



平成28年3月分 大阪市中学校給食献立表

米飯220g、牛乳200mlは、毎日つきます。
栄養価は米飯、牛乳を含んだものを表記しています。

…アレルゲン(卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに)を含む食品を使用
※こい口しょ うゆ、うす口しょ ゆは、小麦を使用
…アレルゲン(卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに)を含む食品と同じ設備で製造した食品を使用
・アレルゲンの「卵」表記は、食用鳥卵です。(魚卵等は含みません)
・揚げものの油(菜種)は、種類の違う食品の揚げものに使用する場合があるため、他の食品の成分が油に残る可能性があります。
※アレルゲンについて確認が必要な場合は教育委員会事務局にお問い合わせください。

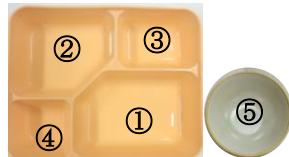
…冷凍や水煮の食品を使用する場合があります

☆ …冷凍や水煮の食品を使用する場合があります。

大阪市教育委員会事務局

1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
みそカツ① 赤平天と野菜の煮もの② キャベツとコーンのサラダ③ はくさいとほうれん草のおひたし④	マー婆ー豆腐⑤ 焼きそば① 揚げシューマイ③ ボイルブロッコリー④ はっさく②	三色どんぶり 鮭そぼろ、ほうれん草① 錦糸卵④ 菜の花とちくわのてんぶら② だいこんの酢のもの③ ゼリー	じゃこごはん④ 鶏肉の塩焼き① ちくわとじゃがいもの煮もの② はくさいの酢のもの③ 豚汁⑤	チキンカツ① ボイルブロッコリー① スペゲッティソテー② キャベツのドレッシングあえ③ いちご④ ポタージュ⑤	鰯のてり焼き① 一口がんもと野菜のみそ煮② ふかしいも③ 小松菜のおひたし④	ハンバーグカレーライス(深皿) ハンバーグ① ブロッコリー④ れんこんサラダ③ 清見オレンジ② はっ酵乳	豚肉のしょうが焼き① 焼きあつあげ② ほうれん草ともやしのおひたし③ パインアップル缶詰④	チキンクリームシチュー⑤ ほうれん草④ ウインナーと野菜のカレー炒め① ゆでとうもろこし③ りんご②																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
【2日(水)】 「はっさく」は、甘味と酸味のバランスが良いピタミンCの豊富な柑橘類です。旧暦の8月1日頃(八朔)に食べると良いとされたことがこの名前の由来ですが、実際はこの時期にはまだ果実は小さく、食用には適しません。現在は12月~2月頃に収穫され、熟成させ酸味を落着かせた後、出荷されます。	【3日(木)】 「三色どんぶり」は、副食容器に入った「鮭そぼろ」「ほうれん草」「錦糸卵」を米飯にのせて食べましょう。	菜の花は、アブラナのつぼみや花、茎などの稚先部を食べる野菜です。少し苦味がある野菜なので、今回は食べやすいように「てんぶら」にしています。	【7日(月)】 「いちご」は特有の香りとほどよい甘味や酸味がある果物です。風邪を予防する働きや体の疲れをとる働きを助けてくれるビタミンCが多く含まれています。	【9日(水)】 「ハンバーグカレーライス」は食べるときに副食容器に入っている「ハンバーグ」をのせ、塩でした「ブロッコリー」を入れて食べましょう。スプーンを忘れないようにしてください。	【11日(金)】 食べるときに塩でした「ほうれん草」を「チキンクリームシチュー」に加えて食べましょう。スプーンがあると便利です。																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
エネルギー 862kcal たんぱく質 26.0g 脂 質 31.8g	エネルギー 872kcal たんぱく質 28.8g 脂 質 23.8g	エネルギー 811kcal たんぱく質 27.7g 脂 質 22.8g	エネルギー 820kcal たんぱく質 35.6g 脂 質 21.5g	エネルギー 862kcal たんぱく質 30.0g 脂 質 20.9g	エネルギー 791kcal たんぱく質 30.1g 脂 質 22.0g	エネルギー 877kcal たんぱく質 26.8g 脂 質 27.8g	エネルギー 780kcal たんぱく質 30.7g 脂 質 19.2g	エネルギー 780kcal たんぱく質 27.1g 脂 質 16.8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
① <table border="1"><tr><td>赤</td><td>一口とんかつ</td><td>60g</td><td>豚 小麦</td></tr><tr><td>黄</td><td>油(菜種)</td><td>9g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>赤みそ</td><td>2g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>八丁みそ</td><td>1.5g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>1.5g</td><td></td></tr><tr><td></td><td>みりん</td><td>1.5g</td><td></td></tr><tr><td></td><td>水</td><td>10g</td><td></td></tr></table>	赤	一口とんかつ	60g	豚 小麦	黄	油(菜種)	9g		赤	赤みそ	2g		赤	八丁みそ	1.5g		黄	砂糖	1.5g			みりん	1.5g			水	10g		⑤ <table border="1"><tr><td>赤</td><td>豚挽肉</td><td>25g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>とうふ(冷)</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>たまねぎ</td><td>40g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>たけのこ(缶)</td><td>8g</td><td>☆</td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>20g</td><td>☆</td></tr><tr><td>緑</td><td>しょうが</td><td>0.8g</td><td>☆</td></tr><tr><td>緑</td><td>にんにく</td><td>0.5g</td><td>☆</td></tr><tr><td>黄</td><td>サラダ油(徳用)</td><td>0.5g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>赤</td><td>赤平天</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>こんにゃく</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>だいこん</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>三度豆(冷)</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>1.5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>みりん</td><td>0.5g</td><td></td></tr><tr><td>水</td><td>うす口しょうゆ</td><td>3.5g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>だしこんぶ</td><td>0.1g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>けずりぶし</td><td>0.5g</td><td>えび</td></tr><tr><td>水</td><td>水</td><td>30g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>キヤベツ</td><td>35g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>塩</td><td>0.3g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>コーン(冷)</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>マヨネーズ</td><td>1袋</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>緑</td><td>はくさい</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>ほうれん草</td><td>15g</td><td>☆</td></tr><tr><td>緑</td><td>塩</td><td>0.1g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>1g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>こいのしゅう</td><td>2g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>トンカツソース</td><td>4g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>ウスターソース</td><td>2g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ショートブレッド</td><td>32g</td><td>豚 小麦</td></tr><tr><td>緑</td><td>はくさい</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>ほうれん草</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>塩</td><td>0.1g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>1g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>こいのしゅう</td><td>2g</td><td></td></tr></table>	赤	豚挽肉	25g		赤	とうふ(冷)	50g		緑	たまねぎ	40g		緑	たけのこ(缶)	8g	☆	緑	にんじん	20g	☆	緑	しょうが	0.8g	☆	緑	にんにく	0.5g	☆	黄	サラダ油(徳用)	0.5g	赤 小麦	赤	赤平天	20g		緑	こんにゃく	15g		緑	だいこん	50g		緑	にんじん	15g		緑	三度豆(冷)	5g		黄	砂糖	1.5g		緑	みりん	0.5g		水	うす口しょうゆ	3.5g		赤	だしこんぶ	0.1g		赤	けずりぶし	0.5g	えび	水	水	30g		緑	キヤベツ	35g		緑	塩	0.3g		緑	コーン(冷)	5g		黄	マヨネーズ	1袋	赤 小麦	緑	はくさい	20g		緑	ほうれん草	15g	☆	緑	塩	0.1g		緑	にんじん	5g		黄	砂糖	1g		緑	こいのしゅう	2g		緑	トンカツソース	4g		緑	ウスターソース	2g		赤	ショートブレッド	32g	豚 小麦	緑	はくさい	20g		緑	ほうれん草	15g		緑	塩	0.1g		緑	にんじん	5g		黄	砂糖	1g		緑	こいのしゅう	2g		① <table