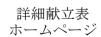
令和7年度 7月分詳細献立表

【特記事項】

- 1 詳細献立表は<u>アレルゲン対象食品(特定原材料(7品目)及び特定原材料に準ずるもの</u> (21品目))を表示しています。
- 2 ウインナーなどのように、同一の食品名であっても日によってアレルゲンが異なる場合が ありますので、日々の詳細献立表をご確認ください。
- 3 製造工場の同一ラインで生産しているもので、微量に混入する可能性(コンタミネーション)のあるものについては、表示していません。
- 4 学校給食で使用する海産物(わかめ、もずく、ひじき、しらす、かえり、こんぶ(煮物・だし、だし用煮干し等))には、生育場所や加工の関係から、微小ないかやたこ及び甲殻類(えび、かに、貝類)等が混入していることがあります。
- 5 一人分量は、調理の過程で多少変更することがあります。
- 6 配合割合その他詳しい情報を確認したい場合は、分かる範囲で回答しますので、下記にお問い合わせください。

光市立学校給食センター (電話:0833-72-0050)





料理名/食品名	(į	分量 g) 中学校	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルージ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	ŧŧ	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ツ	_>	アーモンド
[牛乳]														ツ														ツ		
普通牛乳 [コッペパン]	200.00	206. 00			H	•	H		H																				\dashv	
小麦粉	49. 50	76 50			ļ	ļ	ļ	.	ļ						ļ								ļ							
· 小友初 · 米粉	5. 50	76. 50 8. 50 5. 10 4. 25	_		ļ		ļ	.	ļ						ļ								ļ							
ショートニング	3. 30	6. 30 5. 10			ļ	ļ	ļ	.	ļ						ļ								ļ							
小麦グルテン	2. 75	1 25					.	.	ļ						.															
上白糖	2. 75	4. 25	_			·	ļ	<u> </u>	ļ				ļ		ļ								ļ							
上口馆 脱脂粉乳	2.73	3. 40	ļ						ļ						ļ								ļ							
生イースト	2. 20 1. 38	2. 13	ļ		 		!		ļ		ļ		ļ		ļ								ł							
食塩	0. 94	1. 45	l		l	ļ	†	İ	l		ļ		l		†								†							
イーストフード	0. 06	0. 09			·····		.	.	l						İ															
[チキンのトマトシチュー]																													7	
鶏肉	10.00	13.00			ļ	·····		ļ	ļ						ļ															
じゃがいも	40. 00	52.00			ļ		·	.							İ															
たまねぎ	35. 00	45. 50 16. 90				1	.	1																						
にんじん	13. 00	16. 90					1	1															İ							
しめじ	8. 00	10. 40																					[
グリンピース	4. 00	5. 20																												
クリンピーへ サラダ油 トマト缶詰 デミグラスソース ケチャップ ピーフシチュールウ 赤ワイン ウスターソース	0. 50	0. 65 19. 50																					<u> </u>							
トマト缶詰	15. 00	19. 50																												
デミグラスソース	10. 00	13.00			ļ		ļ	ļ	ļ										lacktriangle	lacksquare	lacktriangle		ļ			lacksquare				
ケチャップ	4. 00	5. 20 9. 75			ļ		ļ	.	ļ		ļ		ļ		ļ								ļ							
ビーフシチュールウ	7. 50	9. 75	•		ļ		ļ	.	ļ						ļ				lacksquare	lacksquare	•		ļ		•					
赤ワイン	1.00	1.30			ļ		ļ	.	ļ						ļ								ļ					,		
ウスターソース	1.00	1.30			ļ		ļ	.	ļ				ļ		ļ								ļ							
 コンソヌ	0. 35	0.46	•		ļ		ļ	.	ļ				ļ		ļ				•	lacksquare	•		ļ							
上白糖	0. 60 0. 02	0. 78 0. 03			ļ		ļ	.	ļ						ļ								ļ							
こしょう [ツナと豆腐のサラダ]	0. 02	0.03			H		H		H																				\dashv	
豆腐	10.00	13. 00				ļ	ļ	ļ	ļ						ļ				•				ļ							
まぐろ油漬	6.00	7. 80	ļ			·	ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		ļ				-				ļ							
キャベツ	23. 00	29. 90			ļ	ļ	ļ	.	ļ						ļ				_				ļ							
きゅうり	10.00						!	.	ļ						ļ															
<u>こり</u> づり 花かつお	0. 50	0.65	ļ						ļ						ļ								ļ							
サラダ油	1. 00		ļ		!	······	!	ł	ļ		ļ		ļ		ļ								ł		ļ 					
上白糖	0.80		ļ		t	¦	ļ	l					ļ		ļ								ļ		ļ 					
表物酢 表物酢	1. 50		l		t	·	l	İ	!				l										l		ļ 					
こいくちしょうゆ	1. 30				l		!		l										lacksquare				l							
食塩	0. 10				l	İ	!	İ	l				l		.								t							
			l		l		.	1	ļ						1															
			ļ		1	1	Ì		1						1								†	h						
			ļ'''''		İ		1		l														Ì							

料理名/食品名	(۽	分量 g) 中学校	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さ ば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	ŧŧ	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシュー ナッツ	ごま	アーモンド
[牛乳] 普通牛乳											ļ																	_		
一	206.00	206.00				•																								
「友こはん」 「 握力型	70. 00	00 00			ļ				ļ		ļ		ļ		ļ						ļ	ļ	ļ	ļ			ļ			
[表ごはん] 精白米 強化米 押麦	0. 21	90. 00 0. 27 9. 00	ļ								ļ		ļ										.						∤	
選化本 押事	7. 00	0.27	ļ		ļ						ļ		ļ		ļ						ļ		ļ				ļ			
	7.00	9.00																												
- たこの声揚げ - たこの声揚げ	35 00	45 50			ļ				ļ				ļ		ļ				•				ļ				ļ			
した。 なたね油	35. 00 3. 50	45. 50 4. 55			ļ		ļ 		ļ 		ļ		ļ		ł		ļ 		•		ļ	l	ł	l	ļ 		ļ		 	
たこの唐揚げ たこの唐揚げ なたね油 枝豆の塩茹で えだまめ 食塩 鶏肉と冬瓜のみそ汁 木綿豆腐	3.00	7. 50																											_	
えだまめ	25. 00	32. 50	 		l						ļ										l						l		t	
食塩	0. 25	0. 33	ļ										l																·····	
[鶏肉と冬瓜のみそ汁]																													İ	
木綿豆腐	25. 00	32. 50																	lacktriangle											
鶏肉	8. 00	10. 40																		lacksquare										
とうがん	25. 00	32. 50																												
えのきたけ	7. 00	32. 50 10. 40 32. 50 9. 10 11. 70	ļ		ļ				ļ		ļ				ļ						ļ		ļ				ļ			
油揚げ	9.00	11. 70	ļ		ļ				ļ		ļ		ļ		ļ				lacksquare		ļ		ļ				ļ			
・	6.00	/. 80													ļ							ļ	ļ	ļ			ļ			
にんしん	8.00	10.40	ļ		ļ				ļ				ļ		ļ						ļ		ļ				ļ			
合わせみそ	11.00	14. 30 3. 90	ļ		ļ						ļ		ļ		ļ				•		ļ	ļ	ļ	ļ			ļ			
だしいりこ	3.00	3.90	ļ		ļ				ļ		ļ		ļ		ļ						ļ		ļ				ļ			
	 	 	ļ		ļ				ļ		ļ		ļ		ļ						ļ		ļ				ļ			
	 		ļ								ļ		ļ										.						∤	
			ļ												ļ								ļ				ļ			
	l		ļ								ļ		ļ		ļ								ļ						∤	
			 		ļ						ļ		ļ		ļ						ļ		ļ				ļ			
			·																											
			ļ																										t	
			†		ļ				ļ		·		ļ								ļ		ļ				ļ			
			ļ								ļ		İ														ļ			
			l								ļ		ļ																-	
			 		İ										İ						İ		İ				İ		İ	
									[[<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>						
			<u> </u>		<u> </u>		ļ		<u> </u>		ļ				<u> </u>		<u> </u>				<u> </u>		<u> </u>		<u> </u>		<u> </u>			
			<u> </u>	ļ	<u> </u>	ļ	ļ		ļ		<u> </u>	ļ	<u> </u>		<u> </u>	ļ	ļ				<u> </u>	ļ	<u> </u>	ļ	ļ	ļ	ļ		[
			.		 		ļ		 		ļ		ļ,		.						 		 				 			
			 		ļ				ļ		ļ		ļ,		ļ						ļ		ļ				 			
					ļ		ļ		 		ļ		ļ		 		ļ				ļ	ļ	 	ļ	ļ		 			
			ļ		ļ		ļ		 		ļ		ļ		 						ļ	ļ	 	ļ			ļ			
	ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		 						ļ		 				ļ			
			<u> </u>																											

