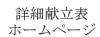
## 令和7年度 10月分詳細献立表

## 【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	( ۽	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	ŧŧ	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												ツ														ツ		
<mark>[牛乳]</mark> 普通牛乳	206 00	206. 00			ļ	•	ļ		ļ				ļ								ļ		ļ		ļ					
「麦ごはん」	200.00	200.00																												
精白米	70. 00	90.00			<b> </b>		<b>!</b>		<b> </b>													•	<b>!</b>	•	<b> </b>				t	
強化米	0. 21	0. 27																					İ						İ	
押麦	7. 00	9.00																												
[肉信田の含め煮]	-a aa	E	ļ <u>.</u>		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								<u> </u>		ļ		ļ					
肉詰めいなり	50.00	50. 00 1. 50	•		ļ		ļ		<b> </b>				ļ						•	•	•		<b> </b>		<b> </b>					
」 こいくらしょう(り)   ★みけん	1. 50 1. 50	1.50			ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ		ļ						•		<b> </b>		<b> </b>		<b> </b>				∤	
こいくちしょうゆ 本みりん 三温糖 [梅がつお和え]	2. 10	1. 50 2. 10					ļ		ļ		ļ		ļ								<b> </b>		ļ		ļ					
「梅がつお和え」	2. 10	2.10																											$\dashv$	
キャベツ きゅうり もやし 花かつお 上白糖	25. 00	32. 50	<b></b>	<b></b>	ļ		l		t												<b></b>	<b></b>	<b>†</b>		l					
きゅうり	10.00	13 00																												
もやし	20. 00	26.00							ļ																ļ					
花かつお	20. 00 0. 50 0. 60	0. 65 0. 60 0. 30			ļ		<b>.</b>		ļ												ļ	•	<b>.</b>	•	ļ					
上日糖	0.60	0.60			ļ		ļ		<b> </b>				ļ								ļ		<b> </b>		ļ					
<u> </u>	0. 30 1. 50	1. 95	•		ļ		ļ		<b> </b>										•		ļ		<b> </b>		<b> </b>				∤	
	1. 30	1.90																												
M	10. 00	13.00			ļ		<b></b>		<b></b>												•		<b> </b>		ļ					
生揚げ	20. 00	26. 00 26. 00 26. 00 13. 00 13. 00 3. 90 13. 00		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	ļ	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	<b>.</b>		ļ										lacktriangle			•	<b>†</b>	•	ļ				<u>†</u>	
さといも	20.00	26.00																											Ì	
だいこん	20. 00	26.00			ļ		[		<b></b>														<u> </u>		ļ					
こんにゃく	10.00	13.00			ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								ļ		<b>.</b>		ļ					
こんじん 幸上 ギ	10.00	13.00			ļ		ļ		<b> </b>				ļ								ļ		<b> </b>		<b> </b>					
呆ねさ   ヘカサルス	3.00	3.90			ļ		ļ		<b> </b>												ļ		<b> </b>		<b> </b>				∤	
ガルいりこ	3.00	3. 90			<b> </b>		ļ		<b> </b>										•		ļ		<b> </b>		<b> </b>				∤	
1-30/1-	0.00	0.00			ļ		<b></b>		<b> </b>													•	<b> </b>	•	<b> </b>					
			<b>†</b>	<b></b>	ļ		ļ		ļ													<b></b>	ļ		<b>!</b>					
					ļ		ļ		ļ				<b>.</b>								ļ		ļ		ļ				Į	
			ļ		ļ		ļ		<b> </b>		ļ		ļ		ļ						<b> </b>		<b> </b>		<b> </b>					
			ļ		ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ		ļ		ļ						<b> </b>		<b>ļ</b>		<b> </b>					
			<del> </del>		<b>}</b>		ļ		<b>}</b>	ļ	ļ		ļ								<b>L</b>		<b>}</b>		<b>}</b> -	ļ	ļ			
			<b> </b>		<b></b>		ļ		<b> </b>		ļ		ļ								ļ 		<del> </del>		ļ	ļ	<b></b>			
					ļ		<b></b>		<b> </b>												ļ		ł		<b> </b>				<del> </del>	
					ļ		<b>!</b>		l												l		t		l				t	
									<b></b>												<u> </u>		<u> </u>		<b></b>					
									<u> </u>												[	ļ	[	ļ	[					

[牛乳]	206. 00	中学校 206.00							9		ジジ	かに	ルー	肉	4	t la	ま 豆	肉	肉	たけ	ŧ ŧ	いも	りんご	ゼラチン	バナナ		ーモンド
[ウィンナードッグ] [コッペパン・よこわり] 小麦粉 米粉		206. 00			<u> </u>								ツ								$oxed{\Box}$					ツ	
[コッペパン・よこわり] 小麦粉 米粉																											
米粉																											
米粉					<u> </u>																						
	49. 50	76. 50			<u> </u>																						
ショートニング	5. 50	8. 50			<u> </u>																						
	3. 30	8. 50 5. 10	<u> </u>		<u> </u>														<u> </u>								
小麦グルテン	2. 75	4. 25			<u> </u>																						
上白糖	2. 75	4. 25 4. 25										Ī	<u> </u>	Ī													
脱脂粉乳	2. 75 2. 75 2. 20	3. 40 2. 13				lacksquare						I		Ī													
生イースト	1. 38	2. 13										Ī												Ï			
食塩	0. 94	1. 45																									
イーストフード	0.06	0.09																									
[焼きウィンナー]																											
ポークウインナー	40.00	40.00			l																				ı		
ポークウインナー 「ラタトゥイユ」 オリーブ油 たまねぎ																											
オリーブ油	2. 00	2. 60 13. 00			l																				ı		
たまねぎ	10.00	13.00			l																				ı		
なす ズッキーニ 青ピーマン トマト缶詰	20.00	26 00			l																				ı		
ズッキーニ	5. 00	6. 50 7. 80 13. 00			l																						
青ピーマン	6. 00	7. 80			l																						
トマト缶詰	10.00	13.00			l																						
ケチャップ	2. 00	2. 60			l																						
ケチャップ コンソメ	0. 20	0. 26	lacksquare		l																						
[コーンスープ]								T		П									Ť		П						
じゃがいも	35. 00	45, 50			l			 																			
白いんげんまめ	10.00	45. 50 13. 00			l		·····	 ······										1	<b> </b>								
ベーコン	3. 00	3. 90			l			 										1									
たまねぎ	20. 00	26.00			l			 											T .							7	
スイートコーン	20.00	26.00			l		·····	 ······										1	<b> </b>								
無調整豆乳 小麦粉 マーガリン	30.00	39 00		l	<b>†</b>			 											<b> </b>	·							
小麦粉	4. 00	5. 20 5. 20 0. 39		İ	<b>!</b>			 											<b>†</b>								
マーガリン	4. 00	5. 20			l		·····	 											1							7	
コンソメ	0. 30	0.39			<b>!</b>			 ·······b																			
食塩	0.30	0.39			l			 											T .								
こしょう	0. 02	0.03			<b>!</b>			 ·······b											<b></b>								
	J. JL	0.00	ļ	L	t			 											<b>†</b>								
		l	<b></b>		<b>†</b>			 											<b>†</b>								
					<b> </b>			 ······											<b></b>								
					<b> </b>			 ······											<b></b>								
					ļ			 											<b></b>		<del> </del>						
					ļ			 											<b></b>		<del> </del>						
			ļ		<b> </b>			 											<b></b>								

料理名/食品名	ع )	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	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシュー ナッツ	まご	アーモンド
[牛乳]		206. 00				•																								ļ
<sub>                                    </sub>	200.00	200.00																												
<u>「多こはの」</u> 特白学	70. 00	90.00			ļ																ļ		<b> </b>		ļ		ļ			
精白米 強化米 押麦	0. 21	0. 27			<b> </b>																	ļ	<del> </del>	•	<b> </b>					
	7. 00	9.00			ļ																		<b> </b>		ļ					
[マスのフライ]	7.00	3.00																								$\vdash$	-			
マスフライ	40 00	40.00			<del> </del>					<b></b>			ļ						•		<b></b>	<b></b>	<del> </del>		<del> </del> -	<del> </del>	ļ			
なたわ油	40. 00 5. 50	5. 50	_		ļ						ļ		ļ				_		_		ļ		ł		ļ		ļ			
「赤こんにゃくの白和え」																														
冷凍豆腐	20 00	26. 00 22. 10 15. 60 3. 90 1. 95 1. 30			<b> </b>														•		ļ		ł		l		ļ		··········	
赤こんにゃく	17 00	22 10			ļ																		ł	•	<b></b>					i
赤こんにゃく ほうれんそう	12 00	15 60	<del> </del>		<del> </del>		ļ 		ļ		ļ		ļ								l	<b></b>	<del> </del>		<del> </del>	ļ	l			
15 6,1° 6,	3 00	3 90	<b></b>		<b></b>																<b></b>		<b></b>		<b></b>		l			 
合わせみそ	1 50	1 95			ļ														•				ł	•	<b></b>					i
まりごす	1 00	1 30			ļ																		ł	•	<b></b>					i
上台籍	1.00	1.30			ļ																		ł	•	<b></b>				_	i
にんじん 合わせみそ すりごま 上白糖 うすくちしょうゆ	0.30	0.39			ļ														•				ł	•	<b></b>					i
[うち豆汁]	0.00	0.00	_																•											
キャベツ	20 00	26. 00			<b> </b>																		<b> </b>	•	<b> </b>					I
キャベツ じゃがいも	20.00	26.00			ļ																		<b></b>		ļ					 
演揚げ	5. 00	26. 00 6. 50			ļ														•				<b> </b>	•	ļ					 
油揚げ にんじん	5. 00	6 50			<b> </b>																		<b>†</b>	•	<b> </b>					 
うち豆	5. 70	6. 50 7. 50			ļ														•				<b>†</b>	•	<b> </b>					 
うち豆 葉ねぎ	5. 00	6. 50			ļ																		<b>†</b>	•	l					
合わせみそ	10.00	13.00			ļ														•				<b>†</b>	•	<b> </b>					 
だしいりこ	3. 00	3. 90			ļ																		<b>†</b>	•	l					
					ļ																		<b>!</b>	•	l					
					l																		<b>†</b>	<b>4</b>	l					
					ļ																		<b>†</b>	•	1					 
					<b>!</b>																		<b>!</b>		ļ	ļ	ļ			
				*******	ļ																		ļ		ļ		ļ			
					ļ																		<b>†</b>	•	l					
																							<b>†</b>	•	l					
			ļ		1																İ		1	•	l		İ		·····	
			ļ'''''		<u> </u>																İ		1	•	l		<b> </b>			
	••••••		İ		<u> </u>						·		İ								l	ļ	<u> </u>		ļ	ļ	İ			
			ļ		ļ								ļ								i		T		ļ		Ì			
			l'''''		<u> </u>		l														[	Ī	Ī		l'''''		[			
			l'''''		<u> </u>		l														[	Ī	Ī		l'''''		[			
					Ī																		Ī	•	l					
			ľ	I	I		[								[						[	[	I	Ī	[		[			
			<b> </b>		Ī						l		l								l	Ī	Ī	Ī	l		l		·····	