border="1"><tr><td>赤</td><td>紅鮭(フレーク)</td><td>28g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>とうふ(冷)</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>たまねぎ</td><td>40g</td><td>☆</td></tr><tr><td>赤</td><td>八丁みそ</td><td>1.5g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>1.5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>しょうが</td><td>0.8g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんにく</td><td>0.5g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>サラダ油(徳用)</td><td>0.5g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>赤</td><td>赤平天</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>こんにゃく</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>だいこん</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>三度豆(冷)</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>1.5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>みりん</td><td>0.5g</td><td></td></tr><tr><td>水</td><td>うす口しょうゆ</td><td>3.5g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>だしこんぶ</td><td>0.1g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>けずりぶし</td><td>0.5g</td><td>えび</td></tr><tr><td>水</td><td>水</td><td>30g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>キヤベツ</td><td>35g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>塩</td><td>0.3g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>コーン(冷)</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>マヨネーズ</td><td>1袋</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>緑</td><td>はくさい</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>ほうれん草</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>塩</td><td>0.1g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>1g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>こいのしゅう</td><td>2g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>トンカツソース</td><td>4g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>ウスターソース</td><td>2g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ショートブレッド</td><td>32g</td><td>豚 小麦</td></tr><tr><td>緑</td><td>はくさい</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>ほうれん草</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>塩</td><td>0.1g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>1g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>こいのしゅう</td><td>2g</td><td></td></tr></table>	赤	紅鮭(フレーク)	28g		赤	とうふ(冷)	50g		緑	たまねぎ	40g	☆	赤	八丁みそ	1.5g		黄	砂糖	1.5g		緑	にんじん	20g		緑	しょうが	0.8g		緑	にんにく	0.5g		黄	サラダ油(徳用)	0.5g	赤 小麦	赤	赤平天	20g		緑	こんにゃく	15g		緑	だいこん	50g		緑	にんじん	15g		緑	三度豆(冷)	5g		黄	砂糖	1.5g		緑	みりん	0.5g		水	うす口しょうゆ	3.5g		赤	だしこんぶ	0.1g		赤	けずりぶし	0.5g	えび	水	水	30g		緑	キヤベツ	35g		緑	塩	0.3g		緑	コーン(冷)	5g		黄	マヨネーズ	1袋	赤 小麦	緑	はくさい	20g		緑	ほうれん草	15g		緑	塩	0.1g		緑	にんじん	5g		黄	砂糖	1g		緑	こいのしゅう	2g		緑	トンカツソース	4g		緑	ウスターソース	2g		赤	ショートブレッド	32g	豚 小麦	緑	はくさい	20g		緑	ほうれん草	15g		緑	塩	0.1g		緑	にんじん	5g		黄	砂糖	1g		緑	こいのしゅう	2g		④ <table border="1"><tr><td>赤</td><td>ちりめんじやこ</td><td>8g</td><td>えび かに</td></tr><tr><td>黄</td><td>いりごま(白)</td><td>0.8g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>みりん</td><td>0.4g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ほうれん草</td><td>40g</td><td>☆</td></tr><tr><td>緑</td><td>こいのしゅう</td><td>2g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>鶏肉</td><td>60g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>0.4g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>油(菜種)</td><td>0.9g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>料理酒</td><td>1袋</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>トマトソース</td><td>1袋</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>パン粉</td><td>7g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>スパゲッティ</td><td>8g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ(小)</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>菜の花</td><td>25g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>じやがいも</td><td>55g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>小麦粉(薄力)</td><td>8g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>でんぶん</td><td>4g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>水</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>中華めん(清)</td><td>35g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>いか</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>だいこん</td><td>40g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>けずりぶし</td><td>0.6g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>水</td><td>水</td><td>40g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>豚肉</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>きゅうり</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>酢</td><td>2g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>三色ゼリー</td><td>1コ</td><td></td></tr></table>	赤	ちりめんじやこ	8g	えび かに	黄	いりごま(白)	0.8g		緑	みりん	0.4g		赤	ほうれん草	40g	☆	緑	こいのしゅう	2g		赤	鶏肉	60g		黄	砂糖	0.4g		黄	油(菜種)	0.9g		緑	料理酒	1袋		緑	トマトソース	1袋		黄	パン粉	7g	赤 小麦	赤	ちくわ	15g		黄	スパゲッティ	8g		緑	にんじん	15g		赤	ちくわ(小)	20g		緑	菜の花	25g		黄	じやがいも	55g		緑	にんじん	15g		赤	小麦粉(薄力)	8g		黄	でんぶん	4g		緑	水	50g		黄	中華めん(清)	35g		赤	いか	5g		緑	だいこん	40g		黄	けずりぶし	0.6g	赤 小麦	水	水	40g		赤	豚肉	15g		緑	きゅうり	5g		緑	酢	2g		緑	三色ゼリー	1コ		① <table