



<p>1日(月)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>じゃがいものチーズ焼き</td> <td>大豆とじゃこの揚げ煮</td> </tr> <tr> <td>うすら卵煮</td> <td>豚肉のみそ炒め</td> </tr> </table> <p>給食なし 青葉中 城南中</p>	じゃがいものチーズ焼き	大豆とじゃこの揚げ煮	うすら卵煮	豚肉のみそ炒め	<p>2日(火)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>きんぴらごぼう</td> <td>キャベツの塩昆布和え</td> </tr> <tr> <td>コーン卵</td> <td>ミンチカツミニトマトソース</td> </tr> </table> <p>給食なし 青葉中 城北中</p> <p>みそ汁</p>	きんぴらごぼう	キャベツの塩昆布和え	コーン卵	ミンチカツミニトマトソース	<p>8日(月)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>キャベツとささみのごまサラダ</td> <td>フルーツとゼリー</td> </tr> <tr> <td>つぼ漬け</td> <td>竹輪の磯辺揚げ</td> </tr> </table> <p>ごはんにかけて木の葉丼にします。</p> <p>木の葉丼の具</p>	キャベツとささみのごまサラダ	フルーツとゼリー	つぼ漬け	竹輪の磯辺揚げ	<p>9日(火)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>イタリアンサラダ</td> <td>ひじき煮</td> </tr> <tr> <td>野沢菜漬け</td> <td>豚肉のチーズパン粉焼きかけソース</td> </tr> </table>	イタリアンサラダ	ひじき煮	野沢菜漬け	豚肉のチーズパン粉焼きかけソース	<p>10日(水) 鶏ごぼうごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>玉ねぎとベーコンの炒り卵</td> <td>キャベツのわかめ和え</td> </tr> <tr> <td>うぐいす団子</td> <td>白身魚のごまみそ焼き</td> </tr> </table> <p>白身魚に甘辛いごまみそだしをつけて、オーブンでこんがり焼きます。</p>	玉ねぎとベーコンの炒り卵	キャベツのわかめ和え	うぐいす団子	白身魚のごまみそ焼き
じゃがいものチーズ焼き	大豆とじゃこの揚げ煮																							
うすら卵煮	豚肉のみそ炒め																							
きんぴらごぼう	キャベツの塩昆布和え																							
コーン卵	ミンチカツミニトマトソース																							
キャベツとささみのごまサラダ	フルーツとゼリー																							
つぼ漬け	竹輪の磯辺揚げ																							
イタリアンサラダ	ひじき煮																							
野沢菜漬け	豚肉のチーズパン粉焼きかけソース																							
玉ねぎとベーコンの炒り卵	キャベツのわかめ和え																							
うぐいす団子	白身魚のごまみそ焼き																							
<p>11日(木)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>切干大根の煮物</td> <td>ココロポテト</td> </tr> <tr> <td>チーズ</td> <td>ピビンバ</td> </tr> </table> <p>ごはんのにせて食べよう。</p>	切干大根の煮物	ココロポテト	チーズ	ピビンバ	<p>12日(金) 麦ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>コーンサラダ</td> <td>杏仁フルーツ</td> </tr> <tr> <td>福神漬け</td> <td>かぼちゃコロックソース</td> </tr> </table> <p>全曜日ほどカレーの日</p> <p>チキンカレー</p>	コーンサラダ	杏仁フルーツ	福神漬け	かぼちゃコロックソース	<p>14日(日)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>小松菜のお浸し</td> <td>糸こんのきんぴら</td> </tr> <tr> <td>肉みそ</td> <td>スペイン風バイクドエッグ</td> </tr> </table> <p>給食実施 城南中1・2年</p>	小松菜のお浸し	糸こんのきんぴら	肉みそ	スペイン風バイクドエッグ	<p>15日(月)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>マセドアンサラダ</td> <td>小松菜のじゃこ炒め</td> </tr> <tr> <td>みかんゼリー</td> <td>鶏のチリソース</td> </tr> </table> <p>小松菜には骨や歯を強くするカルシウムがたくさん含まれています。</p> <p>給食なし 白糸中 城南中3年</p>	マセドアンサラダ	小松菜のじゃこ炒め	みかんゼリー	鶏のチリソース	<p>16日(火)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>小松菜のお浸し</td> <td>糸こんのきんぴら</td> </tr> <tr> <td>肉みそ</td> <td>スペイン風バイクドエッグ</td> </tr> </table> <p>給食なし 城南中</p>	小松菜のお浸し	糸こんのきんぴら	肉みそ	スペイン風バイクドエッグ
