

5月12日(月)			5月13日(火)			5月14日(水)			5月15日(木)			5月16日(金)					
白ごはん 大根のみそ汁 豚肉と野菜のカレー炒め			白ごはん 中華丼 カリフラワーのサラダ			白ごはん 八杯汁 キャベツのおかかあえ さばの竜田揚げ			米粉パン クリームシチュー 海藻サラダ			白ごはん じゃが豚キムチ ごま酢和え					
精白米	70	90	精白米	70	90	精白米	70	90	①米粉パン	50	70	①米粉パン 米粉ミックス(米粉、粉末状小麦粉、たん白、酵素)、ショートニング、砂糖、脱脂粉乳、食塩、イースト (アレルギー表示:小麦、乳)	精白米	70	90		
だいこん	30	36	豚ももスライス	32	40	椎茸スライス(干)	0.5	0.6	鶏肉 もも 皮つき	14	17	②クリームポタージュ	8	10	豚ももスライス	30	37
たまねぎ	22	27.5	かまぼこ(ピンク)【21日②参照】	10	12	豆腐	20	25	鶏肉 はねみ 皮なし	14	17	③ホワイトベース(レトルト)	17	20.5	サラダ油	1	1.25
じゃがいも	25	31	ゆでうずら卵(フレッシュ)	23	28	にんじん	12	16	じゃがいも	30	37	牛乳(調理)	20	25	じゃがいも	45	56
きざみ揚げ(カット油揚げ)【2日①参照】	7	8	たまねぎ	35	44	ごぼう(ささがき)	10	12	にんじん	20	25	④高千穂生クリーム48【8日③参照】	6	7	にんじん	25	31
豆腐	20	25	にんじん	23	29	里いも(冷)3S	20	24	たまねぎ	25	31	チキンスープ【1日③参照】	8	10	たまねぎ	30	37
ねぎ(冷凍)	3	3.8	キャベツ	25	31	だいこん	23	28	しめじ	18	22	塩	0.2	0.24	糸こんにゃく(5cmカット)	28	35
にぼしパック	3	3.6	(県産)きくらげスライス	0.6	0.72	きざみ揚げ(カット油揚げ)【2日①参照】	8	10	白いんげん豆ペースト	8	10	⑤スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	糸こんにゃく(大冷)ミニ絹厚揚げ【9日①参照】	21	26		
すりみそ	10.5	11.5	たけのこ缶	12	15	ねぎ(冷凍)	3	3.8	パセリ	0.8	1	⑥スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	①白菜キムチ	10	13		
豚ももスライス	43	52	ねぎ(冷凍)	3	3.6	煮干し(片口いわし)不織布袋入り	3	4	②クリームポタージュ	8	10	⑦スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	青まめ	8	10		
たまねぎ	20	24	純正ごま油	1	1.2	うすくちしょうゆ	3.8	4.6	③ホワイトベース(レトルト)	17	20.5	⑧スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	うすくちしょうゆ	2.5	3.2		
キャベツ	28	34	チキンスープ【1日③参照】	8	10	塩	0.5	0.6	牛乳(調理)	20	25	⑨スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	濃口醤油	4	5.2		
にんじん	15	18	うすくちしょうゆ	3.8	4.6	三温糖	0.3	0.4	④高千穂生クリーム48【8日③参照】	6	7	⑩スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	三温糖	2.5	3		
カラーピーマンミックスIQF	6	7.2	中華用スープストック【1日④参照】	0.35	0.42	でんぷん	0.7	0.8	チキンスープ【1日③参照】	8	10	⑪スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	みりん	1	1.2		
サラダ油	1	1.2	塩	0.15	0.18	キャベツ	35	43	塩	0.2	0.24	⑫スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	酒	1	1.2		
酒	1.5	1.8	こしょう	0.01	0.02	①花かつおきざみ	1	1.2	こしょう	0.02	0.02	⑬スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	きゅうり	25	30		
