

小学校 5月 こんだてひょう

厚沢部町総合給食センター
TEL 56-1147
FAX 56-1148

令和6年度

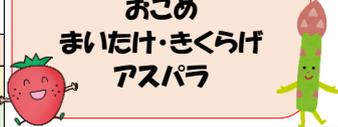
	月	火	水	木	金												
こんだて	★牛乳は毎日つきます。★食材や献立は、都合より変更することがあります。 ★日にちの横の数字は、エネルギー量 です。★うどんやラーメンの汁は残すよう にしましょう。	<table border="1"> <tr><td colspan="2">小学生平均</td></tr> <tr><td>エネルギー</td><td>611kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>24.4g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>22.7g</td></tr> <tr><td>カルシウム</td><td>316mg</td></tr> <tr><td>食塩</td><td>2.0g</td></tr> </table>	小学生平均		エネルギー	611kcal	たんぱく質	24.4g	脂質	22.7g	カルシウム	316mg	食塩	2.0g	1 583kcal ごはん どさんこじる つくねハンバーグ こまつなのおひたし	2 602kcal せわりコッペパン フランクフルト クラムチャウダー えだまめサラダ こどもの日ゼリー	3 憲法記念日
	小学生平均																
	エネルギー		611kcal														
	たんぱく質		24.4g														
	脂質		22.7g														
カルシウム	316mg																
食塩	2.0g																
あか	5月厚沢部町しくざい おこめ まいたけ・きくらげ アスパラ	さけ、はたて、みそ、とりにく、かつおぶし	ぎゅうにゅう、とりにく、ぶたにく、あさり、 ベーコン、えだまめ														
き		こめ、じゃがいも、こんにやく	コッペパン、さとう、じゃがいも、サラダ油、こ むぎこ、バター、さとう、こま														
みどり		だいこん、にんじん、たまねぎ、こまつな、もや し、ごぼう、れんこん	トマト、にんじん、たまねぎ、キャベツ、だい こん、日向夏														
こんだて	6 振替休業	7 552kcal バジルスパゲティ コンソメスープ あさりのサラダ オレンジ	8 637kcal ごはん みそけんちんじる ぶりのてりやき ひじきのいために	9 687kcal ナン キーマカレー ジャーマンポテト ブロッコリーの イタリアンサラダ	10 608kcal むぎごはん ちゅうかどんのぐ あげはるまき ほうれんそうナムル												
あか		ベーコン、あさり	とりにく、とうふ、みそ、ぶり、ひじき、だいず、 油あげ	ぶたにく、だいず、ベーコン、ツナ	ぶたにく、ひか、ひじき												
き		スパゲティ、オリーブオイル、バター、こむぎ こ、かたくりこ、サラダ油、さとう、こま油、こま	こめ、こんにやく、サラダ油、しらたき、さとう	ナン、サラダ油、こむぎこ、カレーフレーク、 じゃがいも、バター、さとう	こめ、むぎ、サラダ油、かたくりこ、ほろさめ、 こむぎこ、さとう、こま、こま油												
みどり		まいたけ、キャベツ、バジル、たまねぎ、にんじ ん、きゅうり、オレンジ	にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ	たまねぎ、にんじん、セロリ、トマト、ブロッ コリー	たけのこ、にんじん、ほくさい、チンゲンサイ、 きくらげ、もやし、ほうれんそう、キャベツ、た まねぎ、ねぎ												
こんだて	13 626kcal ごはん とりつくね だんごじる しろみさかなフライ ビーフンのいためもの	14 618kcal しょうゆラーメン ごまポテト フルーツミックス	15 546kcal わかめごはん みそしる (とうふ・しいたけ) てりやきチキン キャベツの しおこんぶあえ	16 536kcal ごまパン ポークシチュー アスパラのソテー りんご	17 728kcal ごはん とんじる さばのしおやき とりささみの マスタードあえ												
