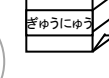
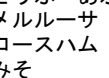
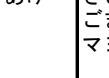
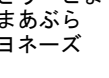
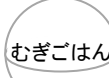
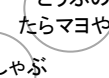
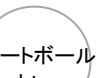
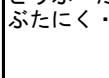
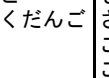
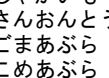
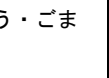
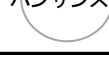
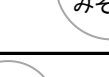
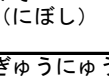
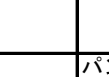
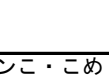
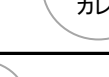
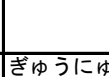
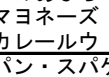
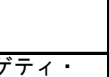
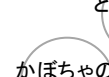
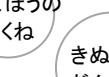
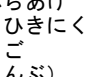
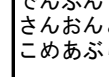
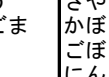
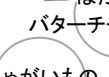
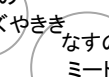
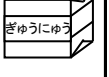
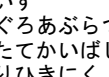
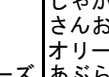
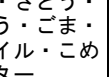
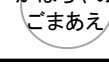
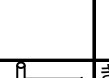
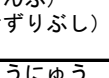
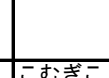
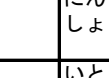
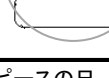
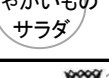
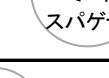
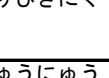
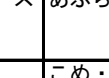
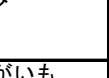
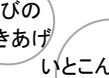
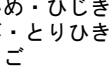
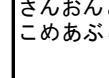
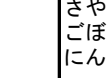
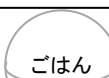
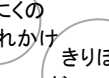
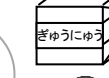
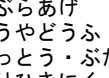
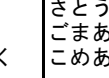
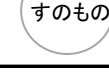
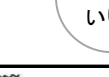
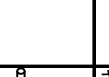
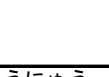
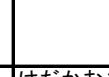
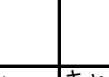
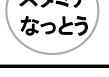
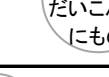
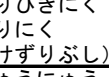
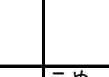
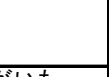
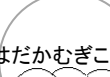
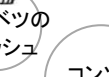
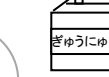
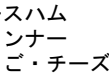
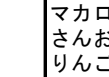
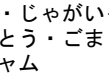
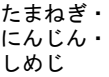
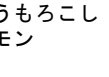
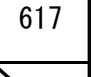
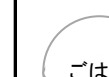
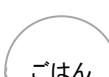