塩	0.09	0.1	でんぷん	2.3	3	三温糖	0.66	0.79	サラダ油	1	1.2	⑭スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	キャベツ	30	36		
①ガーリック	0.03	0.04	ミニカリフラワー	25	30	うすくちしょうゆ	1.54	1.84	④海藻サラダ	1.2	1.4	⑮スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	スライス竹輪(半切)卵白抜き【9日②参照】	10	12		
カレー粉	0.04	0.04	きゅうり	30	36	②国産さば竜田揚げ 鉄・カルシウム強化	40	50	太もやし	25	30	⑯スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	すりごま	1	1.2		
三温糖	1.44	1.73	①ノンオイルまぐろチャンク	12	15	大豆白絞油缶	6	7.2	きゅうり	20	24	⑰スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	三温糖	1	1.3		
ウスターソース【7日⑤参照】	3.6	4.3	②おいしい和風ドレッシング	7	8.4	①花かつおきざみ かつおのふし (アレルギー表示:一) ※さば		⑤とりささみチャンク	12	14	⑱スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	酢	3	3.5			
濃口醤油	1.44	1.73	①ノンオイルまぐろチャンク まぐろ、野菜スープ、食塩、調味エキス、調味料(アミノ酸等)(大豆)、増粘剤(アミノ酸等) (アレルギー表示:大豆)		②国産さば竜田揚げ 鉄・カルシウム強化 さば、しょうゆ、しょうが、みりん、衣(馬鈴薯澱粉、米粉)、炭酸Ca、ピロリン酸鉄、水 (アレルギー表示:小麦、さば、大豆) ・小麦、大豆が含まれる原料…しょうゆ		酢	2.5	3	⑲スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	①白菜キムチ	2.5	3				
いりごま	1	1.2	②おいしい和風ドレッシング 食用植物油(大豆、なたね)、醸造酢(小麦)、砂糖、しょうゆ(小麦、大豆)、調味酢、玉ねぎ、食塩、粒マスタード(豚肉、りんご)、ホワイトペッパー、にんにく、調味料(アミノ酸等) (アレルギー表示:小麦、大豆、豚肉、りんご)				三温糖	1.5	1.8	⑳スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)	①白菜キムチ はくさい、食塩、調味料(にんにく、砂糖・異性化液糖、たんぱく加水分解物(大豆)、醸造酢、トマト、唐辛子、オニオン、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸味料、増粘多糖類、パプリカ色素)、水 (アレルギー表示:大豆)						
①ガーリック ガーリック、でん粉(馬鈴薯)、食塩、調味料(アミノ酸)、増粘剤(グァーガム) (アレルギー表示:一)							うすくちしょうゆ	2.5	3	㉑スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)							
							純正ごま油	0.6	0.7	㉒スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)							
							塩	0.09	0.1	㉓スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)							
							③ホワイトベース(レトルト) 生クリーム、小麦粉、でん粉(とうもろこし)、全粉乳、ホワイトルウ(小麦粉、なたね油)、チキンエキス、牛乳、ナチュラルチーズ、バター、食塩、砂糖、香辛料(ローレル)、水 (アレルギー表示:乳、小麦、鶏肉) ※えび、かに、卵、落花生			㉔スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)							
							④海藻サラダ わかめ、茎わかめ、赤かえでのり、糸寒天 (アレルギー表示:一)			㉕スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)							
