令和	<u>.</u> 7			<u>ر</u> ت	<u>しに</u>	<u>C</u> ()ょう		太田市	立生品人	
		Č	こんだてめい	おもなざい あか		りょうめい ・・・ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・		*		小学校 中学校	
				からだを		からだ	めとり のちょうしをととのえる	ねつやちからの	もとになる	エネルギー	エネルギ・
\Box	曜		わかず	1ぐん	2ぐん	3ぐん	4¢h	5ぐん	6ぐん	(kcal) たんぱく質	(kcal) たんぱくを
		しゅしょく	おかず	魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳·乳製品 小魚·海藻	緑黄色野菜	その他の野菜 きのこ・果物	米・パン・めん 芋類・砂糖	油脂種実類	(g) 脂質(g)	(g) 脂質(g)
				たんぱく質	無機質	カロテン	ビタミンC・食物繊維	炭水化物	脂質	加貝(6)	加貝(8)
		ビビンバ	(にくそぼろ・ナムル)	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり だいこん ねぎ	ごはん	あぶら	606	779
4	火	(ごはん)	トックとわかめのスープ		わかめ	チンゲンサイ	もやし えのきたけ	トック	ごまあぶら	21.8	26.7
		ぎゅうにゅう						さとう	ごま	17.5	20.3
			♀今年も太田市産の食材を使った「野菜	1	1	1		1	1		ı
_	-14	せわりコッペパン	ソースもまるごとおおたやきそば	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり だいこん ねぎ	パンさとう	あぶら	587	748
5	水	ギュンにゅう	カリカリじゃこサラダ	かつおぶし	ちりめんじゃこ わかめ		キャベツ もやし オレンジ	やきそばめん *コンタミあり	ごまあぶら ごま	25.7 17.9	31.9
		ぎゅうにゅう むぎごはん	チキンカレー	とりにく	12/2/82 ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり	ごはん	あぶら	676	21.7 837
6	木	56C1870	ひじきとツナのいろどりあえ	ツナ	ひじき	トマト	たまねぎ もやし	じゃがいも	ごまあぶら	26.8	32.4
	110	ぎゅうにゅう		,	ヨーグルト		りんご	さとう	ごま	16.0	18.4
			ハンバーグデミグラスソース	とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり	パン さとう	あぶら	596	747
7	金		ブロッコリーサラダ			ブロッコリー	マッシュルーム キャベツ	じゃがいも	ドレッシング	27.6	34.5
		ぎゅうにゅう	ABCスープ			こまつな	たまねぎ コーン	マカロニ パンこ		23.8	28.8
10	月		うんどうかいふりかえ	えきゅう	じつ(ロ	中学校は、	、お弁当の日となります。	家庭より持参を	お願いし	ます。)	
		ごはん	じょうしゅうシュウマイ	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり ねぎ	ごはん こむぎこ	あぶら	585	777
11	火		マーボーどうふ	みそ		にら	たまねぎ しいたけ	かたくりこ	ごまあぶら	23.8	30.4
		ぎゅうにゅう	きゅうりのピリからあえ	とうふ				さとう	ごま ラーゆ	19.5	24.3
		ゆめロールパン	カレーふうみのちくわてん	ちくわ	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり だいこん ねぎ	パン こむぎこ	あぶら	625	757
12	水		だいこんツナサラダ	ツナ ぶたにく		ほうれんそう	まいたけおおたのこめ	うとん 💮	ドレッシング	25.3	30.4
			にこみうどん	あぶらあげ	س	- / I» /	こいりです。	※コンタミあげ	+ 212	23.3	26.8
10	+	チキンライス		とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん	たまねぎ しいたけ	ごはん さとう	あぶら	628	814
13	\(\Lambda\)	(ごはん) ぎゅうにゅう	オムレツ オータムポタージュ みかん	たまご ベーコン	チーズ	ほつれんせつ	グリンピース みかん	じゃがいも さつまいも		26.7 18.2	34.0 22.0
	□ 7		オータムパターシューのかん 馬県でたくさん作られている野菜の1つで		がる11日から	木松的な出	 荷が始まります 大田市でも		こいます	16,2	22.0
	-U A NI	ごはん	かんこくふうやきにく	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にんじん	きゅうり ねぎ	パン	ごまあぶら	653	791
14	_	C10.70					O7 7 1 10 O		-0.05.0.5		
14	金		はなやさいサラダ	とりにく	チーズ	グロッコリー	たまねぎ キャベツ	ワンタン	ドレッシング	27.1	32.5
14	金	ぎゅうにゅう	はなやさいサラダ みそワンタンスープ	とりにく みそ	チーズ	プロッコリー にら	たまねぎ キャベツ コーン もやし はくさい	ワンタン さとう	ドレッシング	27.1 19.0	32.5 22.4
		ぎゅうにゅう ごはん			チーズ ぎゅうにゅう				ドレッシング あぶら		
17			みそワンタンスープ	みそ さば とうふ みそ ぶたにく		にら	コーン もやし はくさい	さとう ごはん しらたき		19.0	22.4
		ごはん ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にら にんじん にら こまつな	コーン もやし はくさい だいこん おぎ キャベツ しいたけ	さとう ごはん しらたき さとう	あぶら ごまあぶら	19.0 650 26.5 15.0	22.4 790 32.3 17.3
17	月	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ)	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく	ぎゅうにゅう	にら にんじん にら こまつな	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう	あぶら ごまあぶら あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601	22.4 790 32.3 17.3 789
