10月1日(水) 624kcal ごはん 牛乳 さつまいものみそ汁 ちくわとごぼうのきんぴら		10月2日(木) 656kcal 食パン		10月3日(金) 65	53kcal	10月6日(月) 66	8kçal	10月7日(火) 641	kcal	10月8日(水) 66	0kcal
				ごはん		わかめご飯	<u>onou</u>	いもころごはん		ではん	
		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
		コーンスープ チキン南蛮		いももち汁 ぶりのピリ辛照り焼き		レタススープ カレー肉まん		月見汁 さんまの大根おろしがけ		マーボー豆腐 バンサンスー	
(1)221270027009		タルタルソース		ふりのとり主張り焼き		ND-MAN		さんより入根のうじがり		70900	
食品名 米	1人分量	食品名食パン60g	1人分量	食品名	1人分量	食品名 米	1人分量	食品名 米	1人分量	食品名 米	1人分
						か 炊き込みわかめ	2.50	もち米	10.00	,	
牛乳	206.00	* 牛乳	206.00	* 牛乳	206.00	* 牛乳	206.00	さつまいも 酒	30.00 2.00	* 牛乳	206.
さつまいも	30.00	豚肉	10.00	いももち	30.00			* こい口しょうゆ	3.00		24.
<u>たまねぎ</u> 油あげ	20.00 5.00	クリームコーン ホールコーン	30.00 15.00	豚肉 にんじん	15.00 10.00	<u>鶏肉</u> たまねぎ	10.00 15.00	しお ひまわり油	0.20 0.40	<u>土しょうが</u> おろしにんにく	0.
カットわかめ	0.50	たまねぎ	25.00	たまねぎ	20.00	レタス	15.00	黒いりごま	0.60	トウバンジャン	0
青ねぎ 町内産みそ	5.00 7.00	じゃがいも にんじん	15.00 10.00		2.50 1.70		10.00 8.00	* 牛乳	206.00	<u>ひまわり油</u> 豆腐 (冷)	92
甘みそ けずりぶし	3.00 2.00	パセリ しお	0.50 0.50	* うす口しょうゆ	2.00 0.12	豆腐(冷) 青ねぎ	5.00 3.00	うずら卵	25.00	たまねぎ タケノコ(水煮)	40 9
水	150.00	こしょう	0.02	けずりぶし	2.00	しお	0.45	にんじん	10.00	にんじん	9
豚肉	30.00	* うす口しょうゆ チキンブイヨン	2.00 4.00	水	110.00	こしょう * うすロしょうゆ	0.02 2.50	<u>たまねぎ</u> 青ねぎ	15.00 4.00		0
ちくわ	15.00	水	80.00		50.00	チキンブイヨン	5.00	* うす口しょうゆ	3.50	★ 町内産みそ	2
<u>にんじん</u> ごぼう	25.00 10.00	* 鶏肉手切皮なし	60.00	* こい口しょうゆ 酒	1.50 1.50	水	130.00	みりん しお	0.50 0.40		1
三温糖	1.30	酒	1.10	* 小麦粉	4.00		25.00	けずりぶし	2.00	* こい口しょうゆ	2
<u>こい口しょうゆ</u> みりん	3.60 0.50	<u>しお</u> でん粉	0.25 4.50	酒	4.00 2.00	青ねぎ	1.00 2.00	水	170.00	オイスターソース	2
ひまわり油 白いりごま	1.00	<u>揚げ油</u> * こいロしょうゆ	3.00	<u>みりん</u> 三温糖	4.00 0.50	* こい口しょうゆ 酒	2.00 0.50	さんま開き 大根	40.00 20.00		0
10.96	1.00	酢	1.10	とうがらし粉	0.01	三温糖	0.70	* こい口しょうゆ	3.50	チキンブイヨン	4
-		<u>三温糖</u> とうがらし粉	2.20 0.05	40.00	1 1 = 141	<u>カレー粉</u> しお	0.20 0.10	<u>みりん</u> でん粉	1.20 0.60	水	24
777		水	2.00		:くとう ばん <b>&gt;!!! 玩</b>	こしょう ごま油	0.02	だし汁	2.30		6
		タルタルソース	8.00	えい せい給食	番色	こま油 <mark>蒸しパン小麦粉</mark>	0.50 35.00	(		緑豆はるさめ チンゲン菜	5 17
136				Y-1=71		カレー粉	0.30	お月見献立		にんじん 三温糖	15
				المناك	L77	<u>水</u> マフィンカップ	30.00 1.00	<b>~</b>	<del>-</del> -	* こい口しょうゆ	3
										<u>酢</u> ごま油	0
T Or in	**************************************	」の[数]、と書	117	+00 F		幼稚園・中学校 糸	合食なし	中学校 給食な	L E	С 8 ///	ď
( T. 12 1 ) .	1111	「さんま」		+ \\ \/\/\/\/\/\/\/\/\/\/\/\/\/\/\/\/\/\	))					b ·	せい
		10763		1 / 2-	<b></b>			あき	み かく	171 VE 1	
無にもしゅんがあるA	はだ とく					ラ月の たべもの さ	Ь∃	こ さんまはまさに萩の ▶ 塩やきにして、だいこん	味覚!	CONDIFERE	
有名なのは、萩のさ		A 🚜 /	103							たべまし	トウ
で書くと、「萩にお	いしくて	19 110	Jus		Re \	しやすだちなどをし	ぼって食べる	iと、とってもおいしいです:	ね。 _ [	72 10 0	<i>5 - - - - - - - - - -</i>
