

令和6年度 10月 月間使用食品配合表

木津川市立学校給食センター

使用日	食品名	原料配合 (%)	卵	乳	小麦	えび	その他	※コンタミネーション	備考
A10/8(火曜) B10/9(水曜)	鶏レバー澱粉付き	鶏肝(鶏肉)91.43 ばれいしょでん粉8.57					鶏肉	乳・卵・小麦・大豆・豚肉・ごま・やまいも	
A10/10(木曜) B10/11(金曜)	りんごジャム	糖類(水あめ)45.38 糖類(砂糖)18.66 りんご35.58 [食品添加物]ゲル化剤(ペクチン)(りんご)0.21 酸味料0.17					りんご	記載なし	
A10/11(金曜) B10/10(木曜)	さばー塩	サバ99.00 塩1.00					さば	コンタミなし	
A10/15(火曜) B10/16(水曜)	春巻き	豚肉18.47 野菜18.00(にんじん7.53 たまねぎ7.05 キャベツ3.42) 植物油脂(大豆)3.85 豚脂(豚肉)2.05 しょうゆ(小麦・大豆)1.64 はるさめ1.37 でん粉1.37 しょうがペースト1.10 小麦粉(小麦)1.08 ポークブイヨン(豚肉)1.03 ショートニング(大豆)0.97 ポークエキス(豚肉)0.68 発酵調味料0.68 酵母エキス0.41 砂糖0.34 乾燥しいたけ0.27 たん白加水分解物(小麦)0.07 香辛料0.03 [皮]小麦粉(小麦)24.45 植物油脂(大豆)3.21 米粉1.86 粉あめ1.39 ショートニング(大豆)0.81 食塩0.35 ソルビトール(D-ソルビトール)1.39 クエン酸鉄Na(クエン酸第一鉄ナトリウム)0.09 乳化剤(グリセリン脂肪酸エステル)0.07 増粘剤0.01 (キサンタンガム0.01) 水12.96			小麦		大豆・豚肉	コンタミなし	
A10/18(金曜) B10/17(木曜)	ひきわり納豆	大豆100 (納豆菌)原料配合割合に含まず					大豆	コンタミなし	
	梨ゼリー	なし果汁(還元)50.0 ぶどう糖6.0 果糖ぶどう糖液糖6.0 果糖4.0 砂糖2.0 水29.9 ゲル化剤0.9 乳酸Ca0.8 酸味料0.3 香料0.1 ビタミンCΦ クエン酸鉄Na(0.020)Φ						小麦・卵・乳	
A10/23(水曜) B10/22(火曜)	さんま澱粉付き	サンマ94.00 澱粉(コーンスターチ)4.20 馬鈴薯澱粉1.80						コンタミなし	
A10/29(火曜) B10/30(水曜)	大豆ミート	大豆100					大豆	小麦	
A10/31(木曜)	かぼちゃコロッケ	かぼちゃ31.3 パン粉(小麦・大豆)19.1 小麦粉(小麦)9.5 ばれいしょ8.0 小麦粉加工品(小麦)4.8 たまねぎ4.1 砂糖4.0 食用植物油脂1.7 でん粉1.4 貝Ca(Ca38%含有)0.5 食塩0.4 酵母粉末(Fe1.5%含有)0.2 水15.0			小麦		大豆	記載なし	
	お米のささみカツ	鶏肉(ささみ)60.80 (衣)ポテトフレーク5.04 米粉フレーク5.04 食塩0.07 香辛料(ペパー)0.02 でん粉(とうもろこし)0.01 植物繊維0.01 酵母エキス(パン酵母)0.00 水9.12 砂糖1.64 植物油(なたね油、パーム油)0.85 食塩0.51 粉末状大豆たん白(大豆)0.49 香辛料(ペパー)0.24 酵母エキス(トルラ酵母)0.24 加工でん粉3.32 増粘剤(加工でん粉)0.22 水12.38					鶏肉・大豆	乳・卵・小麦・豚肉・ごま・やまいも	アレルギー代替食用