料理名/食品名	({	分量 g) 中学校		そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	t	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ツ		アーモンド
[<mark>牛乳]</mark> 普通牛乳		206.00												ツ														ツ		
ョ ^{曲十孔} <mark>[コッペパン]</mark>	200.00	200.00			H																									
小麦粉	49. 50	76 50			ļ																				ļ					
米粉	5. 50	76. 50 8. 50 5. 10 4. 25						•	 																 					
ショートニング	3 30	5 10																												
小麦グルテン	3. 30 2. 75	4 25																												
ト白糖	2.75	4 25						·····	 						ļ								 		 	ļ. 	ļ			
上白糖 脱脂粉乳	2 20	3 40			l		†		 		ļ		ļ		ļ								ł		 		l		 	
生イースト	2. 75 2. 20 1. 38	4. 25 3. 40 2. 13	ļ		l		†	•	 		ļ		l		 						l		†		 		l		-	
食塩	0. 94	1. 45	ļ		.		†	4	l		ļ		l		!						 		İ	ļ	l		l		···········	
イーストフード	0.06	0.09						•	ļ																l					
[鶏肉のトマトソースがけ]	3.30	3.50	Ť		П																								T	
<u></u> 鶏肉	40. 00	40.00			ļ		ļ	·····	ļ											•					 		ļ		·····	
たまわぎ	10.00	10.00						•	l						İ										l					
にんにく	0. 20	0. 20						•	l						İ										l					
トマト缶詰	0. 20 5. 50	0. 20 5. 50			ļ			•	l						İ										l					
サラダ油	0. 60	0.60			ļ			•	l						1										l				Ì	
うすくちしょうゆ	0. 05	0.05			ļ			•							1				•				İ				l		İ	
によると にんにく トマト缶詰 サラダ油 うすくちしょうゆ 上白糖 ケチャップ 赤ワイン	0.40	0 40						•	ļ																ļ					
ケチャップ	2. 40	2. 40			ļ			•							1								İ				l		İ	
赤ワイン	0. 40	0.40																					İ				İ		İ	
1 長温	0. 08	0.08																											I	
こしょう	0. 01	0. 01																												
[たっぷり野菜のスープ]					<u> </u>																				<u> </u>					
豚肉	9.00	11. 70																												
じゃがいも	30, 00	39.00							<u> </u>												<u> </u>		ļ				<u> </u>			
たまねぎ	20.00	26.00			ļ		ļ		<u> </u>														ļ		<u> </u>		.			
たまねぎ かぼちゃ	25. 00	32. 50	ļ		ļ		ļ		 		ļ		ļ,										ļ		 		ļ			
▮ にんじん	10.00	13.00	ļ		ļ		ļ	ļ	ļ		<u> </u>		<u> </u>		ļļ						ļ		<u> </u>		ļ	ļ	ļ			
なす	10.00	13.00	 		ļ		ļ	ļ	 	ļ	ļ		ļ		 						ļ		 		 	ļ	ļ		ļļ	
さやいんげん	5. 00	6. 50	ļ		ļ		.		 		ļ		ļ		ļļ						ļ		 	ļ	 		 		ļļ	
チキンスープ	3.00				ļ		.		 		ļ		ļ,		ļļ					•			 		 		 			
コンソメ こいくちしょうゆ	1.00	1.30	•		ļ		.		 		ļ		ļ,		ļļ				_		•		 		 		 			
_ いくろしょうゆ ^ /-	1.00		•		ļ		.		ļ		ļ		ļ		ļļ				•		ļ		 	ļ	ļ		 		.	
食塩	0. 20 0. 02	0. 26	ļ		ļ		ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ		ļļ						ļ		ļ		 	ļ	ļ			
こしょう	0.02	0. 03	<u> </u>		\vdash				_														<u> </u>		_		<u> </u>			
[オレンジ]	00.01	00.01	ļ		ļ		.		 		ļ		ļ		ļļ						ļ		ļ		 		ļ			
オレンジ	32.64	32. 64	ļ		ļ		.		 		ļ	•	ļ		ļļ								ļ	ļ	 		ļ		ļļ	
	ļ	ļ	ļ		ļ				ļ		ļ		ļ		ļļ						ļ		ļ	ļ	ļ		ļ			
			ļ		ļ				 		ļ		ļ		ļļ						ļ		ļ		 		ļ		.	
			ļ		ļ				 		ļ		ļ		ļļ						ļ		ļ	ļ	 		ļ		.	
		į.																												