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	<b>t</b>	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ツ	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																												
[麦ごはん]																														
精白米 強化米	70.00	90.00			ļ								ļ		ļ						ļ		ļ	ļ						
1	7 00	90. 00 0. 27 9. 00	ļ		<b></b>										ļ								ļ	ļ						
「小いわしの梅の香揚げ」	7.00	3.00																											$\neg$	
小いわし梅の香揚げ	40.00		•																											
なたね油	5. 00	6. 50																											_	
<mark>[切干大根の炒め煮]</mark> 平天	4. 00	5. 20	ļ		<b> </b>						ļ		<b> </b>		<b> </b>						<b> </b>		<b> </b>							
サラダ油	1.00	1. 30	ļ		<b> </b>						ļ		ļ		<b> </b>						ļ		<b> </b>							
切干しだいこん	2. 50	3. 25											l								·		ļ							
ごぼう にんじん ごま ごま油	10.00	13.00																												
にんじん	8.00	10.40	ļ		ļ								ļ		ļ						ļ		ļ	ļ						
- よ - ま油	2. 00 0. 30	2. 60 0. 39	ļ		<b></b>										ļ				•				ļ							
こいくちしょうゆ	2. 00	2. 60																	•										_	
Ⅰ 二温糖	0. 70			• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •																	······							
[のっぺい汁]																														
油揚げ 鶏肉	5. 00 3. 00	6.50			ļ								ļ		ļ				•		ļ		ļ							
きといも	3. 00 15. 00	6. 50 3. 90 19. 50 39. 00	ļ		<b></b>										ļ					U			ļ	ļ						
だいこん	30.00	39.00	ļ																											
にんじん	5. 00	l 6.50																												
こんにゃく 乾しいたけ	8.00	10.40																					ļ							
乾しいたけ   番んぎ	0. 30 5. 00	0. 39 6. 50			ļ								ļ		ļ						ļ		ļ							
葉ねぎ だしこんぶ	1. 00	1. 30	ļ		<b> </b>						ļ		<b> </b>		<b> </b>						<b> </b>		<b> </b>	ļ						
▍∥り節	2. 00	2. 60			ļ								ļ					lacktrian			ļ		<b> </b>							
こいくちしょうゆ	1. 20	1.56											ļ						lacktriangle		ļ		<u> </u>							
うすくちしょうゆ	2.50	3. 25	•		<b> </b>						ļ		<u> </u>						•		<u> </u>		<b> </b>							
食塩 清酒	0. 10 0. 80	0. 13 1. 04	ļ		<b> </b>						ļ		<b>.</b>		<b> </b>						<b>.</b>		<b> </b>							
月日   じゃがいもでん粉	1. 30	1. 69	ļ		<b> </b>						ļ		ļ		<del>  </del>						ļ		<b> </b>							
[月見団子]																														
月見団子	30. 00	30. 00	<u> </u>										<u> </u>		<u> </u>						[		<u> </u>							
			ļ		<b> </b>						ļ		<b>.</b>		<b> </b>						<b>.</b>		<b> </b>							
			ļ		<b> </b>						ļ		<b>.</b>		ļ						<b>.</b>		<b> </b>							
	<b></b>		ļ		<b> </b>						ļ		ļ		<del>  </del>						ļ		<b> </b>							
			ļ		<u> </u>																									
					[										[						[		[	[						

料理名/食品名	一人分 (g	)	小麦	そば	咖	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	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナ	カシュー ナッツ	ごま	アーモンド
<mark>[牛乳]</mark> 普通牛乳	206. 00 2	06 00				•																								
[コッペパン]	200.00 2	.00.00															_										_		$\exists$	
小麦粉	49. 50	76. 50																												
米粉	5. 50	8.50																												
・ ショートニング ・ 小麦グルテン ・ 上白糖	3. 30	8. 50 5. 10																												
小麦グルテン	2. 75	4. 25																												
上白糖	2 75	4. 25																												
脱脂粉乳	2. 75 2. 20	3. 40																												
生イースト	1. 38	2. 13															······						<b> </b>							
食塩	0. 94	1. 45																												
イーストフード	0.06	0.09															·······						İ							
[揚げシューマイ(2個)]	0.00	0.00	_														_										_		7	
ポーク焼売	36. 00	36 00																		•										
なたね油	5. 00	5. 00																												
[フレンチサラダ]	0.00	0.00	╗														T										T		$\exists$	
きゅうり	12. 00	15 60																												
キャベツ	26. 00	33 80																												
にんじん	8. 00	10 40																												
まぐろ油漬	5. 00	6. 50																												
まぐろ油漬 サラダ油	0.80	1.04																												
穀物酢	1. 80	2. 30																												
上白糖	1.00	1.30															l													
うすくちしょうゆ	0.30	0.39																	•											
食塩	0.30	0.39	_																_											
こしょう	0. 01	0.01																												
[根菜つくねのスープ煮]	0.01	0. 01	$\neg$														$\dashv$										_		$\dashv$	
根菜入りつくね	20. 00	26 00																	lacksquare				ļ							
木綿豆腐	20.00	26 00																		_	•									
たまねぎ	20.00	26 00																	_											
にんじん	10.00	13 00																												
はくさい	20.00	26 00									<b></b>												<b></b>							
エンゲンサイ	10.00	12 00																												
チンゲンサイ 中華だし	0.30	0.39									ļ									•			ļ						•	
一年だり 「清酒	1. 00	1. 30									ļ								_		_		ļ						_	
月月   こいくちしょうゆ	2.00	2. 60									ļ								•				ļ						<del> </del>	
食塩	0.10	0.13	_								ļ								_		ļ		ļ							
こしょう	0. 10	0. 13									ļ										ļ		ļ						<del></del>	
こしょう	0. 02	1.04																					ļ							
こま四 じゃがいもでん粉	0. 40	0. 52																	•				ļ							
しゃかいもでん物	0.40	0. 02									ļ												ļ						<del> </del>	
	<b> </b>										ļ												ļ						<del> </del>	
	<b> </b>										ļ												ļ						<del> </del>	

料理名/食品名	( į	.分量 g)	4	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	<b>t</b>	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
「止回」	小学校	中学校												ツ														ツ	_	
<mark>[牛乳]</mark> 普通牛乳	206 00	206. 00			<b></b>																ļ		<b>.</b>		ļ					
[キムチーズおにぎり]	200.00	200.00																											$\dashv$	
[麦ごはん]																													$\neg$	
精白米	70. 00	90.00																						•	l					
強化米	0. 21	0. 27																												
押麦	7. 00	9.00																												
[キムごはんの具]					ļ					,											ļ		ļ	•	ļ			İ		
豚肉	15.00	19.50			ļ																•	ļ	ļ	•	ļ					
	20.00	26. 00 13. 00	ļ		<b> </b>		ļ				ļ		ļ		ļļ						<b> </b>		<b> </b>		<b> </b>		ļ			
こぼつ	5. 00	6. 50			ļ																ļ		ļ		<b> </b>					
にんじん サラダ油 三温糖	0.30	0.30	<del> </del>	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		ļ		ļ						<del> </del>	ļ	ļ		<b> </b>	ļ	ļ			
三温糖	0. 20	0. 26	<del> </del>		ļ																<b></b>		ļ		<b></b>		l			
1 . 1.18 61. 63 60	0. 25	0. 32																						•	<b> </b>					
[プロセスチーズ]	0.20	0.02	_																Ť										T	
1 ノロセスナース	10.00	10.00				•																		•	l'''''					
[大判のり]																														
大判のり	3. 00	3. 00																											Ш	
[さつま芋の甘辛揚げ]					ļ																ļ	ļ	ļ	•	ļ					
さつまいも	40.00	52.00			ļ																ļ		ļ	•	ļ					
じゃがいもでん粉	2. 00 5. 00	2. 60 6. 50 1. 30			ļ																ļ		ļ	•	<b> </b>					
一 なたね油	1. 00	1 20			ļ																ļ	ļ	ļ		<b> </b>					
なたね油 こいくちしょうゆ 三温糖 清酒	0. 50	1.30 0.65	_																•				ļ		<b> </b>					
— <i>—</i> ——————————————————————————————————	1.00	0. 65 1. 30																					<b></b>	•	<b> </b>					
本みりん	1.00	1.30																						•	<b></b>					annn
「もずくのすまし汁」																													П	
木綿豆腐	30.00	39.00																	lacksquare											
もずく		26.00	<u> </u>	ļ	ļ	ļ				ļ	<u>                                     </u>		<u>                                     </u>								<u> </u>	ļ	<u> </u>		<u>                                     </u>	ļ	<u>                                     </u>		]	
油揚げ	6. 00		ļ		ļ								ļ						lacktriangle		ļ		ļ		ļ		ļ	ļ		
たまねぎ	25.00	32.50			ļ																ļ		ļ	•	ļ					
にんじん 葉ねぎ	8. 00 3. 00	10. 40 3. 90			ļ								ļ								ļ	ļ	ļ		ļ					
うすくちしょうゆ	2.00																						ļ	•	ļ					
こいくちしょうゆ	2. 40	3. 12	7		<b> </b>		ļ				ļ		ļ								ļ		ļ		<b> </b>		ļ			
本みりん	0.80	1.04	_	<b></b>	ļ 						ļ		ļ		ļ				•		<b> </b>	<b></b>	<b> </b>		<b> </b>	ļ	ļ			
清酒	0.80		<del> </del>		ļ 								ļ								ļ		<del> </del>		ļ		ļ			
食塩	0. 10	0. 13			ļ																l		l		l					
削り節	2. 00	2. 60		l	İ								<u> </u>								İ	İ	İ	İ	l		<u> </u>			
だしこんぶ	1. 00		<u> </u>		<u> </u>	<u> </u>	[														<u> </u>		<u> </u>		<u> </u>					
					ļ								ļ,								ļ		ļ		ļ		ļ			

小学校 中学校	
「コッペパン」 小麦粉 49.50 76.50 ● 米粉 5.50 8.50 ショートニング 3.30 5.10 小麦グルテン 2.75 4.25 ● 上白糖 2.75 4.25 ● 段時粉型 2.20 3.40	
小麦粉 49.50 76.50 ●	
上日糖	
上日糖	
上日糖	
上日糖	
脱脂粉乳	
生イースト     1.38     2.13       食塩     0.94     1.45	
食塩   0.94   1.45	
イーストフード 0.06 0.09 ●	
[オムレツ]	
プレーンオムレツ 40.00 50.00 ● ● ● ■ ■ [ごぼうのコールスロー]	
[ごぼうのコールスロー]	
こぼう 18.00 23.40	
キャベツ 20.00 26.00	
にんじん 5.00 6.50	
こぼう	
製物酢 1.00 1.30	
上白糖 0.40 0.52	
こしょう 0.01 0.01	
「ペンネのクリーム煮」	
ペンネ 9.00 11.70 ●	
筆肉 10.00 13.00	
たまねぎ 40.00 52.00 にんじん 5.00 6.50	
「こんじん 5.00 6.50	
【 ブロッコリー	
無調整豆乳 30.00 39.00 ● ●	
マーガリン   3.50  4.55                                ●	
小麦粉 4.00 5.20 ●	
白ワイン   0,70 0,91	
コンソメ 0.50 0.65 ●	
食塩 0.40 0.52	
こしょう 0.02 0.03	