	月	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん)	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにく とりにく なまあげ みそ	ぎゅうにゅう	にら にんじん にら こまつな	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといも すいとん	あぶら ごまあぶら あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9
17	月	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにく とりにく なまあげ みそ あぶらあげ	ぎゅうにゅう	にら にんじん にら こまつな にんじん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけえだまめ まいたけ	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん **コンダミあり	あぶら ごまあぶら あぶら ごまあぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3
17	月火	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにく とりにく なまあげ みそ	ぎゅうにゅう	にら にんじん にら こまつな にんじん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといも すいとん *コンタミあり パング・元ューとう	あぶら ごまあぶら あぶら ごまあぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9
17	月火	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにく とりにく なまあげ みそ あぶらあげ とりにく	ぎゅうにゅう	にら にんじん にら こまつな にんじん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キャベツ しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといも すいとん *コンタミあり パング・元ューとう	あぶら ごまあぶら あぶら ごまあぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760
17 18 19	月火水	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあげ みそ あぶらあげ とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう	にら にんじん にまつな にんじん にんじん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キャベツ しいたけ えだまめ まいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さはん さとう さといも すいとん ※コンタミあり パン グラニューとう はるさめ	あぶら ごまあぶら あぶら ごまあぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5
17	月火水	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあげ みそ あぶらあげ とりにく ぶたにく とうふ	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう	にら にんじん にら こまつな にんじん ピーマン トマト	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キャベツ しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん **コンタミあり パング・デューとう はるさめ パンて でんぶん ごはん さとう じゃがいも	あぶら ごまあぶら あぶら ごまあぶら あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7
17 18 19	月火水	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあげ みそ あぶらあげ とりにく ぶたにく ぶたにく いたにく かったにく	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう わかめ	にら にんじん にち こまつな にんじん ピーマン トマト にんじん こまつな	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キャベツ しいたけ えだまめ まいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといも すいとん **コンタミあり パンケ ラニューとう はるさめ パンケ でんぶん ごはん さとう しゃがいも しらたき	あぶら ごまあぶら あぶら ごまあぶら あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0
17 18 19 20	月火水木	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあげ みそ あぶらあげ とりにく ぶたにく ごたにく	きゅうにゅう きゅうにゅう わかめ	にら にんじん にち こまつな にんじん ピーマン トマト にんじん こまつな	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ おす だいこん わぎ キャベツ しいたけ えだまめ まいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうい	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといも すいとん **コンタミあり パン が ラニューとう はるさめ パンこ でんぶん ごはん さとう しゃがいも しらたき パンきなこ別-ム	あぶら ごまあぶら あぶら ごまあぶら あぶら あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0
