





				御殿場市立高根学校給食センタ	- 0550-	-82-6182
\Box	こんだて	おもに体をつくる	おもに体の調子を整える	おもにエネルギーの	栄養価	
曜日	CNICC	もとになる食べ物	もとになる食べ物	もとになる食べ物	小学校	中学校
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう				597	782
1	いかメンチカツ	いか	キャベツ・にんじん・しょうが・にんにく	あぶら・パンこ・さとう・こむぎこ	14	14
'		0 175		でんぷん あぶら・さとう		
	キャベツとコーンの和え物		キャベツ・とうもろこし にんじん・だいこん・しめじ・ごぼう		28	24
	芋煮 	ぶたにく・みそ	こんにゃく・ねぶかねぎ	あぶら・さといも	2.0	2.6
月						
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			586	745
2	マーボー大根	ぶたにく・だいず・とうふ・みそ	にんにく・しょうが・たまねぎ・たけのこ しいたけ・にんじん・だいこん・ねぶかねぎ	あぶら・さとう・でんぷん ごまあぶら	18	17
	野菜のオイスターソース炒め	ぶたにく ②	しょうが・たまねぎ・とうもろこし・キャベツ あかピーマン	あぶら・さとう	25	22
	みかん	(3)	みかん		2.1	2.6
火	07/370	 	57376			
	食パン			パン		
	ぎゅうにゅう				590	721
3	タラと大豆の磯風味			あぶら・でんぷん	23	22
3		たら・だいず・あおのり	# . A	()		
	イタリアンサラダ	15/0/5 / * . T.F T. ### P.L. /	キャベツ・あかピーマン・きピーマン	# 77 H D	36	34
	冬野菜のシチュー	とりにく・きゅうにゅう・なまグリーム	たまねぎ・にんじん・かぶ・しめじ・はくさい	あぶら・ルウ	2.4	2.9
水						
	ごはん			こめ		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			621	813
4	味噌カツ	ぶたにく・だいずこ・みそ		あぶら・でんぷん・パンこ・さとう	16	16
	にんじんシリシリ	まぐろあぶらづけ・たまご	にんじん	あぶら・ごまあぶら・でんぷん さとう	31	27
	とり団子汁	つくね・あぶらあげ	にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ	さといも	2.3	3.0
木						
	ロールパン/チョコクリーム			パン/チョコクリーム		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			602	731
5	焼きボロニアソーセージ	とりにく・ぶたにく		でんぷん・さとう	16	16
	こふきいもの昆布和え	こんぶ		じゃがいも・さとう	36	34
	うずら卵のスープ	うずらたまご	にんじん・たまねぎ・えのき・キャベツ・パセリ		2.7	3.5
金	プリン	393/2&2	1270070 728148		2.1	0.0
<u> </u>	ごはん		0	こめ		
	こはん ぎゅうにゅう	₹. □ . □	<u> </u>		599	769
8		ぎゅうにゅう		ナレス セグク オノグ/		
^	ツナ入り厚焼き玉子	たまご・かつお・かつおぶし		さとう・あぶら・でんぷん	16	15
	肉じゃが	ぶたにく・さつまあげ		あぶら・さとう・じゃがいも	28	25
l _	なめこのみそ汁	とうふ・あぶらあげ・みそ	にんじん・だいこん・なめこ・こまつな		2.2	2.7
月						
	うどん			うどん		
	あんかけうどん汁	とりにく・かまぼこ・あぶらあげ	にんじん・たまねぎ・ねぶかねぎ	あぶら・でんぷん	613	757
9	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう			18	18
	大豆とさつまいものカリカリ	だいず		あぶら・さつまいも・でんぷん さとう・ごま	31	29
	ブロッコリーのサラダ		ブロッコリー・キャベツ・にんじん	あぶら・さとう	2.3	2.6
火			とうもろこし			
<u> </u>	 ごはん			こめ		
	こはん ガパオごはんの具	とのにく	にんにく・たまねぎ・あおピーマン・バジル	あぶら	600	770
40		-	あかピーマン・きピーマン・チンゲンサイ	פינינט	602	770
10	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		あぶら・パンこ・こむぎこ	18	17
	ししゃもフライ 小中2で	ししゃも		のいら・ハフこ・こむさこ ライむぎこ	27	24
	韓国風雑煮	たまご	にんじん・だいこん・しいたけ・ねぶかねぎ	でんぷん・もち	2.1	2.6
水						
	***	「たべっピーの本の世界へようご	こそ~」こまったさんのカレーライスょ	・いかカレー ***		
	ごはん			CØ		
	こまったさんのいかカレー	ぶたにく・いか・だっしふんにゅう	しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん	あぶら・じゃがいも・ルウ	627	801
11			トマト・りんご・グリンピース	O 6/3/01 - 70.7		
11	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう 一 一 一			14	14
	大根サラダ		だいこん・キャベツ・にんじん	10.45	29	26
	手作りツナコーンパイ	まぐろ	とうもろこし・たまねぎ	パイシート・マヨネーズ	2.5	2.9
木						

	マーガリン入りねじりパン			パン・マーガリ	Jン 		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				601	771
12	ホキバジルフライ	ホキ	バジル	あぶら・パンこ	こ・こむぎこ・でんぷん	16	15
	マカロニのソテー	ベーコン	にんにく・とうもろこし・キャベツ	マカロニ・オリ	 ノーブゆ	38	37
			あかピーマン				
^	ほうれん草のスープ 	とりにく・とうふ	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう 	あぶら		2.6	3.2
金							
	ごはん			こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				597	765
15	ホイコーロー	ぶたにく・みそ	にんにく・キャベツ・にんじん・あおピーマン	あぶら・さとき	う・でんぷん	16	15
	春雨スープ	とりにく	たまねぎ・にんじん・たけのこ・チンゲンサイ	あぶら・はるさ	 きめ	25	22
	手作りチーズ蒸しパン	ぎゅうにゅう・チーズ		ホットケーキョ	 ミックス・さとう	2.0	2.2
月							
		^	んぼこめこの日	000000000000000000000000000000000000000		• 👨 • • • • •	A 00.00
