

1日（火）	材料名				分量	3色	2日（水）	材料名				分量	3色	3日（木）	材料名				分量	3色	4日（金）	材料名				分量	3色				
	パン				1こ	黄		乳 麦 <th colspan="4">おぎごぼん</th> <td>57.6 g</td> <td>黄</td> <td></td> <th colspan="4">なつやさいカレー</th> <td>64 g</td> <td>黄</td> <td></td> <th colspan="4">おぎごぼん</th> <td>57.6 g</td> <td>黄</td> <td></td>	おぎごぼん				57.6 g		黄		なつやさいカレー					64 g	黄		おぎごぼん				57.6 g	黄	
	パン								こめ				6.4 g		黄		こめ					20 g	黄		こめ				6.4 g	黄	
	ぎゅうにゅう				0.5本	赤		乳 <th colspan="4">ぎゅうにゅう</th> <td>0.5本</td> <td>赤</td> <td>乳<th colspan="4">とりにく</th><td>0.4 g</td><td>黄</td><td>鶏<th colspan="4">ぎゅうにゅう</th><td>0.5本</td><td>赤</td><td>乳</td></td></td>	ぎゅうにゅう				0.5本		赤	乳 <th colspan="4">とりにく</th> <td>0.4 g</td> <td>黄</td> <td>鶏<th colspan="4">ぎゅうにゅう</th><td>0.5本</td><td>赤</td><td>乳</td></td>	とりにく					0.4 g	黄	鶏 <th colspan="4">ぎゅうにゅう</th> <td>0.5本</td> <td>赤</td> <td>乳</td>	ぎゅうにゅう				0.5本	赤	乳
7日（月） 七夕献立	ボーグチャップ				28 g	赤	豚	ぶたじゃが				16 g	赤	豚	マカロニサラダ				2.4 g	黄	麦 豆	あじフライ				1こ	赤	麦 豆			
	ぶたにく				0.02 g	黄		せいしゅ				0.8 g	黄		マカロニ				16 g	黄		こめあぶら				5 g	黄				
	こしょう				0.4 g	黄		じゃがいも				64 g	黄		キャベツ				4 g	黄		こめあぶら				0.16 g	黄				
	こめあぶら				0.4 g	黄		たまねぎ				52 g	黄		りんごピューレ				3.2 g	黄		きゅうり				9.6 g	黄				
	しめじ				4 g	緑		にんじん				12 g	黄		カレールウ（ちゅうから）				2.4 g	黄	麦 豆 リ	キャベツ				9.6 g	黄				
	たまねぎ				28 g	緑		こんにゃく				4 g	黄		カレールウ（あまくち）				9.6 g	黄	麦 豆 リ	ごま				1.2 g	黄				
	トマトケチャップ				5.6 g	緑		グリーンピース				0.64 g	黄		しお				0.08 g	黄		うすくちしょうゆ				0.96 g	黄	麦 豆			
	ウスターソース				0.08 g	黄		さとう				0.8 g	黄		にぼし				0.08 g	黄		さとう				0.16 g	黄				
	コンソメ				0.24 g	黄	鶏	こいくちしょうゆ				0.56 g	黄	麦 豆	みず				8 g	黄		にんにく				0.16 g	黄				
	パンブキンスープ				8 g	赤	鶏	じゃことピーマンのいりに				5.6 g	赤		マカロニ				2.4 g	黄	麦 豆	ごまあぶら				0.24 g	黄	豆 鶏 豚			
11日（金）	とりにく				0.4 g	黄		ちりめんじゃこ				0.16 g	赤		マカロニ				16 g	黄		さわにわん				12 g	赤	豚			
	しろぶどうしゅ				0.24 g	黄		せいしゅ				0.16 g	赤		キャベツ				4 g	黄		ぶたにく				0.8 g	黄				
	こめあぶら				29.6 g	黄		ピーマン				12.8 g	黄		えだまめ				4 g	黄		こめあぶら				0.64 g	黄				
	かぼちゃペースト				24 g	緑		こめあぶら				0.8 g	黄		コーン				0.08 g	黄		にんじん				4.8 g	黄				
14日（月） 愛媛県の郷土料理	かぼちゃ				24 g	黄	豆	ごま				0.8 g	黄		しお				0.08 g	黄		だいきん				16 g	黄				
	じゃがいも				4 g	黄		さとう				0.64 g	黄		にぼし				0.04 g	黄		にんじん				16 g	黄				
	ソテーオニオン				8 g	緑		みりん				0.8 g	黄		かつおパック				0.08 g	黄		ごぼう				6.4 g	黄				
	コンソメ				1.2 g	黄	鶏 乳	こいくちしょうゆ				0.56 g	黄		みず				48 g	黄		えのきたけ				6.4 g	黄				
	なまクリーム				1.6 g	黄		しお				0.4 g	黄		みそ				1.6 g	黄		うすくちしょうゆ				0.96 g	黄	麦 豆			