あか	とりにく、ぶたにく、ほき	ぶたにく、なると	わかめ、とうふ、みそ、とりにく、こんぶ	ぶたにく、ベーコン	ぶたにく、とうふ、みそ、さば、とりにく												
き	こめ、パンこ、こむぎこ、かたくりこ、ビーフン、 サラダ油、さとう、こま油	ラーメン、サラダ油、じゃがいも、こま、さとう	こめ、さとう、こま、こま油	ごまパン、サラダ油、じゃがいも、こむぎこ、パ ン、コーン、デミグラスソース	こめ、サラダ油、じゃがいも、こんにやく、ハ ニーマスタード												
みどり	たまねぎ、にら、ほくさい、だいこん、にんじ ん、ねぎ、ピーマン、キャベツ、しいたけ	もやし、めんま、ほうれんそう、ねぎ、にんじん、 きくらげ、みかん、もも、バナナ	しいたけ、ねぎ、キャベツ、だいこん	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、アスパ ラ、りんご	たまねぎ、ごぼう、だいこん、にんじん、キャバ ツ、きゅうり												
こんだて	20 665kcal ごはん はるさめスープ とりのからあげ いんげんと たまごのいためもの	21 584kcal ぶたキムチうどん だいがくいも バンバンジー	22 547kcal ひじきごはん みそしる (えのき・わかめ) さんまのおかか きりぼしだいこん	23 580kcal 食パン(いちごジャム) かぼちゃシチュー アスパラオープンやき ヨーグルトあえ	24 560kcal ごはん かきたまじる あじフライ なめたけあえ												
あか	ぶたにく、とりにく、わかめ、たまご	ぶたにく、みそ、とりにく	とりにく、ひじき、油あげ、わかめ、みそ、さん ま、さとう、かつおぶし、さつまあげ	ぎゅうにゅう、とりにく、しるほなまめ、スキム ミルク、生クリーム、チーズ、ヨーグルト	たまご、とうふ、あじ												
き	こめ、はるさめ、こま油、サラダ油、こむぎこ、 かたくりこ	うどん、サラダ油、さとう、こま油、さつまい、 こま、ごまドレッシング	こめ、むぎ、しらたき、サラダ油、さとう、こま	食パン、コーン、こむぎこ、バター、じゃがいも、	こめ、かたくりこ、パンこ、こむぎこ、サラダ油												
みどり	にんじん、ねぎ、さやいんげん、たまねぎ	だいこん、ほくさい、にんじん、にら、しめじ、 きゅうり、もやし	にんじん、グリーンピース、えのき、ねぎ、きりぼ しだいこん	いちご、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、アスパ ラ、ミニトマト、みかん、もも、バナナ	ほくさい、ねぎ、ほうれんそう、なめたけ												
こんだて	27 600kcal ごはん わかめスープ ホイコーロー あげぎょうざ	28 672kcal クリームパスタ かいそうサラダ スライスパン	29 617kcal ごはん みそしる (なめこ・だいこん) さばのソースあげ にくじゃが	30 556kcal バターパン イタリアンスープ ミートオムレツ パリパリサラダ	31 709kcal むぎごはん スープカレー コールスローサラダ いちご												
あか	わかめ、ぶたにく、みそ、とりにく	ベーコン、とうにゅう、生クリーム、みそ、わか め、ふのり、のり	みそ、さば、ぶたにく	ベーコン、だいず、たまご、ぶたにく、チーズ	とりにく、しるほなまめ、ロースハム												
き	こめ、こま油、サラダ油、さとう、こむぎこ	スパゲティ、オリーブオイル、こむぎこ、パ ター、サラダ油、さとう、こま	こめ、こむぎこ、かたくりこ、さとう、こま、サラ ダ油、じゃがいも	バターパン、サラダ油、じゃがいも、コーン、マ カロニ、こむぎこ、こま	こめ、むぎ、サラダ油、じゃがいも、カレーこ、カ レーフレーク、バター、さとう、コーン												
みどり	ねぎ、だいこん、キャベツ、ピーマン、にんじん、 たまねぎ	たまねぎ、しめじ、しいたけ、えのき、ほうれん そう、キャベツ、だいこん、パイン	なめこ、だいこん、たまねぎ、にんじん、まい たけ、グリーンピース、しいたけ	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり	しめじ、まいたけ、にんじん、たまねぎ、ブロッ コリー、トマト、キャベツ、きゅうり、いちご												



