



令和6年 5月 こんだて表 (4地区)

アレルギーチェック用記載例: =食べる =食べない(代替食持参もしい) =代替食持参 =卵除去食希望(対応料理のみ)
アレルギー除去食対応希望者のみこんだて表にチェックを入れ提出してください。

★=季節料理 ○=新料理



◆牛乳は毎日つきます。牛乳飲む 飲まない
◆下線表示は「卵除去対応料理」です。
※今月はありません

日	1日(水)	2日(木)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	20日(月)
こんだて	<input type="checkbox"/> バン	<input type="checkbox"/> ごはん	★季節料理 <input type="checkbox"/> ★たけのこごはん	<input type="checkbox"/> バン	<input type="checkbox"/> ごはん	<input type="checkbox"/> セルフドッグ	<input type="checkbox"/> ごはん	<input type="checkbox"/> ごはん	<input type="checkbox"/> バン	<input type="checkbox"/> ごはん	★季節料理 <input type="checkbox"/> バン	<input type="checkbox"/> ごはん
	<input type="checkbox"/> しゅうまいのからあげ(えび)	<input type="checkbox"/> ○さわらの野菜あんかけ	<input type="checkbox"/> たけのこごはん <input type="checkbox"/> たけのこごはんの具	<input type="checkbox"/> 牛肉のオイスターソースいため	<input type="checkbox"/> ぶた肉のなんばんづけ	<input type="checkbox"/> 背割パン <input type="checkbox"/> チキンスティック <input type="checkbox"/> 野菜 <input type="checkbox"/> トマトケチャップ	<input type="checkbox"/> こうやの五目に	<input type="checkbox"/> ごはんに	<input type="checkbox"/> ポークカレー	<input type="checkbox"/> ますのからあげ	<input type="checkbox"/> けい肉のトマトに	<input type="checkbox"/> おろしハンバーグ
おかずの内容(g)	<input type="checkbox"/> ビーフン 18	<input type="checkbox"/> 若竹じる	<input type="checkbox"/> わかさぎのからあげ	<input type="checkbox"/> とうと野菜のスープ	<input type="checkbox"/> みそしる	<input type="checkbox"/> 野菜スープ	<input type="checkbox"/> ひじきのにもの	<input type="checkbox"/> コロツケ	<input type="checkbox"/> チンゲンサイのスープ	<input type="checkbox"/> キャベツのとりそばに	<input type="checkbox"/> ミニゼリー(アップル)	<input type="checkbox"/> 五色きんぴら
	<input type="checkbox"/> ビーフンいため	<input type="checkbox"/> かしわもち	<input type="checkbox"/> さわにわん	<input type="checkbox"/> ぶどうゼリー								
おかずの内容(g)	しゅうまい(えび) 3コ(54)	さわら 1切(50)	たけのこ水煮 15	冷凍牛肉 40	冷凍豚肉 50	チキンスティック 2本(40)	凍り豆腐 13	冷凍鶏肉皮付 35	ポトコロッケ 1コ(60)	ます 1切(50)	冷凍鶏肉皮付 60	鶏入りハンバーグ 1コ(60)
	なたね油(揚げ用) 1.5	料理酒 1	冷凍鶏肉皮引 15	にんじん 10	こいくちしょうゆ 1.5	なたね油(揚げ用) 1.5	冷凍牛肉 30	じゃがいも 50	なたね油(揚げ用) 6	塩 0.4	たまねぎ 0.6	たまねぎ 30
おかずの内容(g)	冷凍豚肉糸切 30	片栗粉 5	料理酒 0.25	たまねぎ 35	料理酒 0.5	にんじん 5	にんじん 25	じゃがいも 20	チンゲンサイ 30	こしょう 0.01	ホーレトマト 20	キノコ(エノキタケ) 7
	冷凍豚肉糸切 30	なたね油(揚げ用) 3	にんじん 5	なたね油(いため用) 0.6	片栗粉 5	キャベツ 30	たまねぎ 10	にんじん 20	豚肉 20	米粉 1.5	砂糖 0.3	砂糖 1
おかずの内容(g)	にんじん 15	たまねぎ 10	こいくちしょうゆ 3	料理ワイン 1	なたね油(揚げ用) 3	たまねぎ 10	角ごんにやく 10	たまねぎ 40	木綿豆腐 25	なたね油(揚げ用) 3	キャベツ 30	こいくちしょうゆ 2
	ほうれんそう 15	冷凍ホーレトマト 5	削節 0.5	塩 0.1	塩 0.1	なたね油(いため用) 0.4	砂糖 2	なたね油(いため用) 0.6	冷凍鶏肉皮引き肉 7	キャベツ 30	料理ワイン 2	こいくちしょうゆ 2
おかずの内容(g)	たまねぎ 30	こいくちしょうゆ 1.5	わかさぎ 35	こしょう 0.01	たまねぎ 15	塩 0.1	こいくちしょうゆ 3.5	カレー粉 0.2	ポークパウチ 5	しょうが 0.1	しょうが 0.02	冷凍豚肉 30
	干ししいたけ 0.5	料理酒 0.5	米粉 3.5	オイスターソース 2	砂糖 3	カレー粉 0.2	料理酒 1	ポークパイオン 5	にんじん 10	なたね油(いため用) 0.2	砂糖 1	冷凍鶏肉 40
おかずの内容(g)	白ごま 1	片栗粉 0.5	こいくちしょうゆ 2.5	木綿豆腐 45	こいくちしょうゆ 3	カットベーコン 20	削節 1	トマトケチャップ 2	たまねぎ 15	料理酒 0.3	じゃがいも 30	冷凍鶏肉 30
