

アレルギー確認献立表 (小)

★…別紙

みよし市立学校給食センター

5/1 (木)				アレルギー	5/2 (金)				アレルギー	5/7 (水)				アレルギー	5/8 (木)				アレルギー	5/9 (金)				アレルギー
1	ごはん				1	麦ごはん				1	白玉うどん			小麦	1	ごはん				1	ごはん			
2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳
3	肉じゃが			小麦 豚肉 大豆	3	新たまねぎと豆腐のみそ汁			大豆	3	あんかけうどんの汁			小麦 大豆	3	中華風豆乳スープ (肉団子)			鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆	3	野菜と高野豆腐のうま煮			小麦 大豆
4	ホキの米粉フライレモンソースかけ			小麦 大豆	4	かつおのおかか煮			小麦 大豆	4	和風コロッケ			鶏肉 小麦 大豆	4	コーンしゅうまい			小麦 豚肉 大豆	4	青じそ入りあじフライ			小麦 大豆
5	野菜のごまあえ			小麦 大豆 ごま	5	たけのご飯の具			小麦 大豆 鶏肉	5	野菜のアーモンドあえ			小麦 アーモンド 大豆	5	野菜たっぷりしらたきチャプチェ			ごま 豚肉 小麦 大豆	5	野菜とささみのおひたし			小麦 鶏肉 大豆
					6	かしわもち			大豆															
					【◎スマイル給食◎】																			
No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g	
1	白飯	1.00	156.00	乳	1	麦ごはん	1.00	159.00	乳	1	○ 白玉うどん	1.00	200.00	小麦	1	白飯	1.00	156.00	乳	1	白飯	1.00	156.00	乳
2	○ 牛乳	1.00	206.00		2	○ 牛乳	1.00	206.00		2	○ 牛乳	1.00	206.00	2	○ 牛乳	1.00	206.00	2		○ 牛乳	1.00	206.00		
3	【肉じゃが】				3	【新たまねぎと豆腐のみそ汁】				3	【あんかけうどんの汁】			3	【中華風豆乳スープ (肉団子) 】			3		【野菜と高野豆腐のうま煮】				
4	さとう (三温)		2.80		4	水		0.00		4	水		0.00	4	おろししょうが		1.00	4		水		0.00		
5	○ 濃口しょうゆ		5.60		5	いりこ		1.00		5	かつおぶし		2.00	5	おろしにんにく		0.30	5		かつおぶし		1.50		
6	みりん		1.10		6	たまねぎ		25.00		6	清酒		1.00	6	たまねぎ		18.00	6		さとう (三温)		2.20		
7	○ 豚肉		28.00		7	○ 豆腐		25.00		大豆	7	だいこん		25.00	7	水		0.00		7	○ 濃口しょうゆ		6.40	
8	糸こんにゃく		30.00		8	○ 豆みそ		5.00		大豆	8	にんじん		10.00	8	いりこ		1.00		8	みりん		1.00	
9	にんじん		20.00		9	○ 米みそ		3.00		大豆	9	干しいたけ		0.80	9	○ 豚がらスープ		4.00		9	たまねぎ		40.00	
10	たまねぎ		50.00		10	こまつな		10.00			10	○ 油揚げ		10.00	10	○ 肉だんご		25.00		10	にんじん		15.00	
11	じゃがいも		65.00	11	しめじ		5.00		11	○ 濃口しょうゆ		5.00	11	もやし		20.00	11	干しいたけ		0.80				
12	【ホキの米粉フライレモンソースかけ】			12	だいこん		15.00		12	○ 薄口しょうゆ		4.00	12	清酒		2.00	12	じゃがいも		35.00				
13	米粉のホキフライ	1.00	50.00	13	【かつおのおかか煮】				13	みりん		3.00	13	○ 薄口しょうゆ		3.40	13	ちくわ		15.00				
14	菜種白絞油		5.00	14	★ かつおのおかか煮	1.00	40.00	小麦 大豆	14	食塩		0.05	14	○ 中華だし		0.80	14	高野豆腐 (サイコロ)		6.00				
15	さとう (上白)		2.20	15	【たけのご飯の具】				15	ねぎ		10.00	15	オイスターソース		0.80	15	さやいんげん		5.00				
16	みりん		3.50	16	○ 濃口しょうゆ		4.00	小麦 大豆	16	でんぶん		2.00	16	はくさい		20.00	16	でんぶん		2.30				
17	○ 濃口しょうゆ		3.20	小麦 大豆	17	○ 薄口しょうゆ		2.50	小麦 大豆	17	かまぼこ		10.00	17	○ 豆乳 (無調整)		15.00	17	【青じそ入りあじフライ】					
18	レモン果汁		1.20		18	さとう (上白)		3.00		18	【和風コロッケ】			18	でんぶん		1.00	18	○ あおじそいりあじフライ	0.00	40.00			
19	水		2.80		19	みりん		1.50		19	菜種白絞油		5.00	19	にら		2.00	19	菜種白絞油		4.00			
20	【野菜のごまあえ】				20	○ 鶏肉		10.00	鶏肉	20	【野菜のアーモンドあえ】			20	食塩		0.10	20	【野菜とささみのおひたし】					
21	もやし		17.00		21	清酒		1.50		21	もやし		20.00	21	こしょう		0.01	21	もやし		30.00			
22	にんじん		3.00		22	たけのこ		15.00		22	にんじん		5.00	22	【コーンしゅうまい】			22	にんじん		5.00			
23	キャベツ		20.00		23	○ 油揚げ		10.00	大豆	23	キャベツ		25.00	23	○ コーンしゅうまい	1.00	30.00	23	チンゲンサイ		12.00			
24	チンゲンサイ		13.00		24	にんじん		10.00		24	さとう (上白)		1.10	24	【野菜たっぷりしらたきチャプチェ】			24	○ ささみオイル漬		8.00			
25	さとう (上白)		0.80		25	【かしわもち】				25	○ 濃口しょうゆ		2.20	小麦 大豆	25	○ 豚肉		25.00	25	○ 濃口しょうゆ		2.20		
26	○ 濃口しょうゆ		2.00	小麦 大豆	26	★ かしわもち	1.00	30.00	大豆	26	○ アーモンドパウダー		3.00	アーモンド	26	おろしにんにく		0.10	26	さとう (上白)		1.00		
27	○ すりごま		2.00	ごま						27	○ アーモンド (あらびき・皮なし)		3.00	アーモンド	27	にんじん		8.00	27	にんじん		5.00		
28	○ いりごま		1.00	ごま						28					28	しらたき		23.00	28	チンゲンサイ		12.00		
										29					29	さとう (上白)		1.50	29	○ ささみオイル漬		8.00		
										30					30	○ 濃口しょうゆ		2.50	30	○ 濃口しょうゆ		2.20		
										31					31	ピーマン		5.00	31	さとう (上白)		1.00		
																生しいたけ		5.00						
																○ ごま油		0.30						
																○ いりごま		1.00						

