

揚げじゃがいものそぼろあんかけ 食品名 1人分量 206.00 10.00 15.00 10.00 15.00 8.00 さといも (冷) ごぼう にんじん ごぼう さといも(冷) こんにゃく 青ねぎ ス板 ごぼう こんにゃく 三温糖 カレー初 赤ワイン おろしにんにく たまねぎ じゃがいも トマト缶詰 10.00 0.20 30.00 8.00 20.00 15.00 おろししょうが ターメリック クミン 0.30 2.30 8.00 15.00 8.00 酒 10.00 パセリ 0.10 0.30 1.50 こんにゃく 青ねぎ 0.50 育ねさ * こい口しょうゆ * うす口しょうゆ 酒 しお うすロしょうゆ こいロしょうゆ けずりぶし 2.00 0.10 0.16 0.80 3.50 こい口しょうゆ うす口しょうゆ こしょう うすロしょうゆ 三温糖 チキンブイヨン セロリ 2.00 2.50 2.30 0.03 2.00 ひまわり油 2.50 0.50 2.00 1.50 <u>しお</u> けずりぶし 0.25 <u>しお</u> けずりぶし 20.00 0.10 0.30 2.00 たまねぎ 50.00 60.00 2.00 水 110.00 じゃがいも おろしりんこ 100.00 50.00 90.00 水 キャベツ ほうれんそう ちりめんじゃこ カットわかめ 5.00 30.00 じゃがいも 60.00 0.70 カレー粉 ケチャップ じゃがいも 50.00 0.40 10.00 揚げ油 1.00 大豆 15.00 28.00 * 豚ミン 三温糖 しお こしょう(缶) 3.00 3.00 0.16 2.00 2.00 0.60 油あげ 7.00 0.01 2.00 酢 三温糖 うすロしょうゆ 白いりごま 干しひじき にんじん 三温糖 こい口しょうゆ 2.00 2.00 みりん 1.00 * こいロしょうゆ カルダモン 50.00 酒 こい口しょうゆ 2.50 15.00 豚肉 1.00 1.00 こい口しょうゆ みりん 0.05 2.00 1.10 4.00 3.20 ガラムマサラ 0.10 1.00 3.00 0.20 5.00 <u>水</u> でん粉 しお 三温糖 赤ワイン 0.50 0.30 0.07 1.00 0.10 27.00 田小 | 年 給食なし 6.00 8.00 水 中学2年 給食なし チキンブイヨン

むかし ほしがき

60.00

25.00

8.00

0.20

1.00

0.60

1.20 0.10

水

キャベツ

きゅうり

しお

三温糖

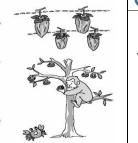
ひまわり油

田小2年 給食なし

かきにはあまいかきと、しぶがきの2つのしゅ るいがあることを知っていますか?

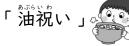
あまいかきはそのまま食べておいしいけれど、 しぶがきは、とってもしぶくて、筈がイガイガす るので、そのままでは食べられません。そこで、 しぶがきをほしてあま一くしたのが「ほしがき」 です。

