

11月1日(金)			11月5日(火)			11月6日(水)			11月7日(木)					
白ごはん キムチ汁 ビビンバ			白ごはん 豚すきやき 茎わかめのすのもの			白ごはん 中華スープ チンジャオロース			減量チーズパン さけのクリームスパゲティ コーンサラダ			①チーズパン 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)		
精白米	70	90	精白米	70	90	精白米	70	90	①チーズパン	40	60	②無塩せきバラベーコン短冊(真空) 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)		
豆腐	20	24	豚ももスライス	35	44	①NEW安心素材ミートボール8(鉄・Ca)	25	32.5	サラダ油	1	1.2	③さけフレーク さけフレーク(さけ)、食用こめ油、さけエキス、砂糖、食塩、ベニコウジ色素(アレルギー表示:さけ)		
①きざみ揚げ(カット油揚げ)	5	6	サラダ油	0.5	0.8	②チキンスープ	10	12	カットスパゲティ	22	27	④ヘルシーファームコンソメ 食用こめ油、さけエキス、砂糖、食塩、ベニコウジ色素(アレルギー表示:さけ)		
②白菜キムチ	13	15	酒	1	1.3	③緑豆春雨(カット)	6.5	7.8	②無塩せきバラベーコン短冊(真空)	8	10	⑤ベシヤメルソース 塩	7.7	9
にんじん	13	16	たまねぎ	20	25	キャベツ	26	31.2	たまねぎ	32	38	塩	0.15	0.18
たまねぎ	20	24	にんじん	20	25	たまねぎ	26	31.2	にんじん	12	15	こしょう	0.02	0.03
じゃがいも	25	30	①(大冷)ミニ絹厚揚げ	33	40	きくらげスライス	0.5	0.6	マッシュルーム	12	14.5	牛乳(調理)	27	32
ねぎ(冷凍)	3	3.5	糸こんにゃく(5cmカット)	20	24	ねぎ(冷凍)	3	3.6	③さけフレーク	12	14.5	⑥デーリイ高千穂生クリ-48 生乳(アレルギー表示:乳)	1.5	1.8
うすくちしょうゆ	4	5	椎茸スライス(干)	1	1.2	中華用スープストック【1日③参照】	0.4	0.48	県産カットチンゲン菜IQF(3cmカット)	8	10	⑦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)	10	12
酒	1	1.2	椎茸スライス(干)	1	1.2	中華用スープストック【1日③参照】	0.4	0.48	チキンスープ【6日②参照】	6	7.2	⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4
③中華用スープストック	0.2	0.25	はくさい	30	36	うすくちしょうゆ	4	4.8	④ヘルシーファームコンソメ	0.3	0.36	⑤ベシヤメルソース	7.7	9
純正ごま油	0.3	0.4	えのきたけ	12	15	塩	0.3	0.36	④ヘルシーファームコンソメ	0.3	0.36	塩	0.15	0.18
豚ひき肉	30	36	白ねぎ	6	8	こしょう	0.02	0.02	⑤ベシヤメルソース	7.7	9	こしょう	0.02	0.03
生姜	0.5	0.6	三温糖	3	3.6	豚もも細切り(厚2~3mm、長5cm、幅1cm)	43	50	塩	0.15	0.18	こしょう	0.02	0.03
国産おろしにんにく	0.3	0.4	濃口醤油	6.3	7.5	純正ごま油	1	1.2	牛乳(調理)	27	32	⑥デーリイ高千穂生クリ-48 生乳(アレルギー表示:乳)	1.5	1.8
三温糖	1.4	1.7	くきわかめ(冷)細切り	12	15	たけのこ缶	20	24	⑥デーリイ高千穂生クリ-48	1.5	1.8	⑦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)	10	12