	しお				0.08 g			みりん				0.8 g	黄		にぼし				0.08 g	黄		さとう				0.56 g	黄				
	こしょう				0.02 g			こいくちしょうゆ				0.56 g	黄	麦 豆	かつおパック				0.08 g	黄		こめあぶら				0.4 g	黄				
	こめこ				1.6 g	黄		こいくちしょうゆ				0.56 g	黄	麦 豆	みず				8 g	黄		ひとくちゼリー（アセロラ）				1こ	黄				
	ぎゅうにゅう				32 g	赤	乳	みず				0.56 g	黄	麦 豆	みず				8 g	黄		ひとくちゼリー（アセロラ）				1こ	黄				
	みず				34.4 g			みず				0.56 g	黄	麦 豆	みず				8 g	黄		ひとくちゼリー（アセロラ）				1こ	黄				
15日（火）	エネルギー				436	kcal	16日（水）	エネルギー				429	kcal	15日（火）	エネルギー				452	kcal	16日（水）	エネルギー				455	kcal				
	たんぱく質				20.9	g		たんぱく質				15.7	g		たんぱく質				14.5	g		たんぱく質				19.8	g				
	脂質				13.0	g		脂質				7.8	g		脂質				12.8	g		脂質				13.7	g				
	材料名				分量	3色		材料名				分量	3色		材料名				分量	3色		材料名				分量	3色				
15日（火）	わかめごはん				64 g	黄		パン				1こ	黄	乳 麦	ごはん				64 g	黄		ぶたどん				64 g	黄				
	わかめごはんのもと				1.4 g	赤		ぎゅうにゅう				0.5本	赤	乳	こめ							こめ				64 g	黄				
	ぎゅうにゅう				0.5本	赤	乳	なすのミートペンネ				16 g	赤	豚	ぎゅうにゅう				0.5本	赤	乳	ぶたにく				20 g	赤	豚 豆			
	おろしハンバーグ				1こ	赤	豆 鶏 豚	なす				16 g	赤		さわらのしおやき				1こ	赤		あぶらあげ				8 g	赤				
	ほしがたハンバーグ				12 g	黄		ソテーオニオン				8 g	黄	麦	さわらのしおやき							にんじん				12 g	赤				
	だいきんおろし				1 g	黄	麦 豆	ペンネ				9.6 g	黄		とうがんととりつくねのあさり				20 g	赤	麦 豆 鶏	こんにゃく				12 g	黄				
	さとう				2 g			オリーブあぶら <td>0.48 g</td> <td>黄</td> <td></td> <th colspan="4">とりにく</th> <td>28 g</td> <td>緑</td> <td></td> <th colspan="4">たまねぎ</th> <td>68 g</td> <td>緑</td> <td></td>				0.48 g	黄		とりにく				28 g	緑		たまねぎ				68 g	緑				
	こいくちしょうゆ				2 g			にんにく				0.16 g	黄		しょうが				0.16 g	緑	豆	しろねぎ				12 g	黄				
	みりん				2 g			トマトケチャップ				6.4 g	黄		えだまめ				2.4 g	緑		こめあぶら				0.8 g	黄				
	せいしゅ				0.2 g	黄		トマトピューレ				4.8 g	黄		せいしゅ				0.4 g	黄		さとう				2 g					
16日（水）	かたくりこ				0.08 g			ウスターソース				0.96 g	黄		みりん				1.6 g	黄		みりん				1.6 g	黄	麦 豆			
	みず				0.02 g			しお				0.4 g	黄		かつおパック				0.08 g	黄		こいくちしょうゆ				3.2 g	黄				
	たなばたじる				3.2 g	赤	豆	ポトフ				12 g	赤	豚	にぼし				0.08 g	黄		かたくりこ				0.8 g	黄				
	あぶらあげ				5.6 g	赤	麦	ワインナー				0.16 g	赤		みそ				1.6 g	黄		ぎゅうにゅう				0.5本	赤	乳			
	かまぼこ				5.6 g	赤	麦	こめあぶら				0.16 g	赤		あぶらあげ				3.2 g	赤	豆	きりぼしだいこん				3.2 g	赤				
	ふしそうめん				16 g	赤	麦	にんにく				0.16 g	赤		とうふ				12 g	赤		ほうれんそう				12 g	赤				
	だいきん				16 g	赤	麦	あかぶどうしゅ				0.24 g	赤		なす				8 g	赤		ちりめんじゃこ				2.4 g	赤				
	たまねぎ				4.8 g	赤	麦	じゃがいも				40 g	赤		にんじん				4.8 g	赤		せいしゅ				0.08 g	赤				
	にんじん				4 g	赤	麦	にんじん				12 g	赤		たまねぎ				20 g	赤		ごま				0.96 g	赤				