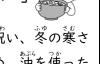
かきは白紫の気候にぴったりなので、かきの 木があちこちで覚られると覚いますよ。



中学2年 給食なし

食べたら





1人分量

10.00

3.00 6.00

1.80 5.00

70.00

206.00

20.00

15.00

10.00

5.00

1.50

1.30

8.50

0.10

3.00

5.00

25.00

25.00

6.50

6.00

1.90

2.40

1.20 6.00

_ <u>_</u> _

140.00

ホステター レッラクメベ いわ シュヤ ー ネュテ 油の収穫を祝い、冬の寒さ に備えるため、猫を使った けんちん汁や天ぷらなどを た 食べる行事です。

11月17日(月) 591kcal		11月18日(火) 602kcal		11月19日(水) 622kcal		11月20日(木) 582kcal		11月21日(金) 569kcal	
ウィンナーピラフ		ごはん		秋の実りごはん		味付けパン		ごはん	
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳	
		回鍋肉		根菜汁		かぶのポトフ		かきたま汁	
妙野菜スープ 鴎肉のバーベキューソース		凹輌内 もやしの中華サラダ		は米江さわらの幽庵焼き		ごまドレッシングサラダ		五目きんぴら	
局内のハーヘキューソース		もやしの中華サブダ		さわらの幽庵焼き		こまトレッンノグザブダ		五日さんひら	
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	食品名	1人分
ウインナー	8.00 10.00	*	80.00	米 さつまいも	80.00 10.00	味付けパン	60.00	米	80.
<u>にんじん</u> たまねぎ	10.00	* 牛乳	206.00	<u></u> 油あげ	10.00	* 牛乳	206.00	* 牛乳	206.
しお	0.80	· 一子L	200.00	しめじ	10.00	** 一子L 	200.00	* T16	200.
こしょう	0.03	豚肉	50.00	* うす口しょうゆ		* ポークウインナー	15.00	* 🔟	20.
うす口しょうゆ	1.00	おろししょうが	0.20	酒	2.00	たまねぎ	50.00		15.
チキンブイヨン	10.00	おろしにんにく	0.10	しお	0.40	にんじん	20.00	チンゲン菜	15.
米	70.00	トウバンジャン	0.10			大根	28.00		10.
		たまねぎ	30.00	* 牛乳	206.00	大かぶ	15.00	にんじん	8.
牛乳	206.00	にんじん	20.00			セロリー	3.00	* うす口しょうゆ	3.
NT +		キャベツ	50.00	* 鶏肉手切皮なし	10.00	パセリ	0.40	しお	0.
豚肉	20.00	ピーマン	10.00		0.50	白ワイン	1.50	<u>酒</u> でん粉	0.
にんじん キャベツ	15.00 25.00	タケノコ(水煮) ひまわり油	20.00 0.50	しお でん粉	0.05 0.50	こしょう しお	0.02	けずりぶし	1. 2.
<u>キャペク</u> 大根	35.00	ひまわり油 三温糖	1.40	れんこん	20.00	チキンブイヨン	6.00	水	120.
しめじ		<u>一</u> 一価値 ★ 町内産みそ	4.00	大根	15.00	水	80.00	小	120.
パセリ	0.50	赤みそ	3.00	にんじん	10.00	- /K	00.00	豚肉	20.
しお	0.50	* こい口しょうゆ	1.80	ごぼう	5.00	キャベツ	25.00	ひまわり油	1.
こしょう	0.04	しお	0.02	つきこんにゃく	10.00	にんじん	10.00	平天	10.
うす口しょうゆ	0.40	酒	1.00	白ねぎ	3.00	大根	10.00	にんじん	10.
チキンブイヨン	10.00	オイスターソース	1.50	* こい口しょうゆ	0.80	カットわかめ	0.50	ごぼう	10.
水	90.00	ごま油	0.50	* うす口しょうゆ	1.50	* こい口しょうゆ	1.00	三度豆 (冷)	3.
				しお	0.45	酢	1.40	つきこんにゃく	20
鶏肉もも	50.00	太もやし	30.00	酒	1.00	三温糖	0.80	三温糖	1.
白ワイン	1.00	にんじん	7.00	けずりぶし	2.00	しお	0.08	* こい口しょうゆ	3.
こい口しょうゆ	1.00	きゅうり	10.00	水	130.00	白すりごま	0.70	みりん	0.
おろしりんご	7.00	* ポークハム	7.00	<u> </u>	40.00	ひまわり油	0.60	白いりごま	1.
たまねぎ	5.00	三温糖	1.00	さわら	40.00	オリーブ油	0.60		
おろししょうが	0.40	・ こいロー・ミゆ	2.40	三温糖	3.00			小学3年 給食	r <i>t</i> >1.
おろしにんにく ・こい口しょうゆ	0.20 4.00	* こい口しょうゆ ごま油	2.40 0.90	* こい口しょうゆ みりん	4.00 2.00	(~~~~		1,434 相 1	£.4 C
<u>・こいロしょうゆ </u>	1.50	こま油	0.90	水 パ	10.00	(3)			
<u>ニ価値</u> レモン果汁	0.80	2 A O S		<u> </u>	1.00	~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~		~~~	
<u> </u>	2.00	10000000000000000000000000000000000000		でん粉	0.70	Jika 2 6	\bot	()	
***		ごま油		4		1.37	3 3	A Talland	KOD
				Γ'		2°4 (m	0.	81 J 74 S	000
		2º5 2VV		□ 食育の日 献立		~ (F) 43	, , ,	3 Kg	
		洗おう 🖟						•	
							\sim	_	
		11月25日(火) 57	2kcal	11月26日(水) 62	ikcal	11月27日(木) 688	kcal	11月28日(金)6	81kcal
おいしさの)	ごはん		ごはん		バターパン		茶の香ごはん	
	-	牛乳		牛乳		牛乳		茶の葉ふりかけ	
1 - 11		カレーうどん		田原みそスープ		かぼちゃのポタージュ		牛乳	
L E Y Jul		白菜の土佐和え		ししゃものいそべ揚げ		ひじきサラダ		平天のすまし汁	
		日来の工作和人		ししやものいてい物け		002973			
///		会日夕	11111	会日夕	11119	会日夕	11119	焼きさばのみそだれ	1 1 7
	T	食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名 食品名 バターパン	1人分量	<u></u>	1人分 80.
			00.00		60.00	ハラーハン	00.00	しお	0.
1123	何#a	* 牛乳	206.00	* 牛乳	206.00	* 牛乳	206.00	だしこんぶ	0.
35 1 400 (1)	2 4 6 1	1 70	200.00	1 70	200.00	1 70	200.00	せん茶	2.
žų M	6) TIL	* 冷凍うどん	30.00	たまねぎ	20.00	* ショルタ゛ーヘ゛ーコン	8.00	水	96.
17 14 19 19	11 - 10	豚肉	20.00	油あげ	5.00	かぼちゃ	50.00		
が水や仕りの	9 3						40.00	茶がら	3.
が水や仕の事を中が	11 h	* こい口しょうゆ	0.50	じゃがいも	30.00			土しょうが	
が 水学 仕 : の 事 ž 中 5 の	6 3 t o o t h	三温糖	0.20	カットわかめ	0.50	* 生クリーム	15.00		0
が水や仕りの事が中かなにのの	5 8 t h	三温糖油あげ	0.20 5.00	カットわかめ 水菜	0.50 5.00	* 生クリーム * 小麦粉	3.00	ちりめんじゃこ	1.
が *** 仕上の 事: 中: なに の	h h	三温糖 油あげ にんじん	0.20 5.00 10.00	カットわかめ 水菜 しお	0.50 5.00 0.06	* 生クリーム * 小麦粉 しお	3.00 0.70	ちりめんじゃこ 糸かつお	1. 1.
が水やけった。	Pro th	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ	0.20 5.00 10.00 20.00	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ	0.50 5.00 0.06 0.70	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう	3.00 0.70 0.05	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま	1. 1.
	Pro th	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ * 町内産みそ	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油	3.00 0.70 0.05 0.50	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖	1. 1. 1.