濃口醤油	5	6	太もやし	20	24	にんじん	20	25	⑦とりささみチャンク	10	12	きゅうり	20	24
酒	1	1.2	きゅうり	20	24	生姜	0.5	0.6	きゅうり	20	24	キャベツ	25	30
純正ごま油	1	1.2	②ノンオイルまぐろチャンク	12	14	濃口醤油	1	1.2	キャベツ	25	30	ホールコーン缶	10	12
④錦糸玉子(フュージョン)	12	22	酢	2.3	2.74	みりん	1	1.2	ホールコーン缶	10	12	⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン	7	8.4
ほうれん草(カット)	13	16	レモン汁(ポッカレモン)	0.2	0.26	うすくちしょうゆ	2	2.4	⑤ベシヤメルソース 乳製品、粉末植物油(乳)、小麦粉、たん白加水分解物(大豆、小麦)、小麦たん白発酵調味料、砂糖、デキストリン(大豆、乳)、食塩、酵母エキスパウダー、オニオンパウダー、ほたてエキスパウダー(アレルギー表示:乳、小麦、大豆)	1.3	1.4	⑤ベシヤメルソース 乳製品、粉末植物油(乳)、小麦粉、たん白加水分解物(大豆、小麦)、小麦たん白発酵調味料、砂糖、デキストリン(大豆、乳)、食塩、酵母エキスパウダー、オニオンパウダー、ほたてエキスパウダー(アレルギー表示:乳、小麦、大豆)	1.3	1.4
太もやし	30	36	三温糖	1.5	1.8	三温糖	1	1.2	⑥デーリイ高千穂生クリ-48 生乳(アレルギー表示:乳)	1.5	1.8	⑥デーリイ高千穂生クリ-48 生乳(アレルギー表示:乳)	1.5	1.8
しめじ	13	16	うすくちしょうゆ	2.5	3	④オイスターソース(マルハ)	1.3	1.4	⑦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)	10	12	⑦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)	10	12
いりごま	1	1.2	すりごま	1	1.2	ピーマン	3	3.6	⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4	⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4
すりごま	1	1.2	①(大冷)ミニ絹厚揚げ【給食会】 大豆、植物油(なたね、大豆)、安定剤(加工でん粉)、豆腐用凝固剤、酵素、水(アレルギー表示:大豆)	1	1.2	カラーピーマンミックスIQF	7	8.4	⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4	⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4
⑤トウバンジャン	0.1	0.12	②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)	1	1.2	にんにくの芽	5	6	⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4	⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4
③中華用スープストック 食塩、チキンパウダー(小麦、大豆、鶏肉、豚肉)、鶏脂(大豆)、粉末醤油(小麦、大豆)、デキストリン、酵母エキス、たん白加水分解物(ゼラチン)、野菜エキス(大豆)、ごま油、調味料(アミノ酸等)、香辛料抽出物、カラメル色素(アレルギー表示:小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン) ※卵			①NEW安心素材ミートボール8(鉄・Ca) 食肉(鶏肉、豚肉)、たまねぎ、つなぎ(でん粉、粉末状植物性たん白)、還元水あめ、食塩、チキンオイル、香辛料、揚げ油(大豆油)、ドロマイト、ピロリン酸鉄、焼成Ca(アレルギー表示:鶏肉、豚肉、大豆) ※ えび、かに、小麦、卵、乳成分			でんぷん	0.7	0.9	⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4	⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4