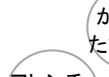
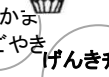
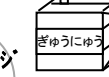
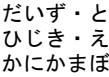
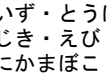
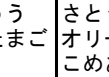
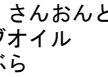
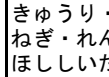
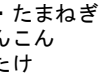
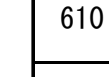
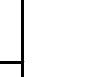
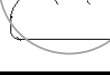
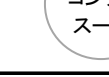
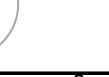
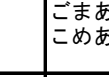
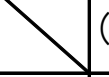
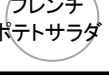
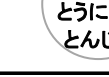
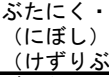
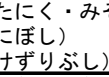
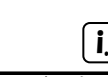
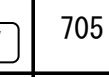
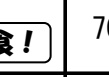
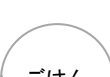
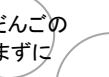
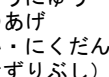
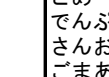
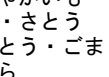
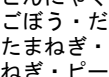
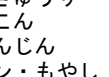
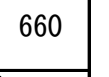
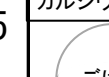
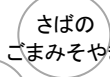
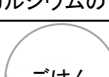
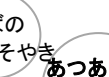
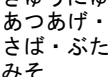
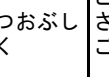
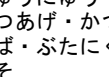
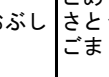
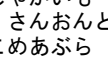
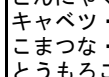
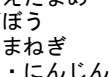
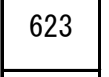
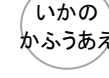
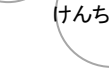
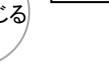
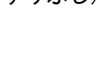
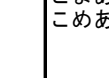
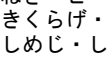
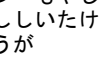
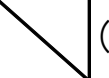
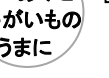
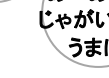
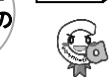
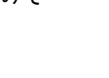
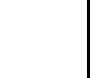
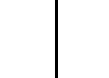
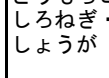
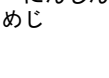
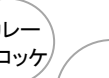
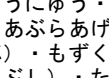
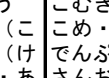
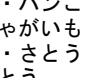
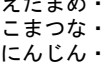
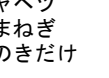
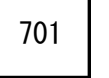
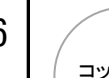
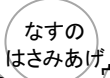
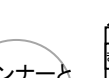
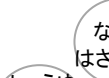
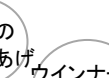
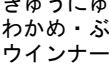
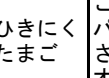