アレルギー確認献立表 (小)

★…別紙

みよし市立学校給食センター

5/12 (月)				アレルギー	5/13 (火)				アレルギー	5/14 (水)				アレルギー	5/15 (木)				アレルギー	5/16 (金)				アレルギー
1	ごはん				1	玄米ごはん				1	ごはん				1	サンドイッチロール			小麦 乳 大豆	1	ごはん			
2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳
3	ポークカレー (米粉)			豚肉 鶏肉	3	新たまねぎと根菜の白みそ汁			大豆	3	生揚げの中華煮			鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆	3	野菜たっぷりスープ			鶏肉 豚肉 小麦 大豆	3	鶏団子と野菜のつゆだく煮			小麦 大豆 鶏肉
4	大豆ナゲット			鶏肉 大豆	4	ハンバーグの和風ソースかけ			鶏肉 豚肉 小麦 大豆	4	春巻き			ごま 小麦 豚肉 大豆	4	やきそばサンド			りんご 豚肉 小麦 大豆	4	さばの銀紙焼き			さば 大豆
5	クルトンサラダ			小麦 大豆	5	さやいんげんのごまあえ			ごま 鶏肉 小麦 大豆	5	切り干し大根の中華サラダ			ごま 豚肉 小麦 大豆	5	フルーツの蒲郡みかんゼリーあえ			りんご	5	和風サラダ			豚肉 小麦 大豆
No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g	
1	白飯	1.00	156.00		1	玄米ごはん	1.00	158.00		1	白飯	1.00	156.00		1	○ サンドイッチロールパン	1.00	98.00	小麦 乳 大豆	1	白飯	1.00	156.00	
2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳
	【ポークカレー (米粉)】					【新たまねぎと根菜の白みそ汁】					【生揚げの中華煮】					【野菜たっぷりスープ】					【鶏団子と野菜のつゆだく煮】			
3	おろしにんにく		0.50		3	水		0.00		3	サラダ油		0.40		3	○ 無塩せきショルターベーコン		3.00	豚肉	3	水		0.00	
4	おろししょうが		1.00		4	かつおぶし		1.00		4	○ 豚肉		20.00	豚肉	4	セロリ		0.50		4	かつおぶし		2.00	
5	○ 豚肉		20.00	豚肉	5	いりこ		1.00		5	食塩		0.06		5	たまねぎ		25.00		5	○ 薄口しょうゆ		4.00	小麦 大豆
6	食塩		0.05		6	ごぼう		7.00		6	にんじん		15.00		6	○ チキンコンソメ		0.80	鶏肉 豚肉	6	清酒		1.50	
7	赤ぶどう酒		1.00		7	だいごん		15.00		7	たまねぎ		25.00		7	水		0.00		7	さとう (上白)		1.20	
8	たまねぎ		45.00		8	にんじん		8.00		8	干しいたけ		0.80		8	いりこ		2.00		8	○ 濃口しょうゆ		1.00	小麦 大豆
9	にんじん		15.00		9	さといも		15.00		9	たけのこ		8.00		9	かぼちゃ		18.00		9	だいごん		30.00	
10	じゃがいも		35.00		10	○ 豆腐		15.00	大豆	10	水		0.00		10	はくさい		30.00		10	にんじん		12.00	
11	水		0.00		11	○ 米みそ		4.00	大豆	11	○ 中華だし		1.00	鶏肉 小麦 大豆 ごま	11	えのきたけ		5.00		11	○ 鶏肉団子		22.00	鶏肉
12	○ チキンコンソメ		1.00	鶏肉 豚肉	12	○ 麦みそ		4.50	大豆	12	○ 豚がらスープ		2.00	豚肉	12	○ 薄口しょうゆ		2.50	小麦 大豆	12	しめじ		8.00	
