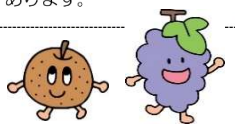


|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------|-----------------------|--------------------------|--------------|---------------|----------|------------|--|-------|-------|-------|
| 月<br>25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 火<br>26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 水<br>27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 木<br>28                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 金<br>29                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <div>△ <b>ぎゅうにゅう なつやさいカレー</b> 669kcal</div> <div>○ こめ 88g ○ むぎ 5</div> <div>△ ぶたにく 20 ○ じゃがいも 20</div> <div>□ にんじん 13 □ たまねぎ 70</div> <div>□ なす 15 □ かぼちゃ 20</div> <div>□ しょうが 0.5 ○ あぶら 0.3</div> <div>□ カレールウ カレールウ</div> <div>□ ウスターソース こしょう</div> <div>△ <b>きゅうりのつけもの</b></div> <div>□ きゅうり 37 ○ ごま 0.3</div> <div>□ しょうが 0.4 みりん 4.5</div> <div>○ さとう 0.45 トウバンジャン</div> <div>□ こいくちしょうゆ す</div> <div>△ <b>ぶどう 2つぼ</b> フルーツ給食</div>                                                                                          |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
| 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
| <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん あげぎョウザ</b> 584kcal</div> <div>△ きょうざ 2こ ○ あげあぶら 1.8</div> <div>△ <b>ゴーヤチャンプル</b></div> <div>△ ぶたにく 10 □ ゴーヤ 10</div> <div>□ もやし 12 □ ニら 5</div> <div>△ あつあげ 25 △ いりたまご 10</div> <div>○ ごまあぶら 1 △ かつおぶし 0.3</div> <div>さけ 0.5 ちゅうかスープ</div> <div>しお こいくちしょうゆ</div> <div>△ <b>もずくスープ</b></div> <div>△ とりももにく 10 △ もずく 9</div> <div>□ はくさい 23 □ しめじ 5</div> <div>□ にんじん 6 □ しょうが 0.45</div> <div>○ ごまあぶら 0.27 ○ あぶら 0.15</div> <div>ちゅうかスープ とりガラスープ</div> <div>しお・こしょう うすくちしょうゆ</div>                  | <div>△ <b>ぎゅうにゅう スタミナどん</b> 557kcal</div> <div>○ こめ 80g △ ぶたにく 60</div> <div>○ あぶら 0.4 さけ 1</div> <div>□ たまねぎ 55 □ にんじん 20</div> <div>□ ちんげんさい 17 □ ニら 3</div> <div>□ にんにく 1.1 □ しょうが 1.1</div> <div>○ さとう 1.5 みりん 2</div> <div>○ ごま 0.5 ○ ごまあぶら 0.5</div> <div>トウバンジャン こいくちしょうゆ</div> <div>ウスターソース</div> <div>△ <b>わかめスープ</b></div> <div>△ わかめ 0.5 □ しいたけ 4</div> <div>△ とうふ 20 □ たまねぎ 20</div> <div>みず 100</div> <div>とりガラスープ ちゅうかスープ</div> <div>しお くらこしょう</div>                                                     | <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん じゃがぶたキムチ</b> 541kcal</div> <div>△ ぶたにく 27.5 □ いとこんにやく 23</div> <div>○ じゃがいも 55 □ たまねぎ 44</div> <div>□ にんじん 13 □ キムチ 17.5</div> <div>□ ニら 3.3 ○ さとう 2.2</div> <div>さけ 2.2 みりん 2.2</div> <div>みず 33 ○ あぶら 0.3</div> <div>こいくちしょうゆ だし</div> <div>△ <b>ナムル</b></div> <div>□ ほうれんそう 11 □ もやし 30</div> <div>□ にんじん 5 ○ ごまあぶら 0.2</div> <div>○ ごま 0.3 しお こいくちしょうゆ</div> <div>△ ひじき 1.3 ○ ごま 0.6</div> <div>△ かつおぶし 1.1 ○ さとう 2.7</div> <div>みりん 4.5 こいくちしょうゆ</div>                                                                                                                                                               | <div>△ <b>ぎゅうにゅう チキンピラフ</b> 550kcal</div> <div>○ こめ 67g ○ むぎ 3.2</div> <div>○ あぶら 0.25 △ とりももにく 15</div> <div>△ チキンウインナースキンスライス 10</div> <div>□ たまねぎ 30 □ にんじん 8</div> <div>□ ビーマン 4 □ コーン 5</div> <div>○ あぶら 0.3 コンソメ</div> <div>コンソメ しお</div> <div>ウスターソース こしょう</div> <div>△ <b>かぼちゃとうにゅうスープ</b></div> <div>△ ぶたにく 10 □ たまねぎ 25</div> <div>□ にんじん 7 □ かぼちゃ 25</div> <div>□ しめじ 5 △ とうにゅう 20</div> <div>みず 75 △ あぶら 0.15</div> <div>こめこホワイトルウ コンソメ</div> <div>こしょう</div> <div>△ <b>なし</b> フルーツ給食</div>                                  | <div>△ <b>ぎゅうにゅう わかめごはん(げんりょう) ひやしうどん</b> 638kcal</div> <div>○ うどん 100 □ もやし 25</div> <div>□ ほうれんそう 15 □ にんじん 7</div> <div>△ あぶらあげ 4.3 ○ さとう 1.8</div> <div>みず 6 △ きんしたまご 15</div> <div>こいくちしょうゆ めんつゆ</div> <div>△ <b>はんぺんフライ</b></div> <div>△ はんぺんフライ 1こ ○ あげあぶら 4</div> <div></div>                                                                                                                                                          |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
| 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
| <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん さんまのかばやきふう</b> 639kcal</div> <div>△ さんま 1まい さけ 1.5</div> <div>○ かたくりこ 5 ○ あげあぶら 4</div> <div>□ しょうが 1 みりん 2</div> <div>○ さとう 2 みず 2</div> <div>○ ごま 0.3</div> <div>こいくちしょうゆ</div> <div>△ <b>やさいのごまあえ</b></div> <div>□ キャベツ 35 □ ほうれんそう 15</div> <div>□ にんじん 5 ○ ごま 0.5</div> <div>○ すりごま 0.5 ○ さとう 0.5</div> <div>こいくちしょうゆ</div> <div>△ <b>しおこうじスーフ</b></div> <div>△ とりももにく 10 □ だいこん 30</div> <div>□ にんじん 10 □ しめじ 6</div> <div>□ ねぎ 3 □ しょうが 0.9</div> <div>さけ 1.8 だし</div> <div>しおこうじ こしょう</div> | <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん ぶたにくときのこのトマトに</b> 581kcal</div> <div>△ ぶたにく 38 □ しめじ 10</div> <div>□ エリンギ 7 □ たまねぎ 50</div> <div>○ じゃがいも 28 □ えだまめ 6</div> <div>□ トマト 5 □ トマト 5</div> <div>□ にんにく 0.3 しろワイン 1</div> <div>○ さとう 0.4 みず 49</div> <div>○ あぶら 0.3</div> <div>ウスターソース ケチャップ</div> <div>こしょう コンソメ</div> <div>しお</div> <div>△ <b>マカロニサラダ</b></div> <div>○ マカロニ 8 □ キャベツ 15</div> <div>□ にんじん 6 △ ハム 5</div> <div>○ さとう 0.7 しお こしょう</div> <div>す ○ マヨネーズ</div> <div>□ <b>ピオーネ 2つぼ</b></div> <div>△ <b>せとふうみふりかけ</b></div> | <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん コッペパン かぼちゃひきにくフライ</b> 585kcal</div> <div>□ かぼちゃひきフライ 1こ</div> <div>○ あげあぶら 4</div> <div>△ <b>れんこんサラダ</b></div> <div>□ れんこん 11 □ きゅうり 15</div> <div>□ もやし 10 △ わかめ 0.7</div> <div>わふうドレッシング</div> <div>△ <b>ボークビーンズ</b></div> <div>△ ぶたにく 25 ○ じゃがいも 30</div> <div>□ たまねぎ 40 □ にんじん 10</div> <div>□ いんげん 5 △ だいず 20</div> <div>□ トマトピューレ 25 ○ さとう 1</div> <div>みず 30</div> <div>コンソメ</div> <div>ウスターソース</div> <div>○ あぶら 0.3</div> <div>こしょう</div> <div></div>                                                                         | <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん つくねのソースやき</b> 594kcal</div> <div>△ キャベツいりつくね 1こ</div> <div>○ さとう 2.5 みりん 1.1</div> <div>みず 2.2</div> <div>とんかつソース ウスターソース</div> <div>ケチャップ</div> <div>△ <b>ポテトサラダ</b></div> <div>○ じゃがいも 30 □ にんじん 8</div> <div>□ きゅうり 18 △ ハム 5</div> <div>○ マヨネーズ す</div> <div>しお こしょう</div> <div>△ <b>キャベツのみぞしる</b></div> <div>□ たまねぎ 20 △ あぶらあげ 5</div> <div>□ キャベツ 20 □ にんじん 6</div> <div>□ ねぎ 3 みず 100</div> <div>△ みそ だし</div>                                                                                               | <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん ダンドリーチキン</b> 575kcal</div> <div>△ とりももにく 2こ △ ヨーグルト 9</div> <div>□ しょうが 1.5 □ にんにく 0.5</div> <div>ケチャップ こいくちしょうゆ</div> <div>カレーこ くらこしょう</div> <div>しお</div> <div>△ <b>カラフルサラダ</b></div> <div>□ あかバプリカ 5 □ きゅうり 10</div> <div>□ もやし 20 □ コーン 5</div> <div>△ ツナ 7 □ レモン 1.1</div> <div>○ さとう 1.1 うすくちしょうゆ</div> <div>△ <b>ABCマカロニスーフ</b></div> <div>○ アルファベットマカロニ 5</div> <div>△ ぶたにく 5 □ たまねぎ 15</div> <div>□ にんじん 6 □ だいこん 20</div> <div>□ キャベツ 20 みず 100</div> <div>○ あぶら 0.2 こしょう</div> <div>ブイヨン しお</div> |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
| 15                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 17                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 19                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
| <div>敬老の日</div> <div></div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん しろみさかなフライ</b> 545kcal</div> <div>△ しろみさかなフライ 1きれ</div> <div>○ あぶら 5</div> <div>△ <b>こぶくろソース キャベツのゆかりあえ</b></div> <div>□ キャベツ 25 □ もやし 22</div> <div>ゆかり 0.8 ○ さとう 0.5</div> <div>こいくちしょうゆ</div> <div>△ <b>とうがんとたまごのスーフ</b></div> <div>△ たまご 20 □ とうがん 25</div> <div>□ ほうれんそう 8 □ にんじん 6</div> <div>△ みそ だし</div>                                                                                                                                                                                  | <div>△ <b>ぎゅうにゅう たまごのやさいあんかけどん</b> 573kcal</div> <div>○ こめ 80g △ かにたま 1こ</div> <div>△ ぶたにく 10 ○ あぶら 0.15</div> <div>□ たまねぎ 35 □ にんじん 7</div> <div>□ もやし 17 □ ねぎ 3</div> <div>□ しょうが 0.35 さけ 2</div> <div>みず 86 ○ かたくりこ 4</div> <div>とりがらスープ ○ ごまあぶら 0.6</div> <div>しお くらこしょう こいくちしょうゆ</div> <div>△ <b>やきにくサラダ</b></div> <div>△ ぶたにく 12 ○ あぶら 0.15</div> <div>□ しょうが 0.08 □ にんにく 0.08</div> <div>さけ 0.6 ○ さとう 0.36</div> <div>□ きゅうり 8 □ にんじん 4</div> <div>□ もやし 10 □ キャベツ 11</div> <div>○ ごま 0.96 ○ さとう 0.1 す</div> <div>○ ごまあぶら 0.4 ○ あぶら 0.56</div> <div>こいくちしょうゆ</div>                                                                      | <div>△ <b>ぎゅうにゅう チャーハン</b> 593kcal</div> <div>○ こめ 80g ○ あぶら 0.35</div> <div>○ ごまあぶら 1 △ ぶたにく 20</div> <div>□ たまねぎ 40 □ にんじん 7</div> <div>□ ねぎ 5 △ いりたまご 10</div> <div>さけ 0.6 ○ あぶら 0.3</div> <div>こいくちしょうゆ しお</div> <div>こしょう こいくちしょうゆ</div> <div>ちゅうかスープ</div> <div>△ <b>ちゅうかスーフ(にくだんご)</b></div> <div>□ こまつな 10 △ ミートボール 25</div> <div>□ もやし 16 □ にんじん 8</div> <div>□ たまねぎ 15 □ しめじ 5</div> <div>○ あぶら 0.1 みず 100</div> <div>○ ごまあぶら 0.3 ○ あぶら 0.2</div> <div>ちゅうかスープ とりガラスープ</div> <div>しお うすくちしょうゆ</div> <div>○ <b>みかんゼリー</b></div> | <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん(げんりょう) ジャーザーめん</b> 728kcal</div> <div>○ ちゅうかめん 88 △ ぶたひきにく 35</div> <div>□ しょうが 0.6 □ にんにく 0.4</div> <div>□ たまねぎ 50 □ にんじん 15</div> <div>□ はくさい 22 □ ちんげんさい 8</div> <div>□ ねぎ 4 さけ 1.65</div> <div>○ さとう 1.65 みず 20</div> <div>○ かたくりこ 0.6 ○ あぶら 0.2</div> <div>○ ごまあぶら 0.5</div> <div>△ <b>あかみそ</b> △ みそ</div> <div>テンメンジャン こいくちしょうゆ</div> <div>トウバンジャン ちゅうかスープ</div> <div>△ <b>あげはるまき</b></div> <div>△ はるまき 1こ ○ あげあぶら 2.5</div> <div>△ <b>のりこうみふりかけ</b></div>                                             |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