覚の形ににている魚」	というこ		0/	2				おさしみ、おすし、開きに	してー		
が分かりやすいね。	/-	M8 1 5	1 1	Jan Jan	2	夜ぼしにするなど、し				die	
徳にも、驚へんの漢	学はたく	The State of the s	tur		7	ほねをじょうずに	はずしながら	養べてくださいね!		-	3
徳にも、麓へんの漢 さんありますよ。麓へん	んの漢字	* \$3	10	(1 ° H)	1 2 m				_		*
を調べてみよう!		- War Nage College	IIII M								< 11a
		A STATE OF THE STA	2	9 1 11	1						ン川
	0	0000	JEEP (	<del>}                                    </del>		0 000	$\mathcal{D} \bigcirc \mathcal{C}$	0 @ O @	100		
) w				却合に上り 合材や	計立が亦画に	なる場合があります。ご	マ私ノださい	. ξ			
シ 9 I N 日	ン よって <b>_</b>	いこんだてひょう と <b>献立表</b>	C PAGE			より等もあわせてご確認		`° **	recipion 1		- 11
	する	E鮲立表	(See )		うした	きわら <u>ちょ</u> うりつ がっこ	うきゅうしょくきょ	1 × 1 5 ± 1 9 0 ± 1	שרטים ל		Ш
W. A.			500	)	宇治	<b>台田原町立</b> 学科	交給食共	記言 記述 場 電視	3		
10月9日(木) 567	kcal	10月10日(金) 58	34kcal	10月14日(火) 6	17kcal	10月15日(水) 54	l0kcal	10月16日(木) 660	Okcal	10月17日(金) 68	86kcal
型コッペパン		ばら寿司		ごはん		ごはん		バーガーパン		麦ごはん	
-乳 ほきそば		牛乳 吉野汁		牛乳 大根のみそ汁		牛乳 筑前煮		牛乳 ABCスープ		牛乳 チキンカレー	
はとツナのサラダ		甘酢和え		高野豆腐の煮物		白菜と水菜の即席漬け		白身魚のフライ		フルーツポンチ	
	14 =						[, , =	ボイルキャベツ	1,		12
食品名 食品名 小型コッペパン	1人分量	食品名	1人分量 75.00		1人分量		1人分量	食品名 バーガーパン	1人分量	食品名	1人分
		にんじん	10.00							麦	13
牛乳	206.00	<u></u>   高野豆腐	0.70 1.30	* 牛乳	206.00	* 牛乳	206.00	* 牛乳	206.00	* 牛乳	206.
	25.00	酒	3.00		18.00		30.00		3.00		
		だしこんぶ	0.50	油あげ にんじん	10.00 8.00		0.30 10.00	<u>* ショルダーベーコン</u> にんじん	10.00 15.00	<u>鶏肉</u> しお	50
豚肉	20.00 10.00	上日糠	5.00								11
<u>豚肉</u> いか にんじん	10.00 15.00	上白糖 酢	5.00 10.00	たまねぎ	20.00		10.00	たまねぎ	20.00		0
豚肉 いか にんじん たまねぎ	10.00	酢 しお	5.00	たまねぎ チンゲン菜		にんじん		たまねぎ キャベツ	20.00 15.00 0.80	カレー粉	0
豚肉 いか にんじん たまねぎ キャベツ 太もやし	10.00 15.00 30.00 50.00 17.00	酢 しお * さば水煮缶 三温糖	5.00 10.00 0.80 20.00 2.00	たまねぎ チンゲン菜 カットわかめ * 町内産みそ	20.00 8.00 0.35 8.00	にんじん ごぼう タケノコ(水煮)	10.00 25.00 20.00 18.00	たまねぎ キャベツ しお こしょう	15.00 0.80 0.03	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく	0 0 1 0
豚肉 いか にんじん たまねぎ キャベリ 太もやし ピーマン	10.00 15.00 30.00 50.00	酢 しお * <mark>さば水煮缶</mark> 三温糖 酒	5.00 10.00 0.80 20.00	たまねぎ チンゲン菜 カットわかめ	20.00 8.00 0.35	にんじん ごぼう	10.00 25.00 20.00	たまねぎ キャベツ しお こしょう	15.00 0.80	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが	0 0 1 0 0
豚肉 いか にんじん たまねぎ キャベツ 太もやし ピーマン ウスターソース トンカッソース	10.00 15.00 30.00 50.00 17.00 10.00 4.20 7.60	酢 しお * さば水煮缶 三温糖 酒 * こいロしょうゆ	5.00 10.00 0.80 20.00 2.00 1.00 0.80	たまねぎ チンゲン菜 カットわかめ * 町内産みそ 甘みそ	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00	にんじん ごぼう タケ/コ (水煮) 三度豆 (冷) こんにゃく 三温糖	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00	たまねぎ キャベツ しお こしょう でしょうゆ でん粉 チキンブイヨン	15.00 0.80 0.03 1.50 1.00 6.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが ターメリック クミン	0 0 1 0 0 0