料理名/食品名	({	分量 g) 中学校	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	t	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシュー ナッツ	ごま	アーモンド
[牛乳]													<u> </u>											•						
普通牛乳	206. 00	206. 00			L				ш																				Ш	
[麦ごはん]					ļ		ļ	•	ļ		ļ		ļ								ļ		ļ	•	ļ		ļ		ļļ	,
精白米	70.00	90.00			ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	.		ļ		ļ			
強化米	0. 21	0. 27	ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								ļ		ļ		ļ		ļ		ļļ	
押麦	7. 00	9. 10																											Ш	
[あじフライ]	40.00	40.00	<u> </u>		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		ļ								ļ		ļ		ļ		ļ		 	
あじフライ	40.00		•		ļ		.		ļ		ļ		ļ								ļ		.	•	ļ		ļ		ļļ	
なたね油	4. 00	4. 00	<u> </u>		L		L										_												Н	
[ピーマンのスタミナ炒め]	10 00	00.00	 		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								 		 		ļ		ļļ	
豚肉	16.00	20.80			ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ						•	ļ	ļ		 		 		ļļ	
こいくちしょうゆ 清酒	0.10	0.13	•		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		ļ						•		ļ		ļ		ļ		ļ		 	
清酒 	0. 10	0. 13	ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		ļ								ļ		ļ		ļ		ļ		 	
生揚げ 青ピーマン	25. 00	32. 50	ļ		ļ		.		ļ		ļ		ļ						•		ļ		.	•	ļ		ļ		ļļ	
育ヒーマン	6.00	7. 80 9. 10	ļ		ļ		.		ļ		ļ		ļ								ļ		.	•	ļ		ļ		ļļ	
えのきたけ	7. 00	9. 10			ļ		ļ		ļ				ļ									ļ	 		ļ		ļ		ļļ	
	0.10	0.13			ļ		ļ		ļ				ļ									ļ	 		ļ		ļ		ļļ	
しょうか	0. 10	0. 13			ļ		ļ		ļ				ļ									ļ	 		ļ		ļ			
にんにく しょうが ごま油	1. 20	1. 56	ļ		ļ		.		ļ		ļ		ļ						•		ļ		.	•	ļ		ļ			
上白糖 こいくちしょうゆ	0. 10 0. 85	0. 13			ļ		.	•	ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	.	•	ļ		ļ		ļļ	
こいくろしょうゆ	0.85	1.11	•		ļ		ļ		ļ				ļ						•			ļ	 		ļ		ļ		ļļ	
清酒	0. 70 0. 90	0.91			ļ		ļ						ļ										 		ļ		ļ		ļļ	
合わせみそ	0. 90	1. 17			L				L										•										Н	
[かぼちゃもち汁]	25. 00	00 50	ļ				.	•	ļ		ļ		ļ								ļ		 	•	ļ		ļ		ļļ	
かぼちゃもち					ļ		ļ		ļ				ļ								ļ		 		ļ		ļ		ļļ	
油揚げ	5.00	6. 50					.	•	ļ		ļ		ļ						•		ļ		 	•	ļ		ļ		ļļ	
たまねぎ	20.00	26. 00 26. 00					.	•	ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	 	•	 		 		ļļ	
だいこん もやし	20.00 18.00	20.00					.	•	ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	 	•	 		 		ļļ	
にんじん	7. 00				ļ		ļ						ļ								ļ		 		 		ļ		ļļ	
葉ねぎ	3.00	3. 90	ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	 		ļ		ļ		 	
朱ねさ		3.90			ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	 		ļ		ļ		 	
うすくちしょうゆ 清酒	3. 00 0. 50	3. 90 0. 65	•		ļ		ļ						ļ						•		ļ		 		 		ļ		ļļ	
ー 有四 本みりん	0. 50	0.00					.	•	ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	 	•	 		 		ļļ	
・ 食塩	0. 50	0. 65 0. 26	ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ						ļ		 		ļ		ļ		 	
	2. 00	2. 60	ļ		 		.		ļ		ļ		ļ								ļ		 		ļ		ļ		 	
<u>削り即</u> だしこんぶ	1.00		 			ļ	ļ	ļ	ļ		ļ		 								ļ	ļ			 		 -		├	
だしこんか	1.00	1.30	 		 	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ		 								ļ	ļ			 		 -		├	
			ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								ļ		 		ļ		ļ		 	
	<u> </u>	ļ	ļ		ļ		.		 		ļ		ļ								ļ		 		ļ		 		 	
	ļ		ļ		 		 		ļ		ļ		ļ								ļ		 		ļ		 		 	
	.				ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								ļ		 		ļ		ļ		} 	
					ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								ļ		 		ļ		ļ		} 	
			<u> </u>																										ш	

料理名/食品名	(,	分量 g)	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルー	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	t	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ツ	_>	アーモンド
[牛乳]	小字校	中学校												ツ														ツ	Н	
普通牛乳	206. 00	206.00				•																	ļ						l	
[麦ごはん]															ļ								ļ	•	ļ					
精白米 強化米	/0.00	90.00			ļ								ļ		 						ļ		 	•	ļ		ļ		ļļ	
選化本 押麦	7 00	90. 00 0. 27 9. 10													.								ļ		ļ				<u> </u>	
[星形ハンバーグ]																									H				П	
ハンバーグ	40. 00	60.00																	•		•								Ш	
[茹でとうもろこし] とうもろこし	05 00	0F 00	ļ		 						ļ		ļ		 						 		ļ		ļ		ļ		ļļ	
<u>と</u> フもろこし 食塩	35.00 0.50	35. 00 0. 50											 		.								.	•	ļ		 		 	
[七夕汁]	0. 30																												H	
[七夕汁] ビーフン	6. 00	7. 80																												
鶏肉 油揚げ	10.00	13.00			ļ						ļ		ļ		ļ						ļ		 		ļ		ļ			
油揚け たまねぎ	6. 00 30. 00	7.80	ļ		.								ļ		 				•		ļ	ļ	 	•	ļ		ļ		ļļ	
/こよ/4さ こん/1:ん/	8. 00	39. 00 10. 40											 		.								 		ļ		 		} 	
にんじん 葉ねぎ	3. 00	3, 90	l																				ļ	•						
表はこ 乾しいたけ しょうが うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 中華だし	0. 50	0. 65																												
しょうが	0. 20 2. 50	0. 26			ļ								ļ		ļ						ļ		 	•	ļ		ļ			
つすくちしょつゆ -ハノモレトラゆ	2.50 1.00	3. 25 1. 30											ļ		ļ				•				 		ļ		ļ		 	
中華だし	0.80	1.04											ļ						-				.	•	ł		ļ			
清 酒	0. 50	0. 65											ļ		İ								İ				ļ			
食塩	0. 10	0. 13													ļ								ļ							
こしょう [パインアップル]	0. 02	0. 03																											H	
パインアップル	28 00	28. 00											 		.								 	•	ļ		 		 	
	20.00	20.00	ļ		ļ 		l				ļ				ļ						ļ 		ļ	•	 					
			<u> </u>	ļ <u>.</u>	<u> </u>																ļ									
			<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>					ļ	ļ		ļ		ļ						<u> </u>	<u> </u>	 		ļ	ļ	ļ		 	
			ļ		 						ļ		ļ		ļ						 		ļ	•	ļ		ļ		 	
					ļ						ļ				ł 						ļ		ļ		ļ				 	
					<u> </u>										<u> </u>						ļ		<u> </u>							
			ļ		<u> </u>					ļ	<u> </u>		<u> </u>		<u> </u>						ļ	ļ	ļ		ļ	ļ	<u> </u>]	
			<u> </u>		ļ						ļ		ļ		ļ						ļ		<u> </u>		ļ		ļ		 	
			ļ		 						ļ				ļ						 	ļ	ļ	•	 				 	
					ļ																ļ		 		ļ				[
															<u> </u>								<u> </u>							
			ļ		 						ļ		ļ		ļ						 		ļ		ļ		ļ		ļļ	
																													ш	

