

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日													
<p>食欲の秋、実りの秋がやってきました。さつまいも、梨、里芋、かぼちゃ、米・・・秋の季節を感じておいしく食べられるメニューを取り入れていきたいと思ひます。 9月29日は、中秋の名月です。お月見は、月の満ち欠けが農作業の大きな指標になっていたことから、月への感謝と豊作祈願をしていました。団子や里芋など月に見立てた丸いものと、葉先のとんがり、邪気をはらう力があるとされているすすきをお供えします。</p> <p>ご家庭でも、おいしいごはんが食べられる有難さ、農家の方に感謝する気持ちをお話しする機会にしてほしいと思ひます。まずは、『お茶碗のご飯粒を一つ残さず食べること。』</p>						<p>★22日は、沖縄県発祥のタコライス。メキシコ料理の「タコス」の具を乗せたごはん、で、「タコライス」といひます。 ★にんじんしりしり・・・「しりしり」は沖縄方言で千切りの意味。千切りにしたにんじんと卵を炒めた料理です。保育園では、卵の代わりにツナを使ひます。 ★サーターアングギー・・・首里の言葉で、サーターは砂糖、アングギーはアング（あぶら）+アギ（揚げ）+語尾を伸ばすことで「油で揚げたもの」という意味になる。球状の揚げ菓子、ドーナツです。縁起の良い菓子とされ、結婚式など祝ひ事でも振る舞われるます。</p>						1	上園ゆいとくんbirthdayリクエストメニュー		2								
ミートスパゲッティ		スリヤグティ 豚ひき肉 たまねぎ なす にんじん ピーマン にんにく トマト缶 ケチャップ 砂糖 ウスターソース コンソメ オリーブ油		カレーピラフ		米 水 コンソメ 食塩 こしょう カレー粉 にんじん たまねぎ ピーマン ウィンナー		ポテトサラダ		じゃがいも コーン きゅうり にんじん ウィンナー マヨネーズ 食塩		スープ		はくさい わかめ 水 鶏ガラスープ しょうゆ 食塩									
コーンスープ		クリームコーン たまねぎ 油 水 コンソメ 食塩 牛乳 パセリ粉		バナナ		バナナ		オレング		オレング		ココアラスク		フランスパン 砂糖 無塩バター ココア									
わかめおにぎり		米 わかめ ごま 食塩		ココアラスク		フランスパン 砂糖 無塩バター ココア		麦茶		麦茶		牛乳		牛乳									
4	5		6		7		8		9		10		11		12								
胚芽入りご飯		米 胚芽米		胚芽入りご飯		米 胚芽米		炊き込みご飯		米 鶏もも しめじ 油揚げ にんじん 食塩 しょうゆ 砂糖		鶏てりやき丼		米 鶏もも たまねぎ しょうゆ 砂糖									
ポークチャップ		豚肉 たまねぎ にんにく 油 ケチャップ 中濃ソース 砂糖 しょうゆ コンソメ		かれののみそ焼き		かれいのみそ 砂糖		納豆ご飯		米 納豆		高野豆腐の煮物		凍り豆腐 にんじん 鶏もも 干しいたけ だいこん しょうが いんげん かつおだし汁 しょうゆ 砂糖		ポトフ		ウィンナー じゃがいも たまねぎ キャベツ にんじん プロッコリー 水 コンソメ 食塩					
コーンスローサラダ		キャベツ にんじん きゅうり ハム 食塩 マヨネーズ		切干し大根の煮物		切り干しだいこん 油揚げ 干しいたけ にんじん いんげん しょうゆ 砂糖 かつお・昆布だし汁		みそ汁		かぼちゃ たまねぎ 油揚げ かつお・昆布だし汁 みそ		ぶどう		ぶどう		ほうれん草と油揚げのお浸し		ほうれん草 にんじん 油揚げ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 砂糖		オレング		オレング	
みそ汁		さつまいも たまねぎ わかめ かつおだし汁 みそ		すまし汁		木綿豆腐 わかめ ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 食塩		バナナケーキ		ココア 小麦粉 ベーキングパウダー グラニュー糖 牛乳 バター バナナ		ハムサンド		食パン ハム きゅうり マヨネーズ		グレープゼリー		もも缶 ぶどう濃縮果汁 砂糖 セラチン 水					