| 22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 24                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
| <div>△ <b>ぎゅうにゅう キーマカレー(ターメリックライス)</b> 690kcal</div> <div>○ こめ 80g △ ぶたひきにく 30</div> <div>△ とりひきにく 30 □ たまねぎ 100</div> <div>□ にんじん 15 □ しょうが 1</div> <div>□ にんにく 0.3 □ トマトピューレ 23</div> <div>○ あぶら 0.3</div> <div>ターメリック コンソメ</div> <div>ナツメグ</div> <div>カレールウ しお</div> <div>こしょう</div> <div>△ <b>フルーツポンチ</b></div> <div>□ はっさく 7 □ みかん 14</div> <div>□ もも 6 □ バイン 8</div> <div>○ はちみつレモンゼリー 20</div> <div>△ かんてん 8</div> <div>フルーツ給食</div>                                                                              | <div>秋分の日</div> <div></div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん おこのみやき</b> 582kcal</div> <div>□ キャベツ 75</div> <div>△ きめこしどうふ 22 とんかつソース</div> <div>△ やきちくわ 13 □ べにしょうが 1.6</div> <div>○ やまいもいりおこのみやき 12.8</div> <div>△ あおのり 0.15 △ かつおぶし 1</div> <div>とんかつソース</div> <div>△ <b>こぶくろマヨネーズ きゅうりのしおこんぶあえ</b></div> <div>□ きゅうり 40 □ にんじん 5</div> <div>○ ごま 0.55 しお △ しおこんぶ 1.7</div> <div>△ <b>かぼちゃのみぞしる</b></div> <div>□ かぼちゃ 20 □ たまねぎ 20</div> <div>□ えのきたけ 7 □ ねぎ 5</div> <div>みず 130</div> <div>△ みそ だし</div>                                                                                                                                                                            | <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん さばのしょうがやき</b> 628kcal</div> <div>△ さば 1きれ □ しょうが 0.7</div> <div>みりん 1.3 ○ さとう 2.6</div> <div>さけ 1.3 こいくちしょうゆ</div> <div>△ <b>コールスローサラダ</b></div> <div>□ キャベツ 17 □ コーン 10</div> <div>□ きゅうり 18 △ ハム 5</div> <div>○ さとう 0.4 す しお ○ マヨネーズ</div> <div>△ ぶたにく 8 △ ひじき 3</div> <div>□ にんじん 5 □ いんげん 10</div> <div>□ こんにやく 10 △ だいず 15</div> <div>△ さつまあげ 10 ○ あぶら 0.3</div> <div>○ さとう 2.5 さけ 0.5</div> <div>みりん 0.5 みず 25</div> <div>こいくちしょうゆ だし</div>                                                                   | <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん コーンととりにくのおとしあげ</b> 565kcal</div> <div>△ とりむねにく 33</div> <div>さけ 1.1 □ コーン 25.3</div> <div>○ こむぎこ 5.5 ○ かたくりこ 3.3</div> <div>○ あげあぶら 4.4 しお くらこしょう</div> <div>△ <b>なすのちゅうかあえ</b></div> <div>△ ささみフレーク 8 □ なす 35</div> <div>□ しょうが 0.48 みりん 4.8</div> <div>さけ 0.55 ○ さとう 0.97</div> <div>○ ごまあぶら 0.15</div> <div>おろしにんにく こいくちしょうゆ</div> <div>す トウバンジャン</div> <div>△ <b>あじみなのみぞしる</b></div> <div>□ あじみな 10 △ とうふ 20</div> <div>□ にんじん 6 □ ねぎ 4</div> <div>△ みそ だし</div>                                         |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
| 29                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 30                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | ＜ 3 つの食品グループと多くふくまれる栄養素 ＞                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