料理名/食品名	({	.分量 g)	1	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルー	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	ŧŧ	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ッ	ごま	アーモンド
[牛乳]	小字校	中学校												ツ														ツ		
LT 和 普通牛乳	206. 00	206.00				•																								
[コッペパン]																													İ	
小麦粉	49. 50	76. 50	lacktriangle																				[Į	
米粉	5. 50	8. 50 5. 10 4. 25			ļ		ļ		ļ				ļ										.	ļ						
ショートニング	3. 30	5. 10			ļ		ļ		ļ														ļ							
・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	2. 75	4. 25	•	ļ	ļ		ļ		ļ				ļ										ļ							
上日糖	2. 75	4. 25			ļ		ļ		ļ														 							
脱脂材乳 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	2. 20	3.40			ļ	•	ļ		ļ														 							
生1一人ト 各指	1.38 0.94	2. 13 1. 45	ļ		 		.		ļ				ļ		ļ						ļ		ļ	ļ					∤	
生イースト 食塩 イーストフード	0. 94	0.09			 		ļ		ļ				ļ								ļ		 						∤	
[鶏肉のバーベキューソース炒め]	0.00	0.09	_		\vdash																		\vdash							
鶏肉	30. 00	39.00	 		 		<u> </u>		ļ		ļ		ļ							•			 -		ļ		ļ			
たまねぎ	30.00	39.00			ļ															\mathbf{U}										
しめじ	6.00	7. 80			 	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •																								
赤ピーマン	3. 00	3.90			ļ																		!						t	
赤ピーマン にんじん	6. 00	7 80			l																		†						·····	
青ピーマン にんにく	3. 00	3. 90			ļ																								······ i	
にんにく	0. 20	0. 26																											Ì	
しょうが	0. 20	0. 26																												
しょうが すりおろしりんご サラダ油 上白糖	2. 00	2. 60																							lacktriangle					
サラダ油	0. 80	1.04			ļ		ļ		ļ	ļ													.							
上白糖	1.00	1.30			ļ		ļ		ļ				ļ										ļ							
清酒	0.50	0. 65			ļ		ļ																.	ļ						
こいくちしょうゆ	2.00	2.60	•		ļ		ļ		ļ										•				ļ							
ケチャップ	5. 00 0. 40	6. 50 0. 52			ļ		ļ		ļ														 	ļ						
じゃがいもでん粉 [かぼちゃの豆乳スープ]	0. 40	0. 52			_																									
かぼちゃ	30. 00	39.00			 		ļ		ļ				ļ										 						∤	
かぼちゃ(裏ごし)	20.00		 	L	 		 -		ļ	ļ	ļ		ļ								L		 		ļ					
たまねぎ	30.00		 		 		<u> </u>		ļ		ļ		ļ										 -		ļ		ļ			
じゃがいも	15. 00	19. 50	ļ		 		ł		ļ				ļ										ł						 	
えだまめ	4. 00	5. 20	ļ		 		ļ																t						 	
無調整豆乳	30.00	39.00			l		İ		<u>.</u>										•				†						t	
白ワイン	0. 50	0. 65			İ		1		l														1						t	
│ コンソメ	0. 90	1. 17			<u> </u>		[<u> </u>										lacktriangle	lacksquare	lacktriangle		<u> </u>							
食塩	0. 10	0.13	<u> </u>	[[
こしょう	0. 02	0.03																												
[フルーツポンチ]			ļ		ļ <u>.</u>		ļ <u>.</u>		<u> </u>		<u> </u>		<u> </u>		.]						ļī	ļ <u> </u>					I	
パインアップル缶詰	20.00	26.00	ļ		 		 		 		ļ		ļ		ļ								<u> </u>				ļ		ļ	
もも缶詰		26.00			 		ļ		ļ				ļ,																	
サイダーゼリー		26.00			 		 		ļ				ļ,		ļ								 	ļ						
はちみつレモンゼリー	20.00	26.00																												

料理名/食品名	(į	分量 g)	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに		牛肉	くるみ	さけ	さば	大 豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	も	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッ	ごま	アーモンド
[牛乳]	小字校	中学校												ツ														ツ		
普通牛乳	206. 00	206. 00			ļ	•			ļ		ļ		ļ							• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •					ļ					
[麦ごはん]																														
精白米	70.00	90.00			ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ		ļ	ļ	ļ						ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ			
強化米	0.21	90. 00 0. 27 9. 10			ļ		ļ		ļ		ļ		ļ	ļ	ļ						ļ	ļ	ļ	ļ	ļ					
押麦 「いわしの生姜煮」	7.00	9. 10			H																								\dashv	
いわしの生姜煮	40. 00	50.00			 	·	ļ	ļ	ļ		ļ			ļ					•		 	ļ	ļ		 	ļ	ļ			
[くきわかめ和え]	40.00				H														_										1	
茎わかめ佃煮	5. 00	6. 50	•		<u> </u>	1	İ		<u> </u>				<u> </u>		İ				lacktriangle				İ		<u> </u>				lacktriangle	
キャベツ	25. 00	32. 50			<u> </u>	ļ	[<u> </u>		<u> </u>								<u> </u>						<u> </u>	
もやし	10.00	13.00											ļ																	
にんじん	5. 00	6. 50	<u> </u>		ļ	-	ļ		ļ		ļ		ļ		ļ						ļ	ļ	ļ		ļ		ļ			
こいくちしょうゆ	0. 50	0. 65	•		L		L												•										_	
[鶏じゃが] 鶏肉	10 00	12 00					.		 		 		ļ		.						 		ļ		 					
	15 00	13. 00 19. 50				ļ	.	ļ	 		 		 	ļ	 					U	ļ	ļ	ļ	ļ	 					
じゃがいも	40.00	52.00				······			 		 		 								 				 					
たまねぎ	35.00	45.50																			ļ								·······	
たまねぎ にんじん	15. 00	19. 50 19. 50		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •			.		ļ		ļ										ļ				ļ				<u>†</u>	
しらたき さやいんげん サラダ油 上白糖	15. 00	19.50																											Ì	
さやいんげん	8.00	10 10																											Į	
サラダ油	0. 30	0.39			ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ		ļ	ļ	ļ						ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ			
上白糖	1.80	0.39 2.34 6.89					.		ļ		ļ		ļ		ļ						ļ		ļ		ļ					
エロ値 こいくちしょうゆ 本みりん	5. 30 0. 80	6.89 1.04	•		ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ		ļ	ļ	ļ				•		ļ	ļ	ļ	ļ	ļ					
ー 浄酒	0.80	1.04			ļ		ļ	ļ	 		 		ļ	ļ	.						 	ļ	ļ	ļ	 				∤	
月日	0.00	1.04			ļ		ļ		 		ļ		ļ		.						ļ		ļ		 					
						······			 		 										ļ				 					
				• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •			.		ļ		ļ										ļ				ļ				<u>†</u>	
			İ		<u> </u>				İ				<u> </u>								<u> </u>									
			Ī		[[
					ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ						ļ		ļ		ļ		<u> </u>]	
			ļ		ļ	ļ	ļ		 		 		ļ		 						ļ		 		 		.			
	ļ				 	ļ	ļ		 		ļ		ļ		 						ļ		 		 		ļ			
			ļ		 	ļ	ļ	ļ	 		ļ	ļ	ļ	l	ļ			ļ			 	<u> </u>	ļ		 	l	ļ			
			 		 		ļ		ł		 -				ļ						 	L	ļ		 -		ļ			
			ļ				ł		 		ļ				ł						 		ļ		 		ļ		∤	
	ļ				1		!		l		ļ				†										l				t	
					<u></u>	İ	İ		l		<u> </u>		<u> </u>		İ						İ		İ		l		l		t	
			ļ		<u> </u>		<u> </u>		<u> </u>						<u> </u>								<u> </u>		<u> </u>	ļ			<u> </u>	