4	<u>````````</u>		THE CHICAL	_	<u>ؙ؊ٷ؊ٷ؊ٷ</u>	معصم	صُصُ
	ごはん			こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				598	748
16	ゴテンバポークのすき焼き風煮	ぶたにく・とうふ・たまご	たまねぎ・にんじん・はくさい・こんにゃく ねぶかねぎ	さとう		17	16
	えびしゅうまい <****	えび・たら	たまねぎ		こ・でんぷん・こむぎこ	29	25
	小中2c	7.0 - 7.55	0.0	さとう・みずま	あめ		
	カリコリ漬け		キャベツ・だいこん	さとう・ごま		2.5	2.9
火			<i></i>				
	食パン/ブルーベリージャム			パン/ブルーベ	リージャム 		
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				621	751
17	チキンビーンズ	とりにく・だいず・こなチーズ	にんにく・たまねぎ・にんじん・だいこん	あぶら・ルウ・	・さとう	16	16
	 フライドジャーマンポテト	ベーコン	マッシュルーム・トマト・グリンピース にんにく・たまねぎ・パセリ	あぶら・じゃた		. 34	33
		わかめ・こんぶ・とさかのり					
	海藻サラダ 	まふのり・くきわかめ	キャベツ・とうもろこし	ドレッシング		2.4	2.9
水							
	ごはん			こめ			
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				586	755
18	さばの生姜焼き	さば	しょうが			17	16
18			ごぼう・しめじ・にんじん・あおピーマン	センシア ナレコ			33
18	野芸いっぱいきんぴら	ぶたにく			ヿ・, ナ めいら		
18	野菜いっぱいきんぴら	ぶたにく	もやし	0000 . 900	う・ごまあぶら 	36	
	野菜いっぱいきんぴら みそ汁	ぶたにく あぶらあげ・とうふ・みそ		ww. ec.	つ・こまめから	1.9	2.3
木	みそ汁	あぶらあげ・とうふ・みそ	もやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ			1.9	2.3
木		あぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産	もやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) **:		0 % 0 % 0 ° 0	1.9 & Q & e	2.3
木	#####################################	あぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産	もやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ	*		1.9 & Q & e	2.3
木	#####################################	あぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産	もやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) **:	*	0 % 0 % 0 ° 0	1.9 & Q # 0	2.3
木	### ### ### ### ### ### ### ### #### ####	あぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産	もやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) **:	*	0 % 0 % 0 ° 0	1.9 & Q # 0	2.3
木	みそ汁 ************************************	あぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産	もやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) **: スマスこんだて	*	0 & 0 & 0 \$ D	40 %	2.3 () () () ()
木	みそ汁 ◆♀ ◎ ♀ ♀ ♀ ♀ ◎ ♀ ♀ ○ ♀ ○ ♀ ○ ♀ ○ ♀ ○ ♀ ○	あぶらあげ・とうふ・みそ *** & CO<に地産 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	もやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** スマスこんだて たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが	* パン さとう・でんぷ	Q & Q & Q Q D	1.9 \$\alpha \text{\$\pi\$}\$ 647 15	2.3 2
木	みそ汁 ◆♀・♀♀♀♀♀♀♀♀♀ バターロール型パン ぎゅうにゅう もみの木ハンバーグ スターサラダ	あぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 きゅうにゅう とりにく・ぶたにく	きやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン	* * だとう・でんぷ マカロニ・ドし	② � ♀ � ♀ ♀ ♀ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓	1.9 \$\infty \pi	2.3 2 2 9 7 819 15 32
19	みそ汁 ◆♀♀♀♀♀♀♀♀♀♀♀ バターロール型パン ぎゅうにゅう もみの木ハンバーグ スターサラダ コーンポタージュスープ	あぶらあげ・とうふ・みそ *** & CO<に地産 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	もやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** スマスこんだて たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが	* パン さとう・でんご マカロニ・ドし じゃがいも・ノ	② � ♀ ⊕ ♀ ₽ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ SiA フッシング・マヨネーズ いウ	1.9 \$\alpha \text{\$\pi\$}\$ 647 15	2.3 2
木 19	みそ汁 *②** *②* *②* *②* *②* *②* *②*	まぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 *** *** ふ	きやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) **: スマスこんだて たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ	パン さとう・でんぷ マカロエ・ドし じゃがいも・ノ クリスマスケー	② � ♀ � ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀	1.9 © © # e	2.3 2.3 819 15 32 3.1