豚肉 いか にんじん たまねぎ キャベツ 太もやマン ウスターソース トンカッソース 焼きそばソース	10.00 15.00 30.00 50.00 17.00 10.00 4.20	酢 しお * さば水煮缶 三温糖 酒 * こいロしょうゆ * 牛乳	5.00 10.00 0.80 20.00 2.00 1.00	たまねぎ チンゲン菜 カットわかめ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし 水	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00 3.00	にんじん ごぼう タケ/コ (水煮) 三度豆 (冷) こんにゃく 三温糖 * こいロしょうゆ	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00	たまねぎ キャベツ しよう こしょう ・うすロしょうゆ でん粉 チキンブイヨン 水	15.00 0.80 0.03 1.50 1.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが ターメリック クミン セロリー ひまわり油	0 0 1 0 0 0 0 0 0
豚肉 いか にんじん たまねざ キャベツ 太もやし ウスターソース トンカツソース 焼きお こししょう	10.00 15.00 30.00 50.00 17.00 10.00 4.20 7.60 3.00 0.80	酢 しお *さば水煮缶 三温糖 酒 *こいロしょうゆ *牛乳 絹厚あげ	5.00 10.00 0.80 20.00 1.00 0.80 206.00	たまねぎ チンゲン菜 カットわかめ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし 水 鶏肉 高野豆腐	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00 130.00 10.00 12.00	にんじん ごぼう タケ/ユ(水煮) 三度豆(冷) こんにゃく 三温糖 * こいロしょうゆ みりん しお	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00 1.90 5.40 0.30	たまねぎ キャベツ しお こしょう * うすロしょうゆ でん粉 チキンブイヨン 水	15.00 0.80 0.03 1.50 1.00 6.00 120.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが ターメリック クミン セロリー ひまわり油 にんじん	0 0 1 0 0 0 0 0 0 2 0
豚肉 いか にんじん たまれず キャペツ 太もやし ピーマン ウスターソース トンカツソース 焼きそばソース しお こしょう ひまわり油	10.00 15.00 30.00 50.00 17.00 10.00 4.20 7.60 3.00 0.80	酢 しお * さば水煮缶 三温糖 酒 * こいロしょうゆ * 牛乳	5.00 10.00 0.80 20.00 2.00 1.00 0.80	たまねぎ チンゲン菜 カットわかめ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし 水	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00 3.00 130.00	にんじん ごぼう 外/2(灰煮) 三度豆(冷) こんにゃく 三温糖 * こいロしょうゆ みりん しお けずりぶし	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00 1.90 5.40	たまねぎ キャベツ しよう こしょう ・うすロしょうゆ でん粉 チキンブイヨン 水	15.00 0.80 0.03 1.50 1.00 6.00 120.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが ターメリック クミン セロリー ひまわり油 にんじんと たまねぎ じゃがいも	0 0 0 1 0 0 0 0 0 2 2 20 50
豚肉 いか にんじん たまねぎ キャベツ 太もやし ピーマン ウスターソース トンカッソース	10.00 15.00 30.00 50.00 17.00 10.00 4.20 7.60 3.00 0.80 0.05	酢 しお * さば水煮缶 三温糖 酒 * こいロしょうゆ * 牛乳 網厚あげ * 鶏肉手切皮なし 鶏肉	5.00 10.00 0.80 20.00 1.00 0.80 206.00 20.00 20.00 0.50 0.10	たまねぎ チンゲン菜 カットかめ ★ 町内産みそ 甘みそ けずりぶし 水 鶏肉 高野豆腐 にんじん 三度豆(冷) 三温糖	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00 130.00 10.00 12.00 6.00 3.00	にんじん ごぼう 外21(水煮) 三度豆(冷) こんにゃく 三温糖 * こいしょうゆ みりん しお けずりぶし 水	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00 1.90 5.40 0.30 0.05 1.00	たまねぎ キャペツ しよう ・ うすロしょうゆ でん粉 チキンブイヨン 水 白身魚フライ ウスターソース 揚げ油	15.00 0.80 0.03 1.50 6.00 120.00 60.00 3.00 5.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが ターメリック クミン セロリー ひまわり油 にんじん たまねざいも おろしりんご	0 0 0 0 0 0 0 0 2 0 2 0 2 0 5 0 5 0 0 0 0