border="1"><tr><td>赤</td><td>鰯(ささ身)</td><td>40g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>塩</td><td>0.2g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>こしょう</td><td>0.03g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>小麦粉(薄力)</td><td>5g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>赤</td><td>鶏肉</td><td>60g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>0.4g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>油(菜種)</td><td>0.9g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>料理酒</td><td>1袋</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>トマトソース</td><td>1袋</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>パン粉</td><td>7g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>スパゲッティ</td><td>8g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ(小)</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>菜の花</td><td>25g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>じやがいも</td><td>55g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>小麦粉(薄力)</td><td>8g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>でんぶん</td><td>4g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>水</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>中華めん(清)</td><td>35g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>いか</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>だいこん</td><td>40g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>けずりぶし</td><td>0.6g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>水</td><td>水</td><td>40g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>豚肉</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>きゅうり</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>酢</td><td>2g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>三色ゼリー</td><td>1コ</td><td></td></tr></table>	赤	鰯(ささ身)	40g		黄	塩	0.2g		緑	こしょう	0.03g		黄	小麦粉(薄力)	5g	赤 小麦	赤	鶏肉	60g		黄	砂糖	0.4g		黄	油(菜種)	0.9g		緑	料理酒	1袋		緑	トマトソース	1袋		黄	パン粉	7g	赤 小麦	赤	ちくわ	15g		黄	スパゲッティ	8g		緑	にんじん	15g		赤	ちくわ(小)	20g		緑	菜の花	25g		黄	じやがいも	55g		緑	にんじん	15g		赤	小麦粉(薄力)	8g		黄	でんぶん	4g		緑	水	50g		黄	中華めん(清)	35g		赤	いか	5g		緑	だいこん	40g		黄	けずりぶし	0.6g	赤 小麦	水	水	40g		赤	豚肉	15g		緑	きゅうり	5g		緑	酢	2g		緑	三色ゼリー	1コ		① <table border="1"><tr><td>赤</td><td>鰯</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>料理酒</td><td>2g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>塩</td><td>0.2g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ</td><td>15g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>1g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>油(菜種)</td><td>6g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>トマトソース</td><td>1袋</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>パン粉</td><td>7g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>スパゲッティ</td><td>8g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ(小)</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>菜の花</td><td>25g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>じやがいも</td><td>55g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>小麦粉(薄力)</td><td>8g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>でんぶん</td><td>4g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>水</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>中華めん(清)</td><td>35g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>いか</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>だいこん</td><td>40g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>けずりぶし</td><td>0.6g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>水</td><td>水</td><td>40g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>豚肉</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>きゅうり</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>酢</td><td>2g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>三色ゼリー</td><td>1コ</td><td></td></tr></table>	赤	鰯	50g		黄	料理酒	2g		緑	塩	0.2g		赤	ちくわ	15g	赤 小麦	黄	砂糖	1g		黄	油(菜種)	6g		緑	トマトソース	1袋		黄	パン粉	7g	赤 小麦	赤	ちくわ	15g		黄	スパゲッティ	8g		緑	にんじん	15g		赤	ちくわ(小)	20g		緑	菜の花	25g		黄	じやがいも	55g		緑	にんじん	15g		赤	小麦粉(薄力)	8g		黄	でんぶん	4g		緑	水	50g		黄	中華めん(清)	35g		赤	いか	5g		緑	だいこん	40g		黄	けずりぶし	0.6g	赤 小麦	水	水	40g		赤	豚肉	15g		緑	きゅうり	5g		緑	酢	2g		緑	三色ゼリー	1コ		① <table border="1"><tr><td>赤</td><td>牛</td><td>10g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>しょうが</td><td>0.5g</td><td>☆</td></tr><tr><td>緑</td><td>にんにく</td><td>0.5g</td><td>☆</td></tr><tr><td>赤</td><td>鰯</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>1g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>油(菜種)</td><td>6g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>みりん</td><td>3g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ</td><td>15g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>黄</td><td>スパゲッティ</td><td>8g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ(小)</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>菜の花</td><td>25g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>じやがいも</td><td>55g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>小麦粉(薄力)</td><td>8g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>でんぶん</td><td>4g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>水</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>中華めん(清)</td><td>35g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>いか</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>だいこん</td><td>40g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>けずりぶし</td><td>0.6g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>水</td><td>水</td><td>40g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>豚肉</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>きゅうり</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>酢</td><td>2g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>三色ゼリー</td><td>1コ</td><td></td></tr></table>	赤	牛	10g		黄	しょうが	0.5g	☆	緑	にんにく	0.5g	☆	赤	鰯	50g		黄	砂糖	1g		黄	油(菜種)	6g		緑	みりん	3g		赤	ちくわ	15g	赤 小麦	黄	スパゲッティ	8g		緑	にんじん	15g		赤	ちくわ(小)	20g		緑	菜の花	25g		黄	じやがいも	55g		緑	にんじん	15g		赤	小麦粉(薄力)	8g		黄	でんぶん	4g		緑	水	50g		黄	中華めん(清)	35g		赤	いか	5g		緑	だいこん	40g		黄	けずりぶし	0.6g	赤 小麦	水	水	40g		赤	豚肉	15g		緑	きゅうり	5g		緑	酢	2g		緑	三色ゼリー	1コ		① <table