木 (2) (3) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4	みそ汁 ◆♀♀♀♀♀♀♀♀♀♀♀ バターロール型パン ぎゅうにゅう もみの木ハンバーグ スターサラダ コーンポタージュスープ	まぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 *** *** ふ	きやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン	パン さとう・でんぷ マカロエ・ドし じゃがいも・ノ クリスマスケー	② � ♀ � ♀ ♀ ♀ □ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆ ☆	1.9 © © # e	2.3 2.3 819 15 32 3.1
木 (2) (3) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4	みそ汁 *②** *②* *②* *②* *②* *②* *②*	まぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 *** *** ふ	きやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) **: スマスこんだて たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ	パン さとう・でんぷ マカロエ・ドし じゃがいも・ノ クリスマスケー	② � ♀ � ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀	1.9 © © # e	2.3 2.3 819 15 32 3.1
木 (2) (3) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4) (4	みそ汁 ◆♀♀♀♀♀♀♀♀♀♀♀ バターロール型パン ぎゅうにゅう もみの木ハンバーグ スターサラダ コーンポタージュスープ クリスマスケーキ(チョコ)	まぶらあげ・とうふ・みそ *** & CO 〈に地産 ** & CO 〈 CO 〈 CO 〈 CO 〉 CO 〉 CO 〈 CO 〉 CO 〉	きやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) **: スマスこんだて たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ	*	② � ♀ � ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀ ♀	1.9 © © # e	2.3 2.3 819 15 32 3.1
19	みそ汁 **** **** **** *** *** *** **	まぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 きゅうにゅう とりにく・ぶたにく ぎゅうにゅう・なまクリーム を 至 (ぎゅうにゅう ぶたにく・ウインナー・うすらたまご	もやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** スマスこんだて たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ とうじてんだて	*	□ & □ & □ □ □ □ □ □ □	1.9 647 15 34 2.2	2.3 2.3 819 15 32 3.1
19	みそ汁 *** *** *** *** *** ** ** **	まぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 きゅうにゅう とりにく・ぶたにく きゅうにゅう・なまクリーム きゅうにゅう ふたにく・ウインナー・うすらたまご がんも・ちくわ	まやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく	* * * * * * * * * * * * *	② & ② & ② ② ② ② ② ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ② ② ② ②	1.9	2.3 819 15 32 3.1 757 17
19	みそ汁 ◆② ※ ③ ② ② ◆ ② ※ ② ② ② バターロール型パン ぎゅうにゅう もみの木ハンバーグ スターサラダ コーンポタージュスープ クリスマスケーキ(チョコ) ボャーゲーク グー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	まぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 きゅうにゅう とりにく・ぶたにく ぎゅうにゅう・なまクリーム を 至 (ぎゅうにゅう ぶたにく・ウインナー・うすらたまご	もやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** スマスこんだて たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ とうじてんだて	*	② & ② & ② ② ② ② ② ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ② ② ② ②	1.9 647 15 34 2.2	2.3 2.3 819 15 32 3.1
19	みそ汁 �����������������������������������	まぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 きゅうにゅう とりにく・ぶたにく きゅうにゅう・なまクリーム きゅうにゅう ふたにく・ウインナー・うすらたまご がんも・ちくわ	まやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく	* * * * * * * * * * * * *	② & ② & ② ② ② ② ② ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ② ② ② ②	1.9	2.3 819 15 32 3.1 757 17
