

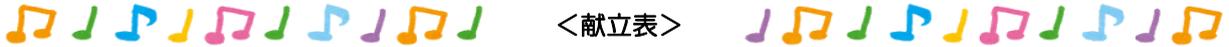
# 山手幼稚園 2025年 10月 給食便り

木々の葉の色が変わり始め、  
秋の訪れが目に見えてわかるようになってきました。



作品展・運動会の練習を頑張る子どもたちは  
免疫力が下がり体調を崩しやすくなります。

帰宅時のうがい・手洗いに加え、  
日々の食卓に積極的にお芋・緑色の食品を取り入れるなど、  
風邪をひきにくい身体作りをしましょう♪



月	火	水 1	木 2	金 3
昼食		<b>■(漬かり保管)</b> <b>■ごはん</b> 米 <b>■豆たねの中華炒め</b> ぶたにく きゃべつ たまねぎ にんじん ピーマン しょうが キャノーラ油 鶏がらスープ 濃口しょうゆ りょうり酒 こしよ かたくの粉 <b>■笹野菜のごま和え</b> フロッピー カリフラワー 赤パプリカ 白ごま さとう 濃口しょうゆ <b>■マスカットゼリー</b> カブモリの素(マスカット) <b>■焼きとうもろのみそ汁</b> 焼とうもろ しめじ みずな 混合削りぶし みそ	<b>■ごはん</b> 米 <b>■とり肉のてりやき</b> とりにく りょうり酒 しょうが 濃口しょうゆ みりん風 かたくの粉 <b>■いんげんのおかか和え</b> さつまいも コーン かつおぶし さとう 濃口しょうゆ <b>■さつまいもの甘煮</b> さつまいも さとう マーガリン <b>■だいごんのみそ汁</b> だいごん あぶらあげ カットわかめ 混合削りぶし みそ	<b>■焼肉ピラフ</b> 米 にんにく マーガリン だいき華粒状 しお 濃口しょうゆ ★フイヨン ハセリ苗 <b>■トッピング</b> ぶたにく たまねぎ にんじん ピーマン キャノーラ油 濃口しょうゆ さとう りょうり酒 みりん風 しょうが にんにく ごま油 白ごま <b>■マカロニサラダ</b> カールマカロニ アスパラガス 赤パプリカ マーガリン ★部不使用マヨネーズ 乾燥酢 さとう ★フイヨン <b>■ぶどうゼリー</b> ぶどうの素(ぶどう) <b>■はくさいのみそ汁</b> はくさい ★ちくわ 豆腐 混合削りぶし みそ
アレルギー対応		アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	小麦) ライスパスタに変更
3時		<b>■ごん豆おにぎり</b> 米 塩こんぶ <b>■ウィンナー</b> 冷皮なしウィンナー	<b>■カレーピーマン</b> ピーマン たまねぎ にんじん きぬぎや しお 濃口しょうゆ カレー粉 キャノーラ油	<b>■とうもろこしナゲット</b> 鶏ひき肉 木綿豆腐 たまねぎ 鶏がらスープ かたくの粉 キャノーラ油 クチャップ
アレルギー対応		アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
		144kcal - 465kcal 蛋白質 16.9g 脂質 9.1g 加砂糖 93mg 鉄 2.2mg 蛋白質 16.9g 加砂糖 93mg 鉄 2.2mg	144kcal - 408kcal 蛋白質 16.3g 脂質 12.5g 加砂糖 75mg 鉄 1.6mg 蛋白質 16.3g 加砂糖 75mg 鉄 1.6mg	144kcal - 498kcal 蛋白質 22.3g 脂質 15.4g 加砂糖 96mg 鉄 2.2mg 蛋白質 22.3g 加砂糖 96mg 鉄 2.2mg

## \* 献立のマークについて \*

★：アレルギー対応の加工食品です。たまご・乳・小麦を使用していません。  
※その他のアレルギーに関しては食品ごとに記載しております。

- ・アレルギーフリーカレールウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・米粉のハヤシルウ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とうもろハンバーグ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・ミートボール …… 原材料の一部に豚肉・鶏肉を含みます。
- ・皮なしウィンナー …… 原材料の一部に豚肉・牛肉・大豆を含みます。
- ・フランクフルトソーセージ …… 原材料の一部に大豆・豚肉・鶏肉を含みます。
- ・豚ロースハム …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・ハム …… 原材料の一部に豚肉を含みます。
- ・フイヨン …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・とりがらスープ …… 原材料の一部に鶏肉を含みます。
- ・部不使用マヨネーズ …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・中濃ソース …… 28品目のアレルギーが使用されていません。
- ・さつまいも、ちくわ …… たまご、乳、小麦不使用の練り物です。
- ・豆乳ホイップ …… 原材料の一部に大豆を含みます