いちごソースのパンケーキ		ホットケーキ粉 牛乳 無塩バター いちごジャム		マシュマロコーンフレーク		マシュマロ コーンフレーク 無塩バター		フルーツヨーグルト		ヨーグルト みかん缶 パイン缶 バナナ 砂糖		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳					
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳					
11	12		13		14		15		16		17		18		19		20						
胚芽入りご飯		米 胚芽米		しょうゆラーメン		中華めん 豚肉 キャベツ もやし わかめ にんじん コーン 油 水 鶏ガラスープ しょうゆ 食塩		胚芽入りご飯		米 胚芽米		わかめご飯		米 わかめ 食塩		ジャージャー麺		中華めん 豚ひき肉 ねぎ にんじん ピーマン しいたけ 鶏ガラスープ しょうゆ 赤みそ 砂糖 食塩 片栗粉 しょうが にんにく					
ぶりの香味焼き		ぶり ねぎ 砂糖 しょうゆ ごま油 かつお・昆布だし汁		豚肉とさつまいものみそ炒め		豚肉 さつまいも ピーマン にんじん ねぎ にんにく 油 赤みそ しょうゆ 砂糖		松風焼き		鶏ひき肉 たまねぎ 絹ごし豆腐 片栗粉 みそ 砂糖 しょうゆ ごま 油		鮭フライ		さけ 小麦粉 パン粉 油 食塩 こしょう		中華スープ		キャベツ たまねぎ コーン 鶏ガラスープ しょうゆ 食塩					
ひじきとれんこんのサラダ		ひじき れんこん ツナ にんじん コーン 油 マヨネーズ 食塩		白菜とツナのごま和え		はくさい にんじん ツナ油漬缶 しょうゆ ごま		れんこんのきんぴら		れんこん にんじん ちくわ ごま油 しょうゆ 砂糖 ごま		ココロサラダ		じゃがいも ウィンナー きゅうり にんじん コーン マヨネーズ 食塩		オレング		オレング					
みそ汁		たまねぎ 生揚げ ごまつな かつお・昆布だし汁 みそ		はるさめスープ		コーン しいたけ にんじん はるさめ 水 鶏ガラスープ 食塩 片栗粉		かき玉汁		たまねぎ 卵 ねぎ かつおだし汁 しょうゆ 食塩 砂糖 片栗粉		みそ汁		だいこん たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ		オレング		オレング					
さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖		オレングゼリー		オレング濃縮果汁 みかん缶 砂糖 セラチン 水		きな粉揚げパン		ロールパン 油 きな粉 砂糖 食塩		あんこパイ		パイシート こしあん		おかかチーズおにぎり		米 かつお節 チーズ しょうゆ 食塩					
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳					
18	19		20		21		22		23		24		25		26		27						
胚芽入りご飯		米 胚芽米		肉うどん		干しうどん 豚肉 しょうが たまねぎ にんじん ねぎ 砂糖 しょうゆ かつおだし汁 しょうゆ 砂糖 食塩		胚芽入りご飯		米 胚芽米		タコライス		米 豚肉 たまねぎ トマト ピーマン 米粉 トマトピューレ ケチャップ ウスターソース コンソメ 食塩 チーズ		肉うどん		豚ひき肉 トマト缶 たまねぎ じゃがいも にんじん ピーマン にんにく 油 カレー粉 コンソメ 食塩 カレールー					
ぶりの香味焼き		ぶり ねぎ 砂糖 しょうゆ ごま油 かつお・昆布だし汁		さつまいも素揚げ		さつまいも 油 食塩		筑前煮		鶏もも れんこん ごぼう にんじん 板こんにゃく しいたけ さといも いんげん かつおだし汁 しょうゆ 砂糖		にんじんしりしり		にんじん もやし ツナ 油 かつお節 食塩 砂糖		さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖					