	オクラ				2 g	赤	麦	だいこん				16 g	赤		あおねぎ				2.4 g	赤		うすくちしょうゆ				1.6 g	赤				
16日（水）	かつおパック				0.4 g	赤	麦	たまねぎ				24 g	赤		えのきたけ				6.4 g	赤		さとう				0.56 g	赤				
	だしこんぶ				0.16 g	赤	麦	キャベツ				20 g	赤		みそ				6.4 g	赤		こめあぶら				0.4 g	赤				
	うすくちしょうゆ				0.16 g	赤	麦	コンソメ				1.2 g	赤	鶏	かつおパック				1.6 g	赤		ひとくちゼリー（アセロラ）				1こ	赤				
	しお				0.16 g	赤	麦	ローリエ（パウダー）				0.01 g	赤		にぼし				0.4 g	赤		ひとくちゼリー（アセロラ）				1こ	赤				
	みず				108 g	赤	麦	こしょう				0.02 g	赤		みず				104 g	赤											
	みず				108 g	赤	麦	しお				0.02 g	赤		みず				104 g	赤											
	みず				108 g	赤	麦	みず				52 g	赤		みず				104 g	赤											
	みず				108 g	赤	麦	みず				52 g	赤		みず				104 g	赤											
	みず				108 g	赤	麦	みず				52 g	赤		みず				104 g	赤											
	みず				108 g	赤	麦	みず				52 g	赤		みず				104 g	赤											
16日（水）	エネルギー				477	kcal	16日（水）	エネルギー				422	kcal	15日（火）	エネルギー				447	kcal	16日（水）	エネルギー				449	kcal				
	たんぱく質				16.8	g		たんぱく質				18.0	g		たんぱく質				21.1	g		たんぱく質				16.0	g				
	脂質				13.9	g		脂質				12.6	g		脂質				12.2	g		脂質				10.0	g				
	材料名				分量	3色		材料名				分量	3色		材料名				分量	3色		材料名				分量	3色				
16日（水）	おぎごぼん				57.6 g	黄		たいめし				60 g	黄	麦 豆	ごはん				64 g	黄		カレーピラフ				60 g	黄	豚			
	おぎごぼん				6.4 g	黄		こめ				16 g	黄		こめ							こめ				9.6 g	黄				
	ぎゅうにゅう				0.5本	赤	乳	たいめしごはんのもと				2.4 g	黄		ぎゅうにゅう				0.5本	赤	乳	ベーコン				8 g	赤				
	にしんのおそばてんぷら				1こ	赤	麦	にんじん				2.4 g	黄		シウマイ				1こ	赤	麦 豆 豚	たまねぎ				4 g	赤				
	にしんのおそばてんぷら				5 g	赤	麦	ぎゅうにゅう				0.5本	赤	乳	シウマイ				1こ	赤	麦 豆 豚	あかピーマン				0.4 g	赤				
	こめあぶら				8 g	赤	豚	じゃことてん				1こ	赤		ぶたにくとチンゲンサイのいためもの				12 g	赤	豚	カレーこ				0.08 g	赤				
	ぶたにく				0.16 g	赤	豚	こめあぶら				4 g	赤		ぶたにく				0.24 g	赤		ターメリック				0.8 g	赤				
	かぼちゃ				0.4 g	赤	豚	こめあぶら				0.4 g	赤		こめあぶら				0.4 g	赤		コンソメ				0.8 g	赤				
	しょうが				0.8 g	赤	豚	こめあぶら				0.4 g	赤		こめあぶら				0.4 g	赤		しお				0.16 g	赤				
	こめあぶら				0.8 g	赤	豚	こめあぶら				0.4 g	赤		こめあぶら				0.4 g	赤		こしょう				0.02 g	赤				
16日（水）	せいしゅ				0.4 g	赤	豚	こめあぶら				0.4 g	赤		こめあぶら				0.4 g	赤		ぎゅうにゅう				0.5本	赤	乳			
	みりん				0.4 g	赤	豚	こめあぶら				0.4 g	赤		こめあぶら				0.4 g	赤		ぎゅうにゅう				0.5本	赤	乳			
	さとう				0.96 g	赤	豚	こめあぶら				0.4 g	赤		こめあぶら				0.4 g	赤		えだまめコロッケ				1こ	黄	麦 豆			
	こいくちしょうゆ				0.96 g	赤	豚	こめあぶら				0.4 g	赤		こめあぶら				0.4 g	赤		えだまめコロッケ				5 g	黄				
	かたくりこ				0.4 g	赤	豚	こめあぶら				0.4 g	赤		こめあぶら				0.4 g	赤		こめあぶら				5 g	黄				
	かつおパック				0.08 g	赤	豚	こめあぶら				0.4 g	赤		こめあぶら				0.4 g	赤		こめあぶら				5 g	黄				
	だしこんぶ				0.08 g	赤	豚	こめあぶら																							