小学校 5月 こんだてひょう アレルギー

厚沢部町総合給食センター
TEL 56-1147
FAX 56-1148

令和6年度

	月	火	水	木	金										
こんだて	<p>★牛乳は毎日つきます。★食材や献立は、都合より変更することがあります。</p> <p>★日にちの横の数字は、エネルギー量です。★うどんやラーメンの汁は残すようにしまししょう。</p> <div style="border: 1px solid red; padding: 5px; text-align: center;"> <p>5月厚沢部町しゅくざい</p> <p>おこめ</p> <p>まいたけ・きくらげ</p> <p>アスパラ</p> </div> 	<p>小学生平均</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>600kcal</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質</td> <td>23.3g</td> </tr> <tr> <td>脂質</td> <td>22.0g</td> </tr> <tr> <td>カルシウム</td> <td>303mg</td> </tr> <tr> <td>食塩</td> <td>2.0g</td> </tr> </table>	エネルギー	600kcal	たんぱく質	23.3g	脂質	22.0g	カルシウム	303mg	食塩	2.0g	<p>1 551kcal</p> <p>ごはん</p> <p>ほたてじる</p> <p>つくねハンバーグ</p> <p>こまつなのおひたし</p>	<p>2 582kcal</p> <p>せわりコッペパン</p> <p>フランクフルト</p> <p>クラムチャウダー</p> <p>えだまめサラダ</p> <p>こどもの日ゼリー</p>	<p>3</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em;">憲法記念日</p>
		エネルギー	600kcal												
		たんぱく質	23.3g												
		脂質	22.0g												
カルシウム	303mg														
食塩	2.0g														
あか		きせ, ほたて, みそ, とりにく, かつおぶし	きゅうりにゅう, とりにく, ぶたにく, あさり, ベーコン, えだまめ												
き		こめ, じゃがいも, こんにやく	コッペパン, さとう, じゃがいも, サラダ油, こむぎこ, バター, さとう, こま												
みどり		だいこん, にんじん, たまねぎ, こまつな, もやし, こぼろ, れんこん	トマト, にんじん, たまねぎ, キャベツ, だいこん, 日向夏												
こんだて	<p style="text-align: center; font-size: 1.5em;">振替休業</p>	<p>7 552kcal</p> <p>バジルスパゲティ</p> <p>コンソメスープ</p> <p>あさりのサラダ</p> <p>オレンジ</p>	<p>8 681kcal</p> <p>ごはん</p> <p>みそけんちんじる</p> <p>ぶたのしょうがやき</p> <p>ひじきのいために</p>	<p>9 687kcal</p> <p>ナン</p> <p>キーマカレー</p> <p>ジャーマンポテト</p> <p>ブロッコリーのイタリアンサラダ</p>	<p>10 608kcal</p> <p>むぎごはん</p> <p>ちゅうかどんのぐ</p> <p>あげはるまき</p> <p>ほうれんそうナムル</p>										
		あか	ベーコン, あさり	とりにく, とうふ, みそ, ぶたにく, ひじき, だいず, 油あげ	ぶたにく, だいず, ベーコン, ツナ	ぶたにく, いか, ひじき									
		き	スパゲティ, オリーブオイル, バター, こむぎこ, かたくりこ, サラダ油, さとう, こま油, こま	こめ, こんにやく, サラダ油, しらたき, さとう	ナン, サラダ油, こむぎこ, アレルギー用カレーフレーク, じゃがいも, バター, さとう	こめ, むぎ, サラダ油, かたくりこ, はるまき, こむぎこ, さとう, こま, こま油									
		みどり	まいたけ, キャベツ, バジル, たまねぎ, にんじん, きゅうり, オレンジ	にんじん, だいこん, ごぼう, ねぎ	たまねぎ, にんじん, セロリ, トマト, ブロッコリー	たけのこ, にんじん, はくさい, チンゲンサイ, きくらげ, もやし, ほうれんそう, キャベツ, たまねぎ, ねぎ									
こんだて	<p>13 672kcal</p> <p>ごはん</p> <p>とりつくね</p> <p>だんごじる</p> <p>メンチカツ</p> <p>ビーフンのいためもの</p>	<p>14 618kcal</p> <p>しょうゆラーメン</p> <p>ごまポテト</p> <p>フルーツミックス</p>	<p>15 546kcal</p> <p>わかめごはん</p> <p>みそしる</p> <p>(とうふ・しいたけ)</p> <p>てりやきチキン</p> <p>キャベツのしおこんぶあえ</p>	<p>16 536kcal</p> <p>ごまパン</p> <p>ポークシチュー</p> <p>アスパラのソテー</p> <p>りんご</p> 	<p>17 649kcal</p> <p>ごはん</p> <p>とんじる</p> <p>にくだんご</p> <p>とりささみのマスタードあえ</p>										