border="1"><tr><td>赤</td><td>牛</td><td>10g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>しょうが</td><td>0.5g</td><td>☆</td></tr><tr><td>緑</td><td>にんにく</td><td>0.5g</td><td>☆</td></tr><tr><td>赤</td><td>鰯</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>1g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>油(菜種)</td><td>6g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>みりん</td><td>3g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ</td><td>15g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>黄</td><td>スパゲッティ</td><td>8g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ(小)</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>菜の花</td><td>25g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>じやがいも</td><td>55g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>小麦粉(薄力)</td><td>8g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>でんぶん</td><td>4g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>水</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>中華めん(清)</td><td>35g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>いか</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>だいこん</td><td>40g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>けずりぶし</td><td>0.6g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>水</td><td>水</td><td>40g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>豚肉</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>きゅうり</td><td>5g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>酢</td><td>2g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>三色ゼリー</td><td>1コ</td><td></td></tr></table>	赤	牛	10g		黄	しょうが	0.5g	☆	緑	にんにく	0.5g	☆	赤	鰯	50g		黄	砂糖	1g		黄	油(菜種)	6g		緑	みりん	3g		赤	ちくわ	15g	赤 小麦	黄	スパゲッティ	8g		緑	にんじん	15g		赤	ちくわ(小)	20g		緑	菜の花	25g		黄	じやがいも	55g		緑	にんじん	15g		赤	小麦粉(薄力)	8g		黄	でんぶん	4g		緑	水	50g		黄	中華めん(清)	35g		赤	いか	5g		緑	だいこん	40g		黄	けずりぶし	0.6g	赤 小麦	水	水	40g		赤	豚肉	15g		緑	きゅうり	5g		緑	酢	2g		緑	三色ゼリー	1コ		① <table border="1"><tr><td>赤</td><td>牛</td><td>10g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>しょうが</td><td>0.5g</td><td>☆</td></tr><tr><td>緑</td><td>にんにく</td><td>0.5g</td><td>☆</td></tr><tr><td>赤</td><td>鰯</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>砂糖</td><td>1g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>油(菜種)</td><td>6g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>みりん</td><td>3g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ</td><td>15g</td><td>赤 小麦</td></tr><tr><td>黄</td><td>スパゲッティ</td><td>8g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>ちくわ(小)</td><td>20g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>菜の花</td><td>25g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>じやがいも</td><td>55g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>にんじん</td><td>15g</td><td></td></tr><tr><td>赤</td><td>小麦粉(薄力)</td><td>8g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>でんぶん</td><td>4g</td><td></td></tr><tr><td>緑</td><td>水</td><td>50g</td><td></td></tr><tr><td>黄</td><td>中華めん(清)</td><td>35g</td><td></td</td></tr></table>	赤	牛	10g		黄	しょうが	0.5g	☆	緑	にんにく	0.5g	☆	赤	鰯	50g		黄	砂糖	1g		黄	油(菜種)	6g		緑	みりん	3g		赤	ちくわ	15g	赤 小麦	黄	スパゲッティ	8g		緑	にんじん	15g		赤	ちくわ(小)	20g		緑	菜の花	25g		黄	じやがいも	55g		緑	にんじん	15g		赤	小麦粉(薄力)	8g		黄	でんぶん	4g		緑	水	50g		黄	中華めん(清)	35g	</td
赤	一口とんかつ	60g	豚 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
黄	油(菜種)	9g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	赤みそ	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	八丁みそ	1.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	1.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
	みりん	1.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
	水	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	豚挽肉	25g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	とうふ(冷)	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	たまねぎ	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	たけのこ(缶)	8g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
緑	にんじん	20g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
緑	しょうが	0.8g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
緑	にんにく	0.5g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
黄	サラダ油(徳用)	0.5g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
赤	赤平天	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	こんにゃく	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	だいこん	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	三度豆(冷)	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	1.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	みりん	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
水	うす口しょうゆ	3.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	だしこんぶ	0.1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	けずりぶし	0.5g	えび																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
水	水	30g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	キヤベツ	35g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	塩	0.3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	コーン(冷)	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	マヨネーズ	1袋	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
緑	はくさい	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	ほうれん草	15g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
緑	塩	0.1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	こいのしゅう	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	トンカツソース	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	ウスターソース	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ショートブレッド	32g	豚 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