★：たまご・乳を使用していません。

・豚しょうまい …… 原材料の一部に小麦・豚肉を含みます。

○：お便りでのアレルギー対応の管理上、表示されるマークです。

◆：新メニュー



## アレルギー対応表示食品

たまご、乳、小麦、甲殻類(ちりめんを含む)  
バナナ、りんご、もも、魚類(サバ・サケ)





	月 6	火 7	水 8	木 9	金 10
昼食	<b>■演やきそば◆</b> 中華めん ぶたにく きゅうり たまねぎ にんじん ピーマン キャノーラ油 鶏がらスープ 淡口しょうゆ さとう しお こしょう ■ブロッコリーのサラダ ブロッコリー 赤ハブリカ コーン さとう 淡口しょうゆ ■いちごゼリー かびの素 (いちご) ■中味スープ あつあけ エリンギ にら しょうが 鶏がらスープ 淡口しょうゆ ごま油	<b>■ごはん</b> 米 ■ <b>ぶた肉とだいごんの煮物</b> ぶたにく だいごん たまねぎ にんじん あぶらあげ えだまめ キャノーラ油 鶏がらスープ しょうが りょうり酒 淡口しょうゆ さとう かたくり粉 ■ <b>フライドポテト (カレー味)</b> クリンカットポテト しお カレー粉 ハセリ亜 ■ <b>ほうれん草のツナ和え</b> ほうれん草 黄ハブリカ ツナ さとう 淡口しょうゆ ■ <b>にゅうめん</b> さとう *さつまあげ カットわかめ 混合削りぶし しお 淡口しょうゆ	<b>■ごはん</b> 米 ■ <b>とうろふハンバーグ</b> *とうろふハンバーグ ■ <b>ソース</b> ケチャップ *中濃ソース さとう かたくり粉 ■ <b>きゅうりのごま和え</b> きゅうり にんじん きぬさや 白ごま さとう 淡口しょうゆ ■ <b>おひろんごせり</b> かびの素 (青りんご) ■ <b>たまねぎのみぞ汁</b> たまねぎ *ちくわ みそ 混合削りぶし みそ	<b>■さつまいもごはん</b> 米 モチ米 さつまいも りょうり酒 淡口しょうゆ さとう しお 黒ごま ■ <b>牛肉の甘辛炒め</b> きゅうり たまねぎ はくさい にんじん ピーマン キャノーラ油 だしパウダー さとう 濃口しょうゆ かたくり粉 ■ <b>きゅうりのちりめん和え</b> きゅうり コーン ちりめん さとう 淡口しょうゆ ■ <b>かぼちゃのみぞ汁</b> かぼちゃ ちりめん *さつまあげ 混合削りぶし みそ	<b>■*運動会がんばろうメニュー*</b> ■ <b>ごはん</b> 米 ■ <b>フレールチキン◆</b> とり肉 りょうり酒 濃口しょうゆ さとう かたくり粉 だいご華粗状 コンブシ 大豆白粉油 ■ <b>にんじんのおかか炒め◆</b> にんじん さやいんげん さとう 淡口しょうゆ かつおぶし ごま油 ■ <b>ピーチゼリー</b> かびの素 (ピーチ) ■ <b>とうろふのみぞ汁</b> 木綿豆腐 れんげし 豆豉 混合削りぶし みそ
アレルギー対応	小麦) ピーファンに変更	小麦) ピーファンに変更	アレルギー対応はありません。	甲殻類) ちりめんは入れない 小麦) うずまき麺は入れない	アレルギー対応はありません。
3時	<b>■シュガーポテト</b> さつまいも マーガリン さとう みりん風 しお	<b>■米粉のにんじんケーキ</b> にんじん こめ粉 コーンスターチ とうりゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー	<b>■煎茶おにぎり</b> 高野とうふ *あめ ■ <b>おしよぶりこんぶ</b> おしよぶり昆布	<b>■ココロ焼きこうや</b> 高野とうふ マーガリン さとう	<b>■コーン蒸しパン</b> コーン こめ粉 ベーキングパウダー さとう とうりゅう キャノーラ油
アレルギー対応	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
	17kcal - 405kcal 蛋白質 14.6g 脂質 15.7g 加糖量 102mg 鉄 1.7mg 食塩 1.4g	17kcal - 463kcal 蛋白質 17.5g 脂質 11.1g 加糖量 98mg 鉄 1.9mg 食塩 1.7g	17kcal - 533kcal 蛋白質 16.9g 脂質 1.0g 加糖量 76mg 鉄 2.6mg 食塩 1.8g	17kcal - 372kcal 蛋白質 11.5g 脂質 9g 加糖量 101mg 鉄 2mg 食塩 1.2g	17kcal - 515kcal 蛋白質 19.7g 脂質 16.9g 加糖量 92mg 鉄 2.3mg 食塩 1.2g