13	ウスターソース (1.8L)		4.50		13	ねぎ		5.00		13	さとう (三温)		0.70		13	食塩		0.01		13	○ 生揚げ		28.00	大豆
14	柿ピューレ		2.80		14	たまねぎ		15.00		14	○ 濃口しょうゆ		4.20	小麦 大豆	14	こしょう		0.01		14	チンゲンサイ		15.00	
15	米粉のカレールウ		13.00		15	○ 油揚げ		5.00	大豆	15	○ オイスターソース		0.50		15	【やきそばサンド】				15	【さばの銀紙焼き】			
	【大豆ナゲット】					【ハンバーグの和風ソースかけ】				16	○ 生揚げ		35.00	大豆	16	サラダ油		0.20		16	○ さばの銀紙焼き	1.00	50.00	大豆 さば
16	○ だいたナゲット	1.00	20.00	鶏肉 大豆	16	○ ハンバーグ	1.00	50.00	鶏肉 豚肉 大豆	17	はくさい		30.00		17	○ 豚肉		12.00	豚肉	17	【和風サラダ】			
17	菜種白絞油		2.00		17	水		0.00		18	食塩		0.10		18	食塩		0.10		18	○ 無塩せきボンレスハム		5.00	豚肉
18	【クルトンサラダ】				18	かつおぶし		0.30		19	こしょう		0.02		19	こしょう		0.01		19	にんじん		5.00	
19	赤パプリカ		5.00		19	○ 濃口しょうゆ		3.00	小麦 大豆	20	チンゲンサイ		15.00		20	にんじん		8.00		20	キャベツ		35.00	
20	キャベツ		30.00		20	さとう (三温)		0.80		21	でんぶん		2.30		21	キャベツ		28.00		21	きゅうり		10.00	
21	きゅうり		10.00		21	みりん		1.00		22	【春巻き】				22	ピーマン		3.00		22	サラダ油		1.00	
22	とうもろこし		10.00		22	でんぶん		0.60		23	○ 春巻き	1.00	50.00	小麦 豚肉 大豆 ごま	23	○ 焼きそば用粉ソース		2.30	りんご 豚肉 大豆	23	○ 濃口しょうゆ		2.00	小麦 大豆
23	食塩		0.10		23	だいごんおろし		15.00		24	菜種白絞油		5.00		24	○ 中華そば (やきそば用)		40.00	小麦 大豆	24	酢		0.80	
24	こしょう		0.01			【さやいんげんのごまあえ】				25	【切り干し大根の中華サラダ】				25	サラダ油		1.00		25	さとう (上白)		0.90	
25	フレンチドレッシング白		6.00		24	さやいんげん		7.00		26	○ 無塩せきボンレスハム		3.00	豚肉	26	ウスターソース (1.8L)		3.50		26				
	○ クルトン		5.00	小麦 大豆	25	もやし		20.00		27	きゅうり		15.00		27	紅しょうが		0.20		27	【フルーツの蒲郡みかんゼリーあえ】			
					26	キャベツ		20.00		28	酢		2.20		28	蒲郡みかんゼリー (ダイスカット)		25.00		28	○ りんごシロップ漬け		25.00	りんご
					27	さとう (上白)		1.00	小麦 大豆	29	さとう (上白)		1.30		29	○ りんごシロップ漬け		25.00	りんご	29	パインチビット (袋詰)		15.00	
					28	○ 濃口しょうゆ		2.60	小麦 大豆	30	○ 濃口しょうゆ		0.80	小麦 大豆										
					29	いりごま		1.00	ごま	31	○ ごま油		1.00	ごま										
					30	○ すりごま		3.00	ごま															
					31	○ ささみオイル漬		5.00	鶏肉															