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	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	<b>も</b>	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ		_>	アーモンド
[牛乳]													┪	ツ	┪													ツ	$\exists$	
普通牛乳	206.00	206.00																												
[チキンカレーライス]																														
[麦ごはん]					<u> </u>																									
精白米	70. 00	90. 00	ļ		ļ	ļ																	ļ							
強化米	0. 21	0. 27 9. 00	ļ		ļ																		ļ							
押麦	7. 00	9.00																												
[チキンカレー]					ļ																		ļ							
鶏肉	10.00	13.00	<b> </b>		<b> </b>	ļ	ļ													lacksquare			<b> </b>		ļ					
かぼちゃ	20.00	26.00	ļ		<b> </b>	ļ	ļ																<b> </b>		<b></b>					
じゃがいも	30.00	39.00	ļ		ļ		ļ																<b> </b>							
たまねぎ	50.00	65.00	ļ	ļ	ļ	ļ																	ļ							
にんじん	5. 00	6. 50	ļ	ļ	ļ	ļ																	ļ							
にんにく しょうが	0.30	0.39			ļ																		ļ							
しようか	0. 30 0. 30	0. 39 0. 39 0. 39 5. 20	ļ		ļ	<b></b>																	ļ							
サラダ油 すりおろしりんご	4. 00	0.39	ļ		ļ	ļ																	ļ		•					
9 りあつしりんこ	10.00	13. 00			ļ																		ļ		•					
カレールウリ カレールウS		13.00	7		ļ														•				ļ							
カレールソる	2. 00 2. 00	2.60	•		ļ																		ļ							
ケチャップ ウスターソース 赤ワイン	1.00	2. 60 1. 30			ļ																		ļ							
リージーグーグーク	0.80	1. 04	ļ		<b> </b>	<b></b>																	ļ							
かりれる	0. 80	0. 26			<b> </b>															•			ļ							
	0. 20	0. 20	•										_		_															
まぐろ油漬	5. 00	6 50			ļ	ļ													•				ļ							
よくつ四項	15. 00				<b> </b>														•				ļ							
キャベツ だいこん	15. 00	19. 50			ļ	ļ																	ļ							
スイートコーン	10.00	13. 00	ļ		<b> </b>		ļ																<b></b>		ļ					
レモン里汁	1. 20		ļ		<b> </b>	ļ	ļ																ł		ļ					
レモン果汁 上白糖	0.60	0. 78	ļ		<b> </b>																		ł							
穀物酢	0. 20	0.76	ł	L	t	ļ	ļ																<del> </del>		ļ					
うすくちしょうゆ	0. 50	0.65		ļ	<b> </b>	·													•				ļ							
こしょう	0.01	0.01			<b> </b>	<b></b>																								
[ヨーグルト]													T		_														-	
ョーグルト	70. 00	70. 00			<b> </b>	•																	<b>†</b>			•				
			ļ		l	<u> </u>																	l							
			ļ		t	<b></b>	 																ļ		 					,
			ļ	ļ	t												†						l							
			ļ		l	1																	<b>†</b>							
			ļ		l												······						İ							
			ļ		l	1											······						İ							
			ļ		l												······						İ							
	h		l''''''		l	1																	t							

接通	料理名/食品名	( ફ	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	ŧŧ	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ッ	ごま	アーモンド
# 通子男	「牛乳 <u>]</u>	小子校	中子校												ツ														ツ		
横白米 70.00 90.00 けっぱい 70.00 90.00 けっぱい 70.00 90.00 はっぱい 70.00 90.00 はっぱい 70.00 90.00 はっぱい 70.00 90.00 はっぱい 70.00 90.00 はっぱい 70.00 90.00 はっぱい 70.00 90.00 はっぱい 70.00 90.00 はっぱい 70.00 10.00 はっぱい 70.00 10.00 はっぱい 70.00 10.00 はっぱい 70.	普通牛乳	206. 00	206.00				lacktriangle																								
強化米	[麦ごはん]											ļ		ļ		ļ								ļ		ļ					
(類肉のヤンニョム) 素胸皮医(1分付き 40,00	精白米 32.03.0	70.00	90.00	ļ										ļ		ļ								ļ	ļ	<b> </b>					
(類肉のヤンニョム) 素胸皮医(1分付き 40,00	1	7.00	0.27											ļ		ļ								ļ	ļ	<b> </b>					
競渉皮無し粉付き 40.00 40.00	かタ   弾肉のセンニョル	7.00	9.00																												
なたわ油 5.00 5.00	1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 1	40 00	40 00																					ļ		<b> </b>					
しようが	なたね油		5.00	ļ												<b></b>					_			<b> </b>		<b> </b>					
上白糖 1.50 1.50	しょうが	0. 30	0.30																							l					
上白糖 1.50 1.50	根深ねぎ	1.00	1.00	ļ												Ţ								<u> </u>							
コチェジャン 0.10 0.10	上白糖		1. 50																												
ケチャップ       2.00       2.00       .50	うすくちしょうゆ		1.00	•								ļ		ļļ		ļ	ļļ							ļ		ļ	ļ				
手中プチェ	コチュジャン	0.10	0.10											ļ		ļ				lacktriangle				ļ	ļ	ļ					
手中プチェ	ケチャッフ	2.00	2.00											ļ		ļ								ļ	ļ	<b> </b>					
# 中	_ ∟よ 「エレプエー〕	0.50	0.50																												
様豆はるさめ 8.00 10.40 たまねぎ 12.00 15.60 にんじん 8.00 10.40 もやし 15.00 19.50 にらら 4.00 5.20 にんにく 0.20 0.26 ごま 0.50 0.65 こま油 0.80 1.04 0 ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●	上方	3 00	3 00																					ļ	ļ	<b> </b>					
たまねぎ 12.00 15.60	サウ 緑豆けるさめ		10 40													_								ļ		<b> </b>					
にんじん 8.00 10.40 15.00 19.50 にち 4.00 5.20 にち 4.00 5.20 にち 0.20 0.26 にんにく 0.20 0.26 ごま 0.50 0.65 こま油 0.80 1.04 ○ 1.50 1.95 ○	たまねぎ	12 00	15 60													<b></b>										<b> </b>					
にら にんにく 0.20 0.26 ごま 0.50 0.65 ごま油 0.80 1.04 こいくちしょうゆ 1.50 1.95 ◆	にんじん	8.00	10.40																							<b></b>					
にら にんにく 0.20 0.26 ごま 0.50 0.65 ごま油 0.80 1.04 こいくちしょうゆ 1.50 1.95 ◆	もやし	15. 00	19.50																							ļ					
ごま油 0.50 0.65 0.80 1.04 0.00 0.25 0.26 0.20 0.26 0.20 0.26 0.20 0.26 0.20 0.26 0.20 0.26 0.20 0.26 0.20 0.26 0.20 0.26 0.20 0.20	にら	4. 00	5. 20																												
オイスターソース       0.20       0.26         中華だし       0.20       0.26         清酒       0.50       0.65         上白糖       0.80       1.04         食塩       0.20       0.26         こしょう       0.01       0.01         [わかめスープ]       0.30       0.39         木綿豆腐       30.00       39.00         たまねぎ       30.00       39.00         にんじん       12.00       15.60         葉ねぎ       2.00       2.60         こま油       1.00       1.30         こいくちしょうゆ       2.00       2.60         中華だし       0.30       0.39         食塩       0.20       0.26	にんにく	0. 20	0. 26																					<u> </u>							
オイスターソース       0.20       0.26         中華だし       0.20       0.26         清酒       0.50       0.65         上白糖       0.80       1.04         食塩       0.20       0.26         こしょう       0.01       0.01         [わかめスープ]       0.30       0.39         木綿豆腐       30.00       39.00         たまねぎ       30.00       39.00         にんじん       12.00       15.60         葉ねぎ       2.00       2.60         こま油       1.00       1.30         こいくちしょうゆ       2.00       2.60         中華だし       0.30       0.39         食塩       0.20       0.26	ごま		0. 65	ļ												ļ								ļ		ļ	,			lacktriangle	
オイスターソース       0.20       0.26         中華だし       0.20       0.26         清酒       0.50       0.65         上白糖       0.80       1.04         食塩       0.20       0.26         こしょう       0.01       0.01         [わかめスープ]       0.30       0.39         木綿豆腐       30.00       39.00         たまねぎ       30.00       39.00         にんじん       12.00       15.60         葉ねぎ       2.00       2.60         こま油       1.00       1.30         こいくちしょうゆ       2.00       2.60         中華だし       0.30       0.39         食塩       0.20       0.26	ごま油	0.80	1.04									ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	ļ				lacksquare	
清酒 0.50 0.65 上白糖 0.80 1.04 食塩 0.20 0.26 こしょう 0.01 0.01 [わかめスープ] わかめ 0.30 0.39 木綿豆腐 30.00 39.00 たまねぎ 30.00 39.00 にんじん 12.00 15.60 葉ねぎ 2.00 2.60 ごま油 1.00 1.30 □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □ □	こいくちしょうゆ	1.50	1.95	•										ļ		ļ				•				ļ		ļ					
清酒 0.50 0.65  上白糖 0.80 1.04 食塩 0.20 0.26  こしょう 0.01 0.01  [わかめスープ] わかめ 0.30 0.39  木綿豆腐 30.00 39.00  たまねぎ 30.00 39.00  にんじん 12.00 15.60  葉ねぎ 2.00 2.60  ごま油 1.00 1.30  こいくちしょうゆ 2.00 2.60 ● 中華だし 0.30 0.39  食塩 0.20 0.26	オイスターソース	0. 20	0. 26											ļ		ļ								ļ	ļ	ļ					
上白糖 0.80 1.04 0.20 0.26 0.20 0.26 0.20 0.20 0.26 0.20 0.20	十二年にし ・ ・ ・ ・ 注流	0. 20	0.26											ļ		ļ				•		•		ļ	ļ	<b> </b>				•	
食塩 0.20 0.26 0.01 0.01 0.01 0.01 0.00 0.30 0.39 0.30 0.39 0.30 0.39 0.30 0.39 0.30 0.39 0.30 0.39 0.30 0.39 0.30 0.39 0.30 0.30	月日   上台輔		1 0/	<b></b>								ļ		ļ		ļ								ļ		<b> </b>					
こしょう     0.01 0.01       [わかめスープ]     0.30 0.39       木綿豆腐     30.00 39.00       たまねぎ     30.00 39.00       にんじん     12.00 15.60       葉ねぎ     2.00 2.60       ごま油     1.00 1.30       こいくちしょうゆ     2.00 2.60 ●       中華だし     0.30 0.39       食塩     0.20 0.26	上口 <sup>相</sup> 全恒	0.00	0 26	<b></b>										ļ			ļ							ļ		<b> </b>					
[わかめスープ] わかめ 0.30 0.39  木綿豆腐 30.00 39.00  たまねぎ 30.00 39.00  にんじん 12.00 15.60  葉ねぎ 2.00 2.60  ごま油 1.00 1.30  こいくちしょうゆ 2.00 2.60 ● 中華だし 0.30 0.39  食塩 0.20 0.26	こしょう	0.20	0.20													ļ								ļ		<b> </b>					
わかめ 0.30 0.39 0.39	[わかめスープ]	0.01	0.01																												
木綿豆腐 30.00 39.00	わかめ	0. 30	0. 39																							l					
たまねぎ 30.00 39.00	木綿豆腐	30.00	39.00	<u> </u>												<u> </u>				lacktriangle		L	L	<u> </u>	L	L		L			
葉ねぎ 2.00 2.60	たまねぎ		39.00													<u> </u>															
- こいくらしょうが 2.00 2.60	にんじん	12. 00	15. 60									ļ		]		ļ								ļ		ļ				]	
- こいくらしょうが 2.00 2.60	<b>乗ねぎ</b>		2. 60	<b> </b>		ļ						ļ		<b> </b>		<b> </b>								<b> </b>		ļ					
- こいくらしょうが 2.00 2.60	こま油		1.30									ļ		ļļ		<b> </b>								<b> </b>		<b> </b>				lacksquare	
食塩 0.20 0.26 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	こいくらしようゆ	2.00	2.60									ļ		ļļ		ļ								ļ		<b> </b>					
			0.39	ļ								ļ		ļļ		<b> </b>				•				<b> </b>		<b> </b>				•	
	<u> </u>	0. 20		ļ								ļ		ļ		ļ								ļ		<b> </b>					