	13	14	15	16	17
昼食	<b>■*スポーツの日*</b>	<b>■ごはん</b> 米 ■ <b>チャプチェ</b> ぶたにく はるさめ たまねぎ にんじん ピーマン だいご華粗状 しょうが にんにく キャノーラ油 りょうり酒 さとう みりん風 濃口しょうゆ 鶏がらスープ 白ごま ごま油 ■ <b>ブロッコリーのツナ和え</b> ブロッコリー ツナ 赤ハブリカ さとう 淡口しょうゆ ■ <b>オレシゼリー</b> かびの素 (乳ツグ) ■ <b>だいごんのみぞ汁</b> だいごん *さつまあげ 豆豉 混合削りぶし みそ	<b>■ごはん</b> 米 ■ <b>とり肉のみそ焼き</b> とり肉 しょうが さとう 濃口しょうゆ りょうり酒 みそ 赤だしみそ ■ <b>ちくわの煮物</b> *ちくわ にんじん きぬさや だしパウダー さとう 淡口しょうゆ ■ <b>おくらのお和え</b> おくら たまねぎ 黄ハブリカ さとう 淡口しょうゆ ■ <b>すまし汁</b> あつあけ えのき カットわかめ 混合削りぶし しお 淡口しょうゆ	<b>■*おだんじょう会*</b> ■ <b>ひき肉カレー</b> 米 豚ひき肉 たまねぎ にんじん りょうり酒 だいご華粗状 キャノーラ油 *ブイヨン さとう *角切カレールフ ■ <b>ポテトサラダ</b> *卵不使用マヨネーズ 穀物酢 さとう *ブイヨン ■ <b>いちご蜜炙</b> ストロベリー かびの素 (いちご) かんでん さとう	<b>■(漬かり保留)</b> ■ <b>ごはん</b> 米 ■ <b>さばのてりやき</b> さば りょうり酒 しょうが 濃口しょうゆ みりん風 キャノーラ油 ■ <b>納豆ピザパン</b> ちくわ じゃがいも ピーファン たまねぎ にんじん ピーマン しお 濃口しょうゆ キャノーラ油 ■ <b>いんげんのごま和え</b> さやいんげん 黄ハブリカ 白ごま さとう 淡口しょうゆ ■ <b>はくさいのみぞ汁</b> はくさい あぶらあげ みそ 混合削りぶし みそ
アレルギー対応		アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	さば) とり肉に変更
3時		<b>■焼きポテト (コンソメ)</b> クリンカットポテト *ブイヨン ハセリ亜	<b>■豆腐プリン (きなこ)</b> とうりゅう さとう アガー きな粉 さとう	<b>■とうろふ入り抹茶の米粉ケーキ</b> 本綿とうふ こめ粉 かたくり粉 ベーキングパウダー 抹茶缶 キャノーラ油 さとう	<b>■ミルククリームパン</b> こめ粉 コーンスターチ とうりゅう 水 さとう しお キャノーラ油 ベーキングパウダー とうりゅう さとう コーンスターチ
アレルギー対応	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。	アレルギー対応はありません。
		17kcal - 371kcal 蛋白質 14.9g 脂質 9.1g 加糖量 72mg 鉄 1.5mg 食塩 1.1g	17kcal - 406kcal 蛋白質 19.9g 脂質 11.9g 加糖量 104mg 鉄 2.2mg 食塩 1.7g	17kcal - 475kcal 蛋白質 14.9g 脂質 14.4g 加糖量 101mg 鉄 2.1mg 食塩 1.7g	17kcal - 534kcal 蛋白質 19.5g 脂質 20.7g 加糖量 110mg 鉄 2.3mg 食塩 1.7g