※ コンタミネーションとは…同一工場内、もしくは同一製造ラインで特定原材料等を使用した別製品の製造を行っているため、原材料として使用していないにもかかわらず、アレルギー物質が微量混入する可能性を示すものです。また、表記について「記載なし」とは、コンタミネーションに関して未確認を意味します。

年間・月間使用食品配合表は、食品製造業者から提出された規格表に基づいて作成しています。規格表に記載のある情報及び食品製造業者から得た情報のみ提供することを原則としています。

上記に記載のない食品は、「令和6年度 年間使用食品配合表」でご確認ください。その他、ご不明な点等ございましたら、お手数ですが下記までお問い合わせください。
第一学校給食センター(Tel:0774-72-2362、Fax:0774-72-5345)、第二学校給食センター(Tel:0774-76-0031、Fax:0774-76-0032)

A

令和6年度 10月アレルギー詳細献立表(小・中学校用)

木津川市立学校給食センター

*二重線の太枠内を記入し、期日までの提出をお願いします。除去食・代替食は「卵(鶏卵、うずら卵)、乳、小麦、えび」のみの対応です。

学校名	学校	学年組	年	組	氏名	校長宛て 以下の通り対応をお願いします。
アレルゲン	卵 ・ 乳 ・ 小 麦 ・ え び (鶏卵・うずら卵)	その他 アレルゲン	アーモンド、あわび、カシューナッツ、かに、キウイフルーツ、くるみ、そば、まつたけ、やまいも、落花生(ピーナッツ)、非加熱の卵、非加熱の魚介類(いくら等の魚卵を含む)は、給食提供がないため記入不要です。			<div> <div> <div>弁当持参</div> <div>除去食</div> <div>代替食</div> </div> <div> <div>欠食</div> </div> </div> <div>対応なし</div>

＜参考手順＞ ①通常食が食べられる場合は、通常食の献立名に直接「○」をし、除去食・代替食に献立名の記載があれば、二重線を引いてください。 ②通常食が食べられない場合は、通常食の献立名及び原因となる食品に二重線をし、除去食・代替食の献立名に「○」をしてください。

③通常食及び除去食・代替食のどちらも食べられない場合は、太枠の記入欄へ弁当持参「弁」、欠食「欠」のいずれかを必ず記入し、通常食、除去食・代替食の献立名及び原因となる食品に二重線を引いてください。

10月

A

令和6年度 10月アレルギー詳細献立表(小・中学校用)

木津川市立学校給食センター

＜参考手順＞ ①通常食が食べられる場合は、通常食の献立名に直接「○」をし、除去食・代替食に献立名の記載があれば、二重線を引いてください。 ②通常食が食べられない場合は、通常食の献立名及び原因となる食品に二重線をし、除去食・代替食の献立名に「○」をしてください。
③通常食及び除去食・代替食のどちらも食べられない場合は、太枠の記入欄へ弁当持参「弁」、欠食「欠」のいずれかを必ず記入し、通常食、除去食・代替食の献立名及び原因となる食品に二重線を引いてください。