料理名/食品名	一人分(g)	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	- 1	ï	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ツ	_\$	アーモンド
<mark>[牛乳]</mark> 普通牛乳	206.00 2					•								ツ														ツ		
[コッペパン]											╗		╗						П								П		\Box	
小麦粉	49. 50	76. 50 8. 50 5. 10 4. 25	lacksquare										ľ		İ															
米粉	5. 50	8. 50											Ī		İ						1									
ショートニング	3. 30	5. 10											ĺ		İ						l								Ì	
小麦グルテン	3. 30 2. 75	4. 25	lacktrian																											
・ 小麦グルテン 上白糖 脱脂粉乳	2. 75 2. 20	4. 25 3. 40																												
脱脂粉乳	2. 20	3.40																												
サイースト しゅうしゅう	1. 38	2. 13]]				[[]		ļļ]				, <u> </u>	
また。 大塩 イーストフード 「かげたゃひき肉フライ」	0. 94	1. 45																											,	
イーストフード	0. 06	0. 09									_		_																	
																													,	
かぼちゃひき肉フライ	40.00	60.00																	lacktriangle		lacksquare				lacksquare				,	
なたね油 【フレンチサラダ】	4. 00	6. 00	_								_		_		_		_		_								_			
[[フレンチサフタ]	05 00	00 50																											, .	
キャベツ にんじん	25. 00	32. 50 9. 10																												
こんじん	7. 00	9. 10																												
きゅうり サラダ油 上白糖 こいくちしょうゆ 穀物酢	10.00	13.00																												
プラグ 油 し 占 焼	0. 50	0.65																											.	
- 上日楷 - ロノチエ・ミ体	0.80	1. 04 0. 39																											.	
ニいくらしょうり 乳傷症	0. 30 0. 95	1 24	•																•											
(本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本) (本)	0. 95	1. 24 0. 20																												
	0. 15	0. 20																												
*卵除去食[卵とトマトのスープ]	0.01	0. 01									-		-				-		-								_		-	
実卵 鶏卵	20. 00	26 00			•																									
木綿豆腐	20.00	26 00			_																									
・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	25. 00	20.00 32 50													 				_											
たまねぎ トマト缶詰	15. 00	19 50																					 						···········	
こまつな	5. 00	6. 50									·																			
にんじん	7. 00	9. 10									<u> </u>																			
しめじ	8. 00	10. 40													 														 	
チキンスープ	3. 00	3. 90													·······															
コンソメ	1. 00	1. 30													t				•	Ŏ			······						 	
食塩	0. 20	0. 26													t								······						 	
こしょう	0. 02	0. 03																												
											·				†															
		·····									<u> </u>		t		<u>†</u>						·····†									
		·····													t						t									
															<u>†</u>						·····									
											ľ																			
																							[

料理名/食品名	(۽	分量 g) 中学校	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	t	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシュー ナッツ	ごま	アーモンド
[牛乳]																														
普通牛乳	206.00	206.00																											Ш	
[麦ごはん]					ļ		.		ļ		ļ										ļ		.	•	ļ		ļ			
精白米	70. 00	90.00	ļ		ļ		.		ļ		ļ										ļ		.	•	ļ		ļ			
強化米	0. 21	0. 27			ļ		.		ļ		ļ										ļ	ļ	.		ļ		ļ			
押麦	7. 00	9. 10			Ш																								Ш	
[きびなごのカリカリフライ]					ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		<u> </u>	
きびなごサクサク揚げ	28. 00	36. 40	lacktriangle		ļ		.		ļ		ļ								lacktriangle				.		ļ		ļ		 	
なたね油 [ゴーヤチャンプルー]	2. 80	3. 64			\vdash																<u> </u>				_				Ш	
[コーヤチャンブルー]	12	76 71			ļ		 		 		ļ		ļ,								 		 		 		ļ		ļļ	
鶏肉	12.00	15. 60	ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	ļ		ļ		ļ			
木綿豆腐	20.00	26.00	ļ		ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ						lacktriangle		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		<u> </u>	
もやし	8.00	10.40	ļ		ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		 	
にんじん	8. 00	10.40			ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								ļ		ļ	•	ļ		ļ		ļļ	,
にがつり	5. 00	6. 50			ļ		.		ļ		ļ												.		ļ		ļ		ļļ	
もやし にんじん にがうり しょうが 花かつお	0. 20 0. 30	0. 26			ļ		.		ļ		ļ										ļ		.		ļ		ļ		ļļ	
花かつお	0.30	0.39			ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ								ļ		ļ		ļ		ļ			
ごま油	0. 30	0.39			ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ						•		ļ		ļ		ļ		ļ			
上白糖	0. 30	0.39 1.04			ļ		.		ļ		ļ										ļ		.		ļ		ļ		ļļ	
こいくちしょうゆ	0.80	1.04	•		ļ		.		ļ		ļ								•				.		ļ		ļ			
中華だし	0. 20	0. 26			ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ						•	lacksquare	•		ļ		ļ		ļ			
清酒	0. 40 0. 05	0. 52 0. 07	ļ		ļ		.		ļ		ļ		ļ								ļ		.	•	ļ		ļ		ļļ	
食塩	0.05	0.07			ļ		.		ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	.	•	ļ		ļ		ļļ	
こしょう	0. 02	0. 03																											$\vdash \vdash$	
[沖縄そば汁]	00 00	00.40			ļ		.		ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	.	•	ļ		ļ		ļļ	
沖縄そば	28. 00		•		ļ		 		ļ		ļ											ļ	 		ļ		ļ		ļļ	
豚肉油揚げ	10.00	13.00			ļ		 		ļ		ļ										•		 		ļ		ļ		ļļ	
- 油物で - 上白糖	5. 00 0. 50	0.50					 		ļ		ļ		ļ						•		ļ		 	•	ļ		ļ		ļļ	
 こいくちしょうゆ	1. 00				ļ		 		 		ļ										ļ		 		 		ļ		ļļ	
こいくらしょうゆ カナダー	7. 00	1.30	•		 		 	ļ	ļ		ļ		ļ						•		ļ	ļ	ļ		 	ļ	ļ		 	
かまぼこ			ļ		ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	 		ļ		ļ		 	
たまねぎ	20. 00 7. 00				ļ		 		 		ļ										ļ		 		 		ļ		ļļ	
にんじん 葉ねぎ	7. 00 3. 00				ļ		 		ļ		ļ												 		ļ		ļ		ļļ	
、 こいくちしょうゆ	2. 00	2.90					 		ļ		ļ		ļ								ļ		 	•	ļ		ļ		 	
食塩	2. 00 0. 05	2. 60 0. 07			ļ		 		ļ		ļ		ļ						•		ļ		 		ļ		ļ		 	
艮塩 清酒	0.05	1.04					} -	ļ	 		ļ		ļ								ļ		 		} -		 		├	
ー 有四 本みりん	0.80	1.04					} -	ļ	 		ļ	ļ	ļ								ļ		 		} -	ļ	 		├	
チキンスープ	3. 00	3. 90	ļ		ļ		 		ļ		ļ		ļ								ļ		 		ļ		 		} 	
ーディンスーフ 削り節	2. 00		ļ		ļ		 		ļ		ļ		ļ								ļ		 		ļ		 		} 	
Hi 7 以J	۷. ۵۵	2.00	ļ		 		 		ļ		ļ		ļ								ļ		 		ļ		ļ		} 	
			ļ		 		 		ļ		ļ		ļ								ļ		 		ļ		ļ		} 	
			ļ				 		ļ		ļ		ļ								ļ		 		ļ		ļ		} 	
																					<u> </u>								ш	