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	牛肉	くるみ	さけ	さ は	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
[牛乳]	小子仪	甲子仪												ツ														ツ	$\dashv$	
普通牛乳	206. 00	206. 00				•	ļ																<b></b>							
[麦ごはん]																														
精白米	70. 00	90. 00 0. 27 9. 00			ļ		ļ	ļ	ļ														ļ							
強化米	0. 21	0. 27	ļ		ļ		<b>.</b>		ļ														ļ							
押麦 [にんじんしりしり]	7.00	9.00																											4	
[にんじん	20. 00	26. 00			<b></b>		<b>}</b> -	ļ	ļ														ļ							
もやし	25. 00	32 50	ļ		ļ		ļ		ļ		ļ												ļ							
まぐろ油漬	12.00	15. 60				ļ	t		! 		!								•				l							
花かつお	0. 60	0. 78			ļ				<u> </u>														<u> </u>							
- ごま油 - 清酒 - 三温糖	0. 30	0.39					<u> </u>		<u> </u>										•				<u> </u>	41111111					lacktriangle	
清酒	0. 50	0. 65	ļ		ļ		ļ	ļ	ļ		ļ												ļ							
三温糖	0.80	1.04			ļ		ļ	ļ	ļ														ļ							
本みりん こいくちしょうゆ	0. 50 1. 00	0. 65 1. 30			ļ		ļ	ļ	ļ														ļ							
こいくらしょうか   食塩	0. 10	0.13	•		<b> </b>		<b>}</b>												•				<b>.</b>							
- <sup>民価</sup>   <mark>[豆腐の中華煮]</mark>	0. 10	0.13																											$\dashv$	
大綿豆腐 木綿豆腐	70. 00	91.00			<b> </b>		<b>†</b>												•											
豚肉	10.00	13.00		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	ļ		<b>†</b>																							
豚肉 たまねぎ	30.00	39 00																												
にんじん	12. 00	15. 60					[																							
たけのこ水煮	5. 00		ļ		ļ		ļ	ļ	ļ		ļ												ļ							
キャベツ 乾しいたけ	40.00	52.00			ļ		<b> </b>	ļ	ļ														ļ							
取しいたけ	0. 20 5. 00	0. 26 6. 50			<b> </b>		<b>.</b>																ļ							
んたまめ   I トうが	1.00	1.30			ļ		<b> </b>	ļ											•				ļ							
しょうが ごま油	0. 20				<b> </b>		<b> </b>												•											
えだまめ しようが こま油 清酒	3. 00	3. 90					t		! 		!								<u> </u>				l							
食塩	0. 10	0.13		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	l		<b>†</b>																							
こいくちしょうゆ	4. 00	5. 20	•		<u> </u>				[										•											
うすくちしょうゆ	3. 50	4. 55	•		<u> </u>		ļ		ļ		<u> </u>		]		]				•				ļ				]			
三温糖	0.50	0.65	ļ		ļ		<b> </b>		ļ		ļ		ļ										<b> </b>				ļļ			
中華だし オイスターソース	0. 40 1. 20	0.52	ļ		ļ		<b> </b>		ļ		ļ		ļ		ļļ				•	•			ļ						•	
オイスターソース   じゃがいもでん粉	2.00		ļ		ļ		<b>}</b>		ļ		ļ								ļ				ļ		ļ					
	2.00	2. 00													$\vdash$												$\vdash$		$\dashv$	
豆乳みかんムース	40.00	40.00	<b></b>		<b></b>	<b></b>	ļ		ļ 		 								•				ļ 							
					<b> </b>		<b>†</b>		ļ														t							
					<u> </u>																		<u> </u>							
								Į	[														[						Ī	
			ļ		ļ		ļ		ļ		<b>.</b> ]		<b></b> ]		<b></b> ]				ļ				ļ		ļ		<b></b> ]			

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:	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	206.00	206. 00				•																							_	
<mark>[コッペパン]</mark> 小麦粉	49. 50	70 50			ļ		ļ	•	ļ														ļ		ļ					
- 小麦材 - 米粉	49. 50 5. 50	76. 50 8. 50 5. 10 4. 25	•		ļ		ļ		ļ														ļ		ļ					
<u>本物</u>   ショートニング	3. 30	6. 00 E 10			ļ		ļ																ļ	ļ						
<u> ショートーンソ</u> 小麦グルテン	2. 75	0. TU			ļ		ļ																ļ							
上白糖	2. 75	4.25	_		<b></b> -		<b></b>		ļ														ļ		ļ		<b></b>			
上口馆 脱脂粉乳	2.73	4. 25 3. 40			<b></b>		<b></b>	•															<b></b>							
生イースト	2. 20 1. 38	2. 13	ļ		<b></b>		<b></b>		ļ						<del> </del>								ļ		ļ					
全塩	0. 94	1. 45	ļ		ļ		<b>†</b>	•	ļ		ļ												ł		ļ					
イーストフード	0.06	0.09			l		<b>†</b>		ļ						<del> </del>								ł		ļ					
イーストフード 「野菜のオーロラソース和え」	0.00	0.00	_																										$\exists$	
キャベツ きゅうり にんじん	25. 00	32. 50			<b>!</b>	·	ļ		ļ				ļ														ļ			
きゅうり	12. 00	15 60			·····		<b></b>	•																						
にんじん	5.00	6. 50			·····		<b></b>	•																						
▮ ケチャップ	2. 80	3. 64			<b></b>		<b></b>	•																						
ノンエッグマヨネーズK	2. 80 2. 50	6. 50 3. 64 3. 25			ļ		<b></b>	•											lacktriangle											
▍穀物酢	0. 30	0.39						•																						
上白糖	0. 40	0. 52			ļ		<b></b>	•																						
上白糖 こしょう	0. 01	0. 01																					İ							
<mark>[しょうゆ焼きそば]</mark> スパゲッティ																														
スパゲッティ	27. 00	35. 10	lacktriangle																											
豚肉	5. 00	6. 50																												
いか	5. 00	6. 50	<u> </u>																											
かまぼこ	3. 00	3. 90			ļ		ļ		ļ														ļ		ļ		ļ			
キャベツ	30. 00	6. 50 6. 50 3. 90 39. 00	ļ		ļ		ļ		ļ		<u> </u>		<u>                                     </u>		ļ <u>I</u>		]		]		]		ļ		ļ		<u> </u>		[	
にんじん	25. 00	32, 50	<b> </b>		ļ		<b>.</b>		<b> </b>		ļ		ļ,										<b>.</b>		<b> </b>		<b>.</b>			
たまねぎ	30.00	39.00	<b> </b>		ļ		<b>.</b>		<b> </b>		ļ		ļ		ļ								<b> </b>	ļ	<b> </b>		ļ			
もやし	30.00	39.00	<b> </b>	ļ	ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ										<b> </b>		ļ	ļ	ļ			
にんにく	0. 10	0.13	ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ										ļ		ļ	ļ	ļ			
サラダ油	0.80	1.04	<u> </u>		ļ		<b>.</b>		<b> </b>		ļ		ļ		ļļ								<b> </b>	ļ	<b> </b>		ļ		<b></b>	
焼きそばしょうゆ	4. 30	5. 59			ļ		<b>.</b>		ļ		ļ		ļ					•	•				ļ		ļ		ļ			
清酒	0.50	0.65	ļ		ļ		<b>.</b>		ļ		ļ		ļ		ļļ								<b> </b>		ļ		ļ			
中華だし	0. 20		ļ		ļ		<b>.</b>		ļ		ļ		ļ		ļļ				•	•	•		<b> </b>		ļ		ļ		•	
食塩	0.10	0.13	ļ	ļ	ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ		ļ										ļ		ļ	ļ	ļ			
こしょう	0. 01	0. 01			H												_		_										-	
[みかん]	70.00	70. 00			ļ		<b></b>		ļ		ļ		ļ		ļļ								<b> </b>		ļ		ļ			
みかん	70.00	70.00	ļ		ļ		<b>.</b>		ļ		ļ		ļ		ļļ								ļ		ļ		ļ			
			ļ		ļ		<b></b>		ļ		ļ		ļ		ļ								ļ		ļ		ļ			
			ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								ļ		ļ		ļ			
			ļ		ļ		<b></b>		ļ		ļ		ļ		ļ								<b></b>	ļ	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	<b>t</b>	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							<u> </u>		<u> </u>																		ļ			
一	206.00	206. 00				•																			_					
[麦ごはん] * <sup>*</sup> ちょ	70. 00	90.00	<b></b>		<b></b>	<b></b>	<b> </b>		ļ		ļ												ļ		ļ		<b></b>			
精白米 強化米 押麦	0. 21	0. 27			<b></b>	<b></b>	<b> </b>		<b> </b>		ļ												<b></b>		ļ					
	7. 00	9.00			<b></b>	<b></b>	<b> </b>	ļ	<b> </b>		ļ										ļ		ļ		<b> </b>		ļ			
[鯨の竜田揚げ]	7.00	0.00			Н																								$\dashv$	
	40.00	52.00	•		<b>!</b>	·	<b> </b>	ļ 	ļ		<b> </b>		l						•		ļ		ļ		ļ		ļ			
なたね油	5. 00	6. 50	<u> </u>		<b> </b>		<b>†</b>		l												l		<b></b>		l		l		t	
[じゃが芋とこんにゃくの磯煮]																														
くじら竜田揚げ なたね油 「じゃが芋とこんにゃくの磯煮」 ひじき 乳肉	3. 00	3. 90 13. 00 6. 50 58. 50 52. 00	<u> </u>			]	[														[	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>			[		Ì	
鶏肉	10. 00	13.00	ļ				ļ		<u> </u>		<u>                                     </u>																<u> </u>			
1 17 単冊	5. 00	6. 50	ļ		<u> </u>	ļ	<u> </u>	ļ	ļ		ļ		<u> </u>								<u> </u>	ļ	ļ		ļ		<u> </u>			
じゃがいも	45. 00	58. 50			ļ		<b>.</b>		ļ		ļ										ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ			
たまねぎ	40.00	52.00			ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ								ļ		ļ	ļ	ļ		ļ			
たまねぎ 生揚げ こんにゃく	15.00	1 19.50			ļ		ļ		ļ		ļ								•		ļ		ļ		ļ		ļ			
こんにやく	20.00	26.00			ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ										ļ	ļ	ļ		ļ		ļ			
にんじん	5.00	6. 50			ļ		<b> </b>		ļ		ļ										ļ		ļ		ļ		ļ			
さやいんげん サラダ油 三温糖 こいくちしょうゆ	5.00	6. 50 1. 30 2. 60 2. 60 2. 20			ļ		<b> </b>		ļ		ļ										ļ		ļ		ļ		ļ			
サフタ油 一海峡	1.00	1.30			ļ		<b> </b>	ļ	<b> </b>		ļ										ļ	ļ	ļ	ļ	<b> </b>		ļ			
一 二 温稲 - ハノナー しろん	2. 00 2. 00	2.00			<b></b>	<b></b>	<b> </b>		<b> </b>		ļ										ļ		ļ		ļ		<b></b>		∤	
こいくらしょ ブゆ	1. 70	2.00	X		ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ								•				ļ		ļ					
大みけん	0.80	1.00	_		<b></b>		<b> </b>		<b> </b>		ļ								•			ļ	<b></b>		<b> </b>					
全性	0. 15	0. 20			<b></b>	<b></b>	<b> </b>	ļ	<b> </b>		ļ										ļ		ļ		<b> </b>		ļ			
うすくちしょうゆ 本みりん 食塩 清酒	0. 10	0. 20			<b></b>	······	<b></b>		<b></b>		ļ														<b> </b>					
「りんご」 「リんご」																														
りんご	35. 70	35. 70			ļ		<b>!</b>		<b></b>		l														•				t	
					l	İ	<b>†</b>		l		l														l				·····	
					······	1	<b></b>		ļ		ļ														ļ				İ	
			ļ		Ī		ļ		ļ																ļ					
																							<u> </u>							
			ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		<u> </u>								ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ			
			<b></b>		ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ		ļ,		ļ,						<b> </b>		<b> </b>	ļ	<b> </b>		<b> </b>			
		<u> </u>	<b>ļ</b>	<b></b>	ļ	ļ	<b> </b>	ļ	ļ		ļ		ļ		ļ. <b></b>						<b> </b>	ļ	<b> </b>		ļ		<b> </b>			
			<b>ļ</b>	<b></b>	<b>ļ</b>	ļ	<b> </b>	ļ	<b>ļ</b> .	ļ	<b> </b>		ļ								ļ	ļ	ļ		<b> </b>		ļ			
			ļ		ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ		ļ								ļ		ļ		<b> </b>		ļ			
			ļ		ļ		<b> </b>		ļ		ļ		ļ								ļ		ļ		ļ		ļ		<u> </u>	
			ļ		ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ		ļ								ļ		ļ		<b> </b>		ļ		<del> </del>	
		<b></b>	ļ		ļ	ļ	<b>}</b>		<b> </b>		ļ		ļ		ļ						ļ	ļ	<b></b>	ļ	<b> </b>		ļ		∤	
			ļ		<b> </b>		<del> </del>		ļ		ļ		ļ								ļ		<b></b>		ļ		ļ		∤	
			Ц										l .								<u> </u>		<u> </u>							