④錦糸玉子(フュージョン) 鶏卵、砂糖、食塩、マルチトール、かつおだし、昆布だし、加工でんぷん、食品素材(水あめ、魚介エキス:カタクチイワシ)、食用油(大豆、菜種)、酢酸Na、調味料(アミノ酸)、リゾチーム、水(アレルギー表示:卵、大豆)			②チキンスープ 鶏骨、酵母エキス、水(アレルギー表示:鶏肉)			③緑豆春雨(カット) 緑豆でんぷん(アレルギー表示:ー)			⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4	⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4
⑤トウバンジャン 塩蔵唐辛子、そら豆加工品、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)			④オイスターソース(マルハ) かきエキス、砂糖、魚醤(魚介類)(かたくちいわし)、デキストリン、酵母エキス、麦芽エキス、増粘剤(加工でん粉)(アレルギー表示:ー)			④オイスターソース(マルハ) かきエキス、砂糖、魚醤(魚介類)(かたくちいわし)、デキストリン、酵母エキス、麦芽エキス、増粘剤(加工でん粉)(アレルギー表示:ー)			⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4	⑧笑顔でランチドレッシングイタリアン 植物油(なたね)、砂糖、醸造酢、食塩、発酵調味料、玉ねぎ、香味食用油、酵母エキスパウダー、香辛料(にんにく、バジル、黒こしょう、セロリ)、酸味料、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、トマト、水(アレルギー表示:ー)	7	8.4

※コンタミ・キャリアー等由来



11月18日(月)		11月19日(火)		11月20日(水)		11月21日(木)		11月22日(金)	
白ごはん さわにわん あじそぼろ丼		減量鮭菜めし ちゃんぽん きゅうりのあえもの 春巻き ワッフル		白ごはん みそおでん マロニーの酢の物		コッペパン かぼちゃポターージュ 野菜とウインナーのソテー		白ごはん カレー肉じゃが ごま和え	
精白米	70 90	①紅鮭菜めし(三島食品)	2.3 3	①紅鮭菜めし 塩蔵青菜(広島菜、京菜、大根葉)、紅鮭 フレーク、砂糖、ごま、 食塩、酵母エキス、 鯉削り節粉末、酸化 防止剤(ビタミンE) (アレルギー表示:さ け、ごま)	70 90	①平天(さつまあげ)	12 15	①コッペパン	50 70
豚ももスライス	12 15	精白米	60 80	②麺始めチャンポン 麺 小麦粉、小麦たん白 かんすい、カロチノイ ド色素、調整水 (ア レルギー表示:小 麦)	①平天(さつまあげ)	12 15	鶏肉 もも 皮つき	10 12	①コッペパン 小麦粉、ショートニ ング、脱脂粉乳、 砂糖、食塩、イー スト (アレルギー表示: 小麦、乳)
酒	0.8 1	②麺始め チャンポン麺	43 53	③上々豚精湯(豚骨 スープ) 豚骨抽出エキス (ア レルギー表示:豚肉)	里いも(冷) 2S	25 30	②無塩バター	2 2.4	①コッペパン 小麦粉、ショートニ ング、脱脂粉乳、 砂糖、食塩、イー スト (アレルギー表示: 小麦、乳)
たまねぎ	20 24	豚ももスライス	17 20	④笑顔でランチドレッシング香りごま	だいこん	30 36	たまねぎ	38 46	②無塩バター 生乳 (アレル ギー表示:乳)