	月 20	火 21	水 22	木 23	金 24
	<p>■*運動会代休*</p> <p>■(預かり保育)</p> <p>■ごはん</p> <p>米</p> <p>■塩ダレチキン</p> <p>とりこ</p> <p>りょうり酒</p> <p>レモン果汁</p> <p>鶏がらスープ</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>さとう</p> <p>にんにく</p> <p>しょうが</p> <p>こしょう</p> <p>しお</p> <p>キャノーラ油</p> <p>■にんじんのちりめん和え</p> <p>にんじん</p> <p>ごま油</p> <p>ちりめん</p> <p>さとう</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>ごま油</p> <p>■魚どうぜりー</p> <p>かつおの素(ぶどう)</p> <p>■焼きとろろのみそ汁</p> <p>焼とろろ</p> <p>★ちくわ</p> <p>みすな</p> <p>混合削りぶし</p> <p>みそ</p>	<p>■ピビンバ</p> <p>米</p> <p>■トッピング)</p> <p>豚ひき肉</p> <p>もやし</p> <p>たまねぎ</p> <p>にんじん</p> <p>ほうれんそう</p> <p>だいず華粒状</p> <p>キャノーラ油</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>さとう</p> <p>りょうり酒</p> <p>みりん風</p> <p>鶏がらスープ</p> <p>しょうが</p> <p>にんにく</p> <p>ごま油</p> <p>■マカロニサラダ</p> <p>■カールマカロ</p> <p>アスパラガス</p> <p>コーン</p> <p>マーガリン</p> <p>★卵不使用マヨネーズ</p> <p>緑物酢</p> <p>さとう</p> <p>★フイヨン</p> <p>■きゅうりの昆布和え</p> <p>きゅうり</p> <p>赤ハブリカ</p> <p>さとう</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>塩こんぶ</p> <p>■だいこんのみそ汁</p> <p>だいこん</p> <p>★さつまあげ</p> <p>カットわかめ</p> <p>混合削りぶし</p> <p>みそ</p>	<p>■ごはん</p> <p>米</p> <p>■白身魚のあんかけ</p> <p>ホキ</p> <p>しお</p> <p>りょうり酒</p> <p>■おろしあん</p> <p>だいこん</p> <p>だしバック</p> <p>さとう</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>かたくり粉</p> <p>■ブロッコリーのごま和え</p> <p>ブロッコリー</p> <p>にんじん</p> <p>さとう</p> <p>淡口しょうゆ</p> <p>白ま</p> <p>ごま油</p> <p>■フルーツ(オレンジ)</p> <p>オレンジ</p> <p>■かぼちゃのみそ汁</p> <p>かぼちゃ</p> <p>たまねぎ</p> <p>あぶらあげ</p> <p>混合削りぶし</p> <p>みそ</p>	<p>■*秋の遠足(そら・ほし組)</p> <p>■ごはん</p> <p>米</p> <p>■お肉とあつあげの煮物</p> <p>あつあげ</p> <p>ぶたにく</p> <p>たまねぎ</p> <p>にんじん</p> <p>えだまめ</p> <p>キャノーラ油</p> <p>だしバック</p> <p>さとう</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>■フライドポテト</p> <p>クリンカットポテト</p> <p>しお</p> <p>バセリ缶</p> <p>キャノーラ油</p> <p>■ほろろいんの和え物</p> <p>ほうれんそう</p> <p>★ちくわ</p> <p>黄ハブリカ</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>さとう</p> <p>■カリフラワーのみそ汁</p> <p>カリフラワー</p> <p>えのき</p> <p>豆苗</p> <p>混合削りぶし</p> <p>みそ</p>	