19	みそ汁 **** **** **** **** **** **** ****	まぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 きゅうにゅう とりにく・ぶたにく きゅうにゅう・なまクリーム きゅうにゅう ふたにく・ウインナー・うすらたまご がんも・ちくわ	まやしにんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** スマスこんだて たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ とうじ) こんだて だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆす	* * * * * * * * * * * * *	② & ② & ② ② ② ② ② ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ② ② ② ②	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26
19 金	みそ汁 **** **** **** **** **** **** ****	まぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 きゅうにゅう とりにく・ぶたにく きゅうにゅう・なまクリーム きゅうにゅう ふたにく・ウインナー・うすらたまご がんも・ちくわ	まやしにんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** スマスこんだて たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ とうじ) こんだて だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆす	* * * * * * * * * * * * *	② & ② & ② ② ② ② ② ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ② ② ② ②	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26
19 金	みそ汁 **** **** **** **** **** **** ****	*** ふじのくに地産 *** ふじのう *** *** ふじのくに地産 *** *** ふじの *** *** *** *** *** *** *** *** *** *	まやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** スマスこんだて たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ とうじ) こんだて だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆす はくさい・にんじん・とうもろこし	** ** ** ** ** ** ** ** ** **	② & ② & ② ② ② ② ② ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ② ② ② ②	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26
19 金 22	みそ汁 **** **** **** **** **** **** ****	まぶらあげ・とうふ・みそ *** & COくに地産 *** & CO くに地産 ** & CO くに地産 *** & CO くに地産 ** & CO くに地産 *** & CO くに地産 *** & CO くに地産 *** & CO くに地産 ** & CO くに地産 ** & CO くに地産 ** & CO くのにはないないないないないないないないないないないないないないないないないないない	まやしにんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** スマスこんだて たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きビーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ とうじ) こんだて だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆす はくさい・にんじん・とうもろこし	** ** ** ** ** ** ** ** ** **	② ◆ ② ◆ ② ② ② ② ③ ③ ③ ⑤ Å Å Å Å Å Å Å Å Å Å Å Å Å Å Å Å	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29 2.4	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7
19 金 22	みそ汁 ***********************************	まぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 きゅうにゅう とりにく・ぶたにく ぎゅうにゅう・なまクリーム ぎゅうにゅう ぶたにく・ウインナー・うすらたまご がんも・ちくわ とりにく・みそ ぶたにく・なると ぎゅうにゅう	まやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆす はくさい・にんじん・とうもろこし しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん きくらげ・はくさい・こまつな	* パン さとう・でんご マカロニ・ドレ じゃがいも・リクリスマスケー こめ あぶら・さとこ さとう・ごま ちゅうかめん あぶら・でんご	② ◆ ② ◆ ② ② ② ② ③ ③ ◆ ③ ◆ ③ ② ② ② ⑤ ⑤ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29 2.4	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7
19 金 22	みそ汁 **** **** **** **** **** **** ****	まぶらあげ・とうふ・みそ *** & COくに地産 *** & CO くに地産 ** & CO くに地産 *** & CO くに地産 ** & CO くに地産 *** & CO くに地産 *** & CO くに地産 *** & CO くに地産 ** & CO くに地産 ** & CO くに地産 ** & CO くのにはないないないないないないないないないないないないないないないないないないない	まやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆす はくさい・にんじん・とうもろこし しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん きくらげ・はくさい・こまつな	** ** ** ** ** ** ** ** ** **	② ◆ ② ◆ ② ② ② ② ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ② ◎ ② ② ② ② ② ③ ③ ⑤ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29 2.4	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7