		あか	とりにく, ぶたにく, ほき	ぶたにく, なた	ぶたにく, ベーコン	ぶたにく, とうふ, みそ, きせ, とりにく									
		き	こめ, パン, こむぎこ, かたくりこ, ビーフン, サラダ油, さとう, こま油	ラーメン, サラダ油, じゃがいも, こま, さとう	こめ, さとう, こま, こま油	ごまパン, サラダ油, じゃがいも, こむぎこ, パン, コーン, デミグラスソース	こめ, サラダ油, じゃがいも, こんにやく, ハニーマスタード								
		みどり	たまねぎ, たら, はくさい, だいこん, にんじん, ねぎ, ビーマン, キャベツ, しいたけ	もやし, めんま, ほうれんそう, ねぎ, にんじん, きくらげ, みかん, もも, パナナ	しいたけ, ねぎ, キャベツ, だいこん	たまねぎ, にんじん, マッシュルーム, アスパラ, りんご	たまねぎ, こぼろ, だいこん, にんじん, キャベツ, きゅうり								
こんだて	<p>20 628kcal</p> <p>ごはん</p> <p>はるさめスープ</p> <p>とりのからあげ</p> <p>いんげんのいためもの</p>	<p>21 584kcal</p> <p>ぶたキムチうどん</p> <p>だいがくいも</p> <p>バンバンジー</p>	<p>22 577kcal</p> <p>ひじきごはん</p> <p>みそしる</p> <p>(えのき・わかめ)</p> <p>ぶたにくのステーキ</p> <p>きりぼしだいこん</p>	<p>23 509kcal</p> <p>食パン(いちごジャム)</p> <p>かぼちゃシチュー</p> <p>アスパラオープンやき</p> <p>フルーツあえ</p>	<p>24 595kcal</p> <p>ごはん</p> <p>はくさいのスープ</p> <p>とうにゅうコロッケ</p> <p>なめたけあえ</p>										
		あか	ぶたにく, とりにく, わかめ, たまご	ぶたにく, みそ, とりにく	ぶたにく, とうふ, あび, とうにゅう	こめ, かたくりこ, パン, こむぎこ, サラダ油, じゃがいも, とうもろこし									
		き	こめ, はるさめ, こま油, サラダ油, こむぎこ, かたくりこ	うどん, サラダ油, さとう, こま油, さつまい, こま, こまドレッシング	こめ, むぎ, しらたき, サラダ油, さとう, こま	食パン, コーン, こむぎこ, バター, じゃがいも,	こめ, かたくりこ, パン, こむぎこ, サラダ油, じゃがいも, とうもろこし								
		みどり	にんじん, ねぎ, さやいんげん, たまねぎ	だいこん, はくさい, にんじん, たら, しめじ, きゅうり, もやし	にんじん, グリンピース, えのき, ねぎ, きりぼしだいこん	いちご, かぼちゃ, たまねぎ, にんじん, アスパラ, ミニトマト, みかん, もも, パナナ	はくさい, ねぎ, ほうれんそう, なめたけ, にんじん, たまねぎ								
こんだて	<p>27 600kcal</p> <p>ごはん</p> <p>わかめスープ</p> <p>ホイコーロー</p> <p>あげぎょうざ</p>	<p>28 649kcal</p> <p>クリームパスタ</p> <p>かいそうサラダ</p> <p>スライスパン</p>	<p>29 636kcal</p> <p>ごはん</p> <p>みそしる</p> <p>(なめこ・だいこん)</p> <p>ぶたのソースあげ</p> <p>にくじゃが</p>	<p>30 511kcal</p> <p>バターパン</p> <p>イタリアンスープ</p> <p>ハンバーグ</p> <p>パリパリサラダ</p>	<p>31 623kcal</p> <p>むぎごはん</p> <p>スープカレー</p> <p>コールスローサラダ</p> <p>いちご</p> 										
		あか	わかめ, ぶたにく, みそ, とりにく	ベーコン, とうにゅう, 生タマゴ, みそ, わかめ, ぶりのり	みそ, きせ, ぶたにく	ベーコン, だいず, たまご, とうふ, とりにく, ぶたにく, チーズ	とりにく, しるはなまめ, ロースハム								
		き	こめ, こま油, サラダ油, さとう, こむぎこ	スパゲティ, オリーブオイル, こむぎこ, バター, サラダ油, さとう, こま	こめ, こむぎこ, かたくりこ, さとう, こま, サラダ油, じゃがいも	こめ, こむぎこ, さとう, こま, コーン, マカロニ, こむぎこ, こま	こめ, むぎ, サラダ油, じゃがいも, カレー, アレルギー用カレーフレーク, バター, さとう, コーン								
		みどり	ねぎ, だいこん, キャベツ, ビーマン, にんじん, たまねぎ	たまねぎ, しめじ, しいたけ, えのき, ほうれんそう, キャベツ, だいこん, パイン	なめこ, だいこん, たまねぎ, にんじん, まいたけ, グリンピース, しいたけ	たまねぎ, にんじん, キャベツ, きゅうり	しめじ, まいたけ, にんじん, たまねぎ, ブロッコリー, トマト, キャベツ, きゅうり, いちご								