	なたね油(いため用) 0.5	冷凍鶏肉皮引 30	料理酒 1.5	にんじん 20	冷凍ほうれんそう 10	じゃがいも 30	ひじき 4	ウスターソース 2	ポークパイオン 8	塩 0.2	たまねぎ 20	干ししいたけ 0.5
おかずの内容(g)	ごま油 0.1	料理酒 0.5	冷凍豚肉糸切 30	冷凍ほうれんそう 10	冷凍油揚げ 3	にんじん 15	冷凍豚肉糸切 4	にんじん 5	うすくちしょうゆ 3	冷凍豆腐 35	片栗粉 0.5	冷凍鶏肉 5
	ポークパイオン 5	ちりしほまぼ(白米) 15	じゃがいも 15	冷凍ほうれんそう 10	冷凍油揚げ 3	にんじん 15	冷凍豚肉糸切 4	冷凍豆腐 35	うすくちしょうゆ 3	冷凍油揚げ 3	牛乳 10ml	つきごんにやく 10
おかずの内容(g)	うすくちしょうゆ 4	わかめ 0.7	しょうが 0.4	冷凍ほうれんそう 10	冷凍油揚げ 3	たまねぎ 30	なたね油(いため用) 0.6	にんじん 5	料理ワイン 2	冷凍豆腐 35	冷凍油揚げ 3	なたね油(いため用) 0.6
	料理酒 1	うすくちしょうゆ 2	料理酒 1	じゃがいも 15	冷凍油揚げ 3	ポークパイオン 8	ポークパイオン 8	砂糖 2	にんじん 5	にんじん 10	冷凍油揚げ 3	冷凍豆腐 35
おかずの内容(g)	塩 0.1	削節 1	塩 0.5	冷凍ほうれんそう 10	冷凍油揚げ 3	うすくちしょうゆ 2	冷凍豆腐 35	冷凍油揚げ 3	キャベツ 35	わかめ 0.7	冷凍油揚げ 3	冷凍豆腐 35
	こしょう 0.02	出しこんぶ 0.5	こしょう 0.01	冷凍ほうれんそう 10	冷凍油揚げ 3	塩 0.3	冷凍油揚げ 3	冷凍油揚げ 3	ぎゅうり 5	合わせみそ 12	冷凍油揚げ 3	冷凍豆腐 35
こんだて	<input type="checkbox"/> ごはん(小)	<input type="checkbox"/> バン	<input type="checkbox"/> 発芽玄米入りごはん	<input type="checkbox"/> バン	<input type="checkbox"/> ごはん	<input type="checkbox"/> ごはん	<input type="checkbox"/> 小型パン	<input type="checkbox"/> ごはん	<input type="checkbox"/> 米粉入りパン	中学年一食あたり平均栄養量	神戸市の学校給食では、気象警報の発表や調理中の事故などにより、当日の給食を提供できない場合に備えて、レトルトの「ハッシュドベジタブル」を各学校で常備しています。	
	<input type="checkbox"/> カレーうどん	<input type="checkbox"/> みかんジャム	<input type="checkbox"/> けい肉と野菜のうまに	<input type="checkbox"/> フィッシュ&チップス	<input type="checkbox"/> ぶた肉の黒糖に	<input type="checkbox"/> けい肉のうまに	<input type="checkbox"/> 焼そば	<input type="checkbox"/> けい肉のあまずづけ	<input type="checkbox"/> だいずの洋風にこみ	※栄養量は「日本食品標準成分表2020年版(8訂)」に基づき算出しています。	エネルギー 620kcal	主な原材料 たまねぎ にんじん マッシュルーム 調味料 等
<input type="checkbox"/> カリフラワーの米粉あげ	<input type="checkbox"/> けい肉のチャウダー	<input type="checkbox"/> いんげんのピリからいため	<input type="checkbox"/> 白身魚フライ	<input type="checkbox"/> じゃがいも	<input type="checkbox"/> 牛肉と青菜のしょうがじる	<input type="checkbox"/> こまつなとぶた肉のいため	<input type="checkbox"/> にんじんシリシリ	<input type="checkbox"/> 煮野菜(ブロッコリー)	たんぱく質エネルギー比 17.3%	脂肪エネルギー比 32.1%	カルシウム 320mg マグネシウム 84mg 鉄 2.9mg ビタミンA 349μgRAE ビタミンB1 0.43mg ビタミンB2 0.53mg ビタミンC 24mg 食物繊維 5.7g 食塩相当量 2.2g	
おかずの内容(g)	冷凍うどん 45	みかんジャム 1袋(15)	冷凍鶏肉皮付 50	白身魚フライ 1コ(40)	冷凍豚肉角切 60	ぶらけ(ひじき) 1袋(28)	焼そばめん 20	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60		冷凍牛肉 30
	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮引 25	じゃがいも 60	なたね油(揚げ用) 4	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	にんじん 10	鶏レバー 8	じゃがいも 40	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	たまねぎ 30	たまねぎ 20	にんじん 15	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	白ねぎ 5	たまねぎ 30	冷凍グリーンピース 5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
おかずの内容(g)	冷凍グリーンピース 5	冷凍グリーンピース 5	砂糖 2.5	じゃがいも 35	冷凍豚肉角切 60	冷凍生揚げ 30	冷凍いか 10	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60	冷凍牛肉 30	冷凍鶏肉皮付 60
	冷凍グリーンピース 5											