19 金 22	みそ汁 ***********************************	まぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 きゅうにゅう とりにく・ぶたにく ぎゅうにゅう・なまクリーム ぎゅうにゅう ぶたにく・ウインナー・うすらたまご がんも・ちくわ とりにく・みそ ぶたにく・なると ぎゅうにゅう	まやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆす はくさい・にんじん・とうもろこし しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん きくらげ・はくさい・こまつな	* パン さとう・でんご マカロニ・ドレ じゃがいも・リクリスマスケー こめ あぶら・さとこ さとう・ごま ちゅうかめん あぶら・でんご	② ◆ ② ◆ ② ② ② ② ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ② ◎ ② ② ② ② ② ③ ③ ⑤ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29 2.4	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7
19 金 22	みそ汁 **** **** **** **** **** **** ****	まぶらあげ・とうふ・みそ *** ふじのくに地産 *** ふじのくに地産 きゅうにゅう とりにく・ぶたにく ぎゅうにゅう・なまクリーム ぎゅうにゅう ぶたにく・ウインナー・うすらたまご がんも・ちくわ とりにく・みそ ぶたにく・なると ぎゅうにゅう	まやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆす はくさい・にんじん・とうもろこし しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん きくらげ・はくさい・こまつな	** ** ** ** ** ** ** ** ** **	② ◆ ② ◆ ② ② ② ② ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ② ◎ ② ② ② ② ② ③ ③ ⑤ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29 2.4	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7
19 金 22 月 23 火	みそ汁 **** **** **** **** **** **** ****	まぶらあげ・とうふ・みそ *** & COくに地産 *** & CO くに地産 ** & CO くに地産 *** & CO くのにはないないないないないないないないないないないないないないないないないないない	まやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆす はくさい・にんじん・とうもろこし しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん きくらげ・はくさい・こまつな	** ** ** ** ** ** ** ** ** **	② ◆ ② ◆ ② ② ② ② ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ② ◎ ② ② ② ② ② ③ ③ ⑤ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥ ⑥	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29 2.4	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7
大 (19 金 22 月 23 火 ※都	みそ汁 **** **** **** **** *** *** *	*** & COくに地産 *** & CO くに地産 ** & CO くに地産 *** & CO くのにはないないないないないないないないないないないないないないないないないないない	きやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆす はくさい・にんじん・とうもろこし しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん きくらげ・はくさい・こまつな キャベツ・ねぎ・しょうが おうとう・パイナッブル	** パン さとう・でんぷ マカロニ・ドししゃがいも・リクリスマスケー こめ あぶら・さとに あぶら・さとこ さとう・ごま ちゅうかめん あぶら・でんぷ あぶら・こむき あんにんどうぷ	② ◆ ② ◆ ② ② ② ② ② ③ ③ ③ ③ ③ ③ ③ ② ◎ ② ◎ ② ② ② ②	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29 2.4 595 15 27 2.3	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7 725 15 25 26
木 3 19 金 22 月 23 火 ※ X 上	みそ汁 ***********************************	*** ふじのくに地産 *** ふじのうにゅう *** ふじのく・ぶたにく *** ふじのうにゅう ぶたにく・なると きゅうにゅう たこ ごだく場合があります。 のます。 アレルギー食材の確認など	きやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆす はくさい・にんじん・とうもろこし しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん きくらげ・はくさい・こまつな キャベツ・ねぎ・しょうが おうとう・パイナッブル	** ** ** ** ** ** ** ** ** **	② ※ ② ※ ② ② ② ② ② ② ※ ③ ② ② ② ② ② ② ② ②	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29 2.4 595 15 27 2.3	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7 725 15 25 2.6
