

				9月	福良		× ^{ょう。} 有佐小学校
73	ة لم		N N	が 立名	\$2.47	しょくひんめい 食品名 **	3, U/A
B	よう 曜	牛乳	しゅしょく 主食・そえもの	おかず・他	あか 赤 ち・・・ にく・・・ 一	5	みどり 緑 からだ ちょうし
			n) of		が	エネルギーのもとになる	からだ ちょうし 体の調子をととのえる にんじん
			麦ごはん	豚汁	geofice of Skick あっか 牛乳 豚肉 厚揚げ みそ	米 菱 こんにゃく ごま	もやし かぼちゃ 人参 ねぎ
1	月	0		いわしの生姜煮	いわし		しょうが なす 大粮
			1.2	たくあんのごまあえ	雌ュニュー 雌ュニューノ ガギュー レニア		きゅうり キャベツ
			当ごはん	マーボー豆腐	きゅうにゅう きゅうにく ぶたにく とうぶ 牛乳 牛肉 豚肉 豆腐 みそ	米 片栗粉 ごま油 砂糖 油	宝ねぎ 人参 なす しいたけ
2	火	0		バンサンスー	ロースハム	はるさめ ごま	いんげんまめ にんにく しょうが
							きゅうり
			菱ごはん	ホキの黄金焼き	牛乳 木丰 昆布 豚肉	米 麦 マヨネーズ 小麦粉	コーン 大根 キャベツ 人参
3	水	0		切り干し大視のごま酢和え		ごま 砂糖 ごま油 片栗粉	宝ねぎ もやし にら しいたけ
				スタミナスープ		じゃがいも	
			ミルクパン	スパゲティミートソース	まゅうにゅう きゅうにく ぶんにく だいき 牛乳 牛肉 豚肉 大豆	パン スパゲティ 油 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 にんにく 枝豆
4	木	0		を表現します。 枝豆サラダ	ロースハム チーズ		きゅうり コーン
			菱ごはん	さば味噌煮	生乳 さば 厚揚げ 鶏肉 大豆	米 菱 こんにゃく さといも 油	人参 ごぼう しいたけ 枝豆
5	金	0		五目煮豆	昆布	砂糖	ゆかり もやし キャベツ
				ゆかり和え			
			麦ごはん	魚の香味だれ	キ乳 ホキ ひじき 厚揚げ	こめ むぎ あぶら さとう あぶら 米 麦 油 砂糖 ごま油	しょうが ねぎ キャベツ 小松菜
8	月			ひじきサラダ	煮干し みそ		人参 コーン かぼちゃ 玉ねぎ
				みそ汁			
			தீ ごはん	メンチカツ	^{ぎゅうにゅう} 牛乳 メンチカツ かまぼこ	光 さといも 片栗粉	きゅうり 人参 大根 しめじ
9	火			酢みそあえ	みそ わかめ 豆腐 鶏肉		ねぎ
				けんちん汁			_
			菱ごはん		きゅうにゅう とうぶ 上うぶ 上りが 上	この タララ アクセミークロこ アラスラら 米 麦 片栗粉 ごま油	にら 玉ねぎ 人参 ねぎ えのき
10	水		ヨーグルト	れんこんの中華炒め	בייטוו ועיל – ביייבב טני	こんにゃく	れんこん ごぼう チンゲンサイ
			- 2701	,いしこのの十年がは			
			セルフフィッシュサンド	コーンポタージュ	************************************	パン 油 砂糖	たま 玉ねぎ 人参 パセリ コーン
11	木		600001992901	フレンチサラダ	ロースハム		キャベツ ブロッコリー
•	• •	-		J U J F Y J Y	U /// //		- アハン・フロッコリー
			菱ごはん	カレー肉じゃが	ずゅうにゅう ぶたにく 牛乳 豚肉 マカロニ	 ※ 菱 じゃがいも 油 砂糖	
12	余		一食味のり		ロースハム 味付けのり	木 麦 しゃかいも 油 砂糖 こんにゃく マヨネーズ	きゅうり コーン