たけのこ缶	13 15	サラダ油	1.2 1.4	⑤春巻きFe(米粉入り)	三角こんにやく(小)	25 30	かぼちゃ(カット) 汁用	26 31	③パンプキンポターージュ
ごぼう(ささがき)	15 18	かまぼこ(ピンク)【11日②】	20 24	⑥米粉ドッグミニ(ワッフル)	にんじん	20 24	だいこん	18 22	④無塩せきウインナーカット(1cm)
里いも(冷) 3S	20 24	もやし	23 28	④笑顔でランチドレッシング香りごま	(大冷) ミニ絹厚揚げ【5日①参照】	23 29	⑤国産ミックスビーンズ	10 12	キャベツ
豆腐	20 24	にんじん	20 24	⑤春巻きFe(米粉入り)	②スクールがんどき	10 12	パセリ	0.5 0.6	ミニブロッコリー
ねぎ(冷凍)	2.5 3	椎茸スライス(干)	1 1.2	⑥米粉ドッグミニ(ワッフル)	ゆでうずら卵(フレッシュ)	20 25	③パンプキンポターージュ	15 18	にんじん
うすくちしょうゆ	5 6	たまねぎ	20 24	④笑顔でランチドレッシング香りごま	おでん昆布	1 1.2	牛乳(調理)	20 24	サラダ油
煮干だし(片口いわし) 不織布袋入り	3 3.5	ねぎ(冷凍)	3 3.6	⑤春巻きFe(米粉入り)	煮干だし(片口いわし) 不織布袋入り	2 2.5	デーリ高千穂生クリーム48【7日⑥参照】	5 6	塩
塩	0.15 0.2	チキンスープ【6日②参照】	5 6	⑥米粉ドッグミニ(ワッフル)	濃口醤油	2 2.5	チキンスープ【6日②参照】	6 7	④無塩せきウインナーカット(1cm)
でんぷん	0.5 0.6	③上々豚精湯(豚骨 スープ) 豚骨抽出エキス (ア レルギー表示:小 麦)	10 12	④笑顔でランチドレッシング香りごま	すりみそ	8 10	③パンプキンポターージュ	15 18	⑤国産ミックスビーンズ
あじほぐし身	35 42	中華用スープストック【1日③参照】	0.3 0.4	⑤春巻きFe(米粉入り)	みりん	1.2 1.5	④無塩せきウインナーカット(1cm)	17 20.5	⑥米粉ドッグミニ(ワッフル)
にんじん	10 12	うすくちしょうゆ	5.5 6	⑥米粉ドッグミニ(ワッフル)	三温糖	0.4 0.7	キャベツ	20 24	④笑顔でランチドレッシング香りごま
青まめ	17 20	こしょう	0.03 0.04	④笑顔でランチドレッシング香りごま	③マロニー	4 5	ミニブロッコリー	17 20.5	⑤春巻きFe(米粉入り)
ホールコーン缶	15 21	塩	0.25 0.3	⑤春巻きFe(米粉入り)	きゅうり	36 43	にんじん	15 18	⑥米粉ドッグミニ(ワッフル)
サラダ油	1.2 1.5	きゅうり	35 42	⑥米粉ドッグミニ(ワッフル)	④オーシャンキングほぐし身	10 12	サラダ油	0.7 0.9	④笑顔でランチドレッシング香りごま
生姜	1 1.2	④笑顔でランチドレッシング香りごま	4 5	④笑顔でランチドレッシング香りごま	三温糖	1 1.2	塩	0.2 0.24	⑤春巻きFe(米粉入り)
うすくちしょうゆ	1.3 1.6	⑤春巻きFe(米粉入り)	35 50	⑤春巻きFe(米粉入り)	うすくちしょうゆ	3 3.2	こしょう	0.02 0.03	⑥米粉ドッグミニ(ワッフル)
濃口醤油	2 2.4	大豆白絞油缶	4.2 6	⑥米粉ドッグミニ(ワッフル)	酢	3 3.6	うすくちしょうゆ	0.5 0.6	④笑顔でランチドレッシング香りごま
三温糖	1.9 2.28	⑥米粉ドッグミニ(ワッフル)	35 35	④笑顔でランチドレッシング香りごま	純正ごま油	1 1.2	③パンプキンポターージュ	15 18	⑤春巻きFe(米粉入り)
酒	1 1.2	④笑顔でランチドレッシング香りごま	4 5	⑤春巻きFe(米粉入り)	②スクールがんどき	大豆、人参、ごぼう、ひじき、砂糖、加工でんぷん、豆腐用凝固剤、なたね油 (アレルギー表示:大豆) ※ごま、やまいも	③パンプキンポターージュ	15 18	⑥米粉ドッグミニ(ワッフル)