中学校 5月 献立表

厚沢部町総合給食センター
TEL 56-1147
FAX 56-1148

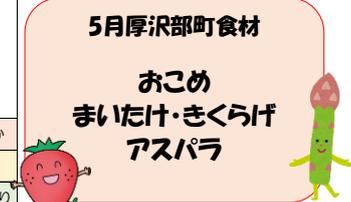
令和6年度

	月	火	水	木	金
こんだて あか き みどり	★牛乳は毎日つきます。 ★食材や献立は、都合により変更することがあります。★日にちの横の数字は、エネルギー量です。 ★うどんやラーメンの汁は残すようにしましょう。 	中学生平均 エネルギー 791kcal たんぱく質 30.6g 脂質 28.4g カルシウム 360mg 食塩 2.4g	1 734kcal ごはん どんさご汁 つくねハンバーグ 小松菜のおひたし	2 813kcal せわりコッペパン フランクフルト クラムチャウダー 枝豆サラダ こどもの日ゼリー	3 憲法記念日
	6	7 706kcal	8 798kcal	9 900kcal	10 800kcal
	こんだて あか き みどり	振替休業 バジルスパゲティ コンソメスープ あさりのサラダ オレンジ	ごはん みそけんちん汁 ぶりの照り焼き ひじきの炒め煮	ナン キーマカレー ジャーマンポテト ブロccoliの イタリアンサラダ	麦ごはん 中華丼の具 揚げ春巻き ほうれんそうナムル
	13 817kcal	14 800kcal	15 678kcal	16 681kcal	17 935kcal
こんだて あか き みどり	ごはん とりつくね団子汁 白身魚フライ ビーフンの炒め物 アーモンドフィッシュ	しょうゆラーメン ごまポテト フルーツミックス	わかめごはん みそ汁 (とうふ・しいたけ) 照り焼きチキン キャベツの塩昆布和え	ごまパン ポークシチュー アスパラのソテー りんご	ごはん 豚汁 さばの塩焼き とりささみの マスタードあえ
21 758kcal	22 681kcal	23 746kcal	24 696kcal		
こんだて あか き みどり	体育祭 振替休業 ぶたキムチうどん 大学芋 バンバンジー	ひじきごはん みそ汁 (えのき・わかめ) さんまのおかか煮 切干大根	食パン(いちごジャム) かぼちゃシチュー アスパラオープンやき ヨーグルトあえ	ごはん かきたま汁 あじフライ なめたけ和え	
27 797kcal	28 867kcal	29 823kcal	30 722kcal	31 935kcal	
こんだて あか き みどり	ごはん わかめスープ ホイコーロー 揚げぎょうざ	クリームパスタ 海藻サラダ スライスパイ	ごはん みそ汁 (なめこ・だいこん) さばのソース揚げ 肉じゃが	バターパン イタリアンスープ ミートオムレツ パリパリサラダ	麦ごはん スープカレー コールスローサラダ いちご