٠.	314		一良坏のツ	マカロニサラダ	ロースハム 味1317079	していしゃく マコネー人	○炒フツ コーノ
				きびなごカリカリフライ	きゅうにゅう 牛乳 きびなご 鶏肉 かつお節	こめ あぶら ごま さとう しらだまもち ソレ され ごま エルリロ 一丁二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十	もやし 人参 キャベツ
16	νĮ/		ロこはん	日本汁	だし昆布	木 油 とま 砂糖 日玉餅	
.0	^	•		ごまあえ	たし民中		きゅうり えのき しいたけ
			ミートボールカレー		きゅうにゅう 牛乳 ミートボール 大豆	※ 麦 じゃがいも 油 砂糖	宝ねぎ ねぎ 宝ねぎ 入参 にんにく しょうが
17	ъk	0	ふどうゼリー	テッノスリンタ	牛乳 ミートボール 入豆	ポテトチップス ゼリー	ほうれん草 キャベツ コーン
	ζ,	•	いこうセリー			Mテドテックス	はりれん学・キャベツ・コーノ
				大豆と豆腐のフライ	teo5にゅう とうふ だいす 牛乳 豆腐 大豆 スパゲティ	パン	キャベツ きゅうり ^流 温ねぎ
18	木		不利ハン				大参 トマト パセリ にんにく
. J	-1,			スパゲチィサラダ	ロースハム ミックスビーンズ		
			 しょう がご飯	ミネストローネ	 caption shiph 牛乳 南関あげ 鶏肉 さつま揚げ	こめ さとう あぶら 一 あぶら	かぼちゃ しょうが 人参 枝豆 ねぎ
10	全	C			牛乳 南関あげ 鶏肉 さつま揚げ だし昆布 かつお節 ロースハム		
. 9	MΖ		ふるさとくまさん	かぼちゃサラダ	にし民中 かつお即 ロースハム	つこん マヨイー人	小松菜 じめじ かぼちゃ
			ಶಕ್ →	さかな みのし エン・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	 septe	こめ むぎ あぶら さとう	きゅうり
22	Р		菱ごはん	魚のレモンソースかけ		米 麦油 砂糖 こんにゃく	ごぼう たけのこ 人参 枝豆
	רז	٥		スタミナきんぴら	かつお節 豆腐	ごま じゃがいも	宝ねぎ ねぎ しいたけ
				かきたま汁	きゅうにゅう		レモン果汁
0.4	-1-		カレーピラフ	イタリアンサラダ		光 バター 油 じゃがいも	宝ねぎ 人参 しめじ パセリ
24	水	0		ラビオリスープ	ラビオリ	チーズ	きゅうり コーン キャベツ
					ぎゅうにゅう ぶだにく	to めん かがくいご	たま にんじん
6-				パリパリ焼きそば	きゅうにゅう Str.c< 牛乳 豚肉 かまぼこ		宝ねぎ 人参 もやし キャベツ
25	不	0	フルーツ杏仁豆腐			でま油 油 杏仁豆腐	たけのこ しいたけ ねぎ
			の苦	12.4°	#wāliwā #	こめ お客 かがくのこ ナン・ナ	パイン 黄桃 みかん
			麦ごはん	さんまのゆず味噌煮	生乳 さんま 出しこんぶ	米 麦 片栗粉 ごま 里芋	しめじ えのき しいたけ 人参
26	金	0		きのこ汁	かつお節・豆腐		ごぼう ねぎ コーン 稜豊
			anate.	さといもサラダ			ゆかり
			麦ごはん	大根と鶏肉の煮物	きゅうにゅう とりにく 牛乳 鶏肉 さつま揚げ		大根 人参 しいたけ ねぎ
29	月	0		すまし汁	上 しこんぶ かつお わかめ	砂糖	えのき キャベツ
				ししゃもフライ	豆腐 ししゃも		
			ひじきごはん	さつま消	***	光 こんにゃく 砂糖 油	人参 しいたけ 大根 しょうが
30	火			棒々鶏サラダ	みそ 厚揚げ わかめ	さつまいも	ねぎ きゅうり キャベツ
> # < d &				i	i .	t	