豚肉 いかじん たまれず キャペー とディース ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	10.00 15.00 30.00 50.00 17.00 10.00 4.20 7.60 3.00 0.80 0.05 1.00 1.00 0.50	酢 しお *さば水煮缶 三温糖 *こいロしょうゆ *牛乳 網厚あげ *鶏肉手切皮なし 酒 しお でん粉 はくさい	5.00 10.00 0.80 20.00 1.00 0.80 206.00 20.00 20.00 20.00 0.50 0.10 1.00	たまねぎ チンゲン菜 カットわかめ * 町内産 甘みそ けずりぶし 水 鶏肉 高野豆腐 にんじ豆 にんじ豆 三 温糖 ようす口しょうゆ	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00 130.00 10.00 12.00 6.00 3.00 0.10 4.00	にんじん ごぼう 外/2(水煮) 三度豆(冷) こんにゃく 三温糖 * こいロしょうゆ みりん しお けずりぶし 水	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00 1.90 5.40 0.30 0.05	たまねぎ キャベツ しお こしょう * うすロしょうゆ でん粉 チキンブイヨン 水 白身魚フライ ウスターソース	15.00 0.80 0.03 1.50 1.00 6.00 120.00 60.00 3.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが ターメリック クミン セロリー ひまわり油 にんじん たまねぎ じゃがいもご おろしりんご カレー粉	0 0 0 0 0 0 0 0 2 2 0 50 50 50 50
豚肉 いか にんじん たまねぎ キャベツ 太もやマン ウスターソース トンカーばソース 焼きそ しこしまか しこしまか しまり おかか 大根 あり	10.00 15.00 30.00 17.00 10.00 4.20 7.60 3.00 0.80 0.05 1.00 0.50	酢 ・さば水煮缶 三温糖 * こいロしょうゆ * 牛乳 網厚あげ * 鶏肉 しお でん粉 はくさい にんじん	5.00 10.00 0.80 20.00 1.00 0.80 206.00 20.00 20.00 0.50 0.10 1.00	たまねぎ チンゲン菜 カットかめめ ★ 町内産みそ けずりぶし、水 鶏肉 高野の豆腐 に皮豆(冷) 三温糖 しようゆ * こいロしょうゆ * こいロしょうゆ	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00 130.00 10.00 12.00 6.00 3.00 0.10 4.00 0.40	にんじん ごぼう 外/コ(水煮) 三度豆(冷) こんにゃく 三温糖 * こいロしょうゆ みりん しお けずりぶし 水 はくさい 水薬 塩ふき昆布	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00 1.90 5.40 0.30 0.05 1.00 55.00	たまねぎ キャベツ しよう * うすロしょうゆ でん粉 チキンブイヨン 水 白身魚フライ ウスターソース 揚げ油	15.00 0.80 0.03 1.50 6.00 120.00 60.00 3.00 5.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが ターメリック クミン セロリー ひまわり油 にんじん たまねぎ じゃがしり おろしりかご カレーヤップ チャッネ	0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 2 0 0 5 0 5 0 5 0 0 0 0
豚肉 いかじん にたまれる たちゃべし アクトンカー はおして いったい はおい にかられる にかられる にかられる にかられる にかられる にかられる にいる にかられる にいる にいる にいる にいる にいる にいる にいる にいる にいる にい	10.00 15.00 30.00 50.00 17.00 10.00 4.20 7.60 3.00 0.80 0.05 1.00 1.00 0.50	酢 しお * さば水煮缶 三温糖 酒 * こいロしょうゆ * 牛乳 網厚あげ * 鶏肉手切皮なし 酒しお でん粉 はくさい にんじん 青ねぎ	5.00 10.00 0.80 20.00 1.00 0.80 206.00 20.00 20.00 20.00 0.50 0.10 1.00	たまねぎ チンゲン数 カットかめ * 町内そ 甘みそ けずりぶし 水 鶏肉 高野豆腐 にんじしん 三度湿 もうすロしょうゆ * こいりん 酒	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00 130.00 10.00 12.00 6.00 3.00 0.10 4.00	にんじん ごぼう 外/コ(水煮) 三度豆(冷) こんにゃく 三温糖 * こいロしょうゆ みりん しお けずりぶし 水 はくさい 水菜 塩ふき昆布	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00 1.90 5.40 0.30 0.05 1.00 55.00	たまねぎ キャベツ しよう * うすロしょうゆ でん粉 チキンブイヨン 水 白身魚フライ ウスターソース 揚げ油	15.00 0.80 0.03 1.50 6.00 120.00 60.00 3.00 5.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが ターメリック クミン セロリー ひまわり油 にんじん たまねぎ じゃがいも おろしりんご カレー粉 ケチャップ	0 0 0 0 0 0 0 0 2 2 0 50 50 50 50 3 3