中学校 5月 献立表 アレルギー

厚沢部町総合給食センター
TEL 56-1147
FAX 56-1148

令和6年度

	月	火	水	木	金										
こんだて	<ul style="list-style-type: none"> ★食材や献立は、都合より変更することがあります。 ★日にちの横の数字は、エネルギー量です。 ★うどんやラーメンの汁は残すようにしましょう。 	<p>中学生平均</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>641kcal</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>22.4g</td></tr> <tr><td>脂質</td><td>19.1g</td></tr> <tr><td>カルシウム</td><td>103mg</td></tr> <tr><td>食塩</td><td>2.4g</td></tr> </table>	エネルギー	641kcal	たんぱく質	22.4g	脂質	19.1g	カルシウム	103mg	食塩	2.4g	1 562kcal	2 575kcal	3
			エネルギー	641kcal											
			たんぱく質	22.4g											
			脂質	19.1g											
カルシウム	103mg														
食塩	2.4g														
ごはん	せわりコッペパン	<p>憲法記念日</p>													
ほたて汁	フランクフルト														
つくねハンバーグ	クラムチャウダー														
小松菜のおひたし	枝豆サラダ こどもの日ゼリー														
あか	<p>5月厚沢部町食材</p> <p>おこめ まいたけ・きくらげ アスパラ</p> 	きず, ほたて, みそ, とりにく, かつおぶし	きゅうにゅう, とりにく, ぶたにく, あさり, ベーコン, えだまめ												
き		こめ, じゃがいも, こんにゃく	コッペパン, さとう, じゃがいも, サラダ油, こむぎこ, パター, さとう, こま												
みどり		だいこん, にんじん, たまねぎ, こまつな, もやし, こぼろ, れんこん	トマト, にんじん, たまねぎ, キャベツ, だいこん, 日向夏												
6		7 585kcal	8 769kcal	9 834kcal	10 774kcal										
こんだて	振替休業	バジルスパゲティ	ごはん	ナン	麦ごはん										
		コンソメスープ	みそけんちん汁	キーマカレー	中華丼の具										
		あさりのサラダ	豚の生姜焼き	ジャーマンポテト	揚げ春巻き										
		オレンジ	ひじきの炒め煮	ブロッコリーの イタリアンサラダ	ほうれんそうナムル										
あか	ベーコン, あさり	とりにく, とうふ, みそ, ぶたにく, ひじき, だいず, 油あげ	ぶたにく, だいず, ベーコン, ツナ	ぶたにく, いか, ひじき											
き	スパゲティ, オリーブオイル, パター, こむぎこ, かたくり, サラダ油, さとう, こま油, こま	こめ, こんにゃく, サラダ油, しらす, さとう	ナン, サラダ油, こむぎこ, アレルギー用カレーフレーク, じゃがいも, パター, さとう	こめ, おむぎ, サラダ油, かたくり, はるさめ, こむぎこ, さとう, こま, こま油											
みどり	まいたけ, キャベツ, バジル, たまねぎ, にんじん, きゅうり, オレンジ	にんじん, だいこん, こぼろ, ねぎ	たまねぎ, にんじん, セロリ, トマト, ブロッコリー	たけのこ, にんじん, ほくさい, チンゲンサイ, きくらげ, もやし, ほうれんそう, キャベツ, たまねぎ, ねぎ											
こんだて	13 739kcal	14 674kcal	15 552kcal	16 557kcal	17 866kcal										
	ごはん	しょうゆラーメン	わかめごはん	ごまパン	ごはん										
	とりつくね団子汁	ごまポテト	みそしる	ポークシチュー	豚汁										
	メンチカツ	フルーツミックス	(とうふ・しいたけ)	アスパラのソテー	肉団子										