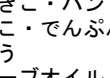
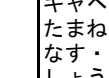
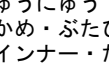
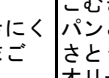
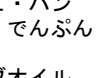
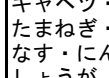
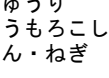
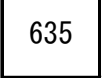
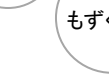
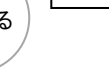
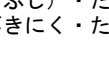
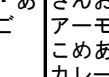
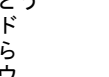
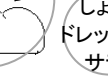
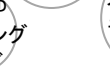
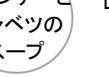
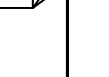
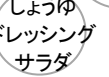
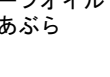
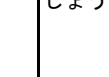
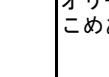
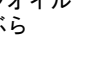
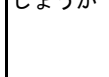
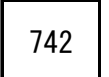
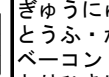
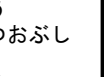
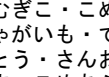
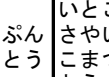
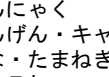
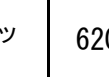
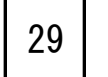
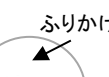
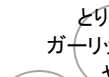
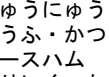
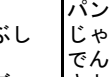
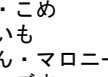
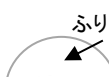
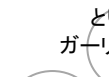
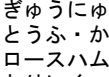
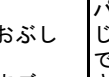
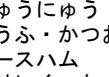
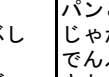
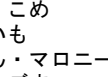
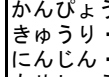
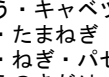
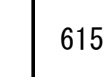


日 (曜)	  こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価	日 (曜)	  こんだてめい	あかい	きいろ	みどりいろ	栄養価
2	 ごはん  メルルーサのマヨネーズやき  みだくさんみそしる	 ギゆうにゆう  ちやにくやほねになるもの	 きたらくちからやたいおんになるもの	 からだのちようしをととのえるもの	619	18	 むぎごはん  とうふのたらマヨやき  ミートボールカレー	 ギゆうにゆう  ちやにくやほねになるもの	 はたらくちからやたいおんになるもの	 からだのちようしをととのえるもの	662
(火)	 ごはん  パンサンスー  ぎゆうにゆう	 ギゆうにゆう  ちやにくやほねになるもの	 きたらくちからやたいおんになるもの	 からだのちようしをととのえるもの	744	(木)	 ギゆうにゆう  とうふのたらマヨやき  ミートボールカレー	 ギゆうにゆう  ちやにくやほねになるもの	 はたらくちからやたいおんになるもの	 からだのちようしをととのえるもの	738
3	 ごはん  とりごぼうのつくね  きぬがさどんのぐ	 ギゆうにゆう  あぶらあげとりひきにくたまご (こんぶ) (けずりぶし)	 パンこ・こめでんぶん・さとうさんおんとう・ごまこめあぶら	 こんにやくさやいんげん・えだまめかぼちゃ・かんぴようごぼう・たまねぎにんじん・ねぎしょうが	645	19	 コッペパン  ほたてのバターチーズやき  なすのミートスパゲティ	 ギゆうにゆう  パン・スパゲティ・じゃがいも・さとうさんおんとう・ごま・オリーブオイル・こめあぶら・バター	 キヤベツ・きゅうりたまねぎ・トマトたまねぎ・トマトにんじん・レタスレモン・しょうがにんにく	 キヤベツ・きゅうりたまねぎ・トマトたまねぎ・トマトにんじん・レタスレモン・しょうがにんにく	661
(水)	 ごはん  かぼちゃのごまあえ  ぎゆうにゆう	 ギゆうにゆう  あぶらあげとりひきにくたまご (こんぶ) (けずりぶし)	 パンこ・こめでんぶん・さとうさんおんとう・ごまこめあぶら	 こんにやくさやいんげん・えだまめかぼちゃ・かんぴようごぼう・たまねぎにんじん・ねぎしょうが	736	(金)	 コッペパン  ほたてのバターチーズやき  なすのミートスパゲティ	 ギゆうにゆう  パン・スパゲティ・じゃがいも・さとうさんおんとう・ごま・オリーブオイル・こめあぶら・バター	 キヤベツ・きゅうりたまねぎ・トマトたまねぎ・トマトにんじん・レタスレモン・しょうがにんにく	 キヤベツ・きゅうりたまねぎ・トマトたまねぎ・トマトにんじん・レタスレモン・しょうがにんにく	706