豚肉 いかじん にたまれ やいたい にたまれ やいし にたまれ やいし にたまな ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	10.00 15.00 30.00 50.00 17.00 10.00 4.20 7.60 3.00 0.80 0.05 1.00 0.50 35.00 10.00 10.00 0.10	酢 しお * さば水煮缶 三温糖 酒 * こいロしょうゆ * 牛乳	5.00 10.00 0.80 20.00 1.00 0.80 206.00 20.00 20.00 0.50 0.10 1.00 30.00 10.00 5.00 0.20	たまねぎ 菜 カットかめ * 町内産み † けずりぶし 水 鶏肉 高野豆腐 にんじん にこ (冷) 三 温糖 しょうゆ * こいりん 酒	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00 130.00 10.00 12.00 6.00 3.00 0.10 4.00 0.40 1.20	にんじん ごぼう ケ/ユ(水煮) 三度豆(冷) こんにゃく 三温糖 *こいロしょうゆ みりん しお けずりぶし 水 はくさい 水菜 塩ふき昆布 白いりごま	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00 1.90 5.40 0.30 0.05 1.00 55.00	たまねぎ キャベツ しよう * うすロしょうゆ でん粉 チキンブイヨン 水 白身魚フライ ウスターソース 揚げ油	15.00 0.80 0.03 1.50 6.00 120.00 60.00 3.00 5.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが ターメリック クミン セロリー ひまわり油 にんじん たまねがいしん たまおがいしん カレヤッネ ウスターレー カルダモン	0 0 0 0 0 0 0 0 2 2 0 50 50 5 0 3 3 3 2 2 2 2 2 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0
豚肉いかにんじんにまれずいというに、いんじんだったまれずいというになった。 マーマース・カース サーン・カース 大きさい しょう いましょう いましょう ひましょう がり かんしゃく おくり はんしゃく はんしゃ	10.00 15.00 30.00 17.00 10.00 4.20 7.60 0.80 0.05 1.00 0.50 35.00 10.00 10.00 0.10	酢しお *さば水煮缶 三温糖 * こいロしょうゆ * 牛乳 網厚あげ * 鶏肉手切皮なし 酒したお はくさい にんじん 青ねお * うすロしょうゆ	5.00 10.00 0.80 20.00 1.00 0.80 206.00 20.00 0.50 0.10 1.00 30.00 0.20 0.20 0.20 0.20	たまねぎ チンゲンかめ ★ 町内を 甘みそ けずりぶし 水 鶏肉 高野豆腐 にん皮豆ん 三度糖 しようゆ * こいりん 酒 だし汁	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00 130.00 10.00 12.00 6.00 6.00 3.00 0.10 4.00 0.40 0.40 0.40 0.80	にんじん ごぼう ケ/ユ(水煮) 三度豆(冷) こんにゃく 三温糖 *こいロしょうゆ みりん しお けずりぶし 水 はくさい 水菜 塩ふき昆布 白いりごま	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00 1.90 5.40 0.30 0.05 1.00 55.00	たまねぎ キャベツ しよう * うすロしょうゆ でん粉 チキンブイヨン 水 白身魚フライ ウスターソース 揚げ油	15.00 0.80 0.03 1.50 6.00 120.00 60.00 3.00 5.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが ターメリック クミン セロリー ひまわり油 にんじん たまねざいもんご おろしり粉 ケチャップ チャツネ ウスターソース * こいロしょうゆ	0 0 0 1 0 0 0 0 2 2 0 0 5 5 0 5 0 5 0 0 0 2 2 0 0 0 0
豚肉 いかじん にますべい にたまな やサン ・	10.00 15.00 30.00 50.00 17.00 10.00 4.20 7.60 3.00 0.80 0.05 1.00 0.50 35.00 10.00 10.00 0.10	酢しお * さば水煮缶 三温糖 * こいロしょうゆ * 牛乳  網厚あげ * 鶏酒しお でんくさい にんしぎ しお にんじが 青ねお もうすいしょうゆ * こうゆ	5.00 10.00 0.80 20.00 1.00 0.80 206.00 20.00 20.00 0.50 0.10 1.00 5.00 0.20 30.00 0.20 30.00	たまねぎ チンゲンかめ ★ 町内を 甘みよりボートを はずり、水 鶏肉 豆の (冷) 三度糖 しょうゆ ・ こいん みりん でしょうゆ みりん でしょうゆ かりん 西しょうか みりん でしょうか から でした。	