あか	とりにく, ぶたにく, ほき, アーモンド, いわし	ぶたにく, なた	わかめ, とうふ, みそ, とりにく, こんぶ	ぶたにく, ベーコン	ぶたにく, とうふ, みそ, きほ, とりにく										
き	こめ, パン, こむぎこ, かたくり, ビーフン, サラダ油, さとう, こま油	ラーメン, サラダ油, じゃがいも, こま, さとう	こめ, さとう, こま, こま油	ごまパン, サラダ油, じゃがいも, こむぎこ, パター, コーン, デミグラスソース	こめ, サラダ油, じゃがいも, こんにゃく, ハーニースタート										
みどり	たまねぎ, たら, ほくさい, だいこん, にんじん, ねぎ, ビーマン, キャベツ, しいたけ	もやし, めんま, ほうれんそう, ねぎ, にんじん, きくらげ, みかん, もも, バナナ	しいたけ, ねぎ, キャベツ, だいこん	たまねぎ, にんじん, マッシュルーム, アスパラ, りんご	たまねぎ, こぼろ, だいこん, にんじん, キャベツ, きゅうり										
こんだて	<p>体育祭</p> <p>振替休業</p>	21 611kcal	22 754kcal	23 522kcal	24 591kcal										
		ぶたキムチうどん	ひじきごはん	食パン(いちごジャム)	ごはん										
		大学芋	みそ汁	かぼちゃシチュー	白菜のスープ										
		バンバンジー	(えのき・わかめ)	アスパラオープンやき	豆乳コロケ										
あか	ぶたにく, みそ, とりにく	とりにく, ひじき, 油あげ, わかめ, みそ, さんま, さとう, ぶたにく, さつまあげ	きゅうにゅう, とりにく, しろはなまめ, スキムミルク, 生クリーム, チーズ, ヨーグルト	たまご, とうふ, あじ, とうにゅう											
き	うどん, サラダ油, さとう, こま油, さつまい, こめ, こまドレッシング	こめ, おむぎ, しらす, サラダ油, さとう, こま	食パン, コーン, こむぎこ, パター, じゃがいも,	こめ, かたくり, パン, こむぎこ, サラダ油, じゃがいも, とうもろこし											
みどり	だいこん, ほくさい, にんじん, たら, しめじ, きゅうり, もやし	にんじん, グリンピース, えのき, ねぎ, きりぼし, だいこん	いちご, かぼちゃ, たまねぎ, にんじん, アスパラ, ミニトマト, みかん, もも, バナナ	ほくさい, ねぎ, ほうれんそう, なめたけ, にんじん, たまねぎ											
こんだて	27 632cal	28 709kcal	29 717kcal	30 539kcal	31 689kcal										
	ごはん	クリームパスタ	ごはん	バターパン	麦ごはん										
	わかめスープ	海藻サラダ	みそ汁	イタリアンスープ	スープカレー										
	ホイコーロー	スライスパン	(なめこ・だいこん)	ハンバーグ	コールスローサラダ										
あか	わかめ, ぶたにく, みそ, とりにく	ベーコン, とうにゅう, 生クリーム, みそ, わかめ, ふのり, のり	みそ, きほ, ぶたにく	ベーコン, だいず, たまご, とうふ, とりにく, ぶたにく, チーズ	とりにく, しろはなまめ, ロースハム										
き	こめ, こま油, サラダ油, さとう, こむぎこ	スパゲティ, オリーブオイル, こむぎこ, パター, サラダ油, さとう, こま	こめ, こむぎこ, かたくり, こ, さとう, こま, サラダ油, じゃがいも	バターパン, サラダ油, じゃがいも, コーン, マカロニ, こむぎこ, こま	こめ, おむぎ, サラダ油, じゃがいも, カレー, アレルギー用カレーフレーク, パター, さとう, コーン										
みどり	ねぎ, だいこん, キャベツ, ビーマン, にんじん, たまねぎ	たまねぎ, しめじ, しいたけ, えのき, ほうれんそう, キャベツ, だいこん, パイン, (黄桃)	なめこ, だいこん, たまねぎ, にんじん, まいたけ, グリンピース, しいたけ	たまねぎ, にんじん, キャベツ, きゅうり	しめじ, まいたけ, にんじん, たまねぎ, ブロッコリー, トマト, キャベツ, きゅうり, いちご										

