

月	火	水	木	金																														
<p>感謝の気持ちをこめて いただきます</p>	<p>1</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>725 kcal</td> <td>31.6 g</td> <td>26.1 g</td> </tr> </table> <p>うずまきパン ぎゅうにゅう ポテトミートグラタン こまつなとしめじのソテー ジュリエンスープ フルーツヨーグルト</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	725 kcal	31.6 g	26.1 g	<p>2</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>624 kcal</td> <td>22.8 g</td> <td>17.3 g</td> </tr> </table> <p>ごはん ぎゅうにゅう はるまき かみかみだいず ちんげんさいのかにあんかけ とうもろこしとたまごのスープ</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	624 kcal	22.8 g	17.3 g	<p>3</p> <p>ぶんかのひ</p>	<p>4</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>631 kcal</td> <td>26.0 g</td> <td>19.8 g</td> </tr> </table> <p>コッペパン はっこうにゅう チリコンカーン ブロッコリーとハムのサラダ りんご</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	631 kcal	26.0 g	19.8 g												
	エネルギー	たんぱく質	しつ																															
725 kcal	31.6 g	26.1 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
624 kcal	22.8 g	17.3 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
631 kcal	26.0 g	19.8 g																																
<p>7</p> <table border="1"> <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>27.6 g</td> <td>19.8 g</td> </tr> </table> <p>ごはん ぎゅうにゅう とうふとえびのくずし あげじゃが みかん キャベツのごまあえ</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	673 kcal	27.6 g	19.8 g	<p>8</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>716 kcal</td> <td>20.6 g</td> <td>20.3 g</td> </tr> </table> <p>ケチャップライス ぎゅうにゅう ポトフ りんごゼリー</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	716 kcal	20.6 g	20.3 g	<p>9</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>546 kcal</td> <td>28.7 g</td> <td>19.5 g</td> </tr> </table> <p>はくさいラーメン ぎゅうにゅう にくだんごのもちごめむし ピリカラぎゅうり ヨーグルトレーズン</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	546 kcal	28.7 g	19.5 g	<p>10</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>728 kcal</td> <td>24.3 g</td> <td>26.6 g</td> </tr> </table> <p>ハヤシライス ぎゅうにゅう まめのごまマヨあえ オレンジ</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	728 kcal	24.3 g	26.6 g	<p>11</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>570 kcal</td> <td>25.8 g</td> <td>24.0 g</td> </tr> </table> <p>セレクトきゅうしょく</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	570 kcal	25.8 g	24.0 g
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
673 kcal	27.6 g	19.8 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
716 kcal	20.6 g	20.3 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
546 kcal	28.7 g	19.5 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
728 kcal	24.3 g	26.6 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
570 kcal	25.8 g	24.0 g																																
<p>14</p> <p>にちようさんかん だいぎゅう</p>	<p>15</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>669 kcal</td> <td>22.5 g</td> <td>25.3 g</td> </tr> </table> <p>こくとろパン ぎゅうにゅう カリフラワーのシチュー もやしサラダ とうにゅうデザート</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	669 kcal	22.5 g	25.3 g	<p>16</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>642 kcal</td> <td>26.7 g</td> <td>20.0 g</td> </tr> </table> <p>なめし ぎゅうにゅう うずらとやさいのいためもの すまじる りんご</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	642 kcal	26.7 g	20.0 g	<p>17</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>693 kcal</td> <td>32.5 g</td> <td>19.7 g</td> </tr> </table> <p>ごはん ぎゅうにゅう ひじきいりハンバーグ うのはな さつまいものみそしる ととチーズ</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	693 kcal	32.5 g	19.7 g	<p>18</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>767 kcal</td> <td>28.3 g</td> <td>27.4 g</td> </tr> </table> <p>かやくごはん ぎゅうにゅう さんまのかばやき きりぼしだいこんのもの わかめのすまじる かき</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	767 kcal	28.3 g	27.4 g						
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
669 kcal	22.5 g	25.3 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
642 kcal	26.7 g	20.0 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
693 kcal	32.5 g	19.7 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
767 kcal	28.3 g	27.4 g																																
<p>21</p> <table border="1"> <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>32.4 g</td> <td>18.7 g</td> </tr> </table> <p>ごはん ぎゅうにゅう さばのよしるぼし かすみしる ほうれんそうのじゃこあえ みかん</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	641 kcal	32.4 g	18.7 g	<p>22</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>659 kcal</td> <td>26.8 g</td> <td>15.6 g</td> </tr> </table> <p>ごはん ぎゅうにゅう ごまみそに チンゲンサイのおかかあえ わらびもち</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	659 kcal	26.8 g	15.6 g	<p>23</p> <p>きんろうかんしゃのひ</p>	<p>24</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>654 kcal</td> <td>29.0 g</td> <td>19.6 g</td> </tr> </table> <p>ごはん ぎゅうにゅう マーボーきのこ こまつなとはるさめのいためもの オレンジ</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	654 kcal	29.0 g	19.6 g	<p>25</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>590 kcal</td> <td>26.3 g</td> <td>18.9 g</td> </tr> </table> <p>クロワッサン ぎゅうにゅう とりにくのこうみやき ブロッコリーのソテー ミネストラスープ ココアぎゅうにゅうのもと</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	590 kcal	26.3 g	18.9 g						
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
641 kcal	32.4 g	18.7 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
659 kcal	26.8 g	15.6 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
654 kcal	29.0 g	19.6 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
590 kcal	26.3 g	18.9 g																																
<p>28</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>765 kcal</td> <td>22.2 g</td> <td>23.5 g</td> </tr> </table> <p>カレーライス ぎゅうにゅう ほうれんそうとくるみのサラダ グレープフルーツゼリー</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	765 kcal	22.2 g	23.5 g	<p>29</p> <table border="1"> <tr> <td>エネルギー</td> <td>たんぱく質</td> <td>しつ</td> </tr> <tr> <td>648 kcal</td> <td>26.3 g</td> <td>20.2 g</td> </tr> </table> <p>コッペパン ぎゅうにゅう フィッシュボール ニンジンポタージュ キャベツとコーンのソテー ぶどうミニゼリー</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	648 kcal	26.3 g	20.2 g	<p>30</p> <table border="1"> <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>25.1 g</td> <td>18.5 g</td> </tr> </table> <p>たまごじょうどん おにぎり ぎゅうにゅう めざし こまつなのピーナッツあえ</p>	エネルギー	たんぱく質	しつ	622 kcal	25.1 g	18.5 g	<p>きゅうしょく おお ひと つく 給食は多くの人によって作られています。</p>													
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
765 kcal	22.2 g	23.5 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
648 kcal	26.3 g	20.2 g																																
エネルギー	たんぱく質	しつ																																
622 kcal	25.1 g	18.5 g																																