(主乳	料理名/食品名	( {	.分量 g )		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	<b>も</b>	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシュー ナッ	_>	アーモンド
普通牛乳 206.00 206.00 ●		小学校	中学校	<u> </u>											ツ														ツ	_	
接		206 00	206 00	ļ		<b></b>																									
精白米 70.00 90.00	「麦ごはん」																													$\neg$	
さばのみそ煮 40.00 50.00	精白米	70. 00	90.00																												
さばのみそ煮 40.00 50.00	強化米	0. 21	0. 27																					ļ							
きばのみそ煮 40.00 50.00		7. 00	9.00																											4	
プロッコリー	しょじ ニュコ セ	40.00	E0 00	<b> </b>		ļ						ļ		ļ										<b> </b>							
The content of t	さはのみて点  「ブロッコリー&カリフラワー]	40.00	50.00																											$\dashv$	
The content of t	ブロッコリー	20.00	26.00	<b></b>		ļ						ļ		ļ										ł							
The content of t	カリフラウー	10.00	13.00			ļ																		t							
The content of t	ごま	1.00	1.30		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •																			<b>†</b>						lacktrian	
The content of t	すりごま		1.30																											lacktriangle	
The content of t	上白糖	0.50	0.65	ļ <u></u>		ļ																		ļ							
The content of t	こいくちしょうゆ		1.30	•		ļ								ļ										<b> </b>							
<ul> <li>木綿豆腐</li> <li>30.00 39.00</li> <li>油揚げ</li> <li>5.00 6.50</li> <li>第内</li> <li>だいこん</li> <li>30.00 39.00</li> <li>こんじん</li> <li>5.00 6.50</li> <li>乾しいたけ</li> <li>0.10 0.13</li> <li>業ねぎ</li> <li>5.00 6.50</li> <li>サラダ油</li> <li>1.00 1.30</li> <li>ごま油</li> <li>0.30 0.39</li> <li>食塩</li> <li>0.15 0.20</li> <li>こいくちしょうゆ</li> <li>3.00 3.90</li> <li>でしこんぶ</li> </ul>	I L 4 / I	1.00	1.30																											4	
油揚げ 5.00 6.50	大綿豆腐	30 00	39 00	<b></b>		<b></b>																		<b> </b>							
鶏肉 5.00 6.50	▲油揚げ		6.50	¦																				<b></b>							
下された	鶏肉	5. 00	6. 50	ļ	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •																			<b></b>							
下された	だいこん		39.00																												
葉ねぎ 5.00 6.50	1 にんじん	5. 00	6.50																					ļ							
こいくちしょうゆ 3.00 3.90 ●	乾しいたけ	0.10	0.13	ļ		ļ																		ļ							
こいくちしょうゆ 3.00 3.90 ●		5.00	6.50	ļ		ļ								ļ										<b> </b>							
こいくちしょうゆ 3.00 3.90 ●	リフタ油	1.00	1.30	ļ		ļ								ļ										<b>.</b>							
こいくちしょうゆ 3.00 3.90 ●	し ころ畑   食塩	0.30	0.39	ļ																•				<b> </b>						•	
だしこんぶ 1.00 1.30	こいくちしょうゆ	3. 00	3. 90																	•				<b></b>							
だしこんぶ 1.00 1.30	清酒	0.80	1.04			<u> </u>																									
削り節 2.00 2.60	だしこんぶ	1. 00	1.30			<u> </u>	ļ					<u> </u>												ļ							
	削り節	2. 00	2. 60	ļ		ļ						ļ		ļ					lacksquare					ļ							
				ļ		ļ								ļ										ļ							
		<u> </u>		ļ		<b> </b>						ļ		ļ										<b>.</b>							
				<del> </del>		ļ		l				ļ		<del> </del>		ļ								ł							
				·		ļ 																ļ		<b>†</b>							
				t	<b></b>	ļ 	k					l										L		<b>!</b>							
				<u></u>		ļ																		<u> </u>							
								[																							
				ļ		ļ						ļ		<b> </b>		<b></b> ]								ļ							
				ļ		<b> </b>						ļ		ļļ										<b> </b>							
				ļ		<b> </b>						ļ		ļļ		ļ								<b>ļ</b>							

料理名/食品名	( ફ		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	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ		ごま	アーモンド
[牛乳]		中学校												ツ														ツ	-	
普通牛乳	206. 00	206.00																												
[コッペパン]					ļ																									
小麦粉	49. 50	76. 50	lacksquare		ļ																									
米粉	5. 50	8.50			ļ																									
ショートニング 小麦グルテン	3. 30 2. 75	76. 50 8. 50 5. 10 4. 25			ļ																									
上白糖	2. 75 2. 75	4. 25	•		ļ																									
一 脱脂粉乳	2. 70 2. 20	4. Z0 3. <b>4</b> 0	ļ		ļ										·····-								l							
生イースト	2. 75 2. 20 1. 38	4. 25 3. 40 2. 13	ļ		ļ										············															
食塩	0. 94	1. 45	ļ		l										······															
イーストフード	0.06	0.09	lacktriangle																											
「鶤肉のカレー焼き」																														
鶏肉のカレー焼き 「マカロニサラダ」 マカロニ まぐろ油漬	40. 00	40.00																												
<u>[マカロニサラダ]</u>					ļ																									
マカロニ エ ※ 7 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3 3	10.00	13.00	•		ļ														•											
よくつ油頂	3. 00 20. 00				ļ														•											
キャベツ にんじん	5. 00				ļ																									
ノンエッグマヨネーズド	6. 00	7.80																	•											
にんじん ノンエッグマヨネーズK ケチャップ 食塩	3. 00	7.80 3.90 0.03																	_											
<b>食塩</b>	0. 02	0.03																												
こしょう	0. 01	0. 01																												
* 卵除去食[ふわふわ卵スープ]																														
鶏卵	25.00	25. 00 26. 00			lacksquare																									
じゃがいも	20.00	26.00			ļ																									
たまねぎ	30.00	39.00	ļ		ļ																									
にんじん こまつな	10.00	10.00 13.00			ļ																									
. こまりな パン粉	2. 00	2.00			ļ														•											
こいくちしょうゆ	1. 50				ļ																									
コンソメ	0. 40	0. 52			ļ																									
食塩	0. 20	0. 20																	_											
こしょう	0. 02	0. 03			<u> </u>																									
			[ 	ļ	[																									
			ļ		ļ		ļ,		ļ																					
			ļ	ļ	<b> </b>		ļ		ļ																					
			ļ		ļ																		ļ							
			ļ		ļ		ļ																ļ		<b></b>					
			ļ		<b> </b>		ļ																							
			ļ		ļ		l																ļ		ļ					
			ļ		ļ																		ļ		ļ					