							⑤とりささみチャンク 鶏肉(ささみ)、醸造酢、食塩、寒天、砂糖、オニオンパウダー、香辛料(こしょう)、pH調整剤、水 (アレルギー表示:鶏肉)			㉖スターチ、脱脂粉乳、ぶどう糖、食塩、砂糖、酵母エキス、たん白加水分解物(大豆)、全粉乳、野菜パウダー(玉ねぎ、かぼちゃ)、粉末植物油(パーム)、 香辛料、ポークエキスパウダー、増粘剤(加工でん粉)、調味料(アミノ酸等)、香料抽出物、カロテン色素 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆、豚肉)							

5月19日(月)		5月20日(火)		5月21日(水)		5月22日(木)		5月23日(金)	
白ごはん いものこ汁 磯香あえ いわしの梅煮		白ごはん とり肉のごまみそ煮 千切り大根のサラダ		白ごはん 高野豆腐の卵とじ ごぼうとハムの和え物		チーズパン(減量) ミートスパゲティ ツナサラダ		白ごはん 中華コーンスープ ホイコーロー	
精白米	70 90	精白米	70 90	精白米	70 90	①チーズパン	40 60	精白米	70 90
鶏肉 もも 皮つき	19 24	鶏肉 もも 皮つき	15 18	たまねぎ	30 37	カットスパゲティ	28 34	クリームコーン缶	26 32.5
たまねぎ	20 25	鶏肉 はねみ 皮なし	15 18	にんじん	23 28	豚ひき肉	28 35	①無塩せきバラベーコン短冊(真空)	8 10
椎茸スライス(干)	0.8 1	国産おろしにんにく	0.25 0.3	鶏肉 もも 皮つき	12 15	蒸し挽き割り大豆	5 6.5	にんじん	10 13
里いも(冷)3S	18 23	三角こんにやく(小)	25 31	鶏肉 はねみ 皮なし	12 15	にんじん	23 29	たまねぎ	30 37.5
豆腐	20 25	ごぼう(乱切り)	18 22	椎茸スライス(干)	1 1.2	たまねぎ	28 35	えのきたけ	10 12
きざみ揚げ(カット油揚げ)【2日①参照】	5 7	里いも(冷)2S	22 28	たけのこ缶	15 18	国内産マッシュルームスライス(レトルト)	8 10	チキンスープ【1日③参照】	7 8.4
だいこん	20 25	たけのこ缶	21 26	①凍り豆腐(サイの目)	6 7.5	トマトケチャップ【7日④参照】	18 20	中華用スープストック【1日④参照】	0.2 0.24
にんじん	10 12.5	にんじん	25 31	②かまぼこ(ピンク)	8 10	トマトピューレ	5 7	塩	0.15 0.18
ねぎ(冷凍)	3 3.8	(大冷)ミニ絹厚揚げ【9日①参照】	25 31	ほうれん草(カット)	13 16	②デミグラスソース	7 10	うすくちしょうゆ	3.5 3.7
にぼしパック	3 3.6	にら	2 2.5	液卵	30 37	ウスターソース【7日⑤参照】	1.8 2	こしょう	0.02 0.03
うすくちしょうゆ	5 6	サラダ油	1 1.2	サラダ油	1 1.2	赤ワイン	1.6 1.8		
酒	1 1.2	三温糖	1.84 2.2	三温糖	1.6 1.9	国産おろしにんにく	0.3 0.4	豚ももスライス	38 47
		すりみそ	6 7.2	みりん	0.9 1	塩	0.3 0.35	国産おろしにんにく	0.25 0.3
ほうれん草(カット)	15 18	酒	2 2.6	酒	0.9 1	こしょう	0.02 0.03	生姜	0.3 0.36
太もやし	25 30	濃口醤油	2 2.6	うすくちしょうゆ	5.4 6.5	洋風スープストック【8日②参照】	0.1 0.13	酒	1 1.2
①焼もみのり(3mm)	0.2 0.24	すりごま	2 2.4	塩	0.1 0.12	サラダ油	1 1.2	(大冷)ミニ絹厚揚げ【9日①参照】	25 30
うすくちしょうゆ	1.8 2			③和風だしの素	0.18 0.2			キャベツ	31 39
三温糖	0.4 0.6	千切り大根	3.5 4.5			ノンオイルまぐろチャンク【13日①参照】	10 12	たけのこ缶	10 12
純正ごま油	0.2 0.24	きゅうり	37 45	ごぼう(ささがき)	20 24	キャベツ	30 36	ピーマン	6 7.2
		①オーシャンキングほぐし身	8 10	ローズハムスライス(短冊)【1日⑤参照】	10 12	ミニブロッコリー	25 30	濃口醤油	1.5 1.8
②いわしの梅煮(津田商店)	50 50	ホールコーン缶	5 6	きゅうり	33 40	③おいしい日向夏ドレッシング	8 10	②トウバンジャン	0.04 0.05
①焼もみのり(3mm)		うすくちしょうゆ	3.5 4	④おいしい玉ねぎドレッシング	7.5 9.7	①チーズパン		③テンメンジャン(テーオー)	4 4.8
