

17	土	ごはん 豚肉の生姜炒め きゅうりの塩こんぶあえ みそ汁 フルーツ	ぶたかたロース  淡色辛みそ 木綿豆腐	精白米 砂糖 調合油	たまねぎ しょうが きゅうり 塩昆布 ゆでなめこ 長ねぎ フルーツ	牛乳 バナナ	牛乳 わかめおにぎり	506 19.6 1.5	578 22.2 1.8
19	月	ごはん 豚肉のスタミナ炒め にんじんとタラコのサラダ みそ汁 フルーツ	ぶたもも ぶたばら たらこ 淡色辛みそ 油揚げ	精白米 砂糖 ごま油 マヨネーズ	たまねぎ だいこん なら にんにく なす 長ねぎ にんじん きゅうり フルーツ	リンゴ果汁 チーズ	牛乳 さつま芋スティック	510 17.8 1.8	584 21.2 2.1
20	火	磯ごはん チャンプルー 小松菜とえのきのお浸し みそ汁 フルーツ	焼き豆腐 ぶたもも 鶏卵 かつお節 淡色辛みそ	精白米 押麦 三温糖 いりごま ごま油	にんじん 塩わかめ えだまめ りょくとうもやし たまねぎ こまつな えのきたけ だいこん みょうが フルーツ	牛乳 人参の煮物	牛乳 シュガートースト	503 22.1 1.5	580 25.4 1.7
21	水	桐生酵母パン 鶏肉のインド焼き じゃが芋とコーンのサラダ いんげんのガーリックソテー ビーフンスープ	若鶏もも	桐生酵母パン 調合油 じゃがいも マヨネーズ ビーフン	トマトケチャブレイズン コーン缶 長ねぎ さやいんげん りょくとうもやし にんにく きくらげ しょうが	牛乳 スティックきゅうり	かき氷 せんべい	497 16.8 2.0	572 17.2 2.4
22	木	華色冷麦 かしわ天 きゅうりとかぶのレモン漬け ヨーグルト	若鶏むね 鶏卵  ヨーグルト	冷麦 いりごま 薄力粉 片栗粉 大豆油 砂糖	しょうが きゅうり かぶ かぶの葉 レモン りしりこんぶ	牛乳 じゃが芋の甘煮	牛乳 焼きおにぎり	509 22.2 2.0	595 29.1 2.5
23	金	ごはん なすと豚肉のみそ炒め 五目納豆 ほうれん草の磯辺あえ みそ汁	ぶたロース 淡色辛みそ 納豆 しらす干し 油揚げ	精白米 調合油 砂糖	なす 長ねぎ こまつな にんじん 生しいたけ ほうれんそう 焼きのり りょくとうもやし あさつき	牛乳 スティックパン	牛乳 黒糖蒸しパン	527 19.0 1.5	583 19.9 1.7
24	土	ごはん マーボー豆腐 トマト みそ汁 フルーツ	木綿豆腐 ぶたひき肉 赤色辛みそ 淡色辛みそ	精白米 調合油 砂糖 片栗粉 ごま油 観世ぶ	長ねぎ なら りょくとうもやし しょうが こまつな トマト フルーツ	牛乳 バナナ	お茶 冷やしラーメン	494 18.3 1.7	576 20.7 2.1
26	月	夏野菜のカレーライス 切り干し大根のサラダ 茹でとうもろこし 牛乳	ぶたひき肉 焼き竹輪 普通牛乳	精白米 じゃがいも 調合油 押麦 ごま ごま油	たまねぎ なす セロリー さやいんげん トマト にんにく 切り干しだいこん にんじん スイートコーン きゅうり	牛乳 クラッカー	お茶 クリスタルセリー	497 16.2 1.1	571 17.2 1.3
27	火	冷やしうどん 人参の天ぷら 冬瓜のそぼろ煮 フルーツ	油揚げ 鶏卵 しらす干し 鶏ひき肉	冷凍うどん 薄力粉 大豆油 砂糖 片栗粉	塩わかめ りょくとうもやし にんじん とうがん えだまめ しょうが フルーツ	牛乳 おしゃぶり昆布	牛乳 マカロニのきな粉	492 18.0 1.6	566 19.7 1.8
28	水	ごはん 韓国風牛肉の炒めもの たたききゅうり モロッコいんげんのみそ汁 フルーツ	牛もも 牛ばら  淡色辛みそ	精白米 調合油 砂糖 緑豆はるさめ ごま油 ごま じゃがいも	にんにく しょうが 青ピーマン にんじん 生しいたけ きゅうり モロッコいんげん フルーツ	牛乳 大根とツナの煮物	牛乳 味噌田楽	495 18.3 1.6	572 18.3 1.8
29	木	ごはん マグロの甘酢あえ 青梗菜ともやしの和え物 枝豆のそのままみそ汁 フルーツ	きはだ  淡色辛みそ	精白米 片栗粉 調合油 砂糖	たまねぎ パセリ りょくとうもやし チンゲンサイ えだまめ にんにく フルーツ	牛乳 フロッコリー	牛乳 ハムカツサンド	520 27.0 1.7	601 30.1 2.3
30	金	サラダ寿司 肉団子 南瓜のサラダ 野菜スープ フルーツ	しらす干し 焼き竹輪 ぶたひき肉 ベーコン	精白米 砂糖 いりごま パン粉 片栗粉 ごま油 マヨネーズ	にんじん きゅうり 焼きのり たまねぎ トマトケチャブ かぼちゃ きゅうり レタス セロリー キャベツ パセリ フルーツ	牛乳 トマト	牛乳 ホットドッグ	564 20.8 2.0	641 22.5 2.5
31	土	ごはん 豚肉の生姜炒め きゅうりの塩こんぶあえ みそ汁 フルーツ	ぶたかたロース  淡色辛みそ 木綿豆腐	精白米 砂糖 調合油	たまねぎ しょうが きゅうり 塩昆布 ゆでなめこ 長ねぎ フルーツ	牛乳 バナナ	牛乳 わかめおにぎり	506 19.6 1.5	578 22.2 1.8

※ 入荷の都合により、献立が変更になる場合があります。