17 18 19 20	月火水木	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげパン ぎゅうにゅう わかめごはん ぎゅうにゅう しょくパン <ろまめきなこの」	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあげ みそ あぶらあげ とりにく ぶたにく ぶたにく いたにく かったにく	きゅうにゅう きゅうにゅう わかめ きゅうにゅう なきのいっち	にら にんじん にち こまつな にんじん ピーマン トマト にんじん こまつな	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうり たまねぎ マッシュルーム	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといも すいとん **コンタミあり パングラニーとう はるさめ パッこ でんぶん ごはん さとう じゃがいも しらたき パンきなこが-A マカロニ	あぶら ごまあぶら あぶら ごまあぶら あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1
17 18 19 20 21	月火水木金	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに プチプチサラダ	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあげ みそ あぶらあげ とりにく ぶたにく いっこく いっこく いっこく いっこく いっこく いっこく いっこく いっこ	きゅうにゅう ぎゅうにゅう わかめ *** *** *** *** *** *** ***	にら にんじん にら こまつな にんじん ピーマト にんじん こまつな にんじん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キャベツ しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモンキャベツ きゅうい たまねぎ マッシュルーム えだまめ	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん *コンタミあり パングラニーとう はるさめ パンてでんぶん ごはん さとう じゃがいも しらたき パンきなこかーA マカロニ じゃがいも	あぶら ごまあぶら あぶら ごまあぶら あぶら あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0
17 18 19 20	月火水木金	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん ぎゅうにゅう しょくパン くろまめきなこから	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに プチプチサラダ	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあげ みそ あぶらあげ とりにく ぶたにく とうふ ぶたにく ツナ とりにく	きゅうにゅう きゅうにゅう わかめ きゅうにゅう たっちょきがった かいそうめん テス だっしらんにゅう	にら にんじん にちっな にんじん にんじん ピーマト にんじん こまつな にんじん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうい たまねぎ マッシュルーム えだまめ り か え き ゅ う じ つ	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん *コンタミあり パングラニーとう はるさめ パンてでんぶん ごはん さとう じゃがいも しらたき パンきなこかーA マカロニ じゃがいも	あぶら ごまあぶら あぶら ごまあぶら あぶら あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1
17 18 19 20 21	月火水木金	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん ぎゅうにゅう しょくパン くろまめきなこかしる	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに ブチプチサラダ き・ 11月24日は、「和食の日」です。世界に	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあげ みそ あぶらあげ とりにく ぶたにく とうふ ぶたにく とうふ ぶたにく とりにく	きゅうにゅう きゅうにゅう わかめ きゅうにゅう たっちょきがった かいそうめん テス だっしらんにゅう	にら にんじん にち こまつな にんじん とーマト にんじん こまつな にんじん としている にんじん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キャベツ しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモンキャベツ きゅうり か え き ゅう じ つ つましょう!	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん *コンタミあり パングラニーとう はるさめ パンてでんぶん ごはん さとう じゃがいも しらたき パンきなこかーA マカロニ じゃがいも	あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1
17 18 19 20 21	月火水木金月	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん ぎゅうにゅう しょくパン くろまめきなこかしる	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに プチプチサラダ あじのさんがやき	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあげ みそ あぶらあげ とりにく ぶたにく とうふ ぶたにく とうふ ぶたにく	きゅうにゅう ぎゅうにゅう かいそうめん がいそうめん なだっしらんにゅう んしゃの 記食」文化につき	にら にんじん にち こまつな にんじん とーマト にんじん こまつな にんじん としている にんじん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうい たまねぎ マッシュルーム えだまめ り か え き ゅ う じ つ	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん *コンタミあり パングラニーとう はるさめ パンででんぶん ごはん さとう じゃがいも しらたき パンきなこ列ーA マカロニ じゃがいも	あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1 26.7
