

日 食	(プロン合玉人片塩醬みゆア人塩リキ人大ち醤ご一わコも醤み塩だりん分がいきね参栗 油りでス参 サッ ん 油 めンしゅん 汁 米グ カーチ	A	10 00 4 3 20 15 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	(1) 本は五肉鶏醤み砂参人醤みムほ人も醤ごそ大えみだ かけ照肉 含	10 人参 5 2 1 5 1 5 1 5 1 5 1 5 1 5 1 5 1 5 1 5	醤みごナキ人ツオ醤一わも醤みごかき和べ参ナリ油プかや油りがからからがある。 さい かん さい かん がん がん がん がん がん がん がん がん がん かん	(月ヤ 五豚じ玉人ピしケソトみ醤 ラ レき人酢才塩一玉わみ醤塩 7	91201201201303030303030303030303030303040303030403040304030403040	(水は五キ鶏玉人いケ醤み雨春キ人き酢オ塩ーちえ醤み塩だ がは五キ鶏玉人いケ醤み雨春キ人き酢オ塩ープんの油り でする。 でする。 では、カーカーでですが、カーカーでですが、カーカーでですが、カーカーでですが、カーカーのがありますが、カーカーのがありますが、カーカーでは、カー・カーのは、カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	11 米 45 35 20 5 2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	1 1 1 0.5 0.5 40 1 1 3 2 10 10 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5 1.5	-) みりん 塩 10 だし汁(昆 15 1.5 1.5 0.2	40 8 10 5 2 3 3 1 20 5 15 2 15 10 10 10 15 15 2 15 15 10 10 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15 15	(火は五の 大は五の 大は五の 大は五の 大は五の 大は五の 大きであった。 大き	20 0.1 35 5 1 1 0.2 0.3 10 10 1.5 1.5 0.2
おやっ	キャロットゼリー 人参 みかんジュース 砂糖 寒天 豆乳クリーム	あんこクレープ 10 米	蒸しパン 25	じゃがまるくん じゃがいも 塩 栗粉 ご焼き 開油	数のラスク 40 焼き麩 7 0.1 バター 5 2 砂糖 4 0.2 0.5	おたのしみ	みたらし団子 豆腐だめ だら粉 もか糖 円満は り.1歳がいも団子で	30 15 15 15 15 15 8.P 2.5	さつまいもクッキー 15 小麦粉 5 砂糖 5 バター 0.5 さつまいも	- ぶどうゼリー 20 寒天 5 ぶどうジュース 10 砂糖 10	焼きおにぎり 0.6 五分付米 4 醤油 3.6 みりん ごま油	25 1 1 0.5	わらび餅 わらび粉 砂糖 砂糖 らのは さつまいも	トマトホットケーキ 10 米粉 1.5 砂糖 10 ベーキング ハ [°] ウダー 7 トマトジュース 0.1 豆乳 油	20 4 0.5 15 5
	果物 牛乳	30 果物 5 150 牛乳 15	30 果物 30 1 150 150 150 150 150 150 150 150 150 150	果物 牛乳	30 果物 30 150 牛乳 150	果物 牛乳 1	30 果物 50 牛乳	30 果物 150 牛乳	30 果物 150 牛乳	30 果物 150 牛乳	果物 150 牛乳	30 果物 150 牛乳	30 果物 150 牛乳	30 果物 150 牛乳	30 150
総カロリータンパク質					(5)				(4)						
日	17 水は五肉鶏ご味砂醤みロブやも人う醤酢砂かごそか玉みだいん分のもま噌糖油りツロしや参す油 糖つま汁ぼねそしいがです。 カーリーの おまま かまり カーリーの ボール かまり は 物 塩 物 本	45 2 2 1 0.5 0.5 0.5 20 25 15 5 1 0.7 0.5 0.5 0.5 0.6 15 10 5	かれいのさらさ蒸し かれい 50 人玉い参ぎ 5 しれたが 1.5 書当り 1.5 み塩し汁(昆布・煮 たけ 煮	玉ねぎ しらた 醤りん 砂糖 かかれえ 小松菜 人	塩	番ごばる番み砂生ナスまれる。 番ごばは番み砂生ナスまれる。 おおかままり、 ではかままり、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では	24 24 24 10 2 10 5 25 10 10 10 15 10 2 10 2 10 1	3 10 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	2626金は五れかの かい かい おい まれ はい おい <br< th=""><th>50 2 2 1 20 0.5 8 5 10 15 1 1 1 10 10 5 かん玉ご片しみ塩こや参り油汁か根そし菜 ぎ油粉ゆん ががん み醤そか大みだい たんがあん かん では できます かん がいん がいん がいん がいん がいん がいん がいん がいん かん できます かん かん かん できます かん かん</th><th> 15 10 10 10 10 10 10 10</th><th>40 20 1 0.1 1 0.2 0.5 20 10 5 1.5 0.5 0.5 0.5 0.5 3 10 5 3 10 5 3 10 5 3 10 5 7</th><th>今と 食 合と と </th><th>乡 己の予定可食量 己の予定可食量</th><th></th></br<>	50 2 2 1 20 0.5 8 5 10 15 1 1 1 10 10 5 かん玉ご片しみ塩 こ や参り油汁か根そし菜 ぎ油粉ゆん が がん み醤そか大みだい たんがあん かん では できます かん がいん がいん がいん がいん がいん がいん がいん がいん かん できます かん かん かん できます かん	15 10 10 10 10 10 10 10	40 20 1 0.1 1 0.2 0.5 20 10 5 1.5 0.5 0.5 0.5 0.5 3 10 5 3 10 5 3 10 5 3 10 5 7	今と 食 合と と 	乡 己の予定可食量 己の予定可食量	
お	ブラウニー 米粉	おたのしみ	あげいも 小麦粉 15 片栗粉 5 砂糖 2	おたのしみ	まっちゃもち もち粉 12 だんご粉 12 豆腐 25 水豆糖	ナポリタン スパゲッティー	磯ポテト 20 じゃがいも	さつまいもプリッツ 50 小麦粉 0.2 さつまいも	もちもちチーズパン 15 白玉粉	ノ おたのしみ 17	ぶっかけうどん 干めん 鶏ひき肉 わかめ きゅうり	20	より、んなこで使	大 9 句 7 年 じ 9 。	