乾のり(アレルギー表示:ー) ※えび、かに		酢	2 2.4	①凍り豆腐(サイの目)		小麦粉、ショートニング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト、粉チーズ (アレルギー表示:小麦、乳)		赤みそ	1 1.2
		純正ごま油	0.4 0.5	丸大豆、豆腐用凝固剤、重曹(膨軟剤)、消泡剤 (アレルギー表示:大豆)				でんぷん	0.9 1
		L&Mノンエッグハーフ【1日⑥参照】	8 10			②デミグラスソース		純正ごま油	1 1.3
		塩	0.3 0.35			ブラウソルウ(小麦粉、ラード)、トマトペースト、ソートオニオン(たまねぎ・大豆油)、チキンエキス、人参、砂糖、酵母エキス、でん粉(とうもろこし)、食塩、香辛料(黒こしょう)、水 (アレルギー表示:小麦、鶏肉) ※えび、かに、卵、乳成分、落花生		①無塩せきバラベーコン短冊(真空)	
		こしょう	0.01 0.01					豚ばら肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス) (アレルギー表示:豚肉)	
		①オーシャンキングほぐし身(糸かまぼこ)		②かまぼこ(ピンク)		③おいしい日向夏ドレッシング		②トウバンジャン	
		たら、ほき、食塩、砂糖、発酵調味料、でん粉(とうもろこし)、たん白加水分解物(かつおエキス)、還元水あめ、植物油脂(エゴマ)、加工でん粉、着色料(紅麴)、乳化剤(グリセリン脂肪酸エステル)、水 (アレルギー表示:ー)		魚肉(タラ)、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、みりん、食塩、着色料(コチニール) (アレルギー表示:ー) ※えび、かに		食用植物油脂(なたね、大豆)、日向夏みかん果汁、調味酢(小麦)、しょうゆ(小麦、大豆)、調味料(アミノ酸等)、カラシ抽出物(大豆) (アレルギー表示:小麦、大豆)		塩蔵唐辛子、さら豆加工品、乾燥唐辛子、食塩、酒精、酸化防止剤(ビタミンC) (アレルギー表示:ー)	
				③和風だしの素				③テンメンジャン(テーオー)	
				砂糖、食塩、風味原料(かつお節粉末、かつお節エキス、かつおエキス、こんぶエキス)、たん白加水分解物、調味料(アミノ酸等) (アレルギー表示:ー)				砂糖、みそ(大豆)、なたね油、しょうゆ(小麦、大豆)、大麦粉、食塩、水 (アレルギー表示:小麦、大豆)	
				④おいしいたまねぎドレッシング					
				調味酢、しょうゆ(小麦、大豆)、食用植物油脂(大豆、なたね)、玉ねぎ、砂糖、椎茸、かつおだし(豚肉)、にんにく (アレルギー表示:小麦、大豆、豚肉)					

5月26日 (月)		5月27日 (火)		5月28日 (水)		5月29日 (木)		5月30日 (金)		
白ごはん さわにわん あじそぼろ丼		白ごはん 五目豆 土佐酢和え ひじきのり		青菜ごはん (減量) ちゃんぽん きゅうりのあえもの 春巻き		コッペパン 豚肉とマカロニのトマト煮 グリーンサラダ		白ごはん じゃがいものみそ汁 れんこんのきんぴら		
精白米	70 90	精白米	70 90	精白米	60 80	①乾燥大根葉	コッペパン【1日①参照】	50 70	精白米	70 90
豚ももスライス	12 15	サラダ油	1 1.25	①乾燥大根葉	1.8 2.2	大根葉、ぶどう糖、食塩 (アレルギー表示:ー)	豚ももスライス	30 36	じゃがいも	35 44
酒	0.8 1	鶏肉 もも 皮つき	20 24	②麺始め チャンポン麺	43 53		無塩せきバラベコン短冊 (真空) 【23日①参照】	5 6	たまねぎ	28 33.6
たまねぎ	20 24	酒	1 1.2	豚ももスライス	17 20		たまねぎ	35 42	小松菜 (3cmカット)	8 10
にんじん	10 12	じゃがいも	38 48	サラダ油	1.2 1.4		にんじん	24 29	えのきたけ	8 10
たけのこ缶	12 15	(大冷) ミニ絹揚げ【9日①参照】	22 27	かまぼこ (ピンク) 【21日②参照】	20 24	②麺始めチャン	しめじ	15 18	ごぼう (ささがき)	10 12
ごぼう (ささがき)	12 15	冷凍大豆 (煮大豆)	22 27	太もやし	23 29	ポン麺	トマトダイス缶	20 24	豆腐	20 25
里いも (冷) 3S	20 25	三角こんにやく (小)	20 25	にんじん	20 24	小麦粉、小麦たん	蒸し白いんげん豆	8 10	きざみ揚げ (カット油揚げ) 【2日①参照】	5 6