17 18 19 20 21 24	月火水木金月	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん ぎゅうにゅう しょくパン くろまめきなこかしる	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに プチプチサラダ *** *** *** *** ** ** ** **	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあげらめに とりにく なまがらあげ とりにく なまがら とりにく とうう なたにく とうた なたにく カボース	きゅうにゅう ぎゅうにゅう かいそうめん がいそうめん なだっしらんにゅう んしゃの 記食」文化につき	にら にんじん にち こまつな にんじん とーマト にんじん こまつな にんじん としている にんじん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キャベツ しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうり かえ きゅう じっつましょう!	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん *コンタミあり パンケラニーとう はるさめ パンてでんぶん ごはん さとう しゃがいも しらたき パンきなこりーム マカロニ しゃがいも	あぶら 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 こまあぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1 26.7
17 18 19 20 21 24	月火水木金月	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん きゅうにゅう しょくパン <ろまめきなこかし。 ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに プチプチサラダ *** *** *** *** ** ** ** **	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあげ みでにいた なまがらなけ とりにく ないたにく とうふ ぶたにく ツナ とりにく ないか ないたい ない	きゅうにゅう ぎゅうにゅう かいそうめん がいそうめん なだっしらんにゅう んしゃの 記食」文化につき	にら にんじん にちっな にんじん とーマト にんじん こまつな にんじん としている にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうり たまねぎ マッシュルーム えだまめ り か え き ゅ う じ つ ましょう! だいこん わぎ たまねぎ ごぼう たけのこ れんこん	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん **コンタミあり パングラニーとう はるさめ パンこでんぶん ごはん さとう じゃがいも しらたき パンきなこ列ーム マカロニ じゃがいも	あぶら 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 こまあぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1 26.7
17 18 19 20 21 24	月 火 水 木 金 月 火	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん ぎゅうにゅう しょくパン くろまめきなこから ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに ブチブチサラダ ましのさんがやき れんこんのきんぴら とんじる	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあらあけ とりにく なまがられた とりにく なか この	きゅうにゅう きゅうにゅう わかめ きゅうにゅう たっちなまがら かいそうめん たってにらんにゅう ん し や の 1食」文化につ	にら にんじん にうこまつな にんじん とーマト にんじん こまつな にんじん とつ マト にんじん にんじん にんじん にんじん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうり たまねぎ マッシュルーム えだまめ り か え き ゅ う じ つ ましょう! だいこん わぎ たまねぎ ごぼう たけのこ れんこん	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん **コンタミあり パングラニーとう はるさめ パッこでんぶん ごはん さとう じゃがいも しらたき パンきなこかーA マカロニ じゃがいも こんにゃく さとう	あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら さまあぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 26.7 19.0 747 33.1 26.7 810 34.4 24
17 18 19 20 21 24 25	月 火 水 木 金 月 火	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん ぎゅうにゅう しょくパン くろまめきなこから ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに プチプチサラダ まいるとんがやき れんこんのきんぴら シーフードスパゲティ ッナサラダ オレンジ	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あぶらあげ ぶたにくとりにく なまあらあげ とりににく とぶたこう。 かたにく とりにく とがたにく とがたにく いかけ とりにく いたし、 かかにく とりにく いたし、 いかににく いかしにく いかしにく いかしにく いかしにく いかしにく いかしにく いかしにく いかしにく いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いかした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがした。 