10月7日(月曜)				10月8日(火曜)				10月9日(水曜)				10月10日(木曜)				10月11日(金曜)																		
通常食		除去食・代替食		記入欄		通常食		除去食・代替食		記入欄		通常食		除去食・代替食		記入欄		通常食		除去食・代替食		記入欄												
麦ごはん								ごはん								ごはん								栗入り吹き寄せごはん										
開拓井の具								鶏とレバーの レモンチリソース								豆腐のうま煮								さばの塩焼き										
根菜のみそ汁								中華スープ								切干大根の酢の物								秋野菜のみそ汁										
牛乳								牛乳								牛乳								牛乳										
通常食		除去食・代替食		記入欄		通常食		除去食・代替食		記入欄		通常食		除去食・代替食		記入欄		通常食		除去食・代替食		記入欄												
献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー											
麦ごはん	米	70		開拓井の具	鶏とレバーのレモンチリソース	ごはん	米	80		豆腐のうま煮	ごはん	米	80		食パン＋りんごジャム	ごはん(乳・小麦×) ＋ふりかけ(ひじき)	栗入り吹き寄せごはん	米	62		さばの塩焼き													
	大麦	10																																
	豚ひき肉	30	豚肉			鶏レバー	10	鶏肉			焼き豆腐	25	大豆					食パン	60					乳・小麦・大豆	米	80	栗	10	えだまめ	3	大豆			
	にんにく	0.6				濃粉付き					絹厚揚げ	20	大豆					りんごジャム	15					りんご	ふりかけ(ひじき)	1.2	だし昆布	0.08	薄口しょうゆ	1.8	小麦・大豆			
	しょうが	0.6				鶏肉	45	鶏肉			豚肉	20	豚肉														酒	1.5	塩	0.18	鶏肉	10	鶏肉	
	酒	1.2				塩	0.18				なたね油	0.3															塩	0.18	にんじん	8	しめじ	5		
	ひじき(乾)	1				こしょう	0.01				玉ねぎ	47															薄口しょうゆ	1.8	小麦・大豆	みりん	0.3			
	にんじん	15				酒	0.9				にんじん	22																酒	0.2	塩	0.05	なたね油	0.2	
	玉ねぎ	30				片栗粉	9				青ねぎ	4																						
	コーン	8				なたね油	5				しょうが	0.5																						
	信州みそ	4.8	大豆			しょうが	0.6				濃口しょうゆ	4.5	小麦・大豆																					
	三温糖	1				にんにく	0.3				薄口しょうゆ	3	小麦・大豆																					
	みりん	1.8				トマトケチャップ	10				三温糖	2.5																						
	濃口しょうゆ	0.6	小麦・大豆			濃口しょうゆ	2	小麦・大豆			酒	0.5																						
なたね油	0.2		酒	2		片栗粉	1.5																											
			三温糖	1.79		削り節	1.5																											
根菜のみそ汁	豆腐 小	15	大豆		中華スープ	豚肉	15	豚肉		切干大根の酢の物	きゅうり	20		豚肉のケチャップ炒め	食パンとりんごジャムは、セットでの提供となります。 乳・小麦アレルギー対応食については、ごはんとうりかけの提供となり、ジャムの提供はありません。 ※ジャムが食べられない場合は、食パンのみの提供となります。 その場合、 ・「食パンに○印」 ・「りんごジャムに二重線」 ・りんごジャム 記入欄に「欠」又は「弁」とご記入ください。		さば一塩(切身)1切	小学校	50		秋野菜のみそ汁	さつまいも	20											
	大根	25				たけのこ水煮	15				にんじん	5							中学校					60	油揚げ	6	大豆							
	ごぼう	10				緑豆もやし	15				ほうれん草	10													大根	20								
	にんじん	10				ほうれん草	10				にんじん	10													にんじん	10								
	油揚げ	8	大豆			干し椎茸	0.3				白いりごま	0.9						ごま							しめじ	8								
	青ねぎ	3				青ねぎ	5				白すりごま	0.9						ごま							えのきたけ	5								
	信州みそ	3.6	大豆			薄口しょうゆ	2.8	小麦・大豆																	青ねぎ	3								
	赤みそ	3.6	大豆			塩	0.28																		信州みそ	3.6	大豆							
	削り節	2				酒	0.5																		赤みそ	3.6	大豆							
						なたね油	0.3																		削り節	2								
						こしょう	0.01																											
						チキンブイヨン	5	鶏肉																										
						ごま油	0.3	ごま																										

★ 分量は目安量で、小学校中学年1人分量(g)です。低学年は0.9倍、高学年は1.1倍、中学校は1.3倍です(個付けの場合は除く)。
パン(小麦量)は小学校低学年50g、中学年60g、高学年70g、中学校80gです。
小型パン(小麦量)は小学生30g(1～3年)、40g(4～6年)、中学生50gです。
★ 材料の都合で献立を変更することがあります。
★ アレルゲンの表記は、表示義務8品目*1、表示義務に準ずるもの20品目*2のみです。
*1 表示義務8品目:卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生、くるみ
*2 表示義務に準ずるもの20品目: アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、ゼラチン、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご

＜お知らせ＞
※ちりめんじゃこ、わかめ等の海産物はエビ、カニが混入している可能性があります。調理の際にできる限り取り除きますが、まれに混入する可能性がありますので、ご了承ください。