4	 ごはん  えびのかきあげ  いとこんにやくのいりに	 ギゆうにゆう  わかめ・ひじきえび・とりひきにくたまご	 こむぎこ・こめさんおんとうこめあぶら	 いとこんにやくさやいんげん・きゅうりごぼう・たまねぎにんじん・ほししいたけ	617	22	 ごはん  ピースの日  ぶたにくのごまだれかけ  きりぼしだいこんのもの	 ギゆうにゆう  こめ・じゃがいもさとう・ごまこめあぶら	 こんにやくグリーンピースきりぼしだいこんにんじん・ねぎしょうが・にんにく	 こんにやくグリーンピースきりぼしだいこんにんじん・ねぎしょうが・にんにく	668
(木)	 ごはん  えびのかきあげ  いとこんにやくのいりに	 ギゆうにゆう  わかめ・ひじきえび・とりひきにくたまご	 こむぎこ・こめさんおんとうこめあぶら	 いとこんにやくさやいんげん・きゅうりごぼう・たまねぎにんじん・ほししいたけ	737	(月)	 ごはん  ピースの日  ぶたにくのごまだれかけ  きりぼしだいこんのもの	 ギゆうにゆう  こめ・じゃがいもさとう・ごまこめあぶら	 こんにやくグリーンピースきりぼしだいこんにんじん・ねぎしょうが・にんにく	 こんにやくグリーンピースきりぼしだいこんにんじん・ねぎしょうが・にんにく	737
5	 ごはん  りんごジャム  キヤベツのキッシュ  コンソメスープ	 ギゆうにゆう  ロースハム  ウインナー  たまご・チーズ	 はだかむぎこパン  マカロニ・じゃがいもさんおんとう・ごまりんごジャム  ごまあぶらこめあぶら	 キヤベツ・きゅうりたまねぎ・とうもろこしにんじん・レモンしめじ	617	24	 ごはん  かにかまぼこ  フレンチポテトサラダ  げんきチャージ  とうにゅうとんじる	 ギゆうにゆう  だいたい・とうにゅう  だいたい・えび・たまご  かにかまぼこ  ぶたにく・みそ (けずりぶし)	 こめ・じゃがいもさとう・さんおんとう  オリーブオイル  こめあぶら	 えだまめ・かぼちゃ  きゅうり・たまねぎ ねぎ・れんこん ほししいたけ	610
(金)	 ごはん  りんごジャム  キヤベツのキッシュ  コンソメスープ	 ギゆうにゆう  ロースハム  ウインナー  たまご・チーズ	 はだかむぎこパン  マカロニ・じゃがいもさんおんとう・ごまりんごジャム  ごまあぶらこめあぶら	 キヤベツ・きゅうりたまねぎ・とうもろこしにんじん・レモンしめじ	705	(水)	 ごはん  かにかまぼこ  フレンチポテトサラダ  げんきチャージ  とうにゅうとんじる	 ギゆうにゆう  だいたい・とうにゅう  だいたい・えび・たまご  かにかまぼこ  ぶたにく・みそ (けずりぶし)	 こめ・じゃがいもさとう・さんおんとう  オリーブオイル  こめあぶら	 えだまめ・かぼちゃ  きゅうり・たまねぎ ねぎ・れんこん ほししいたけ	705
8	 ごはん  にくだんごのあまずし  いかのかふうあえ  けんちんじる	 ギゆうにゆう  あつあげ  いか・にくだんご (けずりぶし)	 こめ・じゃがいも  でんぶん・さとうさんおんとう・ごまこめあぶら	 こんにやく・きゅうり  ごぼう・だいこん  たまねぎ・にんじん  ねぎ・ピーマン・もやし  きくらげ・ほししいたけ  しめじ・しょうが	660	25	 ごはん  カルシウムの日  さばの  ごまみそやき  あつあげと  じゃがいものうまに	 ギゆうにゆう  あつあげ・かつおぶし  さば・ぶたにく  みそ	 こめ・じゃがいも  さとう・さんおんとう  ごま・こめあぶら	 こんにやく・えだまめ キヤベツ・ごぼう こまつな・たまねぎ とうもろこし・にんじん しろねぎ・しめじ しょうが	623
(月)	 ごはん  にくだんごのあまずし  いかのかふうあえ  けんちんじる	 ギゆうにゆう  あつあげ  いか・にくだんご (けずりぶし)	 こめ・じゃがいも  でんぶん・さとうさんおんとう・ごまこめあぶら	 こんにやく・きゅうり  ごぼう・だいこん  たまねぎ・にんじん  ねぎ・ピーマン・もやし  きくらげ・ほししいたけ  しめじ・しょうが	753	(木)	 ごはん  カルシウムの日  さばの  ごまみそやき  あつあげと  じゃがいものうまに	 ギゆうにゆう  あつあげ・かつおぶし  さば・ぶたにく  みそ	 こめ・じゃがいも  さとう・さんおんとう  ごま・こめあぶら	 こんにやく・えだまめ キヤベツ・ごぼう こまつな・たまねぎ とうもろこし・にんじん しろねぎ・しめじ しょうが	753
9	 たこめし  カレーコロケ  アーモンドあえ  もずくじる	 ギゆうにゆう  とうふ・あぶらあげ・ (こんぶ)・もずく・ (けずりぶし)・たこ・あ  いびきにく・たまご	 こむぎこ・パンこ  こめ・じゃがいも  でんぶん・さとうさんおんとう  アーモンド  こめあぶら  カレールウ	 えだまめ・キヤベツ  こまつな・たまねぎ  にんじん・えのきだけ	701	26	 コッペパン  なすのはさみあげ  しょうゆ  ドレッシング  サラダ  ウインナーと  キヤベツの  スープ	 ギゆうにゆう  じゃがいも  ぶたひきにく  ウインナー・たまご	 こむぎこ・パン  パンこ・でんぶん  さとう  オリーブオイル こめあぶら	キヤベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし なす・にんじん・ねぎ しょうが	635
(火)	 たこめし  カレーコロケ  アーモンドあえ  もずくじる	 ギゆうにゆう  とうふ・あぶらあげ・ (こんぶ)・もずく・ (けずりぶし)・たこ・あ  いびきにく・たまご	 こむぎこ・パンこ  こめ・じゃがいも  でんぶん・さとうさんおんとう  アーモンド  こめあぶら  カレールウ	 えだまめ・キヤベツ  こまつな・たまねぎ  にんじん・えのきだけ	742	(金)	 コッペパン  なすのはさみあげ  しょうゆ  ドレッシング  サラダ  ウインナーと  キヤベツの  スープ	 ギゆうにゆう  じゃがいも  ぶたひきにく  ウインナー・たまご	 こむぎこ・パン  パンこ・でんぶん  さとう  オリーブオイル こめあぶら	キヤベツ・きゅうり たまねぎ・とうもろこし なす・にんじん・ねぎ しょうが	742
10	 ごはん  とうふの  ベーコンやき  じゃがいもの  きんぴら	 ギゆうにゆう  とうふ・かつおぶし  ベーコン  とりひきにく	 こむぎこ・こめ  じゃがいも・でんぶん  さとう・さんおんとう  ごま・こめあぶら	 いとこんにやく  さやいんげん・キヤベツ  こまつな・たまねぎ  とうもろこし  にんじん・ねぎ	620	29	 ごはん  ふりかけ  とりにくの  ガーリックパンこ  やき  かきたまじる	 ギゆうにゆう  とうふ・かつおぶし  ロースハム  とり・たまご  (けずりぶし)	 パンこ・こめ  じゃがいも  でんぶん・マロニー さとう・ごま ごまあぶら・バター	かんぴよう・キヤベツ	