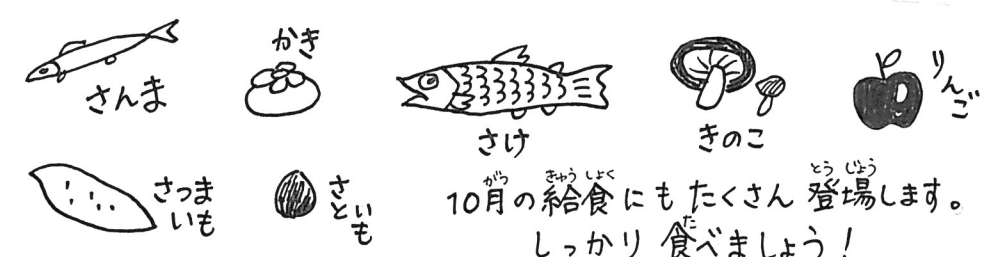
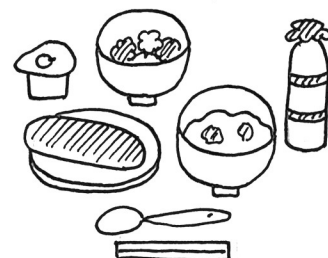
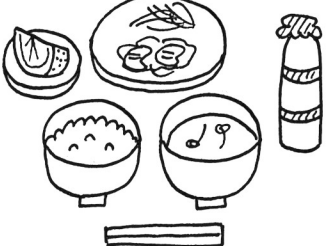
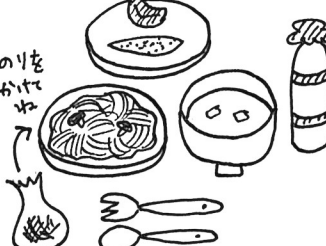
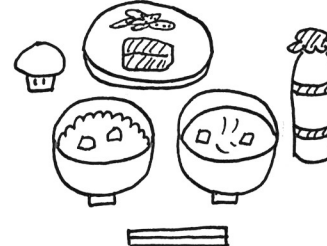
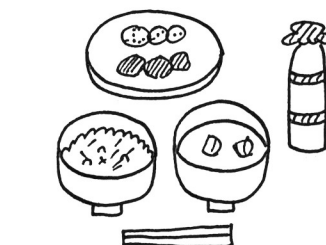
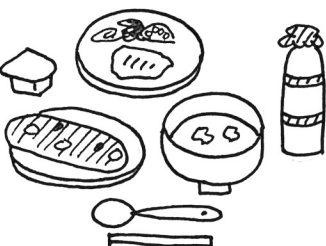
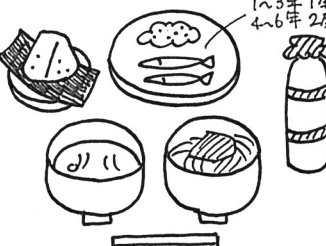
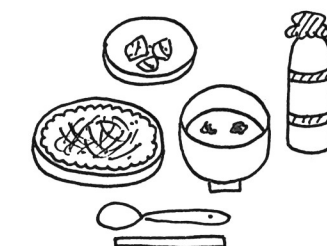
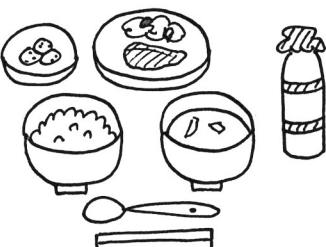
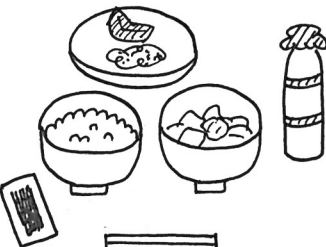


月	火	水	木	金																														
 あき た 秋はいろいろな食べものが おいしい季節です 				1 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>687 kcal</td><td>27.6 g</td><td>25.4 g</td></tr></table> コッペパン ぎゅうにゅう とりクリームに はなやさいのサラダ アセロラゼリー 	エネルギー	たんぱく質	しつ	687 kcal	27.6 g	25.4 g																								
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
687 kcal	27.6 g	25.4 g																																
4 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>562 kcal</td><td>23.3 g</td><td>14.1 g</td></tr></table> ごはん ぎゅうにゅう えびのチリソースに もやしのごまあえ オレンジ きのこのちゅうかふうスープ 	エネルギー	たんぱく質	しつ	562 kcal	23.3 g	14.1 g	5 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>629 kcal</td><td>23.7 g</td><td>23.8 g</td></tr></table> コッペパン ぎゅうにゅう スパニッシュオムレツ やさしいため はくさいスープ はちみつマーガリン 	エネルギー	たんぱく質	しつ	629 kcal	23.7 g	23.8 g	6 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>622 kcal</td><td>33.8 g</td><td>20.3 g</td></tr></table> きのこスパゲティー ぎゅうにゅう とりささみのスパイシーあげ みそスープ・かき 	エネルギー	たんぱく質	しつ	622 kcal	33.8 g	20.3 g	7 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>744 kcal</td><td>27.2 g</td><td>23.9 g</td></tr></table> さつまいもごはん ぎゅうにゅう さんまのつけやき いんげんのごまよごし ゆばのすまじる メロンミニゼリー 	エネルギー	たんぱく質	しつ	744 kcal	27.2 g	23.9 g	8 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>661 kcal</td><td>29.9 g</td><td>23.2 g</td></tr></table> バターロール はっこうにゅう さけのきのこソースがけ ポテトサラダ だいこんとソーセージのスープに 	エネルギー	たんぱく質	しつ	661 kcal	29.9 g	23.2 g
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
562 kcal	23.3 g	14.1 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
629 kcal	23.7 g	23.8 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
622 kcal	33.8 g	20.3 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
744 kcal	27.2 g	23.9 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
661 kcal	29.9 g	23.2 g																																
11 たいいくのひ 	12 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>674 kcal</td><td>29.3 g</td><td>26.3 g</td></tr></table> ライ麦食パン ポークソートマトソース ぎゅうにゅう スライスチーズ ほうれんそうとコーンのソー ベーコンとじゃがいものスープ 	エネルギー	たんぱく質	しつ	674 kcal	29.3 g	26.3 g	13 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>641 kcal</td><td>29.2 g</td><td>15.5 g</td></tr></table> ゆかりごはん ぎゅうにゅう とりのあまからに さといものごまあえ さつまじる 	エネルギー	たんぱく質	しつ	641 kcal	29.2 g	15.5 g	14 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>668 kcal</td><td>31.8 g</td><td>19.3 g</td></tr></table> ごはん ぎゅうにゅう さばのつけやき はくさいのそくせきづけ わかめのすまじる くるみもち 	エネルギー	たんぱく質	しつ	668 kcal	31.8 g	19.3 g	15 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>698 kcal</td><td>19.5 g</td><td>19.5 g</td></tr></table> ドライカレー ぎゅうにゅう あげじゃが ナタデココフルーツ 	エネルギー	たんぱく質	しつ	698 kcal	19.5 g	19.5 g						
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