※魚は内臓を取り除いている加工品であっても、洗浄処理だけのものもあり、魚卵が残っている可能性がありますので、ご注意ください。

献立についてご不明な点は、第一学校給食センター(Tel:0774-72-2362、Fax:0774-72-5345)、第二学校給食センター(Tel:0774-76-0031、Fax:0774-76-0032)までお問い合わせください。

A
令和6年度 10月アレルギー詳細献立表(小・中学校用)
木津川市立学校給食センター

*二重線の太枠内を記入し、期日までの提出をお願いします。除去食・代替食は「卵(鶏卵、うずら卵)、乳、小麦、えび」のみの対応です。

学校名	学校	年	組	氏名	
-----	----	---	---	----	--

＜参考手順＞ ①通常食が食べられる場合は、通常食の献立名に直接「○」をし、除去食・代替食に献立名の記載があれば、二重線を引いてください。 ②通常食が食べられない場合は、通常食の献立名及び原因となる食品に二重線をし、除去食・代替食の献立名に「○」をしてください。

③通常食及び除去食・代替食のどちらも食べられない場合は、太枠の記入欄へ弁当持参「弁」、欠食「欠」のいずれかを必ず記入し、通常食、除去食・代替食の献立名及び原因となる食品に二重線を引いてください。

スポーツの日

10月14日(月曜)				10月15日(火曜)				10月16日(水曜)				10月17日(木曜)				10月18日(金曜)							
通常食		除去食・代替食		記入欄		通常食		除去食・代替食		記入欄		通常食		除去食・代替食		記入欄		通常食		除去食・代替食		記入欄	
ごはん						ごはん						小型パン		代替:ごはん (乳・小麦×)				ごはん					
八宝菜						鶏肉とじゃがいもの煮物						和風きのこスパゲティ		代替:米麺の和風 きのこスパゲティ (小麦×)				肉みそ納豆					
春巻き		代替: 焼きフランク (小麦×)				キャベツと小松菜の おかか和え						ごぼうのごまマヨサラダ						ぬっぺ汁					
牛乳						牛乳						牛乳						梨ゼリー					
通常食		除去食・代替食		記入欄		通常食		除去食・代替食		記入欄		通常食		除去食・代替食		記入欄		通常食		除去食・代替食		記入欄	
献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー
ごはん	米	80						ごはん	米	80		小型パン	小型パン	30	乳・小麦	ごはん(乳・小麦×)	米	65		ごはん	米	80	
八宝菜	豚肉	25	豚肉					鶏肉とじゃがいもの煮物	鶏肉	30	鶏肉	和風きのこスパゲティ	スパゲティ	25	小麦	米麺の和風きのこスパゲティ(小麦×)	ベーコン	5	豚肉	肉みそ納豆	ひきわり納豆	20	大豆
	しょうが	1.1							じゃがいも	60			塩	0.1						鶏肉	鶏肉	30	鶏肉
	チンゲンサイ	10							玉ねぎ	45			ベーコン	5	豚肉					玉ねぎ	35		
	白菜	40							にんじん	20			鶏肉	30	鶏肉					青ねぎ	5		
	玉ねぎ	35							色紙こんにやく	15			玉ねぎ	60						しょうが	0.3		
	緑豆もやし	25							しょうが	1			えのきたけ	6						にんにく	0.3		
	にんじん	15							さやいんげん	5			にんじん	10						ごま油	1	ごま	
	干し椎茸	0.5							濃口しょうゆ	3	小麦・大豆		えのきたけ	6						三温糖	1		
	たけのこ水煮	10							薄口しょうゆ	2	小麦・大豆		しいたけ	3						濃口しょうゆ	3	小麦・大豆	
	なたね油	0.3							酒	0.6			にんにく	0.2						赤みそ	3	大豆	
	塩	0.4							三温糖	3			みりん	1.3						酒	1		
	チキンブイヨン	5	鶏肉						削り節	1			濃口										
	濃口しょうゆ	2.3	小麦・大豆						なたね油	0.2			しいたけ	3						しいたけ	3		
	薄口しょうゆ	2	小麦・大豆						塩	0.15			にんにく	0.2						にんにく	0.2		
	片栗粉	2											青ねぎ	3.5						青ねぎ	3.5		
	ごま油	0.3	ごま										なたね油	0.8						なたね油	0.8		
	酒	0.5											みりん	1.3						みりん	1.3		
													濃口しょうゆ	1.9	小麦・大豆					濃口しょうゆ	1.9	小麦・大豆	
													酒	0.5						酒	0.5		
													塩	0.67						塩	0.67		
													こしょう	0.02						こしょう	0.02		
																				ライスパスタ	25		