緑	はくさい	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	ほうれん草	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	塩	0.1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	こいのしゅう	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	紅鮭(フレーク)	28g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	とうふ(冷)	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	たまねぎ	40g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
赤	八丁みそ	1.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	1.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	しょうが	0.8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんにく	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	サラダ油(徳用)	0.5g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
赤	赤平天	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	こんにゃく	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	だいこん	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	三度豆(冷)	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	1.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	みりん	0.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
水	うす口しょうゆ	3.5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	だしこんぶ	0.1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	けずりぶし	0.5g	えび																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
水	水	30g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	キヤベツ	35g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	塩	0.3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	コーン(冷)	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	マヨネーズ	1袋	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
緑	はくさい	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	ほうれん草	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	塩	0.1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	こいのしゅう	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	トンカツソース	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	ウスターソース	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ショートブレッド	32g	豚 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
緑	はくさい	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	ほうれん草	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	塩	0.1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	こいのしゅう	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ちりめんじやこ	8g	えび かに																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
黄	いりごま(白)	0.8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	みりん	0.4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ほうれん草	40g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
緑	こいのしゅう	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	鶏肉	60g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	0.4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	油(菜種)	0.9g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	料理酒	1袋																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	トマトソース	1袋																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	パン粉	7g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
赤	ちくわ	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	スパゲッティ	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ちくわ(小)	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	菜の花	25g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	じやがいも	55g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	小麦粉(薄力)	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	でんぶん	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	水	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	中華めん(清)	35g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	いか	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	だいこん	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	けずりぶし	0.6g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
水	水	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	豚肉	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	きゅうり	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	酢	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	三色ゼリー	1コ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	鰯(ささ身)	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	塩	0.2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	こしょう	0.03g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	小麦粉(薄力)	5g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
赤	鶏肉	60g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	0.4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	油(菜種)	0.9g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	料理酒	1袋																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	トマトソース	1袋																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	パン粉	7g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
赤	ちくわ	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	スパゲッティ	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ちくわ(小)	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	菜の花	25g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	じやがいも	55g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	小麦粉(薄力)	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	でんぶん	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	水	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	中華めん(清)	35g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	いか	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	だいこん	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	けずりぶし	0.6g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