料理名/食品名	( ફ	分量 g) 中学校	4	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	四十	鶏肉	豚肉	まつたけ	<b>t</b>	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]														7														9		
	206.00	206.00																												
[麦ごはん]					ļ		ļ		ļ	,													<b>.</b>	•	ļ					
精白米	70. 00	90.00			ļ		ļ	ļ	ļ														ļ		ļ					
強化米	0. 21	0. 27			ļ		ļ		ļ														ļ	•	ļ					
押麦	7. 00	9. 00																												
[まぐろカツ]			<u> </u>		ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ										ļ		ļ					
まぐろカツ	40.00	40.00	•		ļ		ļ	ļ	ļ				ļ						•				ļ		ļ					
なたね油 <mark>[高菜ふりかけ]</mark>	5. 00	5. 00	<u> </u>														_												_	
L尚采ふりかけ」 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	10 00	10 00	ļ		ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ		ļ		ļ						ļ		<b> </b>		<b> </b>					
高菜漬	10.00	13.00			ļ		ļ		ļ										•				ļ		ļ					
にんじん しらす干し 花かつお こま 清酒	5. 00 0. 30	6. 50 0. 39	ļ		ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ										ļ		ļ					
サムのお	0.30	0. 39	<b></b>		ļ		ļ		ļ														ļ		ļ					
化かつお	0. 50 1. 20	0. 65			ļ		ļ		ļ														<b> </b>	•	ļ					
生活	1. ZU	1.56			<b> </b>		ļ		<b> </b>				ļ										<b> </b>	•	<b> </b>				•	
ー 海四 本みりん	0. 10 0. 50	0. 13 0. 65			<b> </b>		ļ		<b> </b>				ļ										<b> </b>	•	<b> </b>				∤	
一一トノナー・ラム	0. 50	0. 65			ļ		ļ		<b> </b>														<b> </b>		<b> </b>					
こいくちしょうゆ ごま油	0. 20	1.04			ļ		ļ		ļ										•				<b> </b>		ļ					
[トマトタンタン麺]	0.80	1.04																											lacktriangle	
中華めん	40. 00	52. 00			<b> </b>		ļ		<b> </b>														<b> </b>		<b> </b>				∤	
下事のル 豚肉	5. 00	6. 50	_		ļ		ļ		<b> </b>												•		<b> </b>		ļ					
乾しいたけ	0. 25	0.33			<b> </b>		<b></b>		<b> </b>												_		<del> </del>	•	<b> </b>					
トマト缶詰	20. 00	26.00			ļ		ļ		<b> </b>														<b> </b>		ļ					
もやし	35. 00	45. 50			ļ				ļ														<b> </b>		ļ					
[ E B	0. 45	n 50			ļ				ļ														<b> </b>		ļ					
根深ねぎ	1. 20	1 56			<b> </b>		<b></b>		<b> </b>														<b> </b>	•	<b> </b>					
しょうが	0.30	0.39			ļ				<b></b>														<b></b>		ļ					
にんにく	0.30	0. 59 1. 56 0. 39 0. 39	ļ		<b> </b>		<b></b>		<b> </b>														t		l				<del> </del>	
こしょう	0.04	0.05			l		l		l		ļ												t	•	l				······†	
ごま油	0. 20	0. 26	t	<b></b>	t		l	l	t		·		l						•				t		<b>!</b>	4	l			
本みりん	1.00		<b>†</b>		ļ				ļ														ļ		ļ					
中華だし	0. 50	0. 65			ļ				l										•				<b>!</b>	•	l					
こいくちしょうゆ	3. 20	4. 16			l				l										•				<b>†</b>	<b>4</b>	l					
赤みそ	5. 00	6. 50			ļ				l														<b>†</b>	•	l				·····	
食塩	0. 10	0.13			İ		İ	1	l														1	•	l				t	
上白糖	0. 20	0. 26	ļ		<u> </u>		ļ	İ	<u> </u>		ļ		İ										<u> </u>		ļ					
すりごま	2. 00	2. 60	ļ		T				ļ				ļ										T		ļ				lacksquare	
			I		I		Ī	Ī	I				<u> </u>										Ī	Ī	l					
			Ĭ	I	I	I	[	[	[						[						[		I	I	[					
			<u> </u>	I	I	I	I	[	[						[						[		I	Ī	[					
			<u> </u>	I	<u> </u>	I	[	<u> </u>	<u> </u>						[						[		[	<u> </u>	<u> </u>					
			[	T	I	1	T	Ī	[		l	I	I		[						[	[	T	T	ſ		I			

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	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ツ	_>	アーモンド
[牛乳]		中学校												ツ														ツ		
普通牛乳	206.00	206. 00																												
[コッペパン]					ļ		ļ	ļ	ļ																ļ					
小麦粉	49. 50	76. 50 8. 50 5. 10 4. 25	•		ļ		ļ		ļ																ļ					
米粉	5. 50	8.50			ļ		ļ	ļ	ļ																ļ					
ショートニング	3. 30	5. 10			ļ	ļ	ļ		ļ																					
小麦グルテン	2. 75	4. 25	•		ļ	ļ	ļ	ļ	ļ		ļ														ļ	ļ				
上白糖	2. 75	4. 25 3. 40 2. 13	<b> </b>		<b> </b>		ļ	ļ	<b> </b>		ļ		ļļ		ļļ								ļ		ļ		ļ			
脱脂粉乳	2. 20 1. 38	3.40	ļ		<b> </b>		<b>ļ</b>	ļ	<b> </b>		ļ		ļ		ļ								ļ		ļ					
生イースト	1.38	2. 13	<b></b>		ļ		ļ	ļ	ļ		ļ		ļ		ļļ								ļ		ļ					
食塩	0. 94	1.45			ļ		<b>.</b>																							
イーストフード 「チリコンカン」	0. 06	0.09			L		L		-																				_	
「ナリコンハン」	10 00	10.00			<b></b>	ļ	ļ		ļ												_				ļ					
豚肉 大豆水煮	10.00	13.00			<b></b>		<b>.</b>														•									
人立小点   1 + 5 + 5	10.00	13.00			<b></b>		<b>.</b>												•											
たまねぎ にんじん	10.00	39. 00 13. 00			ļ		ļ																							
	5. 00	6. 50			ļ		ļ																							
マッシュルーム トマトピューレー	1. 50				<b></b>	<b></b>	<b>.</b>																		ļ					
	7. 00	9. 10			ļ		ļ																							
ケチャップ コンソメ チリバウダー ウスターソース	0.43	9. 10 0. 56			<b></b>	<b></b>	<b>.</b>													lacksquare										
コンファ	0. 45	0. 50	_		ļ		ļ												_	_	J									
フラバンス   ウスターソース	1. 00	1. 30			<b></b>		<b>!</b>																							
グイン・ハート	0. 02				ļ		ļ																							
食塩 三温糖	0. 02	0. 13			<b></b>	<b></b>	<b>!</b>																							
ー ― 畑 物 [コーンシチュー]	0. 10	0. 13																												
鶏肉	5. 00	6. 50			<b></b>		<b>!</b>													•										
じゃがいも	35 00	45. 50			ļ		<b></b>																							
たまねぎ	50.00	65.00	ļ		<b></b>		<b>!</b>		ļ						···········										ļ					
にんじん	10.00	13.00			<b></b>		<b>!</b>																							
スイートコーン	15. 00	19.50	l		<b>!</b>	<b></b>	<b> </b>		l														<b></b>		l					
ブロッコリー	8. 00	10.40	T		T	<b></b>	l	İ	i		······														}	İ				
チキンスープ 無調整豆乳 マーガリン	11. 00	14. 30	ļ		<b> </b>		<b>†</b>		 																 					
無調整豆乳	30.00	39.00	 		Ì	1	Ì		] 										lacktriangle					h	] 					
マーガリン	4. 00	5. 20	<u>.</u>		1		1		l										Ŏ						l					
Ⅰ 小麦粉	4. 00	5. 20	•		Ī		Ī																							
白ワイン	0. 30	0.39		I	[			<u> </u>																	[					
コンソメ	0. 20	0. 26	•						[										lacksquare	lacksquare	lacktriangle		[		[					
食塩	0. 30	0. 39 0. 03	<u> </u>			<u> </u>	[		[ <u> </u>														[		[					
こしょう	0. 02	0.03																												
[りんご]							<u> </u>																							
りんご	35. 70	35. 70	<u> </u>		ļ		ļ	ļ	<u> </u>		<u> </u>				<u> </u>				]	]			ļ		lacktriangle				<u>I</u>	
		]	· .		l "		l "		l "														· · ·		Ι ¨				[	

料理名/食品名	( ફ		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	わば	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	-	
普通牛乳	206. 00	206. 00			<b></b>	•																	ļ		ļ					
[さつま芋ごはん]																														
精白米	70. 00	90.00			ļ																		<b>.</b>		ļ					
押麦	7. 00	9.00			ļ																		<b> </b>	•	ļ					
強化米 さつまいも	0. 21	90.00 9.00 0.27 26.00			ļ																		<b> </b>	•	<b> </b>					
さつまいも   清酒	20. 00 2. 00	26.00	ļ		ļ																		<b> </b>		<b> </b>	ļ				
月/日 各·右	0. 10	2. 60 0. 13																					<b> </b>		<b> </b>					
食塩 黒ごま	1. 50	1. 95	ļ		<b> </b>										<del> </del>								ł		ļ					
(さんまの唐揚げきのこのあんかけ)	1. 00	1. 00																												
さんま米粉付	20. 00	20.00																					<b>!</b>	•	l					
なたね油	3. 00	3 00			<u> </u>																		<u> </u>							
しめじ えのきたけ	5. 00	6. 50 6. 50 2. 60 2. 60																												
えのきたけ	5. 00 2. 00	6. 50			ļ																		<b>.</b>		ļ					
かいわれだいこん	2.00	2. 60			ļ																		<b> </b>		ļ					
こいくちしょうゆ	2. 00 1. 50	2.60	•		ļ														•				<b> </b>		ļ					
本みりん	1. 00																						<b> </b>	•	ļ					
上白糖 じゃがいもでん粉	0. 40	0. 52			ļ																		<b> </b>		<b> </b>					
だしいりこ	U. 40 —	U. 32 —																					<b> </b>		<b> </b>					
「わかま」いみそ注〕																														
生揚げ じゃがいも	20. 00	26. 00																					<b>†</b>	•	ļ					
じゃがいも	30.00	39.00																												
はくさい だいこん	30.00	26. 00 39. 00 39. 00 26. 00																												
だいこん	20.00	26.00			ļ																		<b>.</b>		ļ					
にんじん	3. 00	3.90			ļ																		<b> </b>		ļ					
乾しいたけ わかめ	0. 30 0. 20	0.39			ļ																		<b> </b>		ļ					
、 葉ねぎ	1. 00	0. 26 1. 30																					<b> </b>	•	ļ					
合わせみそ	10.00	13.00	<b></b>		ļ														•				<b>¦</b> .		<del> </del> -					
だしいりこ	3. 00	3. 90	<b></b>		ļ																		<b></b>		<b> </b>					
/																							<b></b>	•	<b></b>					
					İ		k													l		h	İ		l					
						<u> </u>	ļ																							
			<u>[</u> ]		<u> </u>	ļ							]		<b> </b> _]						<u> </u>		ļ		ļ		<b></b> ]		]	
			ļ		ļ		ļ						ļļ		ļļ								<b> </b>		<b> </b>					
			ļ		<b> </b>								ļ		ļļ								<b>ļ</b>		<b> </b>					
			ļ		ļ		ļ						ļ		ļļ						ļ		<b>ļ</b>		<b> </b>		ļ			
			ļ		<b> </b>								ļ		ļ								<b>}</b>	•	<b> </b>					
		<b> </b>			ļ		ļ								ļļ				<b></b>		ļ		<b>.</b>	ļ	ļ		ļ			