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00 130.00 10.00 6.00 3.00 0.10 4.00 0.40 1.20 0.80 50.00	にんじん ごぼう 外/ユ(水煮) 三度豆(冷) こんにゃく 三温糖 * こいりしょうゆ みりん しお けずりぶし 水 はくさい 水菜 塩ふき昆布 白いりごま	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00 1.90 5.40 0.30 0.05 1.00 55.00	たまねぎ キャベツ しよう * うすロしょうゆ でん粉 チキンブイヨン 水 白身魚フライ ウスターソース 揚げ油	15.00 0.80 0.03 1.50 6.00 120.00 60.00 3.00 5.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろしいが ターメック クミンリー セリョカリ油 にんはおじん たまがいんん だおおしり カレチャッネ ウスターと サーマンネース * こいがラム カルチスローと カルチスローと カルダーフリー カーフリー カーフト カーフト カーフト カーフト カーフト カーフト カーフト カーフ	0 C C C C C C C C C C C C C C C C C C C
太もやし ピーマン ウスターソース トンカッソース 焼きそばソース しお こしょう ひまわり油 紅しょうが 粉かつお 大根 きゅうり	10.00 15.00 30.00 50.00 17.00 10.00 4.20 7.60 3.00 0.80 0.05 1.00 0.50 35.00 10.00 10.00 0.10	酢しお** * さば水煮缶 三温糖 * こはは糖 * こい口しょうゆ * 牛乳	5.00 10.00 0.80 20.00 1.00 0.80 206.00 20.00 0.50 0.10 1.00 30.00 0.20 0.20 0.20 0.20	たまねぎ チンゲン対かめ * 町内みそ けずりがより 水 鶏肉 高野豆じん 三度豆 にして ここと にして にして にして にして にして にして にして にして	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00 130.00 10.00 12.00 6.00 3.00 0.10 4.00 0.40 1.20 0.80 50.00	にんじん ごぼう 外は(水煮) 三度豆(冷) こんにゃく 三温糖 *こいしょうゆ みりん しおけずりぶし 水 はくさい 水菜 塩ふき昆布 白いりごま	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00 1.90 5.40 0.30 0.05 1.00 55.00	たまねぎ キャベツ しよう * うすロしょうゆ でん粉 チキンブイヨン 水 白身魚フライ ウスターソース 揚げ油	15.00 0.80 0.03 1.50 6.00 120.00 60.00 3.00 5.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろししょうが ターメリック クミン セロまわり油 にんじれる おひしか たまねがいもん おひしり ケチャッネ ウスターソース * こいログママサラ しお	0 0 0 11 0 0 0 0 2 2 0 5 5 5 5 0 2 2 2 2 2 2 2 2
豚肉いかにんじんにまれずいというに、いんじんだったまれずいというになった。 マーマース・カース サーン・カース 大きさい しょう いましょう いましょう ひましょう がり かんしゃく おくり はんしゃく はんしゃ	10.00 15.00 30.00 50.00 17.00 10.00 4.20 7.60 3.00 0.80 0.05 1.00 0.50 35.00 10.00 10.00 0.10	酢しお * さば水煮缶 三温糖 * こい口しょうゆ * 牛乳 ・ 編厚あげ なし ・ 鶏肉手切皮なし ・ 酒しお ・ でんなさい にんじん ・ 青ねぎ ・ こいり ぶし ・ まり しょうゆ ・ こいずり ぶし ・ オ	5.00 10.00 0.80 20.00 1.00 0.80 206.00 20.00 20.00 0.50 0.10 1.00 5.00 0.20 0.20 0.20 0.20 0.20 0.20 0	たまねぎ チンゲン対かめ * 町内みそ けずりがより 水 鶏肉 高野豆じん 三度豆 にして ここと にして にして にして にして にして にして にして にして	20.00 8.00 0.35 8.00 3.00 130.00 10.00 12.00 6.00 3.00 0.10 4.00 0.40 1.20 0.80 50.00	にんじん ごぼう 外/ユ(水煮) 三度豆(冷) こんにゃく 三温糖 * こいりしょうゆ みりん しお けずりぶし 水 はくさい 水菜 塩ふき昆布 白いりごま	10.00 25.00 20.00 18.00 5.00 30.00 1.90 5.40 0.30 0.05 1.00 55.00	たまねぎ キャベツ しよう * うすロしょうゆ でん粉 チキンブイヨン 水 白身魚フライ ウスターソース 揚げ油	15.00 0.80 0.03 1.50 6.00 120.00 60.00 3.00 5.00	カレー粉 赤ワイン おろしにんにく おろしいっか クラミン セロリカリ油 にんまがいりん たまがいしんだまがいしんが カレチャッネ ウこいがマスロリギーン カルチャット カルディント カルデースト カースト カースト カースト カースト カースト カースト カースト カ	0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 20.0 50.0 50