674 kcal	29.3 g	26.3 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
641 kcal	29.2 g	15.5 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
668 kcal	31.8 g	19.3 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
698 kcal	19.5 g	19.5 g																																
18 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>673 kcal</td><td>27.3g</td><td>18.2 g</td></tr></table> ごはん ぎゅうにゅう はっばうさい いかのてんぷら こまつなとえのきのあえもの ほしいも 	エネルギー	たんぱく質	しつ	673 kcal	27.3g	18.2 g	19 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>621 kcal</td><td>29.7 g</td><td>24.9 g</td></tr></table> くるみレーズンパン ぎゅうにゅう タンドリーチキン ももミニゼリー れんこんのごまマヨあえ レタスとたまごのスープ 	エネルギー	たんぱく質	しつ	621 kcal	29.7 g	24.9 g	20 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>649 kcal</td><td>26.6 g</td><td>20.3 g</td></tr></table> きつねうどん おにぎり ぎゅうにゅう ししゃものてんぷら キャベツのピーナッツあえ 1・3年1食 4・6年2食 	エネルギー	たんぱく質	しつ	649 kcal	26.6 g	20.3 g	21 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>664 kcal</td><td>20.8 g</td><td>19.2 g</td></tr></table> ビビンバ ぎゅうにゅう わかめスープ だいがくいも 	エネルギー	たんぱく質	しつ	664 kcal	20.8 g	19.2 g	22 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>788 kcal</td><td>35.1 g</td><td>32.5 g</td></tr></table> コッペパン ぎゅうにゅう ハンバーグ ジャーマンポテト コーンポタージュ アロエヨーグルト 	エネルギー	たんぱく質	しつ	788 kcal	35.1 g	32.5 g
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
673 kcal	27.3g	18.2 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
621 kcal	29.7 g	24.9 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
649 kcal	26.6 g	20.3 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
664 kcal	20.8 g	19.2 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
788 kcal	35.1 g	32.5 g																																
25 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>658 kcal</td><td>27.1 g</td><td>16.2 g</td></tr></table> ごはん ぎゅうにゅう ほっけのいちやぼし だいこんのみそしる ばいにくあえ わらびもち 	エネルギー	たんぱく質	しつ	658 kcal	27.1 g	16.2 g	26 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>714 kcal</td><td>30.8 g</td><td>25.8 g</td></tr></table> コッペパン ぎゅうにゅう シーフードグラタン きこのスープ ごぼうとベーコンのようふうきんぴら さつまいものキャラメルソース 	エネルギー	たんぱく質	しつ	714 kcal	30.8 g	25.8 g	27 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>658 kcal</td><td>26.7 g</td><td>17.4 g</td></tr></table> ごはん ぎゅうにゅう おでん はくさいのじゃこあえ あじつけのり かき 	エネルギー	たんぱく質	しつ	658 kcal	26.7 g	17.4 g	28 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>729 kcal</td><td>24.0 g</td><td>23.6 g</td></tr></table> ビーンズカレーライス ぎゅうにゅう ツナとキャベツのサラダ りんご 	エネルギー	たんぱく質	しつ	729 kcal	24.0 g	23.6 g	29 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>しつ</td></tr><tr><td>793 kcal</td><td>35.3 g</td><td>26.8 g</td></tr></table> おべんとうきゅうしょく 	エネルギー	たんぱく質	しつ	793 kcal	35.3 g	26.8 g
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
658 kcal	27.1 g	16.2 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
714 kcal	30.8 g	25.8 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
658 kcal	26.7 g	17.4 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
729 kcal	24.0 g	23.6 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
793 kcal	35.3 g	26.8 g																																

【湯煮三色】 黄・赤・白の糖になす(還元糖・糖質) 赤・白の糖になす(還元糖・糖質) ミネラル 糖・からだの調子をととのえる(ビタミン ミネラル 食物繊維) ★印は千早赤阪村産です。 ※材料入荷の都合などにより内容を変更する場合があります。ご了承ください。