いがし、 いがし、 いがし、 いがし、 いがし、 いがし、 いがし、 いがし、	きゅうにゅう きゅうにゅう わかめ たっろにゅう かいそうめん たったらんなまがら ん しゃ の 自食」文化につき	にら にんじん にもしん にんじん とーマト にんじん ひ ふ にんじん にんじん にんじん としても にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじ	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうい たまねぎ マッシュルーム えだまめ り か え き ゆ う じ つ ましょう! だいこん わぎ たまねぎ ごぼう たけのこ れんこん キャベツ きゅうい たまねぎ エリンギ コーン マッシュルーム オレンジ	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもずいとん ※コンタミあり パングラニューとう はるさめ バンこでんぶん ごはん さとう じゃがいも しらたき パンきなこ列ーム マカロニ じゃがいも こんにゃく さとう パン スパゲティ さとう	あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら オリーフォイル あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1 26.7 810 34.4 24 784
17 18 19 20 21 24 25	月 火 水 木 金 月 火	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん ぎゅうにゅう しょくパン <ろまめきなこから ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに プチプチサラダ まいるとかがき れんこんのきんぴら シーフードスパゲティ ッナサラダ	みそ さば とうふ みそ ぶらあげ ぶたにく あぶらくとがけんで なまあぶりににく なたうがにいる とがたうにとう ながた く とがたう か とがしている ながら か とがしている ながら か とがしている ながら か ないしている ながら か ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしてい ないでしてい ないでしてい ないでしてい ない ない ない ない ない ない ない ない ない ない ない ない ない	きゅうにゅう きゅうにゅう わかめ きゅうにゅう わかいそうめん かいそうめん をまたしいんにゅう ん しゃ の 自食」文化につ	にら にんじん にもしん にんじん とーマト にんじん ひ ふ にんじん にんじん にんじん としても にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじ	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうい たまねぎ マッシュルーム えだまめ り か え き ゆ う じ つ ましょう! だいこん わぎ たまねぎ ごぼう たけのこ れんこん キャベツ きゅうい たまねぎ エリンギ コーン マッシュルーム オレンジ	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん **コンダミあり パングラニーとう はるさめ バンこでんぶん ごはん さとう じゃがいも しらたき パンきなこりーム マカロニ じゃがいも こんにゃく さとう パンスパゲティ さとう プ する 焼き 自給	あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら オリーフォイル あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1 26.7 810 34.4 24 784 32.7
17 18 19 20 21 24 25 26	月 火 水 木 金 月 火 水	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん ぎゅうにゅう しょくパン <ろまめきなこから ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに プチプチサラダ まじのさんがやき れんこんのきんぴら とんじる シーフードスパゲティ ッナサラダ オレンジ 『11月29日は、「ぐんますきやきの日 すきやきふうに	みそ さば とうふ みそ ぶたにく あたくとりにく なまあらりにく なまぶらににる ぶたにういた とがたうにく とぶたうにく とぶたしく とがたっと がたっと がたっと がたっと がたっと がたっと がたっと がたっ	きゅうにゅう きゅうにゅう わかめ たっろにゅう かいそうめん たったらんなまがら ん しゃ の 自食」文化につき	にら にんじん にらっこま にんじん にんじんントマト にんじん であしん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうい たまれぎ で マッシュルーム えだまめ り か え き ゆ う じ つ ましょう! だいこん わぎ たまねぎ ごぼう たけのこ れんこん キャベツ きゅうい たまねぎ エリンギ コーン マッシュルーム オレンジ 発売の具材が県内で全て揃	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん **コンタミあり パンケ デューとう はるさめ パンケ でんぶん ごはん さとう しゃがいも しらたき パンカロニ しゃがいも こんにゃく りこ しゃがいも こんにゃく スパゲティ さとう プはん ごはん	あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら ながら ながら ながら でもあぶら ながら でもあぶら でもながら ながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら ながら ながら ながら ながら ながら ながら ながら ながら ながら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5 621 26.8 19.4 615 26.4 21.1	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1 26.7 810 34.4 24 784 32.7 25.8