<p>■*運動会がんばろうメニュー*</p> <p>■ミートソースパグティ</p> <p>スパゲティ</p> <p>合ひき肉</p> <p>たまねぎ</p> <p>トマト缶</p> <p>ケチャップ</p> <p>だいず華粒状</p> <p>ウスターソース</p> <p>さとう</p> <p>★フイヨン</p> <p>キャノーラ油</p> <p>■焼きとろろのサラダ</p> <p>きゅうり</p> <p>★ハム</p> <p>赤ハブリカ</p> <p>さとう</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>レモン果汁</p> <p>キャノーラ油</p> <p>■あおりんごゼリー</p> <p>かつおの素(青りんご)</p> <p>■オニオンスープ</p> <p>たまねぎ</p> <p>にんじん</p> <p>しめじ</p> <p>さやいんげん</p> <p>★フイヨン</p> <p>マーガリン</p> <p>さとう</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>ラード</p>
	アレルギー対応はありません	小麦) ライスパスタに変更	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	小麦) ライスパスタに変更
3時	<p>■じゃがいものハムおやき</p> <p>じゃがいも</p> <p>★ハム</p> <p>★卵不使用マヨネーズ</p> <p>かたくり粉</p> <p>★フイヨン</p> <p>バセリ缶</p>	<p>■米粉のいちごケーキ</p> <p>いちごジャム</p> <p>こめ粉</p> <p>コーンスターチ</p> <p>とうにゅう</p> <p>水</p> <p>さとう</p> <p>しお</p> <p>キャノーラ油</p> <p>ベーキングパウダー</p>	<p>■和風ビーフン</p> <p>ビーフン</p> <p>ツナ缶</p> <p>たまねぎ</p> <p>コーン</p> <p>青ねぎ</p> <p>かつおぶし</p> <p>キャノーラ油</p> <p>こしょう</p> <p>★和風だし顆粒</p> <p>濃口しょうゆ</p>	<p>■にんじん蒸しパン</p> <p>にんじん</p> <p>こめ粉</p> <p>ベーキングパウダー</p> <p>さとう</p> <p>とうにゅう</p> <p>キャノーラ油</p>	<p>■抹茶ドーナツ</p> <p>こまつな</p> <p>抹茶缶</p> <p>抹茶とうろ</p> <p>かたくり粉</p> <p>しらたま粉</p> <p>さとう</p> <p>キャノーラ油</p>
	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
	174kcal - 414kcal 蛋白質 17.6g 脂質 13.3g 加砂糖 95mg 鉄 2mg 食塩 1.3g	174kcal - 517kcal 蛋白質 17.4g 脂質 11.5g 加砂糖 104mg 鉄 1.9mg 食塩 1.6g	174kcal - 377kcal 蛋白質 19g 脂質 7.3g 加砂糖 84mg 鉄 1.8mg 食塩 1.1g	174kcal - 469kcal 蛋白質 17.2g 脂質 12.7g 加砂糖 136mg 鉄 2.5mg 食塩 1.5g	174kcal - 411kcal 蛋白質 15.5g 脂質 11.7g 加砂糖 89mg 鉄 2.4mg 食塩 2.4g