料理名/食品名	一人分量(g)	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルー	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	+ +	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッ	ごま	アーモンド
	小学校 中学校												ッ												_		ッツ		۲
[牛乳] 普通牛乳	206. 00 206. 00				•																								
<mark>[麦ごはん]</mark> 精白米	70.00 90.00		=																										
強化米	0. 21 0. 27 7. 00 9. 10																					<u> </u>							
押麦 [いかとブロッコリーのマヨネーズ炒め]	7. 00 9. 10	Н																								4		\dashv	
いかフリッター	30.00 39.00	•		ļ				•										•		ļ			ļ						
なたね油	3.00 3.90 13.00 16.90																												
5/5/10/20 ブロッコリー 上白糖 清酒	0. 40 0. 52			ļ														ļ		<u> </u>									
清酒 中華だし	0. 50 0. 65 0. 20 0. 26			ļ																									
ノンエッグマヨネーズL	6.00 7.80	-		ļ 															•	•									
食塩	0.05 0.07																												
こしょう <mark>[麻婆豆腐]</mark>	0. 01 0. 01	H																										-	
木綿豆腐	40.00 52.00																	•											
┃ 豆腐 ┃ 牛肉・豚肉	30.00 39.00 15.00 19.50																	•		•									
豆腐 牛肉・豚肉 だいこん たまねぎ	15. 00 19. 50 28. 00 36. 40)						_									
1 6,1 6,	28.00 36.40 25.00 32.50 15.00 19.50 0.30 0.39 2.00 2.60 0.30 0.39																			ļ									
乾しいたけ	0.30 0.39			ļ														ļ				<u> </u>							
業ねぎ List	2.00 2.60			ļ														ļ		ļ									
乾しいたけ 葉ねぎ しょうが にんにく	1 0.301 0.39																												
1 ごま油	0.60 0.78 6.00 7.80			ļ														•										•	
赤みそ 中華だし	0. 70 0. 91																		•	•								•	
こいくちしょうゆ	3.50 4.55			ļ														•											
上白糖 清酒	0.80 1.04 0.60 0.78																			ļ									
オイスターソース	0. 10 0. 13									
豆板醤 じゃがいもでん粉	0.06 0.08 1.50 1.95			 														 		 		ļ							
	1.00			ļ														<u> </u>		<u> </u>									
				 														 		 		ļ							
				ļ														ļ		ļ									
				<u> </u>														<u> </u>		<u> </u>		ļ							
																						ļ							

料理名/食品名	(,	分量 g) 中学校	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	t	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシュー ナッツ	ごま	アーモンド
<mark>[牛乳]</mark> 普通牛乳		206. 00																												
[黒糖パン]	200.00																												\exists	
小麦粉	49. 50	76. 50 8. 50 5. 10		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	ļ	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	†		ļ																					
米粉	5. 50	8. 50																												
ショートニング	3. 30	5. 10																												
小麦グルテン 上白糖	2. 75	4. 25																												
上白糖	2. 75	4. 25			<u> </u>		.		<u> </u>												.		ļ				.			
脱脂粉乳	2. 20	3. 40	ļ		ļ	•	 		 		ļ										ļ		ļ				 		ļ ļ	
生イースト	1. 38	2. 13 1. 45	ļ		 		.		 		ļ		 		ļ						 		 		ļ		 		ļ ,	
食塩	0. 94	1.45			ļ		ļ		ļ												ļ		ļ				ļ		ļ .	
良塩 イーストフード 黒砂糖	0.06	0.09	•		ļ		ļ	ļ	ļ		ļ										ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		ļļ	
黒砂糖 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	11.00	17. 00																											Ш	
[フィッシュアンドチップス]	00 00	00 00			ļ		 		ļ														ļ							
たら でん粉付き ナチュラルカットポテト	30.00	39.00			ļ		 		ļ												ļ		ļ				ļ		ļļ	
なたね油	6. 50	45. 50 8. 45	•		ļ		 		 												ļ		ļ				ļ			
<u> </u>	0. 20	0. 45			 		 		 												ļ		ļ						, .	
_ ^{艮塩} [ミネストローネ]	0. 20	0. 20																											Н	
<u>「ミネストローネ」</u> ベーコン	5. 00	6. 50			ļ		 		 												•		ļ				ļ			
ベーコン 大豆水煮	10.00	13.00			 		 		 										•		_	ļ							/ -	
マカロニ	4. 00	5. 20			ļ		 												_											
たまねぎ	30.00	39.00			 		 		 																					
にんじん	10 00	13.00			ļ																									
セロリ	2. 00	2. 60			 	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •			 																					
だいこん	13. 00					• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •																								
トマト缶詰	10.00				ļ		!																							
にんにく	0. 20	0. 26		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	l	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	†		l																					
サラダ油	0. 20 0. 50	0. 26 0. 65			ļ		†		l																					
チキンスープ	4. 00	5. 20			l				ļ																					
コンソメ	1.00	1.30			ļ		ļ		ļ										lacktriangle		•					4			1	
うすくちしょうゆ	1. 50		•		ļ		ļ												•		ļ		ļ				ļ			
赤ワイン	0. 70	0. 91																												
食塩	0. 30	0.39																					<u> </u>							
こしょう	0. 02	0.03																												
[豆乳いちごパンナコッタ]			<u> </u>	ļ	<u> </u>		<u> </u> _	ļ	<u> </u>	ļ	<u> </u>		<u>[]</u>				I				<u> </u>	ļ	<u> </u>		<u> </u>	ļ	<u> </u>		<u> </u>	
豆乳いちごパンナコッタ	40. 00	40.00	ļ	ļ	ļ		ļ	ļ	ļ		<u> </u>				ļļ				lacktriangle		ļ	ļ	 			ļ	ļ		ļ	
			ļ		ļ		 	ļ	 		ļ		<u> </u>								ļ		ļ				 		ļ	
			ļ		 		ļ		 		ļ		 		ļ						 		 		ļ		 		ļ	
					 		 		 		ļ		ļļ		ļļ						 		 				 		ļļ	
			 		 		 		 		ļ		ļļ		ļļ						ļ	ļ	 		ļ		 		ļļ	
					 		 		 		ļ		ļļ		ļļ						 		 				 		ļļ	
																													لـــــا	

