

5月

是超過全國國際

		のみ	- / 40-41.		つかわれているしょくひん	一样,一样的一样的一样的一样。		たんぱ
にち	ようび	50 50	こんだてめい	あかのグループのしょくひん	きいろのグループのしょくひん	みどりのグループのしょくひん	エネ ルギー (kcal)	(g)
1			こはん		ごはん			25.1
	木	MILK	しろみざかなのグリーンあげ	ホキ	こむぎこ でんぷん あぶら	おちゃ	572	
			ほうれんそうのソテー	ベーコン	あぶら	ほうれんそう しいたけ エリンギ		
			しんじゃがのみそしる	わかめ あぶらあげ みそ	じゃがいも	たまねぎ にんじん しめじ ねぎ		
2	金		コッペパン		コッペパン			23.1
		MILK	ツナポテトのチーズやき	まぐろのみずに チーズ	じゃがいも あぶら マヨネーズ	たまねぎ パセリ	583	
		MILK			(3)	グリーンアスパラガス にんじん		
			やさいスープ	ぶたにく	マカロニ	たまねぎ セロリ チンゲンサイ		
						キャベツ にんにく しょうが たまねぎ		
7	水	4	スタミナラーメン	やきぶた	ちゅうかめん あぶら	にんじん キャベツ もやし にら	572	30.7
		MILK	きっかしゅうまい	ぶたにく たまご	しゅうまいのかわっさとう	たまねぎ ほししいたけ しょうが		
		-		10,72,12 1 72,012	こまあぶら でんぷん	ねぎ		
8			ごはん		ごはん でんぷん あぶら さとう			
	木	MILK	かつおのあまからに	かつお	こま	しょうが	594	31.
			こふきいも	あおのり	じゃがいも		594	31
			かきたまじる	たまご	でんぷん	もやし たまねぎ にんじん		
			コッペパン		コッペパン	ねぎまいたけ		
9	金	WILK		とりにく ぎゅうにゅう	じゃがいも こむぎこ	キャベツ たまねぎ にんじん		
			はるキャベツのシチュー	しろいんげんまめのペースト	あぶら バター	しめじ パセリ	539	22.5
			みずなのわふうサラダ	ロースハム	べにばなあぶら さとう	みずな だいこん はくさい		
			ごはん		ごはん	にんじん		
			ししゃものにしょくあげ	ししゃも あおのり たまご	こむぎこ あぶら くろごま			26.9
12	月	MILK	はくさいこんぶ	こんぶ	こむらこ めいら くつこむ	はくさい	581	
		4				グリーンアスパラガス たまねぎ		
			ぶたにくとアスパラガスのみそいため	ぶたにく みそ	さとう あぶら でんぷん	にんじん キャベツ		
13	火		やきそば	ぶたにく あおのり	ちゅうかめん あぶら	にんじん キャベツ たまねぎ		22.
		MILK	そらまめ	かつおぶし		もやし ねぎ そらまめ	536	
					ホットケーキミックス		- 000	
			にんじんケーキ	ぎゅうにゅう	さとう、バター	にんじん		
広島	県の郷土	料理	ごはん		ごはん			
14	水	MILK	くれのにくじゃが	ぎゅうにく	じゃがいも あぶら さとう	たまねぎ しらたき	581	20
•			はるさめのすのもの	たまご	はるさめ さとう あぶら	ほうれんそう きゅうり もやし		
			S-1-111		ごまあぶら	ごぼう みつば ふき にんじん		
	木		ふきごはん	とりにく あぶらあげ	こめ あぶら さとう	ほししいたけ にんしい		
15		MILK	もちもちぶたじる	ぶたにく さつまあげ みそ	しらたまもち あぶら	にんじん たまねぎ だいこん たけのこ ねぎ	596	22.4
			 あまなつ			あまなつ		
			コッペパン		コッペパン	100.00		
16				ベーコン たまご チーズ		マッシュルーム たまねぎ		
	金	MILK	アスパラガスのキッシュ	なまクリーム	あぶら さとう	グリーンアスパラガス	628	27.9
			ヘルシースープ	とりにく	じゃがいも	キャベツ にんじん たまねぎ セロリ パセリ		
			<u>プ</u> キバルニチャ・ハン	ルキぶた しこすばし	こめ もちごめ ごま	にんじん たまねぎ ねぎ		+-
19	月	MILK	ごまじゃこチャーハン	やきぶた しらすぼし	こまあぶら あぶら		512	21.