豆腐	20 24	ごぼう (乱切り)	20 25	椎茸スライス (干)	1 1.2	白、かんすい、	エルボマカロニ	15 18	煮干だし (片口いわし) 不織布袋入り	3 3.6
ねぎ類 こねぎ 葉、生	2.2 2.8	にんじん	24 30	たまねぎ	20 24	カロチノイド色	ウスターソース【7日⑤参照】	1.8 2.2	すりみそ	10 12
うすくちしょうゆ	4.8 5.8	野菜昆布五分角切 (2cm角)	0.5 0.6	ねぎ (冷凍)	3 3.6	素、調整水 (ア	三温糖	0.5 0.6		
煮干だし (片口いわし) 不織布袋入り	3 3.5	いんげん (ホール)	6 7.5	チキンスープ【1日③参照】	5 6	アレルギー表示:	塩	0.3 0.36	にんじん	10 12
塩	0.11 0.17	三温糖	1.8 2.2	③上々豚清湯 (豚骨スープ)	10 12	小麦)	トマトケチャップ【7日④参照】	6 7	豚ももスライス	30 37
		うすくちしょうゆ	3.1 3.7	中華用スープストック【1日④参照】	0.3 0.4		デミグラスソース【22日②参照】	2.5 3	れんこん (薄切り)	24 29
あじほぐし身	20 24	濃口醤油	2 2.4	うすくちしょうゆ	5.5 6	③上々豚清湯	トマトピューレ	5 6	突きこんにやく	13 16
①そぼろ玉子 (大商)	30 35	みりん	0.7 0.8	こしょう	0.03 0.04	(豚骨スープ)	サラダ油	0.6 0.9	青まめ	10 12
青まめ	17 21			塩	0.25 0.3	豚骨抽出エキ	①北海道シュレッドチーズ	3 3.6	いりごま	1 1.2
ホールコーン缶	10 12	きゅうり	42 50			ス (アレルギー			純正ごま油	1 1.2
サラダ油	0.8 0.9	たまねぎ	16 20	きゅうり	35 42	ギー表示:豚	ミニブロッコリー	27 34	三温糖	2 2.4
生姜	1 1.2	オーシャンキングほぐし身【20日①参照】	10 12	④ノンオイル青じそドレッシング	3.5 4.2	肉)	キャベツ	23 29	濃口醤油	4 4.8
うすくちしょうゆ	1.3 1.6	花かつおきざみ【14日①参照】	0.4 0.5	⑤春巻きFe (米粉入り)	35 50		ノンオイルまぐろチャック【13日①参照】	8 10	みりん	0.6 0.7
濃口醤油	2 2.4	酢	2.7 3.2	大豆白絞油缶	4.2 6		青まめ	10 12		
三温糖	1.9 2.28	三温糖	1.7 2	④ノンオイル青じそドレッシング			三温糖	1 1.2		
酒	1 1.2	うすくちしょうゆ	2.7 3.2	ぶどう糖果糖液糖、しょうゆ、醸造酢、調味液 (かつお節だし、			酢	3 3.6		
		塩	0.08 0.1	醸造酢、食塩)、米発酵調味料、食塩、こんぶだし、はくさいエ			レモン汁 (ポッカレモン)	0.2 0.24		
①そぼろ玉子 (大商)		①Feひじきのり	10 10	キス、かつお節エキス、オニオンエキス、塩蔵青じそ、酵母エ			うすくちしょうゆ	2.3 2.8		
鶏卵、だし汁 (醤油 (小麦、大豆)、糖類、かつおエキス、煮干しエキス、食塩)、でん粉 (コーンスターチ)、砂糖、食塩、植物油脂 (なたね) (アレルギー表示:卵、小麦、大豆)		①Feひじきのり		キスパウダー、香辛料 (とうがらし)、調味料 (アミノ酸)、香料、水 (アレルギー表示:小麦、大豆)						
		糖類 [水あめ、砂糖] 醤油 (小麦、大豆)		⑤春巻きFe (米粉入り)						
		みりん、のり、ひじき、にぼし、かつお、増粘多糖類、ヘム鉄、水 (アレルギー表示:小麦、大豆) ※のりの採取の際にえび、かにが混ざる可能性があります。		豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、植物油脂 (大豆)、豚脂、しょうゆ (小麦、大豆)、小麦粉、ショートニング (大豆)、はるさめ、でん粉、しょうがペースト、ポークブイヨン、ポークエキス、発酵調味料、酵母エキス、砂糖、乾燥しいたけ、たん白加水分解物 (小麦)、香辛料、皮 (小麦粉、植物油脂 (大豆)、米粉、粉あめ、ショートニング (大豆)、食塩、ソルビトール、乳化剤、クエン酸鉄Na、増粘剤 (キサンタンガム) 水) (アレルギー表示:小麦、豚肉、大豆)						
							①北海道シュレッドチーズ			
							ナチュラルチーズ (生乳・食塩)、セルロース (アレルギー表示:乳)			