アレルギー確認献立表(小)

★…別紙

みよし市立学校給食センター

5/19 (月)				アレルギー	5/20 (火)				アレルギー	5/21 (水)				アレルギー	5/22 (木)				アレルギー	5/23 (金)				アレルギー
1	ごはん				1	中華めん(ラーメン)			小麦	1	ごはん				1	ごはん				1	ごはん			
2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳
3	こしね汁			豚肉 小麦 大豆	3	鶏塩めんのスープ			ごま 鶏肉 小麦 大豆	3	大根のそぼろ煮			豚肉 小麦 大豆	3	じゃが芋だんごのスープ			鶏肉 豚肉 小麦 大豆	3	わかめスープ(うずら卵入り)			卵 豚肉 小麦 大豆
4	ソースカツ			小麦 豚肉 大豆	4	ごぼう入りつくね			鶏肉 豚肉 大豆	4	きびなごの唐揚げ			小麦 大豆	4	タコライスの具			豚肉	4	豚肉とぜんまいの炒め物			小麦 豚肉 大豆
5	小松菜のあえ物			小麦 大豆	5	お豆ちゃんサラダ			大豆	5	五目納豆			小麦 大豆	5	きゅうりのツナサラダ			小麦 大豆 ごま	5	大豆もやしのナムル			小麦 大豆 ごま
No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g	
1	白飯	1.00	156.00		1	○ 中華めん(ラーメン)	1.00	200.00	小麦	1	白飯	1.00	156.00		1	白飯	1.00	156.00		1	白飯	1.00	156.00	
2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳
	【こしね汁】					【鶏塩めんのスープ】					【大根のそぼろ煮】					【じゃが芋だんごのスープ】					【わかめスープ(うずら卵入り)】			
3	サラダ油		0.40		3	○ ごま油		0.50	ごま	3	おろししょうが		0.80		3	水		0.00		3	水		0.00	
4	○ 豚肉		20.00	豚肉	4	おろしにんにく		0.30		4	○ 豚挽肉		23.00	豚肉	4	○ チキンブイヨン		5.00	鶏肉	4	いりこ		2.00	
5	こんにゃく		12.00		5	おろししょうが		0.50		5	にんじん		15.00		5	○ 無塩せきボンレスハム		6.00	豚肉	5	○ 豚がらスープ		5.00	豚肉
6	生しいたけ		5.00		6	○ 鶏肉		30.00	鶏肉	6	だいこん		70.00		6	たまねぎ		15.00		6	○ うずら卵		30.00	卵
7	水		0.00		7	にんじん		10.00		7	水		0.00		7	にんじん		8.00		7	○ 豆腐		30.00	大豆
8	かつおぶし		2.00		8	だいこん		25.00		8	かつおぶし		1.00		8	干しいたけ		0.50		8	○ 薄口しょうゆ		1.50	小麦 大豆
9	○ 濃口しょうゆ		0.70	小麦 大豆	9	水		0.00		9	さとう(三温)		2.00		9	はくさい		15.00		9	○ 濃口しょうゆ		2.10	小麦 大豆
10	みりん		0.30		10	いりこ		2.00		10	○ 濃口しょうゆ		6.50	小麦 大豆	10	○ 濃口しょうゆ		3.70	小麦 大豆	10	オイスターソース		0.50	
11	○ 豆腐		30.00	大豆	11	○ 中華だし		1.50	鶏肉 小麦 大豆 ごま	11	みりん		1.00		11	オイスターソース		1.00		11	食塩		0.06	
12	○ 米みそ		8.00	大豆	12	干しいたけ		0.70		12	○ 生揚げ		30.00	大豆	12	食塩		0.10		12	こしょう		0.02	