料理名/食品名	( ફ	分量g) 中学校	4	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	ŧ ŧ	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ッ	ごま	アーモンド
[牛乳]	小子仪	中子仪												ツ														ツ		
普通牛乳	206.00	206.00																					<b></b>	•	l				<u> </u>	
[麦ごはん]																														
精白米	70. 00	90.00																					[						Į	
強化米 押麦	0. 21	0. 27			ļ				ļ												ļ		<b>.</b>	•	ļ					
押麦	7. 00	9. 00																												
[トンひじき]			ļ		ļ				ļ		ļ		ļļ								ļ	ļ	ļ		ļ		ļ			
ひじき	3. 60	4. 68			ļ				ļ												ļ <u></u>		ļ	•	ļ					
ひじき 豚肉 にんじん	10.00	4. 68 13. 00 6. 50 3. 90 2. 60	ļ		ļ				ļ		ļ		ļļ								•		<b> </b>		<b> </b>		ļ			
にんじん **	5. 00	6.50	ļ		<b> </b>				ļ		ļ		ļļ								<b> </b>		<b> </b>		<b> </b>		ļ			
にんじん 葉ねぎ すりごま しょうが にんにく 赤みそ 三温糖 オイスターソース	3.00	3.90	ļ		ļ				ļ		ļ		ļļ								ļ		<b> </b>		ļ		ļ			
すりごま	2.00	2.60	ļ		ļ				ļ		ļ		ļ								ļ	ļ	ļ		ļ		ļ			
しようか	0. 78	1.01	<b>ļ</b> .		ļ				ļ				ļ								ļ		ļ		ļ		ļ			
にんにく	0. 70 3. 50	0. 91			ļ				ļ		ļ		ļ								ļ		ļ		ļ		ļ			
亦みそ	3.50	4. 55 2. 60			ļ				ļ										•		ļ		<b>.</b>	•	ļ					
二温間	2.00	2.60			ļ								ļ								ļ	ļ	<b>.</b>	•	ļ					
オイスターソース	1. 40 0. 40	1.82											ļ									ļ	<b> </b>		ļ				_	
こま油	0. 40	0. 52							-										lacktriangle										lacktriangle	
ごま油 「韓国風肉じゃが」	10 00	10 00																					<b> </b>		ļ					
鶏肉 竹輪	10.00	13.00			ļ				ļ											•	ļ		<b> </b>	•	ļ					
しらたき	15 00	6. 50 19. 50			ļ																ļ		<b> </b>		<b> </b>					
しりたさ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	15.00	19. 50			ļ																ļ		<b> </b>	•	ļ				∤	
生揚げ じゃがいも	55. 00	71. 50			ļ														•		ļ		<b> </b>	•	ļ				∤	
たまねぎ	50.00	65.00			ļ																ļ		<b> </b>	•	ļ				∤	
<u> にんじん</u>	5. 00	6. 50			ļ				ļ												ļ		<b> </b>	•	ļ				∤	
さやいんげん	8. 00	10.40																				ļ	<b> </b>		<b> </b>				∤	
根深ねぎ	5. 00	6. 50			ļ																ļ		<b> </b>		ļ					
100年14日	1.00	1. 30																					<b> </b>	•	<b> </b>					
ごま油 こいくちしょうゆ	4. 00	5. 20																	•				<b> </b>	•	<b> </b>					
清酒	3.00	3. 90	_		ļ				ļ		<b></b>		ļ						_		<b></b>	ļ	<b> </b>		<b> </b>		ļ			
上白糖	2.00	2. 60	<b>†</b>		ļ				l												<b></b>		<b></b>		<b></b>					
コチュジャン	0.60	0. 78																	lacktrian				<b></b>	•	<b></b>					
ごま	1. 50	1. 95																					<b></b>		ļ					
[みかん]	1.00	1.00																												
みかん	70.00	70. 00	ļ		l				ļ												l		t	•	l		·····		t	
		, , , , , ,	t		ļ				l												ļ		<b>!</b>		<b> </b>	ł	l			
			<b>†</b>		l				İ		ļ										İ	İ	<b>!</b>		l		l			
					l				ļ												l		<b>†</b>	•	l				t	
					l				 												l		<b>†</b>	•	l				<u>†</u>	
				•	İ				l												İ		1	•	l				t	
					[				l'''''				''''								[	Ī	Ī		l'''''				<b>†</b>	
			l		l'''''				l		l										l	Ī	Ī	Ī	l		l		1	

料理名/食品名	( ,	分量 g) 中学校	4	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	<b>も</b>	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]																							<b></b>							
普通牛乳	206.00	206. 00																											_	
[コッペパン]					ļ		ļ		ļ		ļ												ļ							
小麦粉	49. 50	76. 50 8. 50 5. 10	•		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ										ļ							
米粉	5. 50	8.50	ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ										ļ							
ショートニング	3. 30	5. 10	ļ		ļ		<b>.</b>		ļ		ļ		ļ										ļ							
小麦グルテン 上白糖	2. 75	4. 25	•		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ										ļ							
上日糖	2. 75	4. 25	ļ		<b> </b>		ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ,		ļ						ļ		<b> </b>							
脱脂粉乳	2. 20	3.40	ļ		<b> </b>	•	<b>ļ</b>		ļ		ļ		ļ		ļ						ļ		<b> </b>		ļ		ļ			
生イースト	1.38	2. 13 1. 45	ļ		<b> </b>		<b>ļ</b>		ļ		ļ		ļ		ļ						ļ		<b> </b>		ļ		ļ			
食塩	0. 94	1.45			ļ		ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ										ļ							
イーストフード [いちごジャム]	0. 06	0. 09	•																										_	
[いちこジャム]			<b>_</b>		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ										ļ						,	
いちごジャム	15. 00	15. 00																												
[ミートボールの甘酢あん]					ļ		ļ		ļ		ļ												ļ							
ミートボール	20.00	26.00			ļ		ļ		ļ		ļ								lacksquare				ļ							
牛肉	5. 00	6. 50			ļ		ļ		ļ		ļ				lacktriangle								ļ							
じゃがいも	50. 00				ļ		ļ		ļ		ļ												ļ							
たまねぎ	50. 00				ļ		ļ		ļ		ļ												ļ							
にんじん	20.00	26.00			ļ		ļ		ļ		ļ												ļ							
たけのこ水煮		13.00			ļ		ļ		ļ		ļ												ļ							
乾しいたけ	1.00	1.30			ļ		ļ		ļ		ļ												ļ							
チンゲンサイ	20.00				ļ		ļ		ļ		ļ												ļ	ļ						
清酒	0. 50	0. 65			ļ		ļ		ļ		ļ												ļ							
三温糖	0. 83	1.08			ļ		ļ		ļ		ļ												ļ							
うすくちしょうゆ	2. 30	2. 99	•		ļ		ļ		ļ		ļ								•				ļ							
こいくちしょうゆ 穀物酢	0.30		•		ļ		ļ		ļ		ļ								lacksquare				ļ							
穀物酢	1. 56	2.03			ļ		ļ		ļ		ļ												ļ							
ケチャップ	1.04		ļ		<b> </b>		<b>ļ</b>		ļ		ļ		ļ		ļ						ļ		<b> </b>		ļ		ļ			
食塩	0.09	0.12	<b>ļ</b>		ļ		ļ		ļ		<b> </b>		ļ								ļ		ļ		ļ		ļ			
じゃがいもでん粉	0. 83	1. 08	<u> </u>		<u> </u>		<u> </u>		_		_												_						_	
[大豆とひじきのごまマヨサラダ]	10 00	10 00	ļ		<b> </b>		ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ								ļ		ļ							
大豆水煮		13.00	ļ		<b> </b>		<b>ļ</b>		ļ		ļ		ļ		ļ				•		ļ		<b> </b>		ļ		ļ			
キャベツ	25. 00		ļ		<b> </b>		<b>ļ</b>		ļ		ļ		ļ		ļ						ļ		<b> </b>		ļ		ļ			
にんじん	8. 00	10.40	ļ		<b> </b>		<b>ļ</b>		ļ		ļ		ļ		ļ						ļ		<b> </b>		ļ		ļ			
ひじき	0.80	1.04	ļ		<b> </b>		ļ		ļ		<b> </b>		ļ		ļ						ļ		ļ		ļ	ļ	ļ			
こま すりごま	0. 50	0. 65	ļ		<b> </b>		ļ		ļ		<b> </b>		ļ		ļ						ļ		ļ		ļ	ļ	ļ		•	
すりこま 	0. 50	0. 65	ļ		<b> </b>		<b>ļ</b>		ļ		ļ		ļ		ļ						ļ		<b> </b>		ļ		ļ		•	
ノンエッグマヨネーズK こいくちしょうゆ	6. 50	8. 45			ļ		ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ						•				ļ							
こいくちしょうゆ	0.50	0.65	•		ļ		ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ,						•				ļ							
上白糖 こしょう	0. 10		ļ		ļ		ļ		<b> </b>		ļ		ļ								ļ		ļ	ļ						
こしよう	0. 01	0. 01	ļ		<b> </b>		ļ		<b> </b>		<b> </b>		ļ,		ļ						ļ		<b> </b>							