		④笑顔でランチドレッシング香りごま 食用植物油(なたね・ごま)、糖類(砂糖・水あめ)、たん白加水分解物、醸造酢、いりごま、ねりごま、食塩、酵母エキス、乳化剤、酵母エキスパウダー、増粘剤(キサンタンガム)、香料、水 (アレルギー表示:ごま)				③マロニー		④無塩せきウインナーカット	
		⑤春巻きFe(米粉入り) 豚肉、人参、玉ねぎ、キャベツ、植物油(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(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)				④オーシャンキングほぐし身(糸かまぼこ) たら、ほき、食塩、砂糖、発酵調味料、でん粉、たん白加水分解物(かつおエキス)、植物油(エゴマ)、加工でん粉、着色料(紅麴)、水 (アレルギー表示:一)		豚肉、食塩、砂糖、香辛料(白コショウ・カルワイ) (アレルギー表示:豚肉)	
		⑥米粉ドッグミニ(ワッフル) 液卵白、砂糖、米粉、鶏卵、植物油(なたね)、豆乳加工品、加糖卵黄、カカオマス、粉末卵白、ココアパウダー、加工でん粉、未焼成Ca、増粘剤(加工でん粉)、ベーキングパウダー、グリシン、香料、水 (アレルギー表示:卵、大豆) ※小麦、乳成分						⑤国産ミックスビーンズ 大豆(黄大豆、青大豆)、いんげんまめ(手亡、金時)、食塩、水(アレルギー表示:大豆)	

11月25日(月)		11月26日(火)		11月27日(水)		11月28日(木)		11月29日(金)	
白ごはん 五目みそ汁 塩昆布あえ いわしの梅煮		白ごはん 豚肉と里芋の煮物 カルシウムたっぷりサラダ		麦ごはん ハヤシライス いりどりサラダ		米粉パン ミネストローネ ポテトサラダ 日向夏ゼリー		白ごはん もずくスープ 鶏肉とカシューナッツの揚げ煮	
精白米	70 90	精白米	70 90	麦ごはん(10%混入)	70 100	①米粉パン	50 70	精白米	70 90
じゃがいも	30 38	豚ももスライス	36 45	豚ももスライス	30 36	鶏肉 もも 皮つき	13 16	にんじん	18 22.5
たまねぎ	27 36	里いも(冷) 2S	20 25	たまねぎ	50 60	鶏肉 はねみ 皮なし	12 15	えのきたけ	12 15
ごぼう(ささがき) 宮崎県産	8 10	じゃがいも	17 21	にんじん	23 28	サラダ油	1.5 1.8	もずく塩抜き	16 19
えのきたけ(宮崎県産)	10 12	たまねぎ	30 37	ごぼう(ささがき) 宮崎県産	15 18	国産おろしにんにく	0.1 0.12	かまぼこ(ピンク)【11日②参照】	10 12
小松菜(3cmカット)	8 10	にんじん	25 31	しめじ	15 20	赤ワイン	1 1.2	たまねぎ	36 45
きざみ揚げ(カット油揚げ)【1日①参照】	7 8	ごぼう(乱切り) 宮崎県産	18 22	トマトケチャップ【8日③参照】	15 18	たまねぎ	25 30	ほうれん草(カット)	8 10
豆腐	20 25	糸こんにゃく(5cmカット)	22 27	ウスターソース【8日④参照】	1.5 2	にんじん	20 24	うすくちしょうゆ	4.5 5.4
煮干だし(片口いわし) 不織布袋入り	3 3.6	たけのこ缶	12 15	①Fハイシルウ(フレク)	12 14	キャベツ	25 30	塩	0.15 0.18
すりみそ	10.5 11.5	生姜	0.7 0.9	デミグラスソース【8日⑤参照】	5 6	蒸し白いんげん豆	10 12	煮干だし(片口いわし) 不織布袋入り	3 3.6
はくさい	30 37	サラダ油	1 1.25	②ホワイトベース(レトルト)	10 12	アルファベットマカロニ	5 6	酒	1 1.2
にんじん	5 6	三温糖	2 2.4	赤ワイン	2 2.5	トマトピューレ	12 14	みず	120 144
①塩こんぶ	1 1.2	みりん	0.7 0.85	チキンスープ【6日②参照】	8 10	トマトダイス缶	14 17		