A
令和6年度 10月アレルギー詳細献立表(小・中学校用)
木津川市立学校給食センター

＜参考手順＞ ①通常食が食べられる場合は、通常食の献立名に直接「○」をし、除去食・代替食に献立名の記載があれば、二重線を引いてください。 ②通常食が食べられない場合は、通常食の献立名及び原因となる食品に二重線ををし、除去食・代替食の献立名に「○」をしてください。
③通常食及び除去食・代替食のどちらも食べられない場合は、太枠の記入欄へ弁当持参「弁」、欠食「欠」のいずれかを必ず記入し、通常食、除去食・代替食の献立名及び原因となる食品に二重線を引いてください。

10月21日(月曜)				10月22日(火曜)				10月23日(水曜)				10月24日(木曜)				10月25日(金曜)																											
通常食				除去食・代替食		記入欄		通常食				除去食・代替食		記入欄		通常食				除去食・代替食		記入欄																					
ごはん								ごはん								黒糖パン				代替:ごはん (乳・小麦×)				ねぶかめし																			
ホイコーロー								にこにこレンコン入り ビーフカレー								さんまのかば焼き								鶏肉の七味焼き																			
																なめこ汁																											
鶏肉のフォー								海藻サラダ								柿								大根のみそ汁																			
牛乳								牛乳								牛乳								牛乳																			
通常食				除去食・代替食		記入欄		通常食				除去食・代替食		記入欄		通常食				除去食・代替食		記入欄		通常食				除去食・代替食		記入欄													
献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー												
ごはん ホイコーロー	米	80						ごはん	米	80						黒糖パン	黒糖パン	60	乳・小麦	ごはん(乳・小麦×)	米	80			ねぶかめし	70																	
	豚肉	30	豚肉		にこにこレンコン入りビーフカレー					さんまのかば焼き	牛肉		30	牛肉							ポークビーンズ	大豆水煮	20		大豆						鶏肉の七味焼き	鶏肉		鶏肉									
	塩	0.1																																									
	こしょう	0.01																																									
	キャベツ	30																																									
	にんじん	15																																									
	にんにく	0.15																																									
	赤みそ	3.5	大豆																																								
	三温糖	1																																									
	酒	2.4																																									
	ごま油	0.2	ごま																																								
	なたね油	0.15																																									
	片栗粉	0.3																																									
	コチジャン	0.05	大豆																																								
鶏肉のフォー	フォー	10							海藻サラダ		ひじき(乾)	0.68							さっぱりツナサラダ	ツナ油漬		8							大根のみそ汁	大根		25											
	鶏肉	20	鶏肉																																								
	玉ねぎ	15																																									
	緑豆もやし	15																																									
	チンゲンサイ	8																																									
	にんじん	8																																									
	チキンブイヨン	6	鶏肉																																								
	薄口しょうゆ	2.8	小麦・大豆																																								
	塩	0.3																																									
	こしょう	0.01																																									
	なたね油	0.2																																									

☆ 分量は目安で、小学校中学年1人分量(g)です。低学年は0.9倍、高学年は1.1倍、中学校は1.3倍です(個付けの場合は除く)。
パン(小麦量)は小学校低学年50g、中学年60g、高学年70g、中学校80gです。
小型パン(小麦量)は小学生30g(1〜3年)、40g(4〜6年)、中学生50gです。
☆ 材料の都合で献立を変更することがあります。
☆ アレルゲンの表記は、表示義務8品目*1、表示義務に準ずるもの20品目*2のみです。
*1 表示義務8品目:卵、乳、小麦、えび、かに、そば、落花生、くるみ
*2 表示義務に準ずるもの20品目: アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、ゼラチン、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご

＜お知らせ＞
※ちりめんじゃこ、わかめ等の海産物はエビ、カニが混入している可能性があります。調理の際にできる限り取り除きますが、まれに混入する可能性がありますので、ご了承ください。
※魚は内臓を取り除いている加工品であっても、洗浄処理だけのものもあり、魚卵が残っている可能性がありますので、ご注意ください。
献立についてご不明な点は、第一学校給食センター(Tel:0774-72-2362、Fax:0774-72-5345)、第二学校給食センター(Tel:0774-76-0031、Fax:0774-76-0032)までお問い合わせください。

A

令和6年度 10月アレルギー詳細献立表(小・中学校用)

木津川市立学校給食センター

* 二重線の太枠内を記入し、期日までの提出をお願いします。除去食・代替食は「卵(鶏卵、うずら卵)、乳、小麦、えび」のみの対応です。

学校名	学校	年	組	氏名
-----	----	---	---	----

<参考手順> ①通常食が食べられる場合は、通常食の献立名に直接「○」をし、除去食・代替食に献立名の記載があれば、二重線を引いてください。 ②通常食が食べられない場合は、通常食の献立名及び原因となる食品に二重線をし、除去食・代替食の献立名に「○」をしてください。
③通常食及び除去食・代替食のどちらも食べられない場合は、太枠の記入欄へ弁当持参「弁」、欠食「欠」のいずれかを必ず記入し、通常食、除去食・代替食の献立名及び原因となる食品に二重線を引いてください。

10月28日(月曜)					10月29日(火曜)					10月30日(水曜)					10月31日(木曜)						
通常食				除去食・代替食		記入欄	通常食			除去食・代替食		記入欄	通常食			除去食・代替食		記入欄			
ごはん							ごはん						味付けパン			代替:ごはん (乳・小麦×)					
高野豆腐の卵とじ				除去:卵除去 高野豆腐の煮物 (卵×)			大豆ミート入りビビンバ						さわらの西京焼き			代替:お米の ささみカツ(小麦×)					
							ニラスープ			削り節の佃煮			カラフルサラダ								
ほうれん草のごま和え													まるごと野菜のすまし汁			トマトスープ					
牛乳							牛乳						牛乳								
通常食				除去食・代替食			通常食			除去食・代替食			通常食			除去食・代替食					
献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー	献立名	食品名及び調味料名	1人分量g	アレルギー		
ごはん	米	80		卵除去 高野豆腐の煮物 (卵×)				ごはん	米	80		さわらの西京焼き				味付けパン	米	80			
	高野豆腐	10	大豆		高野豆腐	10	大豆		大豆	大豆	大豆		大豆	大豆	大豆		大豆	大豆	大豆	大豆	大豆
	鶏肉	20	鶏肉		鶏肉	20	鶏肉														
	鶏卵	25	卵																		
	玉ねぎ	40			玉ねぎ	40															
	にんじん	15			にんじん	15															
	みつば	2.5			みつば	2.5															
	濃口しょうゆ	2.8	小麦・大豆		濃口しょうゆ	2.8	小麦・大豆														
	薄口しょうゆ	2.65	小麦・大豆		薄口しょうゆ	2.65	小麦・大豆														
	三温糖	1.3			三温糖	1.3															
	みりん	0.5			みりん	0.5															
	酒	0.3			酒	0.3															
	塩	0.15			塩	0.15															
	削り節	2			削り節	2															
	片栗粉	0.45			片栗粉	0.45															
ほうれん草のごま和え	ちりめんじゃこ	1		ニラスープ				削り節の佃煮	花かつお	2.5		まるごと野菜のすまし汁				トマトスープ	ベーコン	12	豚肉		
	白菜	25																			
	ほうれん草	20																			
	にんじん	10																			
	濃口しょうゆ	1.7	小麦・大豆																		
	白いりごま	0.5	ごま																		
	白すりごま	0.5	ごま																		
	上白糖	0.1																			