洗おう



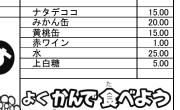
うじたわらの日 献立 

## | 翼 実りの獣をいわおう!

れます。
できたばかりのお米を使ってちらしずしをつくったり、いろんな地いきならではのでんとう資もつくられます。みなさんのおうちでも、
秋まつりのでんとう資を楽しんでね!









10月20日(月) 660kcal		10月21日(火) 611kcal		10月22日(水) 651kcal		10月23日(木) 625kcal		10月24日(金) 662kcal		10月27日(月) 671kcal	
ゆかりご飯 ごはん		ごはん	麦ごはん			味付けパン		チャーハン		ごはん	
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
わかめスープはも団子のすまし汁			タコミートソース		鶏ごぼうスープ		豚肉のしょうがスープ		カラフルすまし汁		
		魚のお茶風味パン粉焼き		ボイルキャベツ							
カレー肉まん		黒のお条風味ハン材焼さ				まめまめサラダ		揚げギョウザ		酢鶏	
<b>Ф</b> 1 <b>2</b>	11178	<b>△</b> □ <b>A</b>	[4][八日	スライスチーズ	11111	<b>△</b> □ <i>b</i>	11178	<b>☆</b> □ <b>4</b>	111 1 1 1	<b>Д</b>	11178
食品名	1人分量		1人分量	食品名	1人分量		1人分量	食品名* 焼き豚	1人分量	食品名	1人分量
しお	0.20	木	80.00	麦	13.00	味刊リハン	60.00	<u>* 焼き豚</u> たまねぎ	10.00	*1*	80.00
 酒	2.00	* 牛乳	206.00	- 友	13.00	* 牛乳	206.00	にんじん	10.00		206.00
ゆかり	2.00	· +16	200.00	* 牛乳	206.00	* 11	200.00	ごま油	0.50		200.00
1973.9	2.00	はもボール	20.00	* T-40	200.00	* 鶏肉もも細切	10.00	* うす口しょうゆ	4.00		10.00
* 牛乳	206.00	カットわかめ	1.00	* 合挽肉	70.00	ごぼう	12.00	しお	0.04		5.00
1 30	200.00	にんじん	15.00	赤ワイン	1.20	たまねぎ	15.00	こしょう	0.04		10.00
カットわかめ	0.60		20.00	しお	0.35		20.00	オイスターソース	0.80	大根	20.00
たまねぎ	25.00		4.00	こしょう	0.03		10.00	チキンブイヨン	10.00	青ねぎ	2.50
にんじん	15.00		1.50	おろしにんにく	0.25		8.00	米	80.00		1.00
豆腐(冷)	5.00		3.20	にんじん	35.00	チンゲン菜	5.00			しお	0.40
白いりごま	0.30	しお	0.40	たまねぎ	70.00	* うす口しょうゆ	4.60	* 牛乳	206.00	* うす口しょうゆ	4.00
青ねぎ	2.00	けずりぶし	2.00	ケチャップ	7.00	しお	0.25			酒	1.00
しお	0.60	水	140.00	トマトピューレ	7.00		0.01	豚肉	10.00		2.00
こしょう	0.02			ウスターソース	3.50	チキンブイヨン	10.00	にんじん	15.00		130.00
* うす口しょうゆ	1.50		50.00	* こい口しょうゆ	1.20		120.00	たまねぎ	20.00		
* こい口しょうゆ	0.70	しお	0.30	カレ一粉	0.25			チンゲン菜	10.00		37.00
* 鶏ガラスープ	2.00	こしょう	0.03	チリパウダー	0.06		12.50	おろししょうが	0.30		0.05
けずりぶし	1.00		4.50	しお	0.60	* 大豆	10.00	* うす口しょうゆ	4.00		0.80
水	150.00	水	9.00	こしょう	0.03	枝豆	5.00	しお	0.30		0.80
ごま油	0.40	パン粉	8.50	* 小麦粉	1.40	ホールコーン	10.00	こしょう	0.03		7.00
n=		玉露	0.50			三温糖	0.20	でん粉	1.50		6.00
豚ミンチ	25.00	オリーブ油	1.30	キャベツ	40.00		0.70	チキンブイヨン	10.00		18.00
カット干椎茸	1.00				00.00	* うす口しょうゆ	1.60	水	135.00		13.00
青ねぎ	2.00			スライスチーズ	20.00	ごま油	0.06	ぎょうざ	54.00	タケノコ(水煮) ピーマン	5.00
* こい口しょうゆ	2.00 0.50	T (		A -	1	.1/4	$\overline{}$		54.00 6.00		4.00 8.00
三温糖	0.50	十 艮目の口 100 工 🖯 🖊		\$	<u> </u>	- 3 <sup>M</sup>	$\sim\sim\sim$	揚げ油	6.00	ケチャップ 三温糖	1.50
<u>ニ温稲</u> カレー粉	0.70	┼ 茶ッピーランチ \	<u></u>		1	137 6	\$ ? ~ <b>\</b> }		_	<u>ニ温稲</u> * こい口しょうゆ	4.00
しお	0.25	+	85°   -	"			~ m			* こいロしょうゆ	2.00
こしょう	0.10					F3 67 - 2	- Por			でん粉	1.50
こしょう ごま油	0.02	<del> </del>	1	4 , 5	1	*				水	30.00
蒸しパン小麦粉	35.00		1	I .	I			I		\N	30.00
<u>然しハン小麦切</u> カレー粉	0.30	A S bet				<u> </u>			Alminini K		
水	30.00	【タルター】   秋に	はさけま	おいしいきせつです	۲,	TAID &				しっか	LI '
マフィンカップ	1.00				5	第6 本	とい	I	VO	しっか ちょうしさく た	-1
1717777	1.00	ナルルたまぶたらは	ナート	こしぶんのうまれた	ススナ			U	/_/	よっしょく <u>た</u>	
	_	1 (NITIAL): IT (128-10	11. MI		111211					100'	