ひじきとれんこんのサラダ		ひじき れんこん ツナ にんじん コーン 油 マヨネーズ 食塩		なし		なし		小松菜とベーコンの和え物		ごまつな ベーコン もやし しょうゆ 砂糖		わかめスープ		わかめ コーン ねぎ 水 鶏ガラスープ 食塩		マカロニサラダ		マカロニ ウィンナー きゅうり キャベツ にんじん 食塩 マヨネーズ					
みそ汁		たまねぎ 生揚げ ごまつな かつお・昆布だし汁 みそ		はるさめスープ		コーン しいたけ にんじん はるさめ 水 鶏ガラスープ 食塩 片栗粉		みそ汁		絹ごし豆腐 えのき たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ		みそ汁		だいこん たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ		スープ		わかめ たまねぎ にんじん コンソメ 食塩 こしょう					
さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖		オレングゼリー		オレング濃縮果汁 みかん缶 砂糖 セラチン 水		のりしおポテト		じゃがいも 食塩 あおりのり 油		サーターアングギー		小麦粉 ベーキングパウダー 黒砂糖 卵 油 油		ツナピラフ		米 ツナ コーン コンソメ 食塩 パセリ粉					
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳					
18	19		20		21		22		23		24		25		26		27						
胚芽入りご飯		米 胚芽米		肉うどん		干しうどん 豚肉 しょうが たまねぎ にんじん ねぎ 砂糖 しょうゆ かつおだし汁 しょうゆ 砂糖 食塩		胚芽入りご飯		米 胚芽米		日本ぐるり こはんの旅♪(沖縄県)		タコライス		米 豚肉 たまねぎ トマト ピーマン 米粉 トマトピューレ ケチャップ ウスターソース コンソメ 食塩 チーズ		肉うどん		豚ひき肉 トマト缶 たまねぎ じゃがいも にんじん ピーマン にんにく 油 カレー粉 コンソメ 食塩 カレールー			
ぶりの香味焼き		ぶり ねぎ 砂糖 しょうゆ ごま油 かつお・昆布だし汁		さつまいも素揚げ		さつまいも 油 食塩		筑前煮		鶏もも れんこん ごぼう にんじん 板こんにゃく しいたけ さといも いんげん かつおだし汁 しょうゆ 砂糖		にんじんしりしり		にんじん もやし ツナ 油 かつお節 食塩 砂糖		さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖					
ひじきとれんこんのサラダ		ひじき れんこん ツナ にんじん コーン 油 マヨネーズ 食塩		なし		なし		小松菜とベーコンの和え物		ごまつな ベーコン もやし しょうゆ 砂糖		わかめスープ		わかめ コーン ねぎ 水 鶏ガラスープ 食塩		マカロニサラダ		マカロニ ウィンナー きゅうり キャベツ にんじん 食塩 マヨネーズ					
みそ汁		たまねぎ 生揚げ ごまつな かつお・昆布だし汁 みそ		はるさめスープ		コーン しいたけ にんじん はるさめ 水 鶏ガラスープ 食塩 片栗粉		のりしおポテト		じゃがいも 食塩 あおりのり 油		サーターアングギー		小麦粉 ベーキングパウダー 黒砂糖 卵 油 油		ツナピラフ		米 ツナ コーン コンソメ 食塩 パセリ粉					
さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖		オレングゼリー		オレング濃縮果汁 みかん缶 砂糖 セラチン 水		きな粉揚げパン		ロールパン 油 きな粉 砂糖 食塩		あんこパイ		パイシート こしあん		おかかチーズおにぎり		米 かつお節 チーズ しょうゆ 食塩					
