかぼちゃ かぼちゃ 油 食塩</p> <p>甘夏 麦茶</p>	<p>31</p> <p>味噌ラーメン 生中華めん 油 豚肉 キャベツ ねぎ もやし にんじん たまねぎ コーン缶 鳥がらだし みそ しょうゆ きび砂糖 酒 片栗粉 ごま油</p> <p>大学芋 さつまいも 油 きび砂糖 しょうゆ 黒ごま</p> <p>果物 牛乳</p>	<p>※献立は、材料の関係で変更する場合があります。</p>	
<p>カルシウムラスク 食パン マーガリン あおのり ごま 食塩 粉チーズ</p> <p>りんご 牛乳</p>	<p>りんご蒸しパン ホットケーキ 小麦粉 きび砂糖 油 酢 りんご レモン果汁</p> <p>干しいも 麦茶</p>	<p>チヂミ 小麦粉 片栗粉 たら 豚肉 油 ごま油 しょうゆ きび砂糖 酢</p> <p>ミニカップゼリー 麦茶</p>	<p>おにぎり(ツナ昆布) 米 ツナ缶 塩こんぶ</p> <p>果物 麦茶</p>	<p>(エネルギー：467kcal、たんぱく質：16.7g、脂質：14.1g)</p>	