切干大根の煮物	ココロポテト																							
チーズ	ピビンバ																							
コーンサラダ	杏仁フルーツ																							
福神漬け	かぼちゃコロックソース																							
小松菜のお浸し	糸こんのきんぴら																							
肉みそ	スペイン風バイクドエッグ																							
マセドアンサラダ	小松菜のじゃこ炒め																							
みかんゼリー	鶏のチリソース																							
小松菜のお浸し	糸こんのきんぴら																							
肉みそ	スペイン風バイクドエッグ																							
<p>17日(水) 五目炒飯</p> <table border="1"> <tr> <td>春雨サラダ</td> <td>カラフルポテト</td> </tr> <tr> <td>白菜キムチ</td> <td>魚の甘酢和え</td> </tr> </table> <p>給食なし 城南中3年 若満中2・3年 加佐中2・3年</p>	春雨サラダ	カラフルポテト	白菜キムチ	魚の甘酢和え	<p>18日(木)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>アスパラ入りスパゲティ</td> <td>しんこ和え</td> </tr> <tr> <td>焼きとうもろこし</td> <td>豚肉のカリン揚げ</td> </tr> </table> <p>給食実施 青葉中 和田中1・2年 若満中1年 加佐中1年</p>	アスパラ入りスパゲティ	しんこ和え	焼きとうもろこし	豚肉のカリン揚げ	<p>19日(金) 麦ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>ハムサラダ</td> <td>さつま芋のアーモンド焼き</td> </tr> <tr> <td>みかん缶</td> <td>ドライカレーの具</td> </tr> </table> <p>ごはんにまぜて食べよう。</p> <p>全曜日ほどカレーの日</p> <p>卵スープ</p>	ハムサラダ	さつま芋のアーモンド焼き	みかん缶	ドライカレーの具	<p>20日(土) ごはん、味かつおふりかけ</p> <table border="1"> <tr> <td>ポパイサラダ</td> <td>豆のケチャップ煮</td> </tr> <tr> <td>ごまじゃこ</td> <td>ツナとポテトのグラタン</td> </tr> </table> <p>給食実施 白糸中1・2年</p>	ポパイサラダ	豆のケチャップ煮	ごまじゃこ	ツナとポテトのグラタン	<p>21日(日) ごはん、味かつおふりかけ</p> <table border="1"> <tr> <td>ポパイサラダ</td> <td>豆のケチャップ煮</td> </tr> <tr> <td>ごまじゃこ</td> <td>ツナとポテトのグラタン</td> </tr> </table> <p>給食実施 青葉中1・2年</p>	ポパイサラダ	豆のケチャップ煮	ごまじゃこ	ツナとポテトのグラタン
春雨サラダ	カラフルポテト																							
白菜キムチ	魚の甘酢和え																							
アスパラ入りスパゲティ	しんこ和え																							
焼きとうもろこし	豚肉のカリン揚げ																							
ハムサラダ	さつま芋のアーモンド焼き																							
みかん缶	ドライカレーの具																							
ポパイサラダ	豆のケチャップ煮																							
ごまじゃこ	ツナとポテトのグラタン																							
ポパイサラダ	豆のケチャップ煮																							
ごまじゃこ	ツナとポテトのグラタン																							
<p>22日(月)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>肉団子のケチャップあん</td> <td>きゅうりのシソ和え</td> </tr> <tr> <td>抹茶わらびもち</td> <td>鯖のカレー焼き</td> </tr> </table> <p>給食なし 青葉中3年 和田中3年</p> <p>舞鶴のさかな 地産地消</p>	肉団子のケチャップあん	きゅうりのシソ和え	抹茶わらびもち	鯖のカレー焼き	<p>23日(火)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>もやし炒め</td> <td>オレンジ</td> </tr> <tr> <td>大根のキムチ和え</td> <td>揚げぎょうざ</td> </tr> </table> <p>給食なし 青葉中3年 