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳					
18	19		20		21		22		23		24		25		26		27						
胚芽入りご飯		米 胚芽米		肉うどん		干しうどん 豚肉 しょうが たまねぎ にんじん ねぎ 砂糖 しょうゆ かつおだし汁 しょうゆ 砂糖 食塩		胚芽入りご飯		米 胚芽米		日本ぐるり こはんの旅♪(沖縄県)		タコライス		米 豚肉 たまねぎ トマト ピーマン 米粉 トマトピューレ ケチャップ ウスターソース コンソメ 食塩 チーズ		肉うどん		豚ひき肉 トマト缶 たまねぎ じゃがいも にんじん ピーマン にんにく 油 カレー粉 コンソメ 食塩 カレールー			
ぶりの香味焼き		ぶり ねぎ 砂糖 しょうゆ ごま油 かつお・昆布だし汁		さつまいも素揚げ		さつまいも 油 食塩		筑前煮		鶏もも れんこん ごぼう にんじん 板こんにゃく しいたけ さといも いんげん かつおだし汁 しょうゆ 砂糖		にんじんしりしり		にんじん もやし ツナ 油 かつお節 食塩 砂糖		さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖					
ひじきとれんこんのサラダ		ひじき れんこん ツナ にんじん コーン 油 マヨネーズ 食塩		なし		なし		小松菜とベーコンの和え物		ごまつな ベーコン もやし しょうゆ 砂糖		わかめスープ		わかめ コーン ねぎ 水 鶏ガラスープ 食塩		マカロニサラダ		マカロニ ウィンナー きゅうり キャベツ にんじん 食塩 マヨネーズ					
みそ汁		たまねぎ 生揚げ ごまつな かつお・昆布だし汁 みそ		はるさめスープ		コーン しいたけ にんじん はるさめ 水 鶏ガラスープ 食塩 片栗粉		のりしおポテト		じゃがいも 食塩 あおりのり 油		サーターアングギー		小麦粉 ベーキングパウダー 黒砂糖 卵 油 油		ツナピラフ		米 ツナ コーン コンソメ 食塩 パセリ粉					
さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖		オレングゼリー		オレング濃縮果汁 みかん缶 砂糖 セラチン 水		きな粉揚げパン		ロールパン 油 きな粉 砂糖 食塩		あんこパイ		パイシート こしあん		おかかチーズおにぎり		米 かつお節 チーズ しょうゆ 食塩					
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳					
18	19		20		21		22		23		24		25		26		27						
胚芽入りご飯		米 胚芽米		肉うどん		干しうどん 豚肉 しょうが たまねぎ にんじん ねぎ 砂糖 しょうゆ かつおだし汁 しょうゆ 砂糖 食塩		胚芽入りご飯		米 胚芽米		日本ぐるり こはんの旅♪(沖縄県)		タコライス		米 豚肉 たまねぎ トマト ピーマン 米粉 トマトピューレ ケチャップ ウスターソース コンソメ 食塩 チーズ		肉うどん		豚ひき肉 トマト缶 たまねぎ じゃがいも にんじん ピーマン にんにく 油 カレー粉 コンソメ 食塩 カレールー			
ぶりの香味焼き		ぶり ねぎ 砂糖 しょうゆ ごま油 かつお・昆布だし汁		さつまいも素揚げ		さつまいも 油 食塩		筑前煮		鶏もも れんこん ごぼう にんじん 板こんにゃく しいたけ さといも いんげん かつおだし汁 しょうゆ 砂糖		にんじんしりしり		にんじん もやし ツナ 油 かつお節 食塩 砂糖		さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖					
ひじきとれんこんのサラダ		ひじき れんこん ツナ にんじん コーン 油 マヨネーズ 食塩		なし		なし		小松菜とベーコンの和え物		ごまつな ベーコン もやし しょうゆ 砂糖		わかめスープ		わかめ コーン ねぎ 水 鶏ガラスープ 食塩		マカロニサラダ		マカロニ ウィンナー きゅうり キャベツ にんじん 食塩 マヨネーズ					