濃口醤油	0.3 0.36	酒	1 1.2	塩	0.1 0.12	チキンスープ【6日②参照】	12 14	鶏肉 もも 皮つき	27.5 36
		濃口醤油	4.5 5.5	こしょう	0.04 0.05	塩	0.3 0.36	鶏肉 はねみ 皮なし	27.5 36
		うすくちしょうゆ	1 1.3	サラダ油	0.3 0.36	うすくちしょうゆ	1.4 1.7	でんぶん	6 7.2
②いわしの梅煮(津田商店)	50 50			ミニブロッコリー	22 26	洋風スープストック【8日①参照】	0.4 0.5	カシューナッツ	8 10
①塩こんぶ 昆布、醤油(小麦、大豆)、食塩、醤油加工品(小麦、大豆)、調味料(アミノ酸等)、甘味料(ソルビトール等)、増粘多糖類(アレルギー表示:小麦、大豆) ※乳		①ちりめん	3 3.6	きゅうり	25 30	デ-リイ高千穂生クリーム48【7日⑥参照】	2 2.4	さつまいも(ダイス)	10 12
		キャベツ	38 45	カラーピーマンミックスIQF	8 10	あらくだきポテト	35 42	青まめ	7 8.4
		花そうみ(乾わかめ)	1 1.2	ノンオイルまぐろチャンク【5日②参照】	8 10	ローズハムスライス(短冊)【26日②参照】	10 12	大豆白絞油缶	6 7
		②ローズハムスライス(短冊)	6 9	③おいしい日向夏ドレッシング	7.5 9	きゅうり	25 30	三温糖	2.3 2.76
		③クッキングチーズ	3.5 4.2	①Fハイシルウ(フレク) 小麦粉、食用油脂(ラード・パーム油)、食塩、糖類(砂糖・ぶどう糖)、トマトペースト、オニオンパウダー(脱脂大豆・ぶどう糖)、ガーリックパウダー、香辛料(ペッパー・コーンパウダー・米粉・シナモン・ローレル)、カラメル色素、酵母エキスパウダー(アレルギー表示:小麦、大豆) ※乳、牛肉、鶏肉、豚肉(ラード)		塩	0.2 0.3	濃口醤油	1.7 2
		④プロセス星形チーズ	1.5 1.8	②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		こしょう	0.02 0.02	レモン汁(ポッカレモン)	2 2.4
		三温糖	1 1.2	③おいしい日向夏ドレッシング 食用植物油(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)		L&Mノンエッグハーフ【11日③参照】	9.5 11.5	みず	1.5 1.8
		うすくちしょうゆ	3 3.6			②日向夏みかんゼリー	40 40		
		酢	2 2.4			①米粉パン 米粉ミックス(米粉、粉末状小麦たん白、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)			
		すりごま	1 1.2			②日向夏みかんゼリー 日向夏果汁、砂糖混合ぶどう糖果糖液糖、水あめ、食物繊維(難消化性デキストリン)、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、クエン酸鉄、水(アレルギー表示:二)			
		②ローズハムスライス(短冊)【桐生食品】 豚ロース肉、還元水あめ、大豆たん白、食塩、卵たん白、乳たん白、たん白加水分解物、調味エキス、カゼインNa、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(ビタミンC)、くん液、発色剤(亜硝酸Na)、カルミン酸色素(アレルギー表示:卵、乳成分、大豆、豚肉) ※小麦、牛肉、ごま、鶏肉、りんご、ゼラチン							
		③クッキングチーズ ナチュラルチーズ、乳化剤、セルロース、水(アレルギー表示:乳)							
		④プロセス星形チーズ プロセスチーズ、{ナチュラルチーズ乳たん白、プロセスチーズ、乳化剤、グリシン、酢酸Na、安定剤(増粘多糖類)水}(アレルギー表示:乳)							

※コンタミ・キャリー等由来