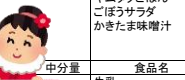


エネルギー	
小学校	636kcal
中学校	821kcal
かてい 家庭でおぎないたいもの	
こざかな	

1月7日(火)				1月8日(水) お正月こんだて				1月9日(木)				1月10日(金) 甲辰小6年生リクエストこんだて				1月13日(月)				1月14日(火)				1月15日(水)				1月16日(木)				1月17日(金) 甲辰小6年生リクエストこんだて				1月20日(月) みよしふるさとランチの日【みそ】				1月21日(火)				1月22日(水)			
ポークカレー ひじきのマヨサラダ				もち麦ごはん ぶりの照り焼き 紅白なます 雑煮風だんご汁				ごはん 高野豆腐の卵とじ れんこんサラダ				きな粉揚げパン ポテトサラダ ABCスープ				 成人の日				キムタクごはん ごぼうサラダ かきたま味噌汁				もち麦ごはん 豚じゃが あらめサラダ				ごはん 厚揚げのカレー煮 だいこんサラダ				わかめごはん チキンチキンごぼう りっちゃんサラダ ラーメンスープ				麦ごはん みそおでん スイートポテトサラダ				ごはん 揚げ餃子 錦糸卵入り中華サラダ わかめスープ				もち麦ごはん 厚揚げのチリソース煮 香味和え りんご			
食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量	食品名	小分量	中分量						
牛乳	206	206	牛乳	206	206	牛乳	206	206	牛乳	206	206	牛乳	206	206	牛乳	206	206	牛乳	206	206	牛乳	206	206	牛乳	206	206	牛乳	206	206	牛乳	206	206	牛乳	206	206	牛乳	206	206	牛乳	206	206						
米	70	91	米	60	78	米	70	91	コッペパン	50	65	米	68	88.4	米	60	78.0	米	70	91	米	65	84.5	米	70	91	米	65	84.5	米	70	91	米	60	78	米	70	91	米	60	78						
強化米	0.2	0.26	強化米	0.2	0.3	強化米	0.2	0.3	油	4	5.2	油	12	15.6	強化米	0.2	0.3	強化米	0.2	0.3	強化米	0.2	0.3	強化米	0.2	0.26	強化米	0.2	0.26	強化米	0.2	0.26	強化米	0.2	0.26	強化米	0.2	0.26	強化米	0.2	0.26						
豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5	豚もも肉	25	32.5						
じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5	じゃがいも	25	32.5						
たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52	たまねぎ	40	52						
ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1	ぶなしめじ	7	9.1						
にんじん	10	13	にんじん	10	13	にんじん	10	13	にんじん	10	13	にんじん	10	13	にんじん	10	13	にんじん	10	13	にんじん	10	13	にんじん	10	13	にんじん	10	13	にんじん	10	13	にんじん	10	13	にんじん	10	13	にんじん	10	13						
おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65	おろしにんにく	0.5	0.65						
おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65	おろししょうが	0.5	0.65						
サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65	サラダ油	0.5	0.65						
アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13	アレルギー用カレールウ	10	13						
カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65	カレー粉	0.5	0.65						
野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65	野菜フイコン	0.5	0.65						
ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3	ウスターソース	1	1.3						
ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3	ケチャップ	1	1.3						
ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6	ほしひじき	2	2.6						
三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3	三温糖	1	1.3						
薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08	薄口醤油	1.6	2.08						
キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5	キャベツ	35	45.5						
にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5	にんじん	5	6.5						
ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5	ホールコーン冷凍	5	6.5						
ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5	ゆでだいず	5	6.5						
チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5	チキンマヨ	5	6.5						
ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1	ノンエッグマヨ	7	9.1						
すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3	すりごま	1	1.3						
米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26	米酢	0.2	0.26						
三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65	三温糖	0.5	0.65						
水	120	156	水	120	156	水	120	156	水	120	156	水	120	156	水	120	156	水	120	156	水	120	156	水	120	156	水	120	156	水	120	156	水	120	156	水	120	156	水	120	156						

1月23日(木)				1月24日(金) タイムスリップ給食				1月27日(月) 郷土料理 東広島市				1月28日(火) 郷土料理 三次市				1月29日(水) ひしま給食				1月30日(木) 甲辰小6年生リクエストこんだて				1月31日(金)			
----------	--	--	--	-----------------------	--	--	--	-----------------------	--	--	--	----------------------	--	--	--	-------------------	--	--	--	-----------------------------	--	--	--	----------	--	--	--