みそ汁		たまねぎ 生揚げ ごまつな かつお・昆布だし汁 みそ		はるさめスープ		コーン しいたけ にんじん はるさめ 水 鶏ガラスープ 食塩 片栗粉		のりしおポテト		じゃがいも 食塩 あおりのり 油		サーターアングギー		小麦粉 ベーキングパウダー 黒砂糖 卵 油 油		ツナピラフ		米 ツナ コーン コンソメ 食塩 パセリ粉					
さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖		オレングゼリー		オレング濃縮果汁 みかん缶 砂糖 セラチン 水		きな粉揚げパン		ロールパン 油 きな粉 砂糖 食塩		あんこパイ		パイシート こしあん		おかかチーズおにぎり		米 かつお節 チーズ しょうゆ 食塩					
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳					
18	19		20		21		22		23		24		25		26		27						
胚芽入りご飯		米 胚芽米		肉うどん		干しうどん 豚肉 しょうが たまねぎ にんじん ねぎ 砂糖 しょうゆ かつおだし汁 しょうゆ 砂糖 食塩		胚芽入りご飯		米 胚芽米		日本ぐるり こはんの旅♪(沖縄県)		タコライス		米 豚肉 たまねぎ トマト ピーマン 米粉 トマトピューレ ケチャップ ウスターソース コンソメ 食塩 チーズ		肉うどん		豚ひき肉 トマト缶 たまねぎ じゃがいも にんじん ピーマン にんにく 油 カレー粉 コンソメ 食塩 カレールー			
ぶりの香味焼き		ぶり ねぎ 砂糖 しょうゆ ごま油 かつお・昆布だし汁		さつまいも素揚げ		さつまいも 油 食塩		筑前煮		鶏もも れんこん ごぼう にんじん 板こんにゃく しいたけ さといも いんげん かつおだし汁 しょうゆ 砂糖		にんじんしりしり		にんじん もやし ツナ 油 かつお節 食塩 砂糖		さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖					
ひじきとれんこんのサラダ		ひじき れんこん ツナ にんじん コーン 油 マヨネーズ 食塩		なし		なし		小松菜とベーコンの和え物		ごまつな ベーコン もやし しょうゆ 砂糖		わかめスープ		わかめ コーン ねぎ 水 鶏ガラスープ 食塩		マカロニサラダ		マカロニ ウィンナー きゅうり キャベツ にんじん 食塩 マヨネーズ					
みそ汁		たまねぎ 生揚げ ごまつな かつお・昆布だし汁 みそ		はるさめスープ		コーン しいたけ にんじん はるさめ 水 鶏ガラスープ 食塩 片栗粉		のりしおポテト		じゃがいも 食塩 あおりのり 油		サーターアングギー		小麦粉 ベーキングパウダー 黒砂糖 卵 油 油		ツナピラフ		米 ツナ コーン コンソメ 食塩 パセリ粉					
さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖		オレングゼリー		オレング濃縮果汁 みかん缶 砂糖 セラチン 水		きな粉揚げパン		ロールパン 油 きな粉 砂糖 食塩		あんこパイ		パイシート こしあん		おかかチーズおにぎり		米 かつお節 チーズ しょうゆ 食塩					
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳					
18	19		20		21		22		23		24		25		26		27						
胚芽入りご飯		米 胚芽米		肉うどん		干しうどん 豚肉 しょうが たまねぎ にんじん ねぎ 砂糖 しょうゆ かつおだし汁 しょうゆ 砂糖 食塩		胚芽入りご飯		米 胚芽米		日本ぐるり こはんの旅♪(沖縄県)		タコライス		米 豚肉 たまねぎ トマト ピーマン 米粉 トマトピューレ ケチャップ ウスターソース コンソメ 食塩 チーズ		肉うどん		豚ひき肉 トマト缶 たまねぎ じゃがいも にんじん ピーマン にんにく 油 カレー粉 コンソメ 食塩 カレールー			