	27	28	29	30	31
	<p>■*秋の遠足予備日(そら・ほし組)</p> <p>■ごはん</p> <p>米</p> <p>■マーボー豆腐</p> <p>木綿とうろ</p> <p>豚ひき肉</p> <p>たまねぎ</p> <p>にんじん</p> <p>だいず華粒状</p> <p>しょうが</p> <p>にんにく</p> <p>キャノーラ油</p> <p>こしょう</p> <p>キャノーラ油</p> <p>赤だしみそ</p> <p>みそ</p> <p>鶏がらスープ</p> <p>さとう</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>かたくり粉</p> <p>青ねぎ</p> <p>■いんげんのおかか和え</p> <p>さやいんげん</p> <p>コーン</p> <p>かつおぶし</p> <p>さとう</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>■いちごゼリー</p> <p>かつおの素(いちご)</p> <p>■中華スープ</p> <p>だいこん</p> <p>★さつまあげ</p> <p>にら</p> <p>しょうが</p> <p>鶏がらスープ</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>ごま油</p>	<p>■鮭チャーハン</p> <p>米</p> <p>ミックスベジタブル</p> <p>■サケフレーク</p> <p>だいず華粒状</p> <p>鶏がらスープ</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>みりん風</p> <p>しお</p> <p>キャノーラ油</p> <p>こしょう</p> <p>■ミートボール</p> <p>★ミートボール</p> <p>■ソース</p> <p>ケチャップ</p> <p>★中濃ソース</p> <p>さとう</p> <p>かたくり粉</p> <p>■豚えい</p> <p>ブロッコリー</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>さとう</p> <p>■もやし和え物</p> <p>もやし</p> <p>ちんげんさい</p> <p>赤ハブリカ</p> <p>さとう</p> <p>■コンソメスープ</p> <p>きゃべつ</p> <p>にんじん</p> <p>きぬさや</p> <p>★フイヨン</p> <p>さとう</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>ラード</p>	<p>■ごはん</p> <p>米</p> <p>■とり肉の焼きタタ</p> <p>とりこ</p> <p>りょうり酒</p> <p>しお</p> <p>こしょう</p> <p>さとう</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>しょうが</p> <p>にんにく</p> <p>かたくり粉</p> <p>キャノーラ油</p> <p>■ジャーマンポテト</p> <p>じゃがいも</p> <p>たまねぎ</p> <p>★ハム</p> <p>マーガリン</p> <p>★フイヨン</p> <p>しお</p> <p>こしょう</p> <p>かたくり粉</p> <p>バセリ缶</p> <p>■ごまつなの昆布和え</p> <p>ごまつな</p> <p>にんじん</p> <p>塩こんぶ</p> <p>さとう</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>■そうめんのみそ汁</p> <p>そうめん</p> <p>あぶらあげ</p> <p>カットわかめ</p> <p>混合削りぶし</p> <p>みそ</p>	<p>■*ハロウィンメニュー*</p> <p>■キャロットライス</p> <p>米</p> <p>にんじん</p> <p>マーガリン</p> <p>★フイヨン</p> <p>バセリ缶</p> <p>■はちみつ) かぼちゃ型にんじん</p> <p>にんじん</p> <p>さとう</p> <p>★フイヨン</p> <p>■パンパキンシュチュウ</p> <p>冷皮なしフィンナー</p> <p>たまねぎ</p> <p>かぼちゃ</p> <p>にんじん</p> <p>マーガリン</p> <p>とうにゅう</p> <p>高野とうろ</p> <p>★フイヨン</p> <p>さとう</p> <p>かたくり粉</p> <p>■おぐらのツナサラダ</p> <p>おぐら</p> <p>ツナ</p> <p>コーン</p> <p>さとう</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>■2種のキャラゼリー</p> <p>かつおの素(ぶどう)</p> <p>かつおの素(マスカット)</p>	<p>■(預かり保育)</p> <p>■ごはん</p> <p>米</p> <p>■とり肉のてりやき</p> <p>とりこ</p> <p>りょうり酒</p> <p>しょうが</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>みりん風</p> <p>かたくり粉</p> <p>■あつあげの煮物</p> <p>あつあげ</p> <p>にんじん</p> <p>えだまめ</p> <p>だしバック</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>さとう</p> <p>■はるさめサラダ</p> <p>はるさめ</p> <p>きゅうり</p> <p>★ハム</p> <p>濃口しょうゆ</p> <p>レモン果汁</p> <p>さとう</p> <p>■はくさいのみそ汁</p> <p>はくさい</p> <p>★ちくわ</p> <p>みすな</p> <p>混合削りぶし</p> <p>みそ</p>
	アレルギー対応はありません	魚類) サケフレークは入れない	小麦) ビーフンに変更	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
3時	<p>■あんまん</p> <p>こめ粉</p> <p>かたくり粉</p> <p>ベーキングパウダー</p> <p>とうにゅう</p> <p>キャノーラ油</p> <p>こしあん</p>	<p>■さつまいもスティック</p> <p>さつまいも</p> <p>キャノーラ油</p> <p>しお</p>	<p>■ゆかりおにぎり</p> <p>米</p> <p>ゆかり</p> <p>■おかしやき干し</p> <p>おかしやき干し</p>	<p>■米粉のブルーベリーケーキ</p> <p>ブルーベリージャム</p> <p>こめ粉</p> <p>かたくり粉</p> <p>コーンスターチ</p> <p>とうにゅう</p> <p>水</p> <p>さとう</p> <p>しお</p> <p>キャノーラ油</p> <p>ベーキングパウダー</p>	<p>■ごまクラッカー</p> <p>こめ粉</p> <p>かたくり粉</p> <p>すりごま</p> <p>さとう</p> <p>しお</p> <p>キャノーラ油</p> <p>水</p> <p>■豚えい</p> <p>ミゼリー</p> <p>りんご) おしゅり昆布に変更</p>
	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません	アレルギー対応はありません
	174kcal - 450kcal 蛋白質 16.6g 脂質 11g 加砂糖 129mg 鉄 2.3mg 食塩 1.3g	174kcal - 389kcal 蛋白質 14.1g 脂質 8.4g 加砂糖 118mg 鉄 6.3mg 食塩 1.9g	174kcal - 560kcal 蛋白質 21.4g 脂質 13.7g 加砂糖 132mg 鉄 2.6mg 食塩 1.7g	174kcal - 530kcal 蛋白質 14.8g 脂質 12.5g 加砂糖 114mg 鉄 1.8mg 食塩 1.9g	174kcal - 492kcal 蛋白質 18.7g 脂質 16.6g 加砂糖 147mg 鉄 2.4mg 食塩 1.3g