| <div>△ <b>ぎゅうにゅう おやこどん</b> 591kcal</div> <div>○ こめ 80g △ とりももにく 30</div> <div>△ たまご 40 □ たまねぎ 90</div> <div>□ にんじん 17 □ しいたけ 5</div> <div>さけ 1.8 みりん 3</div> <div>○ さとう 2 みず 45</div> <div>こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ</div> <div>だし</div> <div>△ <b>やさいのおかかあえ</b></div> <div>□ ほうれんそう 14 □ キャベツ 30</div> <div>□ にんじん 5 △ かつおぶし 1</div> <div>こいくちしょうゆ</div>                                                                                                                                                                        | <div>△ <b>ぎゅうにゅう ごはん ハンバーグ(ていやくソース)</b> 573kcal</div> <div>△ ハンバーグ 1こ ○ さとう 1.2</div> <div>みりん 4 みず 10</div> <div>さけ 2.2 ○ かたくりこ 0.65</div> <div>こいくちしょうゆ</div> <div>△ <b>すじょうゆあえ</b></div> <div>□ きゅうり 35 □ えのきたけ 10</div> <div>□ にんじん 5 △ かつおぶし 1.17</div> <div>○ さとう 0.14 す こいくちしょうゆ</div> <div>△ <b>ほうれんそうのすましじる</b></div> <div>□ ほうれんそう 10 □ ねぎ 3</div> <div>△ とうふ 30 みりん 0.8</div> <div>みず 130 しお だし うすくちしょうゆ</div>                                                                                              | <table><tr><td>しょうひん<br/>食品<br/>グループ</td><td>○・おもにエネルギーの<br/>もとになる食品</td><td>△・おもに体をつくる<br/>もとになる食品</td><td>□・おもに体の調子を整える<br/>もとになる食品</td></tr><tr><td>えいよう素<br/>栄養素</td><td>たんぱく質<br/>炭水化物</td><td>しつ<br/>脂質</td><td>むしつ<br/>無機質</td></tr><tr><td></td><td>たんぱく質</td><td>たんぱく質</td><td>たんぱく質</td></tr></table> <div>8・9月紀の川市産の野菜は・・・小松菜、あじみな、ねぎ、たまねぎ、<br/>にんにく、きゅうり、かぼちゃなど</div> <div>米・・・キヌヒカリ、ヒノヒカリ(紀の川市産)</div> <div>フルーツ給食(市内産のフルーツ)・・・8/29(金)ぶどう<br/>9/4(木)なし<br/>9/22(月)はっさく(缶詰)</div> <div>☆材料購入の都合により<br/>献立を変更することが<br/>あります。</div> <div></div> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | しょうひん<br>食品<br>グループ | ○・おもにエネルギーの<br>もとになる食品 | △・おもに体をつくる<br>もとになる食品 | □・おもに体の調子を整える<br>もとになる食品 | えいよう素<br>栄養素 | たんぱく質<br>炭水化物 | しつ<br>脂質 | むしつ<br>無機質 |  | たんぱく質 | たんぱく質 | たんぱく質 |
| しょうひん<br>食品<br>グループ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | ○・おもにエネルギーの<br>もとになる食品                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | △・おもに体をつくる<br>もとになる食品                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | □・おもに体の調子を整える<br>もとになる食品                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
| えいよう素<br>栄養素                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | たんぱく質<br>炭水化物                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | しつ<br>脂質                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | むしつ<br>無機質                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | たんぱく質                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | たんぱく質                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | たんぱく質                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                     |                        |                       |                          |              |               |          |            |  |       |       |       |