17 18 19 20 21 24 25	月 火 水 木 金 月 火 水	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげハン ぎゅうにゅう わかめごはん ぎゅうにゅう しょくパン くろまめきなこから ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう こばん	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに ブチプチサラダ あじのさんがやき れんこんのきんぴら とんじる シーフードスパゲティ ツナサラダ オレンジ ○11月29日は、「ぐんますきやきの日 すきやきふうに たまごまき	みそ さば とうふ みで とうにく あににく ならあげ ぶたまあらにく とぶたうか とりにこ るがたったい とりにこ るがられた「 るがられた「 あいして ながらない。 とからない。 とからない。 とからない。 とがたっか ない。 とがたっか。 とりにこ ない。 とからない。 とからない。 とからない。 とからない。 とからない。 とからない。 とからない。 とからない。 とからない。 とからない。 とからない。 とからない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 というない。 といるない。 といるない。 といるない。 といるない。 といるない。 といるない。 といるない。 といるない。 といる。 といるない。 といるない。 といるない。 といるない。 といるない。 といるない。 といるない。 といるない。 といるない。 といる。 といる。 といるない。 といる。 といる。 といる。 といる。 といる。 といる。 といる。 とい	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かいとうめん かいそうめん かいそうめん でまたしいんにゅう んしゃの きゅうにゅう	にら にんじん にらっこま にんじん にんじんントマト にんじん であしん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうい たまれぎ マッシュルーム えだまめ り か え き ゅ う じ つ ましょう! だいこん わぎ たまねぎ ごぼう たけのこ れんこん キャベツ きゅうい たまねぎ エリンギ コーン マッシュルーム オレンジ 禁念の具材が県内で全て描	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん **コンタミあり パングラニーとう はるさめ パンでん ささう じゃがいも しらたき パンきなこ別ーム マカロニ じゃがいも こんにゃく のこ したがいも こんにゃく さとう パン スパゲティ さとう プ はん しらたき	あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら オリーフォイル あぶら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5 621 26.8 19.4 615 26.4 21.1	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1 26.7 810 34.4 24 784 32.7 25.8
17 18 19 20 21 24 25 26	月 火 水 木 金 月 火 水	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん きゅうにゅう しょくパン くろまめきなこから ごはん きゅうにゅう こさはん ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに ブチブチサラダ **** **** **** *** *** *** **	みそ さば とうふ みで とうにく あたにく あがにく なありにく ながらに とがたうに とがたうに とがたうに とがた かりに ながら からい とく ながら ながら ながら かり かけ に ない かけ はま で とい かけ はま で とく かり はま で は ない かけ に ない かけ に ない かけ に ま で は ない かけ に ない かけ に ま で は ない かけ に ない かけ に ま で は ない ない かけ に ない ない かけ に ま で よ ない	きゅうにゅう きゅうにゅう わかめ きゅうにゅう たっちゅうなまがら かいそうめん きょだこしぶんにゅう ん し や の 自食」文化につき きゅうにゅう	にら にんじん にもしん にんじん とーマト にんじん として にんじん として にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじ	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン しいたけ コーン たまれぎ マッシュルーム えだまめ り か え き ゅ う じ つ ましょう! だいこん わぎ たまねぎ ごぼう たけのこ れんこん キャベツ きゅうい たまねぎ エリンギ コーン マッシュルーム オレンジ たたさの具材が県内で全て描 キャベツ わぎ えのきたけ はくさい	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん **コンタミあり パングラニーとう はるさめ パンででんぶん ごはん かにも しらたき パン きなこ別ーム マカロニ じゃがいも しらたき パン スパゲティ さとう プはん しらたき ごはん しらたき さとう	あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あがら すしッシング あごまあぶら すしっプオイル あぶまるがま あがまるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるが。 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるが、 できるできるが、 できるでもでも、 できるでもでもでもでもでもでもできるでもでもでもでもでもでもできるでもでもでもでも	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5 621 26.8 19.4 615 26.4 21.1	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 26.7 19.0 747 33.1 26.7 810 34.4 24 784 32.7 25.8 821 39.9 27.1