13	ねぎ		10.00		13	乾燥わかめ		0.20		13	さやいんげん		5.00		13	こしょう		0.01		13	はくさい		20.00	
	【ソースカツ】				14	ねぎ		12.00		14	でんぷん		1.50		14	じゃがいもち(だんご)		30.00		14	ねぎ		8.00	
14	○ 一口カツ	1.00	50.00	小麦 豚肉	15	食塩		0.70		15	【きびなごの唐揚げ】				15	チンゲンサイ		12.00		15	乾燥わかめ		0.50	
15	菜種白絞油		4.00		16	でんぷん		1.00		16	★ きびなごの唐揚げ		30.00	小麦 大豆		【タコライスの具】					【豚肉とぜんまいの炒め物】			
16	○ 濃口しょうゆ		1.50	小麦 大豆	17	なると		15.00		17	【五目納豆】				16	○ 豚挽肉		35.00	豚肉	16	さとう(三温)		1.95	
17	ウスターソース(1.8L)		2.00			【ごぼう入りつくね】	2.00	40.00	鶏肉 豚肉 大豆	18	にんじん		10.00		17	清酒		0.30		17	○ 濃口しょうゆ		2.80	小麦 大豆
18	みりん		1.40		18	○ ごぼう入りつくね				18	ほうれんそう		12.00		18	おろしにんにく		0.40		18	清酒		3.50	
19	さとう(上白)		2.20		19	【お豆ちゃんサラダ】				19	○ 糸引納豆		30.00	大豆	19	たまねぎ		30.00		19	○ 豚肉		35.00	豚肉
	【小松菜のあえ物】				20	○ 蒸し大豆		15.00	大豆	20	○ 濃口しょうゆ		2.80	小麦 大豆	20	トマト水煮		18.00		20	たまねぎ		13.00	
20	もやし		15.00		21	○ えだまめ		5.00	大豆	21	さとう(上白)		0.40		21	とうもろこし		5.00		21	たけのこ		4.00	
21	にんじん		5.00		22	キャベツ		15.00		22	花かつお		1.00		22	トマトケチャップ(3kg)		12.00		22	ぜんまい		4.00	
22	はくさい		20.00		23	きゅうり		10.00							23	食塩		0.15		23	キムチ(はくさい)		20.00	
23	こまつな		15.00		24	まぐろオイル漬		5.00							24	こしょう		0.01			【大豆もやしのナムル】			
24	○ 濃口しょうゆ		2.50	小麦 大豆	25	食塩		0.10							25	チリパウダー		0.18		24	○ だいずもやし		20.00	大豆
25	さとう(上白)		1.20		26	こしょう		0.01							26	パプリカ		0.20		25	にんじん		5.00	
						○ マヨネーズ風ドレッシング		6.00	大豆							【きゅうりのツナサラダ】				26	キャベツ		20.00	
															27	にんじん		5.00		27	きゅうり		10.00	
															28	もやし		20.00		28	さとう(上白)		1.30	
															29	きゅうり		25.00		29	○ 濃口しょうゆ		2.50	小麦 大豆
															30	まぐろオイル漬		8.00		30	○ ごま油		0.50	ごま
															31	さとう(上白)		1.30		31	一味唐辛子		0.01	
															32	○ 濃口しょうゆ		2.70	小麦 大豆	32	○ いりごま		1.60	ごま
															33	○ ごま油		0.60	ごま					
															34	一味唐辛子		0.01	ごま					
															35	○ いりごま		1.50	ごま					

