

24/11/01 (金)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	あじのから揚げ
4	カレーキャベツ
5	もずくとじゃが芋のみそ汁

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	鰯酒 うすくちしょうゆ しょうが にんにく でんぷん 白絞油
4	キャベツ 食塩 カレー粉
5	だし用かつお節 にんじん たまねぎ じゃがいも 刻み油あげ 白みそ 赤みそ もずく 葉ねぎ

24/11/05 (火)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	いかのレモンソースかけ
4	キャベツのごまあえ
5	おからの炒り煮

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	いか 食塩 白こしょう でんぷん 白絞油 こいくちしょうゆ 酒 さとう 国産レモン
4	キャベツ にんじん うすくちしょうゆ いりごま
5	サラダ油 鶏もも肉 酒 干しいたけ ごぼう にんじん 糸こんにゃく おから だし用かつお節 みりん うすくちしょうゆ さとう 葉ねぎ

24/11/06 (水)	
1	そばめし
2	牛乳
3	卵スープ
4	ぶどうゼリー

No	食品名
1	精白米 おおむぎ うすくちしょうゆ サラダ油 豚小間切れ肉 酒 ゆで中華めん にんじん 玉ねぎ キャベツ 中濃ソース みりん こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう あおのり
2	牛乳
3	だし用かつお節 うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう 絹ごし豆腐 玉ねぎ はくさい でんぷん 鶏卵 葉ねぎ ごま油
4	ぶどうゼリー

24/11/07 (木)	
1	減量麦ごはん
2	牛乳
3	刻みきつねうどん汁
4	ブロッコリーサラダ
5	鮭ふりかけ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	冷凍うどん だし用かつお節 みりん うすくちしょうゆ 食塩 にんじん 生しいたけ 葉ねぎ 刻み油あげ だし用かつお節 みりん さとう こいくちしょうゆ
4	ブロッコリー 玉ねぎ キャベツ きゅうり ノンエッグマヨネーズ サラダ油 サラダビネガー さとう 食塩 白こしょう
5	鮭フレーク さとう 食塩

24/11/08 (金)	
1	きなこ揚げパン
2	牛乳
3	白菜のクリームシチュー
4	りんご

No	食品名
1	コッペパン 白絞油 グラニュー糖 きな粉 バーガーラップ
2	牛乳
3	サラダ油 鶏もも肉 白ワイン 天塩 白こしょう 玉ねぎ にんじん ベイリーフ だし用かつお節 じゃがいも はくさい 薄力粉 バター サラダ油 牛乳 生クリーム
4	りんご

24/11/11 (月)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	マーボー豆腐
4	中華コーンサラダ

24/11/12 (火)	
1	きのこの五目飯
2	牛乳
3	小魚の揚げがらめ
4	せうが入りのっぺ
5	半切みかん

24/11/13 (水)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	伊賀牛すきやき煮
4	ツナ大根サラダ

24/11/14 (木)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	いわしフライ
4	一食用 ウスターソース
5	コールスロー
6	カレーポテトスープ

24/11/15 (金)	
1	ビビンバ
2	牛乳
3	わかめスープ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	ラード にんにく しょうが トウバンジャン 豚ミンチ 酒 こいくちしょうゆ だし用かつお節 さとう こいくちしょうゆ 赤みそ 豆腐 葉ねぎ とうがらし でんぷん ごま油
4	キャベツ にんじん きゅうり ホールコーン 洋辛子 米酢 さとう うすくちしょうゆ ごま油

No	食品名
1	精白米 こいくちしょうゆ サラダ油 鶏もも肉 酒 にんじん 生しいたけ しめじ さとう こいくちしょうゆ
2	牛乳
3	わかさぎ でんぷん 白絞油 酒 こいくちしょうゆ みりん さとう いりごま
4	だし用かつお節 しょうが 板こんにやく にんじん だいこん さといも 刻み油あげ うすくちしょうゆ 天塩 みりん でんぷん
5	みかん

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 牛小間切れ肉 酒 さとう こいくちしょうゆ サラダ油 糸こんにやく にんじん 玉ねぎ 生しいたけ はくさい だし用かつお節 さとう みりん こいくちしょうゆ 焼き豆腐 葉ねぎ
4	ツナオイル漬け だいこん にんじん きゅうり サラダ油 サラダビネガー さとう 食塩 白こしょう

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	いわし 食塩 白こしょう 薄力粉 でんぷん サラダ油 パン粉 白絞油
4	1食用ウスターソース
5	キャベツ きゅうり ホールコーン サラダ油 サラダビネガー さとう 食塩 白こしょう
6	サラダ油 豚もも肉 酒 だし用かつお節 ベイリーフ にんじん 玉ねぎ じゃがいも 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ カレールウ米粉

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	サラダ油 にんにく 豚小間切れ肉 酒 さとう こいくちしょうゆ ごま油 にんじん ほうれん草 大豆もやし 食塩 ごま油 みりん さとう 赤みそ ごま油 コチジャン
3	牛乳
4	だし用かつお節 しょうが 干しいたけ 玉ねぎ うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう 木綿豆腐 カットわかめ 葉ねぎ ごま油