A BC	Pro th	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ カット干椎茸	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ * 町内産みそ 甘みそ	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油 チキンブイヨン	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりん	1. 1. 1. 1.
A BC	Pro th	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ カット干椎茸 青ねぎ	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 2.00	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油	3.00 0.70 0.05 0.50	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりん * こいロしょうゆ	1. 1. 1. 1. 1.
A Branch A B	h h	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ カット干椎茸 青ねぎ * うす口しょうゆ	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50 5.30	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし * 鶏ガラスープ	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 2.00	* 生クリーム* 小麦粉しおこしょうオリーブ油チキンブイヨン水	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00 75.00	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりん	1. 1. 1. 1. 1.
A Re 0 Print to the total to the total total to the total to	Pro th	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ カット干椎茸 青ねぎ * うすロしょうゆ * こいロしょうゆ	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50 5.30	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 2.00	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油 チキンブイヨン 水	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00 75.00	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりん * こいロしょうゆ 水	1. 1. 1. 1. 1. 1.
人 版 (Pro th	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ カット干椎茸 青ねぎ * うすロしょうゆ * こいロしょうゆ みりん	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50 5.30 1.40 2.50	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし * 鶏ガラスープ 水	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 2.00 1.50	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油 チキンブイヨン 水 ・ こしひじき	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00 75.00	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりん * こいロしょうゆ	1. 1. 1. 1. 1. 1.
A Re 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	で	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ カット干椎茸 青ねずしょうゆ * こいりしょうゆ みりん カレー粉	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50 5.30 1.40 2.50 0.35	カットわかめ 水菜 しお *うすロしょうゆ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし * 鶏ガラスープ 水	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 2.00 1.50 150.00	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油 チキンブイヨン 水 干しひじき ごぼう にんじん	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00 75.00 1.60 12.00 8.00	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりん * こいロしょうゆ 水	1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 206.
A Re 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	Pro th	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ カット干椎茸 青ねぎ * うすロしょうゆ * こいロしょうゆ みりん カレー粉 しお	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50 5.30 1.40 2.50 0.35	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし * 鶏ガラスープ 水 ししゃも * 小麦粉	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 1.50 150.00 36.00 4.20	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油 チキンブイヨン 水 干しひじき ごぼう にんじん キャベツ	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00 75.00 1.60 12.00 8.00 8.00	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりん * こいロしょうゆ 水 * 牛乳	1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 206.
A 取 0 0 位 4 日 0 0 位 4 日 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	で	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ カット干椎茸 青ねずロしょうゆ * こいりん カリー粉 しお けずりぶし	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50 5.30 1.40 2.50 0.35 0.20	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ ★ 町内産みそ 甘みそ けずりぶし * 鶏ガラスープ 水 ししゃも * 小麦粉 でん粉	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 1.50 150.00 36.00 4.20 4.20	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油 チキンブイヨン 水 干しひじき ごぼう にんじん キャベツ ホールコーン	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00 75.00 1.60 12.00 8.00 8.00	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりん * こいロしょうゆ 水 * 牛乳 平天 油あげ	1. 1. 1. 1. 1. 1. 206.