17 18 19 20 21 24 25 26	月 火 水 木 金 月 火 水 木	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん きゅうにゅう しょくパン くろまめきなこから ごはん きゅうにゅう こさはん ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに ブチブチサラダ *** *** *** ** ** ** ** ** *	みそ さばる おがにく あがにくなあがらにく ながたにまがらににく とがたうがたりにん ながたしたが とがたうがした とがたうかとく ながられたり ながらいにく ながらいにく ながらいにく ながらいにく ながらいにく ながらいにく ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらいと ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながらい。 ながら、 ながら、 ながら、 ながら、 ながら、 ながら、 ながら、 ながら、	ぎゅうにゅう ぎゅうにゅう かいとうめん かいそうめん かいそうめん でまたしいんにゅう んしゃの きゅうにゅう	にら にんじん にもしん にんじん とーマト にんじん として にんじん として にんじん として にんじん として にんじん として にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじ	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうい たまねぎ マッシュルーム えだまめ り か え き ゅ う じ つ だいこん わぎ たまねぎ ごぼう たけのこ れんこん キャベツ きゅうい たまねぎ エリンギ コーン マッシュルーム オレンジ 性にもり はくさい たまねぎ みかん	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん **コンタミあり パングラニーとう はるさめ パンで たんぶん ごはん さとう じゃがいも しらたき パンカロニ しゃがいも こんにゃくりこ じゃがいも こんにゃくさとう パン スパゲティ さとう プロん こはん しらたき さとう パン スパゲティ さとう パン さとう	あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あぶら ながら ながら ながら でもあぶら ながら でもあぶら でもながら ながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら でもながら ながら ながら ながら ながら ながら ながら ながら ながら ながら	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5 621 26.8 19.4 615 26.4 21.1 641 32.3 22.7 607	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 26.7 19.0 747 33.1 26.7 810 34.4 24 784 32.7 25.8 821 39.9 27.1 773
17 18 19 20 21 24 25 26	月 火 水 木 金 月 火 水 木	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごはん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん きゅうにゅう しょくパン くろまめきなこから ごはん きゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに ブチブチサラダ *** *** *** ** ** ** ** ** *	みそ さば、ようにく あにくとがにくなありにくない。 ないにもあらいにくながりにいる。 といたうににくいたらいという。 といたからにくくいた。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないたい。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないにいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではいる。 ないではい。 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 なっと、 なっと、 なっと、 なっと、 なっと、 なっと、 な。 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、 と、	きゅうにゅう きゅうにゅう わかめ きゅうにゅう たっちゅうなまがら かいそうめん きょだこしぶんにゅう ん し や の 自食」文化につき きゅうにゅう	にら にんじん にんじん にんじんント にんじんひん にんじんひん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ きゅうい たまねぎ マッシュルーム えだまめ り か え き ゅ う じ つ だいこん わぎ たまねぎ ごぼう たけのこ れんこん キャベツ きゅうい たまねぎ エリンギ コーン マッシュルーム オレンジ 焼きの具材が県内で全て揃 キャベツ おぎ えのきたけ はくさい たまねぎ みかん パイン もも	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん **コンタミあり パングラニーとう はるさめ パングでにかられ こはん さとう じゅがいも しらたき パンきなこかーム マカロニ じゅがいも こんにゃくりこ じゃがいち これにゃく これだティ さとう パン スパゲティ さとう パン こさとう パン こだらたき これにっく こことう こだら こさとう こだら こことう こことう こことう こことう こことう こことう こことう ここと	あぶら ごまあぶら あぶら あぶら あぶら あぶら あがら すしッシング あごまあぶら すしっプオイル あぶまるがま あがまるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるがら できるが できるが できるが できるが できるが できるが できるが できるが	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5 621 26.8 19.4 615 26.4 21.1	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1 26.7 810 34.4 24 784 32.7 25.8 821 39.9 27.1 773 28.7