アレルギー確認献立表(小)

★…別紙

みよし市立学校給食センター

5/26 (月)				アレルギー	5/27 (火)				アレルギー	5/28 (水)				アレルギー	5/29 (木)				アレルギー	5/30 (金)				アレルギー
1	ごはん				1	ごはん				1	麦ごはん				1	黒ロールパン			小麦 乳 大豆	1	ごはん			
2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳
3	マーボー豆腐			豚肉 小麦 大豆	3	けんちん汁			小麦 大豆	3	春雨スープ			鶏肉 豚肉 小麦 大豆	3	じゃが芋と大豆のトマト煮			豚肉 鶏肉 大豆	3	野菜たっぷりみそ汁			大豆
4	ショウロンボウ			鶏肉 小麦 豚肉 大豆	4	なすみそメンチカツ			小麦 豚肉 大豆	4	キムタクごはんの具			豚肉 小麦 大豆	4	オムレツ			卵 鶏肉 大豆	4	レバーとじゃがいもの甘辛煮			小麦 鶏肉 大豆
5	茎わかめの中華あえ			小麦 大豆 ごま	5	アスパラサラダ			大豆	5	パンバンジー			鶏肉 ごま 小麦 大豆	5	コールスローサラダ				5	キャベツとひじきの和風サラダ			豚肉 大豆
No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g	
1	白飯	1.00	156.00		1	白飯	1.00	156.00		1	麦ごはん	1.00	159.00		1	○ ころころ	1.00	99.00	小麦 乳 大豆	1	白飯	1.00	156.00	
2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳
	【マーボー豆腐】					【けんちん汁】					【春雨スープ】					【じゃが芋と大豆のトマト煮】					【野菜たっぷりみそ汁】			
3	○ 豚挽肉		25.00	豚肉	3	水		0.00		3	○ 無塩せきボンレスハム		4.00	豚肉	3	○ 無塩せきショルダーベーコン		5.00	豚肉	3	水		0.00	
4	おろししょうが		1.00		4	かつおぶし		1.00		4	おろししょうが		0.50		4	にんじん		20.00		4	かつおぶし		2.00	
5	おろしにんにく		0.30		5	いりこ		1.00		5	たまねぎ		15.00		5	たまねぎ		25.00		5	だいこん		20.00	
6	○ 豆板醤		0.20	大豆	6	ごぼう		5.00		6	水		0.00		6	じゃがいも		40.00		6	たまねぎ		15.00	
7	にんじん		16.00		7	干ししいたけ		0.50		7	○ 豚がらスープ		5.00	豚肉	7	水		0.00		7	はくさい		20.00	
8	たまねぎ		50.00		8	にんじん		8.00		8	○ チキンコンソメ		1.20	鶏肉 豚肉	8	○ チキンコンソメ		0.80	鶏肉 豚肉	8	○ 麦みそ		3.00	大豆
9	干ししいたけ		1.00		9	だいこん		18.00		9	たけのこ		5.00		9	さとう（上白）		1.20		9	○ 豆みそ		3.00	大豆
10	○ 豚がらスープ		2.00	豚肉	10	こんにゃく		10.00		10	干ししいたけ		0.50		10	○ 蒸し大豆		25.00	大豆	10	○ 米みそ		2.00	大豆
11	さとう（三温）		1.76		11	○ 油揚げ		6.00	大豆	11	○ 濃口しょうゆ		1.00	小麦 大豆	11	ウスターソース（1.8L）		1.00		11	○ 生揚げ		15.00	大豆
12	清酒		1.00		12	清酒		1.00		12	清酒		2.00		12	トマトケチャップ（3kg）		14.00		12	ねぎ		10.00	