A Be 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	で	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ カット干椎茸 青ねぎ * うすロしょうゆ * こいりん カレー粉 しお けずりぶし 水	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50 5.30 1.40 2.50 0.35 0.20 3.00	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし * 鶏ガラスープ 水 ししゃも * 小麦粉 でん粉 ベーキング粉	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 2.00 1.50 150.00 36.00 4.20 4.20 0.15	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油 チキンブイヨン 水 干しひじき ごぼう にんじん キャベツ ホールコーン * こい口しょうゆ	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00 75.00 1.60 12.00 8.00 8.00 8.00	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりん * こいロしょうゆ 水 * 牛乳 平天 油あげ こんにゃく	1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 206.
版 は は は は は は は は は は は は は は は は は は は	で	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ カット干椎茸 青ねずロしょうゆ * こいりん カリー粉 しお けずりぶし	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50 5.30 1.40 2.50 0.35 0.20	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし * 鶏ガラスープ 水 ししゃも * 小麦粉 でん粉 ベーキング粉	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 2.00 1.50 150.00 36.00 4.20 4.20 0.15 0.20	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油 チキンブイヨン 水 干しひじき ごぼう にんじん キャベツ ホールコーン * こいロしょうゆ * マヨネーズ (卵なし)	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00 75.00 1.60 12.00 8.00 8.00	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりん * こいロしょうゆ 水 * 牛乳 平天 油あげ こんにゃく にんじん	1.0 1.1 1.1 1.1 1.1 1.1 206. 10.0 10.0 15.0
た 当 当 は 1 は 1 は 1 は 2 は 2 は 2 は 2 は 2 は 2 は 2	で	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ かが下椎茸 青っすっしょうゆ * こいりん カリム カレン しおりいし けがりぶし 水 でん粉	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50 5.30 1.40 2.50 0.35 0.20 3.00	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし * 鶏ガラスープ 水 ししゃも * 小麦粉 でん粉 ベーキング粉 塩 あおのり	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 2.00 1.50 150.00 36.00 4.20 4.20 0.15	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油 チキンブイヨン 水 干しひじき ごぼう にんじん キャベツ ホールコーン * こい口しょうゆ	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00 75.00 1.60 12.00 8.00 8.00 8.00 4.00	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりん * こいロしょうゆ 水 * 牛乳 平天 油あげ こんにゃく にんじん えのきたけ	1. 1. 1. 1. 1. 1. 1. 206. 10. 10. 15.
んなりは かとけっかう かそがの元だる がなった。 なるがられている ないのではないのではないのではないのではないのではないのではないのではないのでは	で	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ がト干椎茸 青っすロしょうゆ * こいロし みりん カレー しおずりぶし オース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カース・カ	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50 5.30 1.40 2.50 0.35 0.20 3.00 120.00	カットわかめ 水菜 しお *うすロしょうゆ *町内産みそ 甘みそ けみずりぶし *鶏ガラスープ 水 ししゃも *小麦粉 でん粉 ベーキング粉 塩 あおのり 水	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 2.00 1.50 150.00 4.20 4.20 0.15 0.20 0.10	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油 チキンブイヨン 水 干しひじき ごぼう にんじん キャベツ ホールローン * こいロしょうゆ * マヨネーズ(卵なし) 練りごま	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00 75.00 1.60 12.00 8.00 8.00 8.00 1.00 4.00 1.00	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりいロしょうゆ 水 * 牛乳 平天 油あげ こんにしん えのきたけ 青ねぎ	10. 10. 10. 10. 20. 20. 20. 20. 20. 20. 20. 20. 20. 2
A Re 0 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	で	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ かが下椎茸 青っすっしょうゆ * こいりん カリム カレン しおりいし けがりぶし 水 でん粉	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50 5.30 1.40 2.50 0.35 0.20 3.00 120.00 3.00	カットわかめ 水菜 しお * うすロしょうゆ * 町内産みそ 甘みそ けずりぶし * 鶏ガラスープ 水 ししゃも * 小麦粉 でん粉 ベーキング粉 塩 あおのり	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 2.00 1.50 150.00 4.20 4.20 0.15 0.20 0.10	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油 チキンブイヨン 水 干しひじき ごぼう にんじん キャベツ ホールコーン * こいロしょうゆ * マヨネーズ (卵なし)	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00 75.00 1.60 12.00 8.00 8.00 8.00 1.00 4.00 1.00	ちりめんじゃこ 糸かりお 白いりごま 三温糖 みりいロしょうゆ 水 * 牛乳 平天 油あげ こんにもん えんにもん えのきだけ 青ねぎ * うすロしょうゆ	1. 1. 1. 1. 1. 1. 206. 10. 10. 15. 10. 2. 2.
や う 最後に かみそ を い か で で が で が で が で が で で か で で で か で で で で	で	三温糖 油あげ にんじん たまねぎ えのきたけ カット干椎茸 青ねぎ *うすロしょうゆ *こいロしょうゆ みりん カレー粉 しお けずりぶし 水 でん粉	0.20 5.00 10.00 20.00 5.00 1.00 2.50 5.30 1.40 2.50 0.35 0.20 3.00 120.00 3.00 8.00 38.00	カットわかめ 水菜 しお *うすロしょうゆ *町内産みそ 甘みそ けみずりぶし *鶏ガラスープ 水 ししゃも *小麦粉 でん粉 ベーキング粉 塩 あおのり 水	0.50 5.00 0.06 0.70 4.00 3.00 2.00 1.50 150.00 36.00 4.20 0.15 0.20 0.10 10.00 4.00	* 生クリーム * 小麦粉 しお こしょう オリーブ油 チキンブイヨン 水 干しひじき ごぼう にんじん キャベツ ホールローン * こいロしょうゆ * マヨネーズ(卵なし) 練りごま	3.00 0.70 0.05 0.50 6.00 75.00 1.60 12.00 8.00 8.00 8.00 1.00 4.00 1.00	ちりめんじゃこ 糸かつお 白いりごま 三温糖 みりいロしょうゆ 水 * 牛乳 平天 油あげ こんにしん えのきたけ 青ねぎ	0 1 1 1 1 1 1 206 10 10 15 206 206 206 10 10 20 10 20 20 20 20 20 20 20