ぶりの香味焼き		ぶり ねぎ 砂糖 しょうゆ ごま油 かつお・昆布だし汁		さつまいも素揚げ		さつまいも 油 食塩		筑前煮		鶏もも れんこん ごぼう にんじん 板こんにゃく しいたけ さといも いんげん かつおだし汁 しょうゆ 砂糖		にんじんしりしり		にんじん もやし ツナ 油 かつお節 食塩 砂糖		さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖					
ひじきとれんこんのサラダ		ひじき れんこん ツナ にんじん コーン 油 マヨネーズ 食塩		なし		なし		小松菜とベーコンの和え物		ごまつな ベーコン もやし しょうゆ 砂糖		わかめスープ		わかめ コーン ねぎ 水 鶏ガラスープ 食塩		マカロニサラダ		マカロニ ウィンナー きゅうり キャベツ にんじん 食塩 マヨネーズ					
みそ汁		たまねぎ 生揚げ ごまつな かつお・昆布だし汁 みそ		はるさめスープ		コーン しいたけ にんじん はるさめ 水 鶏ガラスープ 食塩 片栗粉		のりしおポテト		じゃがいも 食塩 あおりのり 油		サーターアングギー		小麦粉 ベーキングパウダー 黒砂糖 卵 油 油		ツナピラフ		米 ツナ コーン コンソメ 食塩 パセリ粉					
さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖		オレングゼリー		オレング濃縮果汁 みかん缶 砂糖 セラチン 水		きな粉揚げパン		ロールパン 油 きな粉 砂糖 食塩		あんこパイ		パイシート こしあん		おかかチーズおにぎり		米 かつお節 チーズ しょうゆ 食塩					
牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳		牛乳					
18	19		20		21		22		23		24		25		26		27						
胚芽入りご飯		米 胚芽米		肉うどん		干しうどん 豚肉 しょうが たまねぎ にんじん ねぎ 砂糖 しょうゆ かつおだし汁 しょうゆ 砂糖 食塩		胚芽入りご飯		米 胚芽米		日本ぐるり こはんの旅♪(沖縄県)		タコライス		米 豚肉 たまねぎ トマト ピーマン 米粉 トマトピューレ ケチャップ ウスターソース コンソメ 食塩 チーズ		肉うどん		豚ひき肉 トマト缶 たまねぎ じゃがいも にんじん ピーマン にんにく 油 カレー粉 コンソメ 食塩 カレールー			
ぶりの香味焼き		ぶり ねぎ 砂糖 しょうゆ ごま油 かつお・昆布だし汁		さつまいも素揚げ		さつまいも 油 食塩		筑前煮		鶏もも れんこん ごぼう にんじん 板こんにゃく しいたけ さといも いんげん かつおだし汁 しょうゆ 砂糖		にんじんしりしり		にんじん もやし ツナ 油 かつお節 食塩 砂糖		さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖					
ひじきとれんこんのサラダ		ひじき れんこん ツナ にんじん コーン 油 マヨネーズ 食塩		なし		なし		小松菜とベーコンの和え物		ごまつな ベーコン もやし しょうゆ 砂糖		わかめスープ		わかめ コーン ねぎ 水 鶏ガラスープ 食塩		マカロニサラダ		マカロニ ウィンナー きゅうり キャベツ にんじん 食塩 マヨネーズ					
みそ汁		たまねぎ 生揚げ ごまつな かつお・昆布だし汁 みそ		はるさめスープ		コーン しいたけ にんじん はるさめ 水 鶏ガラスープ 食塩 片栗粉		のりしおポテト		じゃがいも 食塩 あおりのり 油		サーターアングギー		小麦粉 ベーキングパウダー 黒砂糖 卵 油 油		ツナピラフ		米 ツナ コーン コンソメ 食塩 パセリ粉					
さつまいも蒸しパン		さつまいも 小麦粉 ベーキングパウダー 豆乳 油 砂糖		オレ																			