料理名/食品名	(۽	分量 g) 中学校	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	t	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシュー ナッツ	ごま	アーモンド
<mark>[牛乳]</mark> 普通牛乳		206.00				•		•																						
「タコライス」 「タコライス」	200.00	200.00																												
[麦ごはん]																														
精白米	70 00	90.00					†						l										†	•	 					
強化米	0. 21	0 27					†						l										†	•	 					
押麦	7. 00				ļ		 						l										 	•	 					
[タコライスの具]	7.00	0.10																												
牛肉・豚肉	25. 00	32. 50			 		ł		ļ				 										ł		 				·········	
にんにく	0.10	0. 13	ļ		 		ł		ļ				 		_						_		ł		 				·········	
食塩	0. 10	0. 13	ļ		 		t		ļ		ļ		 		ļ								t	•	ļ					
15 6,1°, 6,	20.00	26.00	ļ		 		t		ļ		ļ		 		ļ								†	•	ļ					
にんじん たまねぎ	8. 00	10.40		ļ	 	 	 	ļ	ļ	ļ			 										 -		 		ļ			
<u>たち待と</u> サラダ油	0.50	0.65		ļ	 	 	 	ļ	ļ	ļ			 										 -		 		ļ			
サラダ油 ケチャップ ウスターソース 赤ワイン	7. 00	0. 65 9. 10			ļ		 						ļ												 					
ウスターソーフ	6. 00	7. 80			 		 																 	•	ļ					
¥62~	0.50	0.65			ļ		 						 										 	•	ļ					
・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1. 50	1. 95			ļ		.						ļ										.	•	ļ					
上口櫃 本佐	0. 10	0. 13			ļ		 						ļ										 		ļ					
<u>食塩</u> こしょう	0. 10	0. 13	ļ		ļ		 		ļ				ļ										 		ļ					
[#オナレベル]	0.01	0.01			-		-		-				H						_											
「茹でキャベツ」 キャベツ 「スライスチーズ」 スライスチーズ 「もずくのスープ」	05 00	00 50			ļ		ļ		ļ				ļļ										 		ļ					
キャヘン [フェノフェーブ]	25.00	32. 50																												
[スライスチース]	00 00	00 00			ļ		ļ						ļ										ļ		ļ					
人フイスナース [4 # 4 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8 8	20.00	20. 00																												
[もずくのスーフ]					ļ	ļ	ļ		ļ				ļļ										.		ļ					
▲ 小稲 サ 陽	25.00	32. 50 19. 50			ļ		ļ		ļ				ļļ						lacksquare				ļ	•	ļ					,
もずく	15.00	19.50	 		 		 		 		ļ												 		 		ļ			
鶏肉	7. 00	9. 10	ļ		ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ				ļļ					•			ļ		ļ		ļ			
たまねぎ	20.00	26.00	ļ		ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ				ļļ								ļ		ļ		ļ			
油揚げ	5. 00	6. 50	ļ	L	 	ļ	 	ļ	ļ	ļ	ļ												ļ		 		ļ			
にんじん	8. 00	10.40	<u> </u>	L	ļ	ļ	 	ļ	ļ	ļ	ļ										L		ļ		 		 			
こまつな	3.00	3. 90	 		ļ	ļ	.	ļ	 		ļ												 		ļ		.			
中華だし	0. 80	1.04			ļ		 		 		ļ								lacksquare	lacksquare			 		 		.		lacktriangle	
こいくちしょうゆ	2. 00	2. 60			.	ļ	.		<u> </u>		ļ								lacktriangle				.		ļ		<u> </u>			
清酒	1. 00		<u> </u>		<u> </u>	ļ	ļ		<u> </u>		<u> </u>		<u>[]</u>		<u>[</u>]]]				ļ		ļ		<u> </u>]	
食塩	0. 20	0. 26	<u> </u>	<u> </u>	<u></u>	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>		<u> </u>		<u>[]</u>		<u>[</u>]]]				<u> </u>		<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>		I	
こしょう	0. 01	0. 01	<u> </u>		<u></u>	<u> </u>	<u> </u>		<u> </u>		<u>[</u>		<u>[]</u>		<u>[</u>]]	I]				<u> </u>		<u> </u>	ļ			I	
じゃがいもでん粉	1.00	1. 30	<u> </u>		<u> </u>		<u> </u>		<u> </u>]]			I]				<u> </u>		<u> </u>				I	
			<u> </u>						L																					
			[I		[[[[I	[
			[[]	[ļ													- 211111111	[-0000	[
			l'''''		l]	Ī	Ī	l														Ī		l				·····	
					1		1																1	•	l		l		····	11111111