	~		とりごぼうじる	とりにく なまあげ	ごまあぶら	ごぼう にんじん こんにゃく みつば		
			コパゲニ ノナポリカン	ウインナーソーセージ	71842	にんじん たまねぎ ピーマン		
20	火	MILK	スパゲティナポリタン	ぶたにく	スパゲティ	マッシュルーム トマト	554	23
			フライドキリボシのサラダ	ロースハム しらすぼし	べにばなあぶら ごま さとう でんぷん あぶら	きりぼしだいこん コーン キャベツ にんじん		
	t		ごはん		こはん			
21			さわらのしおやき	さわら				
	水	MILK	みずなのいためもの	しらすぼし	ごまあぶら	みずな	574	29.
	I			しだいず ちくわ こんご	オンス あぶに じょがいき	にんじん ごぼう こんにゃく		
			ごもくまめ	だいず ちくわ こんぶ	さとう あぶら じゃがいも	ほししいたけ		
			こせんまめ	たいず ちくわ こんぷ	ごはん			
		<u>-</u>		たいず ちくわ こんぷ とりにく				
22	木	MILK	ごはん		ごはん こむぎこ でんぷん あぶら		644	25
22	木	WILK	ごはん チキンなんばん ミニトマト	とりにく	ごはん こむぎこ でんぷん あぶら さとう	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にら	644	25
			ごはん チキンなんばん ミニトマト ワンタンスープ		ごはん こむぎこ でんぷん あぶら さとう ワンタンのかわ あぶら	ミニトマト	644	25
	木合食の日		ごはん チキンなんぱん ミニトマト ワンタンスープ ナン	とりにく	ごはん こむぎこ でんぷん あぶら さとう ワンタンのかわ あぶら ナン	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にら まいたけ	644	25
お話に			ごはん チキンなんばん ミニトマト ワンタンスープ	とりにく	ごはん こむぎこ でんぷん あぶら さとう ワンタンのかわ あぶら	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にら	644	
お話に	合食の日		ごはん チキンなんぱん ミニトマト ワンタンスープ ナン	とりにく	ごはん こむぎこ でんぷん あぶら さとう ワンタンのかわ あぶら ナン	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にら まいたけ にんにく しょうが たまねぎ		
お話糸	合食の日		ごはん チキンなんばん ミニトマト ワンタンスープ ナン ドライカレー フルーツしらたま	とりにく ぶたにく ぶたにく あぶらあげ とりにく	ごはん こむぎこ でんぷん あぶらさとう ワンタンのかわ あぶら ナン はちみつ あぶら こむぎこ しらたまもち さとう	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にらまいたけ にんにく しょうが たまねぎにんじん えだまめみかん パイン ももたまねぎ にんじん みつば		
お話糸 23	合食の日		ごはん チキンなんばん ミニトマト ワンタンスープ ナン ドライカレー フルーツしらたま きつねうどん	とりにく ぶたにく ぶたにく あぶらあげ とりにく かまぼこ	ごはん こむぎこ でんぷん あぶらさとう ワンタンのかわ あぶら ナン はちみつ あぶら こむぎこ しらたまもち さとう うどん さとう	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にらまいだけ にんにく しょうが たまねぎにんじん えだまめみかん パイン ももたまねぎ にんじん みつばえのきたけ		21
お話糸 23	â食のE 金		ごはん チキンなんばん ミニトマト ワンタンスープ ナン ドライカレー フルーツしらたま	とりにく ぶたにく ぶたにく あぶらあげ とりにく	ごはん こむぎこ でんぷん あぶらさとう ワンタンのかわ あぶら ナン はちみつ あぶら こむぎこ しらたまもち さとう	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にらまいたけ にんにく しょうが たまねぎにんじん えだまめみかん パイン ももたまねぎ にんじん みつば	572	21