水	水	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	豚肉	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	きゅうり	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	酢	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	三色ゼリー	1コ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	鰯	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	料理酒	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	塩	0.2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ちくわ	15g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
黄	砂糖	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	油(菜種)	6g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	トマトソース	1袋																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	パン粉	7g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
赤	ちくわ	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	スパゲッティ	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ちくわ(小)	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	菜の花	25g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	じやがいも	55g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	小麦粉(薄力)	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	でんぶん	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	水	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	中華めん(清)	35g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	いか	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	だいこん	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	けずりぶし	0.6g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
水	水	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	豚肉	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	きゅうり	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	酢	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	三色ゼリー	1コ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	牛	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	しょうが	0.5g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
緑	にんにく	0.5g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
赤	鰯	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	油(菜種)	6g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	みりん	3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ちくわ	15g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
黄	スパゲッティ	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ちくわ(小)	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	菜の花	25g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	じやがいも	55g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	小麦粉(薄力)	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	でんぶん	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	水	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	中華めん(清)	35g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	いか	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	だいこん	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	けずりぶし	0.6g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
水	水	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	豚肉	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	きゅうり	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	酢	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	三色ゼリー	1コ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	牛	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	しょうが	0.5g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
緑	にんにく	0.5g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
赤	鰯	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	油(菜種)	6g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	みりん	3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ちくわ	15g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
黄	スパゲッティ	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ちくわ(小)	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	菜の花	25g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	じやがいも	55g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	小麦粉(薄力)	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	でんぶん	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	水	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	中華めん(清)	35g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	いか	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	だいこん	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	けずりぶし	0.6g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
水	水	40g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	豚肉	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	きゅうり	5g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	酢	2g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	三色ゼリー	1コ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	牛	10g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	しょうが	0.5g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
緑	にんにく	0.5g	☆																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
赤	鰯	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	砂糖	1g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	油(菜種)	6g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	みりん	3g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ちくわ	15g	赤 小麦																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
黄	スパゲッティ	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	ちくわ(小)	20g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	菜の花	25g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	じやがいも	55g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	にんじん	15g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
赤	小麦粉(薄力)	8g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	でんぶん	4g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
緑	水	50g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
黄	中華めん(清)	35g	</td																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					