13	○ 豆みそ		4.40	大豆	13	○ 濃口しょうゆ		5.30	小麦 大豆	13	はるさめ		4.00		13	トマト水煮		8.00			【レバーとじゃがいもの甘辛煮】			
14	○ 濃口しょうゆ		5.00	小麦 大豆	14	○ 豆腐		30.00	大豆	14	○ 豆腐		20.00	大豆	14	ローレル		0.06		13	じゃがいも		28.00	
15	○ 豆腐（水切り）		65.00	大豆	15	食塩		0.04		15	チンゲンサイ		10.00		15	食塩		0.05		14	○ 鶏肉でん粉付き		22.00	鶏肉
16	ねぎ		7.00		16	ねぎ		8.00		16	とうもろこし		5.00		16	こしょう		0.01		15	○ 鶏レバーでん粉付き		16.00	鶏肉
17	でんぷん		2.60			【なすみそメンチカツ】				17	食塩		0.08		17	グリーンピース		5.00		16	菜種白絞油		6.60	
	【ショウロンボウ】				17	○ なすみそメンチカツ	1.00	50.00	小麦 豚肉 大豆	18	こしょう		0.01			【オムレツ】				17	○ 濃口しょうゆ		2.24	小麦 大豆
18	○ 小籠包	1.00	25.00	鶏肉 小麦 豚肉 大豆	18	菜種白絞油		5.00			【キムタクごはんの具】				18	○ オムレツ	1.00	40.00	卵 鶏肉 大豆	18	さとう（上白）		2.90	
	【茎わかめの中華あえ】					【アスパラサラダ】				19	○ 豚肉		30.00	豚肉		【コールスローサラダ】					【キャベツとひじきの和風サラダ】			
19	もやし		15.00		19	グリーンアスパラガス		20.00		20	おろししょうが		0.36		19	キャベツ		30.00		19	○ 無塩せきボンレスハム		6.00	豚肉
20	くきわかめ		8.00		20	にんじん		5.00		21	にんじん		18.00		20	きゅうり		12.00		20	にんじん		5.00	
21	キャベツ		25.00		21	キャベツ		15.00		22	キムチ（はくさい）		17.00		21	とうもろこし		12.00		21	キャベツ		33.00	
22	まぐろオイル漬		8.00		22	とうもろこし		5.00		23	たくあん		12.00		22	食塩		0.10		22	○ えだまめ		10.00	大豆
23	酢		3.00		23	○ マヨネーズ風ドレッシング		6.00	大豆	24	○ 濃口しょうゆ		0.50	小麦 大豆	23	こしょう		0.01		23	ひじき（水煮）		5.00	
24	○ 濃口しょうゆ		3.00	小麦 大豆						25	ピーマン		5.00		24	コールスロードレッシング		6.00			★ 和風ドレッシング		6.00	
25	さとう（上白）		2.20							26	食塩		0.03											
26	○ ごま油		0.50	ごま							【パンバンジー】													
27	○ すりごま		1.00	ごま						27	もやし		20.00											
										28	きゅうり		15.00											
										29	○ ささみ水煮		15.00	鶏肉										
										30	酢		1.80											
										31	さとう（上白）		0.90											
										32	○ 濃口しょうゆ		1.80	小麦 大豆										
										33	○ なりごま		3.00	ごま										
										34	○ すりごま		1.00	ごま										
											【フローズンヨーグルト】													
										35	○ フローズンヨーグルト	1.00	60.00	乳										