木 G	みそ汁 **** **** **** **** *** *** *	*** & COくに地産 *** & COくに地産 *** & COくに地産 *** & COくに地産 *** & COへに地産 ** & COへに地産 *** & COへに地産 ** & COへに地産 *** & COへに地産 *** & COへに地産 *** & COへにはいます。 ** & COへにはいます。 *** & COへにはいます。 ** & COへにはいまする。 ** & COへにはい	まやしにんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆず はくさい・にんじん・とうもろこし しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん きくらげ・はくさい・こまつな キャベツ・ねぎ・しょうが おうとう・バイナッブル 詳細につきましては、 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	** パン さとう・でんぷ マカロニ・ドししゃがいも・リクリスマスケー こめ あぶら・さとに あぶら・さとこ さとう・ごま ちゅうかめん あぶら・でんぷ あぶら・こむき あんにんどうぷ	② ◆ ② ◆ ③ ② ② ② ② ③ ③ ③ ⑥ かん かく マヨネーズ しつ かん かん できあぶら できたう いっぱく質(%) しぼう(%)	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29 2.4 595 15 27 2.3 650 13~20 20~30	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7 725 15 25 26 830 13~20 20~30
大 (S)	みそ汁 **** **** **** **** *** *** *	*** & CO 〈に地産 ** & CO 〈に地産 *** & CO 〈に地の) *** & CO 〈に地で) *** & CO 〈に地の) *** & CO 〈にはいう) *** & CO 〈しいう) ** & CO 〈しいん) ** & CO 〈しいん) ** & CO 〈しいん) ** & CO 〈しいん) ** & CO 〈しいん)	まやしにんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆず はくさい・にんじん・とうもろこし しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん きくらげ・はくさい・こまつな キャベツ・ねぎ・しょうが おうとう・バイナッブル 詳細につきましては、 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	*	② ◆ ② ◆ ② ② ② ② ② ③ ③ ◆ ③ ◆ ③ ② ② ② ② ②	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29 2.4 595 15 27 2.3 650 13~20 20~30 2.0	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7 725 15 25 2.6 830 13~20 20~30 2.5
大 (S)	みそ汁 **** **** **** **** *** *** *	*** & CO 〈に地産 ** & CO 〈に地産 *** & CO 〈に地の) *** & CO 〈に地で) *** & CO 〈に地の) *** & CO 〈にはいう) *** & CO 〈しいう) ** & CO 〈しいん) ** & CO 〈しいん) ** & CO 〈しいん) ** & CO 〈しいん) ** & CO 〈しいん)	まやしにんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆず はくさい・にんじん・とうもろこし しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん きくらげ・はくさい・こまつな キャベツ・ねぎ・しょうが おうとう・バイナッブル 詳細につきましては、 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	*	② ◆ ② ◆ ③ ② ② ② ② ③ ③ ③ ⑥ かん かく マヨネーズ しつ かん かん できあぶら できたう いっぱく質(%) しぼう(%)	1.9 647 15 34 2.2 592 18 29 2.4 595 15 27 2.3 650 13~20 20~30 2.0	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7 725 15 25 2.6 830 13~20 20~30 2.5
大 (S)	みそ汁 **** **** **** **** *** *** *	*** & CO 〈に地産 ** & CO 〈に地産 *** & CO 〈この 〈この んの はいました。 *** & CO 〈この んの はいました。 ** & CO 〈この はいましん。 ** & CO 〈この はいました。 ** & CO 〈この はいました。 ** & CO 〈この はいましん。 ** & CO	まやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きビーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆす はくさい・にんじん・とうもろこし しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん きくらげ・はくさい・こまつな キャベツ・ねぎ・しょうが おうとう・バイナッブル 詳細につきましては、 ・ 今年の 全主は 12月22日	*	② ◆ ② ◆ ② ② ② ② ② ③ ③ ◆ ③ ◆ ③ ② ② ② ② ②	1.9 ・	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7 725 15 25 26 830 13~20 20~30 2.5
大 (S)	みそ汁 **** **** **** **** *** *** *	*** & COCに地産 *** & COCにゆう とりにく・ぶたにく ぎゅうにゅう・なまクリーム *** を 至 (*** を 至 (*** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** *	まやし にんじん・だいこん・はくさい・ねぶかねぎ 地消(ちさんちしょう)週間(19日~23日) *** ス マ ス こ ん だ て たまねぎ・トマト・にんにく・しょうが キャベツ・あかピーマン・きピーマン たまねぎ・とうもろこし・パセリ と う じ) こ ん だ て だいこん・にんじん・こんにゃく しょうが・はねぎ・ゆず はくさい・にんじん・とうもろこし しょうが・にんにく・たまねぎ・にんじん きくらげ・はくさい・こまつな キャベツ・ねぎ・しょうが おうとう・パイナッブル 詳細につきましては、 ・ 今年の (全)は カラとう・パイナッブル 詳細につきましては、 ・ 今年の (全)は カラとう・パイナッブル	*	② ◆ ② ◆ ③ ② ② ② ② ③ ③ ③ ⑥ かん ショング・マヨネーズ しつ ーキ (チョコ) ②	1.9 ・	2.3 819 15 32 3.1 757 17 26 2.7 725 15 25 2.6 830 13~20 20~30 2.5