にんじん 三温糖 こい口しょうゆ 1.60 0.40 <u>こいロし</u> 糸かつお 中学校 給食なし

質ししたけ

0.25

秋の味覚といえば、きのこ! 世界 には食べられるきのこが約1000しゅ るいもあります。一でも日本を代表す るきのこは、しいたけ。英語で、「ジャ

パニーズ マッシュルーム」(日本のマッシュルーム)と言います。 しいたけは、犬むかしの中国で「かぜをなおして、血えきの流 れをよくする」と言われていました。最近になって、しいたけがイ ンフルエンザウイルスの活動をおさえること、血の流れをよくする(コレステロールを下げる)ことが科学的に分かりました。むか しからの言いつたえってすごいですね!



GEFAEL

(30) (0)

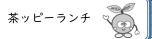
中学校 給食なし

給食をのこさず食べよう

* 生鯖 ★ 町内産みそ 赤みそ 三温糖 トウバンジ みりん 50.00 4.00 3.00 2.20 1.00 4.00 水 白いりごま

2.00

130.00



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。



れんこんは、その中で学さく脊 ちます。れんこんは、はすという糀の視っ こなのです。 ベトナムなどアジアの質では、

はすの美もおやつによく食べ ます。くきからはきぬのような 新くてきれいなせんい (系) がとれます。アジアのきれいな でによく使われています。

れんこんのあなは きすうで、とくに別さい2つのあなが至 になっているよ。