17 18 19 20 21 24 25 26 27	月 火 水 木 金 月 火 水 木 金	ではん ぎゅうにゅう キムタクではん (ではん) ぎゅうにゅう シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめではん ぎゅうにゅう しょくパン くろまめきなこから ぎゅうにゅう こばん ぎゅうにゅう こばん ぎゅうにゅう にゅう にゅう にゅう にゅう にゅう にゅう にゅう だっカーハウス ぎゅうにゅう	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに プチプチサラダ **** *** *** *** *** ** ** **	みそ さみあぶになあるというにく ぶらあくとがありにこうにかりたうがしている。 なおがりにいるにからないにいるになった。 ないのでは、くくないのでは、とのでは、ないのでは、できまれる。 ないのでは、ないのでは、できまれる。 ないのでは、できないのでは、できないのでは、できないのでは、できない。 ないのでは、できないのでは、できないのでは、できないのでは、できない。 たいのでは、できないのでは、できないのでは、できないのでは、できない。 たいのでは、できないのでは、できないのでは、できないのでは、できない。 ないのでは、できないのでは、できないのでは、できないのでは、できない。 ないのでは、できないのでは、できないのでは、できないのでは、できない。 ないのできないのできない。	きゅうにゅう きゅうにゅう わかめ きゅうにゅう わかめ をゅうにゅう かいそうめん トズ だっしらんにゅう をゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう	にら にんじん にんじん にんじん にんじん とっマト にんじん でんじん でんじん にんじん でんじん にんじん でんじん にんじん に	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうい たまねぎ マッシュルーム えだまめ り か え き ゅ う じ つ だいこん わぎ たまねぎ エリンギ コーン マッシュルーム オレンジ 性につく はくさい キャベツ おぎ えのきたけ はくさい たまねぎ みかん パイン もも	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん ※コンダミあり パング デューとう はるさめ バング で たいさし しらたき こいっかいも しらたき パンカロニ じゃがいも こんにゃく こんにゃく こんににゃく こんにゃく ころん こだん ことう パンスパゲティ さとう パンスパゲティ さとう こだら	あぶら 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 でもあぶら あぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもな。 でもな。 でもな。 でもな。 でもな。 でもな。 でもな。 でもな	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5 621 26.8 19.4 615 26.4 21.1 641 32.3 22.7 607 22.6 18.0 8##	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1 26.7 810 34.4 24 784 32.7 25.8 821 39.9 27.1 773 28.7 22.1 基準值
17 18 19 20 21 24 25 26 27 28	月 火 水 木 金 月 火 水 木 金 類	ごはん ぎゅうにゅう キムタクごはん (ごゅうにゅう)シュガーあげバン ぎゅうにゅう わかめごはん きゅうにゅう しょくパン くろまめきなこから ごはん ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ごはん ぎゅうにゅう ないかっち	みそワンタンスープ さばのさいきょうやき しらたきのスタミナいため おおたやさいのみそしる (キムタクごはんのぐ) さといもとえだまめのうまに すいとん とりにくのスパイシーソースに いろどりだんごスープ にくじゃが こまつなサラダ チキンとマカロニのクリームに ブチブチサラダ *** *** *** ** ** ** ** ** *	みそ さばそ ああいにく あぶにまあらいにく をあらいににふ とぶたまがらににふ とがたうにに かけいにかった。 なのられたり ありににふ なりににふ なりににふ なりににふ なりににふ なりににふ なりににふ なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる なりにいる ないでした。 ないでしていかけい でいまる。 ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでしている ないでいな ないでいな ないでいな ないでしていな ないでしていな ないでしていな ないでしていな ないでしてい ないでしてい ないでしてい ないでしてい ないでし	きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう わかめ きゅうにゅう んしゃ のしゃ のしゃ であうにゅう であうにゅう をゅうにゅう であうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう きゅうにゅう	にら にんじん にんじん にんじん にんじん とっマト にんじん でんじん でんじん にんじん でんじん にんじん でんじん にんじん に	コーン もやし はくさい だいこん わぎ キャベツ しいたけ なす だいこん わぎ キムチ たくあん しいたけ えだまめ まいたけ キャベツ わぎ たまねぎ えだまめ コーン はくさい キャベツ たまねぎ えだまめ しいたけ コーン レモン キャベツ きゅうい たまねぎ マッシュルーム えだまめ り か え き ゅ う じ つ だいこん わぎ たまねぎ エリンギ コーン マッシュルーム オレンジ 性につく はくさい キャベツ おぎ えのきたけ はくさい たまねぎ みかん パイン もも	さとう ごはん しらたき さとう ごはん さとう さといもすいとん ※コンダミあり パング デューとう はるさめ バング で たいさし しらたき こいっかいも しらたき パンカロニ じゃがいも こんにゃく こんにゃく こんににゃく こんにゃく ころん こだん ことう パンスパゲティ さとう パンスパゲティ さとう こだら	あぶら 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 でもあぶら あぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもあぶら でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもなった。 でもな。 でもな。 でもな。 でもな。 でもな。 でもな。 でもな。 でもな	19.0 650 26.5 15.0 601 27.1 18.0 622 27.6 21.3 619 22.4 16.3 613 27.0 23.5 621 26.8 19.4 615 26.4 21.1 641 32.3 22.7 607 22.6 18.0	22.4 790 32.3 17.3 789 33.9 21.3 760 33.5 25.3 750 26.7 19.0 747 33.1 26.7 810 34.4 24 784 32.7 25.8 821 39.9 27.1 773 28.7 22.1