料理名/食品名	(ફ	分量 g) 中学校	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	も	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ツ	ごま	アーモンド
[牛乳] ************************************		206.00												ツ														ツ		
普通牛乳 <mark>[コッペパン]</mark>	206.00	206.00																												
小麦粉	49. 50	76 50			ļ		 																ļ	ļ						
- 小支切 - 米粉	5. 50	76. 50 8. 50 5. 10 4. 25	_		 		 																							
ショートニング	3. 30	5 10			 		 																	ļ						
小麦グルテン	2. 75	1 25			ļ		 																							
上白糖	2. 75	4. 25	_		 	ļ			l														ļ		ļ		l			
·····································	2. 70	3. 40	ļ		 		 	l	ļ 		ļ		ļ										ł	l	ļ 		ļ		.	
生イースト	1. 38	2. 13	ļ		 		t								······								l						 	
食塩	0. 94	1. 45	l		l	İ	t	ļ	ļ				l		···········								t	ļ	ļ		·····		············	
イーストフード	0. 06	0.09	•		l																								·····	
[ぽんかんジャム]																														
ぽんかんジャム	15. 00	15.00			ļ		ļ																							
[ひき肉とれんこんのケチャップ炒め]																														
豚肉	10.00	13.00																			lacksquare								I	
カレー粉	0.04	0. 05																					[
サラダ油	0. 30	0.39																												
たまねぎ	17. 00	22. 10	<u> </u>				<u> </u>																<u> </u>							
れんこん	15. 00	19.50			<u> </u>	ļ	.		ļ														ļ		ļ		ļ			
にんじん	5. 00	6. 50	ļ		.		.		ļ														ļ		ļ	ļ	ļ			
トマト	5. 00	6. 50	ļ		ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ										ļ		ļ		ļ			
食塩	0. 10	0.13			ļ		.	ļ	ļ														ļ	ļ	ļ					
こしょう	0. 01	0.01			ļ		ļ	ļ	ļ				ļ										ļ		ļ		ļ			
上白糖	0. 30	0.39			ļ		ļ	ļ	ļ				ļ										ļ		ļ		ļ			
ウスターソース	0. 60	0. 78			ļ	ļ	.																ļ	ļ						
ケチャップ	5. 00	6. 50																												
「ミートボールと野菜のスープ」 チキンボール	20 00	39. 00			 		 		ļ		ļ		ļ		ļļ					•			ļ		ļ		ļ			
スキンホール 蒸し大豆	ას. სს 10 იი	13.00	_		 		}		ļ		ļ		ļ		ļ				•				ļ		ļ		ļ		 	
じゃがいも	20.00	26.00	ļ		 	ļ	 	ļ	ļ		ļ		ļ						•				ļ		ļ	ļ	ļ			
だいこん	20.00	26.00	ļ		 	ļ	 -		ļ		ļ		ļ										ļ		ļ		ļ			
たまねぎ	20.00 13 NN	16. 90	ļ		 		ł		ļ		ļ		ļ		ļ								ļ		ļ				 	
<u> </u>		10. 40	ļ		ļ		ł		ļ		ļ		ļ		 								 		ļ		ļ		-	
葉ねぎ	2. 00	2. 60	ļ		 	······	 	l	ļ 		ļ		ļ		ļ								ł	l	ļ 		ļ		<u>-</u>	
チキンスープ	5. 00	6. 50	ļ		ļ		t		ļ						 					•			ł		ļ				 	
食塩	0.10	0.13	l		t	·	 	ļ	l		l		l							_			l		l	ļ	l		 	
コンソメ	0.80				t	 	 	l	l		·		l							•			l		l		l		t	
こいくちしょうゆ	1.00	1.30			l	İ	t						l		······				Ŏ				t				·····		<u>†</u>	
こしょう	0. 02	0. 03	<u></u>		l		†																				l		· · · · · ·	
サラダ油	0. 30	0. 03 0. 39	ļ		İ	1	†] 														†] 				······· I	
					l		1		ļ														İ		ļ				1	
			l'''''		l	1	Ī	Ī	l'''''		l		[Ī	Ī	l'''''		ľ			

料理名/食品名	(į	分量 g) 中学校	小麦	そば	卵	乳	落花生	あわび	いか	いくら	えび	オレンジ	かに	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	ŧŧ	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシュー ナッツ	ごま	アーモンド
[牛乳] 普通牛乳		206. 00				•								7														,		
「夏野菜のカレーライス」	200.00	200.00																												
[麦ごはん]																														
▍ 精白米	70. 00	90. 00 0. 27 9. 10			l	İ	.	†	l														†	•	ļ		l			
強化米	0. 21	0. 27			ļ	1			ļ															•			1			
押麦 <u>[夏野菜のカレー</u>]	7. 00	9. 10																												
[夏野菜のカレー]					<u> </u>		L																							
豚肉	10.00	13.00	ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		<u> </u>		.]						•	ļ	ļ		ļ		ļ]	
じゃがいも	28. 00	36. 40	 		ļ		ļ	ļ	 		ļ		ļ,		ļļ						 	ļ	 		ļ		ļ			
かぼちゃ	25.00	32.50	ļ		ļ		ļ		 		ļ		ļ,		ļļ						ļ		 		ļ		ļ			
たまねぎ	30.00	39.00	ļ		ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		ļ						ļ	ļ	ļ		ļ	ļ	ļ			
なす にんじん 青ピーマン		13.00	ļ		ļ	ļ	ļ		ļ				ļ		ļ						ļ		ļ		ļ		ļ			
にんしん	15.00				ļ		ļ	.	ļ						ļ								 		ļ		ļ			
育ヒーマン アイル・	7.00	9.10	ļ		ļ		.	.	ļ												ļ		 	•	ļ		ļ			
1-01-5	0. 20 0. 20	0. 26 0. 26			ļ		ļ	.	 						ļ						ļ		 		ļ		ļ			
しょうか	7. 00	9. 10			 		.	.	 														 	•	ļ		 			
ー ローマン にんにく しょうが トマト缶詰 サラダ油 カレールウリ	0.30	9.10			ļ		ļ	.	 						ļ								 		ļ		ļ			
カレールウェ	9. 00	9. 10 0. 39 5. 00 7. 00 5. 20 2. 00 1. 30			ļ		ļ	.	 						ļ								 		ļ		ļ			
カレールウリ	3.00	7 00	X		 		.	.	 														 	•	ļ		 			
カレールウH すりおろしりんご	4. 00	7.00 5.20	_		 		ļ	ł	 						ļ				•				 		•		 			
ケチャップ	2.00	2 00			 	······	!	.							······									•	_					
ウスターゾース	1.00	1 30			 		.	.	 															•	ļ		ļ			
テラルション・バース ケチャップ ウスターソース 赤ワイン	0.80	0.80			ļ			†															!	•			ļ			
「 <mark>鶏肉のガーリック焼き」</mark> 鶏肉のガーリック焼き	40. 00																		•											
「すいか」	40.00	30.00																												
すいか	60 00	60.00	ļ		 	†	!	ł	 		ļ		ļ		ļ						ļ	l	 	•	ļ		 			
			ļ		l	ļ	†	İ	 		ļ		l		 						l		t	•	l		 			
			t		!	·	 	ļ	t		·		ļ								 		!		 		t			
			†		†	ļ	 		<u> </u>		ļ										İ		!		 	······	İ			
					1		1	Ì	l												İ		1		ļ		1	•		
			<u> </u>		I]	<u>. </u>	I	I												<u> </u>	I	<u> </u>	Ī	<u> </u>		I			
			<u> </u>	I	I]	<u>[</u>	<u> </u>	<u> </u>						[]						[<u> </u>	[<u> </u>			<u> </u>			
					<u> </u>																<u> </u>		<u> </u>				<u> </u>			
					<u> </u>																						<u> </u>			
			ļ		<u> </u>		ļ		ļ		<u> </u>				[]]				ļ		ļ		<u> </u>		ļ			
			ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		<u> </u>								ļ		ļ		ļ		ļ]	
			 		ļ		ļ	ļ	 		ļ		ļ,								 		 		ļ		ļ			
			 		ļ		ļ	ļ	 		ļ		ļ,		ļļ						 	ļ	 		ļ		ļ			
					 		ļ	ļ	 		ļ		ļ,		ļļ						 		 		ļ		 		ļļ	