料理名/食品名	( 4	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	ŧŧ	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												ツ														ツ	Ш	
[牛乳] 普通牛乳	206 00	206. 00				•	<b>.</b>	•																•	ļ					
[麦ごはん]																													П	
精白米	70. 00	90. 00 0. 27 9. 00																					<u> </u>							
強化米	0. 21	0. 27					ļ		ļ						ļ								ļ							
押麦	7. 00	9.00																											Ш	
<mark>[いわしの梅煮]</mark> いわしの梅煮	40. 00	40. 00	_		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ						ļ	ļ	<b> </b>		ļ	ļ	ļ	ļ	<del>  </del>	
「卯の花の炒り煮」	40.00	40.00	•																•										Н	
おから	7. 00	9.10					<b></b>		ļ		ļ		ļ		ł				•		ļ		ļ		<b> </b>		<b> </b>		<del> </del>	
<u> </u>	5. 00	6. 50			<b></b>	<b></b>	<b>!</b>	•	<b> </b>						<b></b>					•			<b>!</b>	•	ļ		ļ		1	
33.7 第肉 たまねぎ	35.00	45. 50	<u> </u>		<u> </u>				<u> </u>				<u></u>		<u> </u>						<u></u>						<u> </u>			
▎ 竹輪	5. 00	6.50			<u> </u>		<u> </u>		<u> </u>				[								[				<u> </u>		<u> </u>			
油揚げ	4. 00	5. 20 10. 40	ļ		ļ	ļ	<b>.</b>	•	ļ						ļ				•				<b>.</b>	•	ļ				<b>  </b>	
こんにゃく	8. 00 5. 00	10.40	ļ		ļ		<b>.</b>	•	ļ				ļ		ļ						ļ		<b> </b>	•	ļ		ļ		ļļ	,,,,,,,,,
にんじん	5. 00 5. 00	6. 50 6. 50			<b> </b>	<b></b>	<b>.</b>	•	<b> </b>				ļ		<b>.</b>						ļ		<b> </b>	•	ļ		ļ		ļļ	
ことを	1.00	1. 30			<b> </b>		ļ		<b> </b>				ļ		<b>.</b>						ļ	ļ	<b> </b>		ļ		<b> </b>		<del>  </del>	 I
さやいんげん 三温糖 こいくちしょうゆ	2 30	2. 90			<b> </b>		ļ		<b> </b>				ļ		<b>.</b>				•		ļ	ļ	<b> </b>		ļ		<b> </b>		} <del> </del>	 I
また。 清酒 サラダ油 だしいりこ 「大根のみそ汁」 だいこん 木紹立第	2. 30 0. 50	0.65	_		<b> </b>	······	ļ		<b> </b>						<b></b>								<b> </b>		ļ		<b> </b>		l	 I
サラダ油	1.00	1. 30			ļ	······	·····	•	ļ						<b></b>								<b>!</b>						1	
だしいりこ	—	—			l	İ	İ		l						<b>.</b>								<b>†</b>	•			ļ			1
[大根のみそ汁]																														
だいこん	40. 00	52. 00			ļ	ļ	ļ		ļ				ļ		ļ						ļ	ļ	<b>.</b>		ļ		ļ			
木綿豆腐	30.00	39.00	ļ		ļ	ļ	<b>.</b>	•	ļ				ļ		ļ				•		ļ	ļ	<b>.</b>	•	ļ		ļ			
油揚げ にんじん	5. 00 5. 00	39. 00 6. 50 6. 50			ļ	ļ	ļ		ļ				ļ		ļ				•		ļ	ļ	<b> </b>		ļ		ļ		ļļ	
したんしん	0. 50	0. 65			ļ	<b></b>	<b>.</b>	•	ļ						<b>.</b>								<b> </b>	•	ļ		ļ		ļļ	
わかめ 葉ねぎ	5. 00	6. 50	ļ				<b></b>		<b> </b>		ļ		ļ		ł						ļ		ł		ļ		<b> </b>		} <del> </del>	
合わせみそ	10.00	13.00	ļ		ļ		<b>!</b>		<b> </b>				ļ		ł				•		ļ		t		·····		ļ		<del> </del>	
だしいりこ	3. 00	3. 90		<b></b>	†	ļ	ļ	<b></b>	ļ						ļ								ļ		ļ	<b></b>	<b> </b>		П	
					ļ				ļ																		ļ			
																							[							
			ļ		ļ		ļ		<b> </b>		ļ		<b> </b>		<b> </b>						<b> </b>		<b>ļ</b>		ļ		ļ			
			ļ		ļ		ļ		<b> </b>		ļ		<b> </b>		<b> </b>						<b> </b>		<b>ļ</b>		ļ		ļ		ļļ	
			<b>L</b>		<b> </b>		ļ		ļ	<b></b>	ļ		<b> </b>		ļ						<b></b>	L	<b>ļ</b> .		ļ	<b></b>	<b> </b>		<del>  </del>	
			ļ		<b>}</b>		ļ		<b>}</b>	ļ	ļ		<b>.</b>		<b> </b> -						<b>L</b>	L	<b>}</b>		ļ		<b>}</b> -		├	
			ļ				ļ		<b> </b>		ļ		ļ		ł						ļ		ł		ļ		<b> </b>		} <del> </del>	
			ļ		ļ		<b>!</b>		<b> </b>				ļ		ł						ļ		t		·····		ļ		<del> </del>	
					<b> </b>		<b>!</b>	<b>4</b>	l				l		<b>†</b>						l		t	4	ļ		l		1	
					<u> </u>		<u> </u>		<b></b>				<u> </u>								<u> </u>		<u> </u>				<u> </u>			
																						Ī								

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	キウイフルージ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	ŧ	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ツ	ごま	アーモンド
[牛乳] :普通牛乳		206.00					ļ							ツ														ツ		
□ 日世十孔 <mark>[アップルパン]</mark>	200.00	200.00			Н		H																						$\dashv$	
小麦粉	49. 50	76 50			<b></b>		<b></b>								<b></b>								<b></b>							
米粉	5 50	8. 50			······		<b></b>								<b></b>								<b></b>							
ショートニング	3. 30	5. 10			ļ		<b></b>								İ								İ							
小麦グルテン	2. 75	4. 25																												
上白糖 脱脂粉乳	2. 75	4 25	Ī																											
脱脂粉乳	2. 20 1. 38	3. 40			ļ	•	ļ		ļ		ļ		<u> </u>		ļ,								ļ		ļ		<b>.</b>			
生イースト	1.38	2. 13	ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ,		ļ,								<b> </b>	ļ	ļ		ļ			
食塩	0.94	1.45			ļ		<b>.</b>								ļ								ļ							
イーストフード ドライアップル	0. 06 8. 00	0. 09 10. 40	•		ļ		ļ		ļ				ļ		ļ								ļ				ļ			
「去米キ」	8.00	10. 40			H																				•				$\dashv$	
[春巻き] 春巻き	35 00	35. 00			ļ		<b>.</b>	ļ							ļ						•		<b> </b>	ļ						
なたね油	4. 00	4. 00	_		ļ		ļ								ļ				_		•		<b>.</b>							
[ミニトマト(2個)]	4.00	4.00			Н		Н																						$\exists$	
ミニトマト	30. 00	30.00			·····		·····								ļ								<b></b>							
[八宝菜]																														
<b>阪</b> 内	5. 00	6. 50																			•		<b></b>							
むきえび	8. 00	10.40									lacksquare																			
からえび す巻きかまぼこ たまねぎ	5. 00	6. 50			ļ		ļ		ļ						ļ								ļ		ļ					
たまねぎ	40.00	52.00 13.00			ļ		<b>.</b>		ļ						ļ								ļ	ļ	ļ					
にんじん	10.00	13.00			ļ		<b>.</b>		ļ						ļ								ļ		ļ					
キャベツ もやし	40.00	52.00			ļ		<b>.</b>		ļ						ļ								ļ		ļ					
もやし   乾しいたけ	40. 00 0. 30	52. 00 0. 39			ļ		ļ	ļ							ļ								<b>.</b>	ļ						
「 ・	10. 00	13.00			<b></b>		<b>.</b>								ļ								<b>.</b>							
チンゲンサイ しょうが ごま油 三温糖	0.30	13.00 0 30	ļ		<b> </b>		<b>!</b>		ļ		ļ		ļ		ļ								<b> </b>		ļ		ļ			
英名(A)   三ま浦	1.00	0. 39 1. 30	ļ		ļ		ł		ļ		ļ		ļ		ļ				lacksquare				ł		ļ		ļ		•	
三温糖	0.40	0. 52	<del> </del>		t	·	<b> </b>	l 	ļ		ļ		ļ						_				<b>†</b>		ļ	ļ	ļ		_	
	3. 00	3. 90		<b></b>	t		l	l 	ļ		l		ļ		l				•				<b>†</b>	·····	l	ł	l			
中華だし	0. 40	0. 52			1		<b>.</b>		 						1					lacksquare	lacktriangle		<b>.</b>		 				lacktriangle	
食塩	0. 10	0.13					<u> </u>		<u> </u>																<u> </u>					
清酒	1. 00								<u> </u>																<u> </u>					
じゃがいもでん粉	2. 00	2. 60	<u> </u>	ļ	<u> </u>		<u>                                      </u>	ļ	ļ		<u>                                     </u>		<u>                                     </u>		<u>                                     </u>								ļ	ļ	<u> </u>	ļ	<u>                                     </u>			
			<u> </u>	ļ	ļ		ļ	ļ	ļ		<u> </u>		ļ		<b> </b>								<b> </b>		<u> </u>	ļ	<u> </u>			
	ļ		ļ		ļ		ļ		<b> </b>		ļ		ļ,		ļ,								<b> </b>		<b> </b>		ļ			
			ļ		ļ		<b>ļ</b>	ļ	ļ		ļ		ļ		ļ								<b>ļ</b>	ļ	ļ		<b>.</b>			
	ļ		ļ		<b> </b>		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								<b> </b>		ļ		ļ		<u> </u>	
					ļ		ļ		ļ		ļ		ļ		ļ								<b> </b>		ļ		ļ		<u>_</u>	
	<u> </u>		ļ		<b> </b>		<b>.</b>		ļ		ļ		ļ		ļ								<b> </b>		ļ		ļ			
	l	1																												

料理名/食品名	( ۽		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	<b>+</b>	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	ッ	_>	アーモンド
[牛乳]	小字校	中学校												ツ														ツ	$\dashv$	
<u>上于我</u> 普通牛乳	206. 00	206. 00				•																	<b>.</b>							
[麦ごはん]																														
精白米	70.00	90.00	ļ																				ļ							
強化米 押麦	7.00	90. 00 0. 27 9. 00													ļ								<b>.</b>							
」 「かぼちゃ型ハンバーグ」	7.00	9.00																											$\dashv$	
ハンバーグ	40.00	60.00			•••••														•	lacktriangle	•									
[ひじきのピリカラ炒め]															ļ								ļ							
サラダ油 ひじき	1.00	1.30 2.60 6.50	ļ												ļļ								<b>.</b>							
にんじん	2. 00 5. 00	6 50	ļ												<b> </b>								ļ							
にんじん たまねぎ	15. 00	19.50																					ļ							
もやし 赤みそ	20. 00	26.00																												
赤みそ	3. 50	4. 55													ļ				•				ļ	ļ						
うすくちしょうゆ 三温糖	0. 40 2. 00	0. 52 2. 60	•												ļ				•				ļ							
豆 松 篝	0. 20	0. 26																					<b>.</b>							
オイスターソース	1.40	1.82				• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •																	<b></b>							
ごま油 <u>[冬瓜スープ]</u>	0. 40	0. 52																	lacktriangle										lacksquare	
<u>L冬瓜スープ </u> 鶏肉	5. 00	6 F0													ļ								ļ							
とうがん.	30.00	6. 50													ļ					U			<b> </b>	ļ						
たまねぎ	20.00	39. 00 26. 00																					<b></b>							
じゃがいも	25. 00	32. 50 13. 00																												
たまねぎ じゃがいも トマト缶詰 こまつな コンソメ	10.00	13.00													ļ								ļ							
こまつな	10. 00 0. 40	13. 00 0. 52													ļ					•			<b> </b>							
コンファ うすくちしょうゆ	0. 40	0. 52													ļ				7				ļ							
こいくちしょうゆ	2. 60	3. 38	•																Ŏ				<u> </u>							
清酒	0. 80	1.04	Ĺ																											
食塩 こしょう	0. 20 0. 02	0. 26 0. 03													ļ								ļ							
こしょう [かぼちゃプリン]	0. 02	0.03																											$\dashv$	
かぼちゃプリン	40. 00	40. 00																	lacktriangle				<u></u>							
															[]								<u> </u>	ļ						
			<u> </u>		ļ								ļ		<b> </b>						<b></b>		<b> </b>	ļ			<b></b>			
			ļ												ļ								ļ							
			ļ												ļ								ļ							
			ļ																				<u> </u>							
																							<u> </u>	ļ						