献立内容は予定ですので変わることがあります。また、給食実施日やひと月の回数は、各学校、学年によって異なります。



「はし」や「スプーン」は、各自でご持参ください。

《お問合せ先》 ◇献立内容等事業全般

大阪市教育委員会事務局 学校保健担当
06-6208-9158
お子様の通われる中学校

2・3月分の給食費について

**2・3月分の給食費については、まとめてのお支払いとなります。
納期限（口座振替日）は**2月10日**です。**



学校行事などで
給食実施日が変更
になり、当初通知
した給食費額から
変更になった給食
費については、2・3月分の給食費で
精算のうえ、請求させていただきます。

対象となるのは、平成27年4月以
降の給食費です。精算により、2・3
月分の給食費の請求額は当初通知の2
月給食費（2・3月分）より増減する
場合があります。

変更後の請求額につきましては、別途1月下旬以降、学校より「学校給食費額決定通知書(変更)」をお渡しします。精算後に発生しました増減につきましては、再度3月に計算のうえ、該当の方に学校よりお知らせさせていただきます。

選択制給食のみなさまへ

2・3月分は、2か月分まとめての申込（または停止）となります。新たに申込まれる場合、あるいは前月までの申込が自動継続されますので停止したい場合は、**1月5日から18日まで**にお手続きをしていただく必要があります。