24/11/18 (月)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	一口味噌煮込みおでん
4	白菜のごまあえ
5	ひじきのり

24/11/19 (火)	
1	キムチチャーハン
2	牛乳
3	青のりビーンズ
4	中華野菜スープ

24/11/20 (水)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	鯖の照り焼き
4	チンゲン菜の磯辺和え
5	豚汁

24/11/21 (木)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	豚肉の卵とじ
4	ツナの和風サラダ
5	みかん

24/11/22 (金)	
1	コッペパン
2	牛乳
3	イタリアンスパゲティ
4	ポテトサラダ
5	りんごジャム

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	うずら卵水煮 だし用かつお節 さとう みりん こいくちしょうゆ 焼きちくわ 厚揚げ 板こんにゃく だいこん だし用かつお節 みりん 酒 赤みそ うすくちしょうゆ さとう
4	はくさい にんじん うすくちしょうゆ いりごま
5	ひじきのり

No	食品名
1	精白米 おおむぎ うすくちしょうゆ サラダ油 豚ミンチ 玉ねぎ キムチ うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう 葉ねぎ ごま油
2	牛乳
3	大豆 でんぷん 白絞油 食塩 あおのり
4	だし用かつお節 しょうが にんじん 玉ねぎ 緑豆もやし 木綿豆腐 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ でんぷん 葉ねぎ ごま油

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鯖 こいくちしょうゆ みりん 酒
4	チンゲン菜 キャベツ にんじん うすくちしょうゆ 焼き角きざみのり
5	豚小間切れ肉 酒 だし用かつお節 ごぼう にんじん だいこん セレベス(里芋) 刻み油あげ 白みそ 赤みそ 葉ねぎ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	サラダ油 豚もも肉 酒 にんじん 玉ねぎ だし用かつお節 糸こんにゃく こいくちしょうゆ みりん さとう でんぷん 鶏卵 葉ねぎ
4	ツナオイル漬け きゅうり にんじん カットわかめ キャベツ 米酢 うすくちしょうゆ 食塩 さとう
5	みかん

No	食品名
1	コッペパン
2	牛乳
3	なたね油 にんにく セロリー カットウインナー 玉ねぎ 青ピーマン 天塩 白こしょう トマトケチャップ トマトペースト トマトピューレー ウスターソース さとう オリーブ油 スパゲティ
4	じゃがいも きゅうり にんじん たまねぎ 食塩 白こしょう 洋からし サラダビネガー さとう ノンエッグマヨネーズ
5	りんごジャム

24/11/25 (月)	
1	中華飯
2	牛乳
3	さつまいもチップス

24/11/26 (火)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	鮭の菜の花オイル焼き
4	ほうれんそうの辛子和え
5	れんこんのきんぴら

24/11/27 (水)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	伊賀豚肉と野菜のオイスター炒め
4	納豆みそ

24/11/28 (木)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	ヤムニョムチキン
4	小松菜のおかか和え
5	白菜スープ

24/11/29 (金)	
1	カレーライス
2	牛乳
3	ひじきサラダ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく しょうが 豚もも肉 いか 酒 干ししいたけ たけのこ水煮 にんじん 玉ねぎ うずら卵水煮 天塩 白こしょう みりん うすくちしょうゆ はくさい 葉ねぎ でんぷん ごま油
2	牛乳
3	さつまいも 白絞油 食塩

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鮭 食塩 うすくちしょうゆ 白ワイン にんにく パン粉 なたね油 サラダ油
4	ほうれん草 緑豆もやし うすくちしょうゆ 洋辛子
5	サラダ油 豚もも肉 酒 つきこんにやく れんこん にんじん こいくちしょうゆ さとう 酒 ごま油 一味唐辛子

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく しょうが 豚小間切れ肉 酒 にんじん 玉ねぎ キャベツ オイスターソース こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう ごま油
4	サラダ油 豚ミンチ 酒 赤みそ さとう みりん 挽きわり納豆 手巻きのり

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	鶏もも肉 食塩 酒 にんにく しょうが でんぷん 白絞油 こいくちしょうゆ コチジャン トウバンジャン さとう ごま油
4	こまつな キャベツ うすくちしょうゆ 削り節
5	だし用かつお節 しょうが にんじん 玉ねぎ はくさい 干ししいたけ 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ 葉ねぎ ごま油

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく しょうが セロリー 豚もも肉 赤ワイン 食塩 白こしょう カレー粉 サラダ油 玉ねぎ にんじん ベイリーフ じゃがいも 食塩 白こしょう カレー粉 フルーツチャツネ ウスターソース トマトピューレー オールスパイス カレールウ米粉
2	牛乳
3	ひじき ホールコーン きゅうり にんじん キャベツ さとう 米酢 うすくちしょうゆ ごま油