小学校 給食なし

給食の実施日については 学校だより等もあわせて ご確認ください。



さけはたまごをうむために、じぶんのうまれたふるさ との川にかえります。じぶんのふるさとの川をおぼえ ているところがすごいですね。

では、そのさけのたまごのことを なんというでしょうか?

① かずのこ

② たらこ

3 いくち

こたえは ③ です。 すしのねたで にんきの しょくざいだね!



さといもも、いもなので熱の味覚。 親いもから、字いも、まごいも……と ふえていくので、えんぎがいいと言わ れて、おいわいりょうりにも使います。 さといもはぬるぬるしているところが パワーのひみつなんだ。

そして、ひみつはそれだけではない よ。くきは「ずいき」として、にたり すにつけたりして養べることができるんだ。 おさんをした後にずいきを養べるといいと言われてい るし、葉は、むかし繭の白のかさのかわりにも使 ったんだって。お散歩のときにさがしてみてね。



ずいき



栄養をもらって

10月31日(金) 640kcal ごはん 10月29日(水) 644kcal 10月28日(火) 655kcal 10月30日(木) 610kcal ごはん きのこごはん ミルクパン 牛乳豚汁 牛乳いもの 牛乳 野菜スー 牛乳

厚あげの中華煮		豚汁		野菜スープ		いものこ汁		
棒棒鶏サラダ		五目煮豆		ハロウィングラタン		サケの紅葉焼き		
食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量	
米	80.00	しめじ	10.00	ミルクパン	60.00	米	80.00	
		★ 町内産しいたけ	5.00					
* 牛乳	206.00	えのきたけ	3.00	* 牛乳	206.00	* 牛乳	206.00	
		油あげ	10.00					
絹厚あげ	60.00	* うす口しょうゆ	4.50	豚肉	15.00	さといも(冷)	20.00	
豚肉	20.00	酒	1.50	にんじん	20.00	ごぼう	10.00	
おろししょうが	0.02	しお	0.50	キャベツ	30.00	まいたけ	10.00	
ひまわり油	0.50	米	80.00	チンゲン菜	10.00	にんじん	15.00	
にんじん	25.00			* うす口しょうゆ	4.00	* 鶏もも肉	20.00	
たまねぎ	45.00	* 牛乳	206.00	しお	0.40	豆腐	20.00	
タケノコ(水煮)	17.00			こしょう	0.03	白ねぎ	5.00	
三度豆 (冷)	5.00	豚肉	20.00	チキンブイヨン	6.00	酒	1.00	
* こい口しょうゆ	3.60	酒	0.50	水	120.00	みりん	1.00	
三温糖	0.40	油あげ	5.00			* こい口しょうゆ	2.50	
トウバンジャン	0.20	大根	20.00	* 合挽肉	20.00	しお	0.30	
オイスターソース	1.20	にんじん	10.00	白ワイン	1.00	けずりぶし	3.00	
赤みそ	2.80	さといも (冷)	15.00	南瓜	25.00	水	84.00	
酒	0.50	青ねぎ	1.50	たまねぎ	25.00			
しお	0.30	★ 町内産みそ	7.00	しめじ	8.00	鮭	40.00	
こしょう	0.03	甘みそ	3.00	オリーブ油	0.50	しお	0.30	
チキンブイヨン	6.00		0.10	しお	0.40	こしょう	0.02	
* 鶏ガラスープ	2.50	けずりぶし	3.00	こしょう	0.02	酒	0.40	
水	30.00	水	110.00	調理用牛乳	30.00	にんじん	12.00	
でん粉	1.00			米粉	3.00	* マヨネーズ(卵なし)	12.00	
ごま油	0.50	鶏肉	12.00	チキンブイヨン	4.00			
		* 大豆(北海道)	5.00	とろけるチーズ	8.00	555		
鶏ささみ	12.00	にんじん	12.00	パン粉	0.80	& <b>©©©</b>	_	
きゅうり	17.00	じゃがいも	24.00	マフィンカップ	1.00		(30)	
にんじん	5.00	三度豆 (冷)	6.00			t	[30]	
緑豆春雨	3.00	三温糖	0.70			1. (SF198)	(0)	

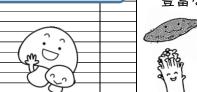




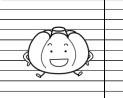
わたしたちきのこレンジャ



食物せんいが 字小2年 給食なし 豊富な秋の食材







宇小 | 年 給食なし