お話糸 23	â食のE 金		ごはん チキンなんばん ミニトマト ワンタンスープ ナン ドライカレー フルーツしらたま きつねうどん	とりにく ぶたにく ぶたにく あぶらあげ とりにく かまぼこ ぶたにく いか たまご	ごはん こむぎこ でんぷん あぶらさとう ワンタンのかわ あぶら ナン はちみつ あぶら こむぎこ しらたまもち さとう うどん さとう	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にらまいだけ にんにく しょうが たまねぎにんじん えだまめみかん パイン ももたまねぎ にんじん みつばえのきたけ	572	21
力話》 23 28	命食の日金		ごはん チキンなんばん ミニトマト ワンタンスープ ナン ドライカレー フルーツしらたま きつねうどん おこのみやき	とりにく ぶたにく ぶたにく あぶらあげ とりにく かまぼこ ぶたにく いか たまご	ごはん こむぎこ でんぷん あぶらさとう ワンタンのかわ あぶら ナン はちみつ あぶら こむぎこ しらたまもち さとう うどん さとう	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にらまいだけ にんにく しょうが たまねぎにんじん えだまめみかん パイン ももたまねぎ にんじん みつばえのきたけ	572	21
22 お話編 23 28	â食のE 金		ごはん チキンなんぱん ミニトマト ワンタンスープ ナン ドライカレー フルーツしらたま きつねうどん おこのみやき ごはん	とりにく ぶたにく ぶたにく あぶらあげ とりにく かまぼこ ぶたにく いか たまご あおのり かつおぶし	ごはん こむぎこ でんぷん あぶらさとう ワンタンのかわ あぶら ナン はちみつ あぶら こむぎこ しらたまもち さとう うどん さとう ながいも こむぎこ あぶら	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にらまいだけ にんにく しょうが たまねぎにんじん えだまめみかん パイン ももたまねぎ にんじん みつばえのきたけ	572	21
お話約 23 28	命食の日金	MILK	ごはん チキンなんぱん ミニトマト ワンタンスープ ナン ドライカレー フルーツしらたま きつねうどん おこのみやき ごはん さよりのフライ	とりにく ぶたにく ぶたにく あぶらあげ とりにく かまぼこ ぶたにく いか たまご あおのり かつおぶし	ごはん こむぎこ でんぷん あぶらさとう ワンタンのかわ あぶら ナン はちみつ あぶら こむぎこ しらたまもち さとう うどん さとう ながいも こむぎこ あぶら ごはん こむぎこ パンこ あぶら	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にらまいだけ にんにく しょうが たまねぎにんじん えだまめみかん パイン ももたまねぎ にんじん みつばえのきたけ	572	21 30
お話約 23 28	命食の日金	MILK	ごはん チキンなんぱん ミニトマト ワンタンスープ ナン ドライカレー フルーツしらたま きつねうどん おこのみやき ごはん さよりのフライ ベーコンポテト わかたけに	とりにく ぶたにく ぶたにく あぶらあげ とりにく かまぼこ ぶたにく いか たまご あおのり かつおぶし さより ベーコン とりにく ちくわ わかめ	ごはん こむぎこ でんぷん あぶら さとう ワンタンのかわ あぶら ナン はちみつ あぶら こむぎこ しらたまもち さとう うどん さとう ながいも こむぎこ あぶら ごはん こむぎこ パンこ あぶら じゃがいも さとう あぶら	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にらまいたけ にんにく しょうが たまねぎにんじん えだまめ みかん パイン もも たまねぎ にんじん みつばえのきたけ キャベツ ねぎ	572	30
お話約 23 28	金の田金の田本本	MILK	ごはん チキンなんばん ミニトマト ワンタンスープ ナン ドライカレー フルーツしらたま きつねうどん おこのみやき ごはん さよりのフライ ベーコンポテト わかたけに セルフツナサラダサンド	とりにく ぶたにく ぶたにく あぶらあげ とりにく かまぼこ ぶたにく いか たまご あおのり かつおぶし さより	ごはん こむぎこ でんぷん あぶら さとう ワンタンのかわ あぶら ナン はちみつ あぶら こむぎこ しらたまもち さとう うどん さとう ながいも こむぎこ あぶら ごはん こむぎこ パンこ あぶら しゃがいも さとう あぶら	ミニトマト にんじん たまねぎ もやし にらまいたけ にんにく しょうが たまねぎにんじん えだまめ みかん パイン もも たまねぎ にんじん みつばえのきたけ キャベツ ねぎ	572	21 30 29