城北中3年</p> <p>麻婆豆腐</p>	もやし炒め	オレンジ	大根のキムチ和え	揚げぎょうざ	<p>24日(水) えんどうごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>高野豆腐の卵とじ</td> <td>ブロッコリーのピーナッツ和え</td> </tr> <tr> <td>ミニゼリー</td> <td>鮭の塩焼き粉ふきいも</td> </tr> </table> <p>給食なし 青葉中3年 城北中2・3年</p>	高野豆腐の卵とじ	ブロッコリーのピーナッツ和え	ミニゼリー	鮭の塩焼き粉ふきいも	<p>25日(木) ごはん、味かつおふりかけ</p> <table border="1"> <tr> <td>ポパイサラダ</td> <td>豆のケチャップ煮</td> </tr> <tr> <td>ごまじゃこ</td> <td>ツナとポテトのグラタン</td> </tr> </table> <p>給食実施 城北中2年 加佐中</p>	ポパイサラダ	豆のケチャップ煮	ごまじゃこ	ツナとポテトのグラタン	<p>26日(金) 麦ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>キャベツのベーコン炒め</td> <td>フルーツミックス</td> </tr> <tr> <td>福神漬け</td> <td>白身魚フライソース</td> </tr> </table> <p>給食なし 城北中3年</p> <p>ビーフカレー</p>	キャベツのベーコン炒め	フルーツミックス	福神漬け	白身魚フライソース
肉団子のケチャップあん	きゅうりのシソ和え																							
抹茶わらびもち	鯖のカレー焼き																							
もやし炒め	オレンジ																							
大根のキムチ和え	揚げぎょうざ																							
高野豆腐の卵とじ	ブロッコリーのピーナッツ和え																							
ミニゼリー	鮭の塩焼き粉ふきいも																							
ポパイサラダ	豆のケチャップ煮																							
ごまじゃこ	ツナとポテトのグラタン																							
キャベツのベーコン炒め	フルーツミックス																							
福神漬け	白身魚フライソース																							
<p>29日(月)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>ツナサラダ</td> <td>五目豆</td> </tr> <tr> <td>佃煮昆布</td> <td>鶏のから揚げレモンソース味</td> </tr> </table> <p>たけのこのみそ汁</p> <p>給食なし 青葉中 和田中</p>	ツナサラダ	五目豆	佃煮昆布	鶏のから揚げレモンソース味	<p>30日(火)ごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>ポテトサラダ</td> <td>ほうれん草のごま和え</td> </tr> <tr> <td>きゅうり漬け</td> <td>ハンバーグスパゲティ添え</td> </tr> </table>	ポテトサラダ	ほうれん草のごま和え	きゅうり漬け	ハンバーグスパゲティ添え	<p>31日(水) ひじきごはん</p> <table border="1"> <tr> <td>じゃがいもの旨煮</td> <td>野沢菜和え</td> </tr> <tr> <td>パイン缶</td> <td>イカの天ぷら</td> </tr> </table>	じゃがいもの旨煮	野沢菜和え	パイン缶	イカの天ぷら	<p>舞鶴のさかな 地産地消</p> <p>* マークの日は舞鶴産の農産物・水産物等を使用しています。 毎日食べているお米も、舞鶴産コシヒカリを七分つきに精米してもらい使用しています。1~2週間で食べきる量をその都度精米してもらいます。 七分つきの米は、精白米に比べ、食物繊維や栄養素も豊富です。また、農薬や化学肥料を抑えて栽培された特別栽培米も入っています。 * 牛乳は毎日つきます。 * 毎日「マイはし」を持ってきましょう。献立によりスプーンを用意します。</p>									
ツナサラダ	五目豆																							
佃煮昆布	鶏のから揚げレモンソース味																							
ポテトサラダ	ほうれん草のごま和え																							
きゅうり漬け	ハンバーグスパゲティ添え																							
じゃがいもの旨煮	野沢菜和え																							
パイン缶	イカの天ぷら																							



## 5月 学校給食使用食材名

## 舞鶴市教育委員会

日・曜日	エネルギー	メニュー	食 材 等
1 (月)	922 kcal	豚肉のみそ炒め	豚肉、キャベツ、ピーマン、にんじん、にんにく、しょうが、みそ、赤みそ、しょうゆ、酒、砂糖、豆板醤、米油
		じゃがいものチーズ焼き	じゃがいも、ベーコン、ミックスチーズ、パセリ、コンソメ
		大豆とじゃこの揚げ煮	いりこじゃこ、大豆、片栗粉、米油、砂糖、しょうゆ、ごま
		うずら卵煮	うずら卵、砂糖、しょうゆ、酒
2 (火)	900 kcal	ミンチカツ、ミニトマト、ソース	(キャベツ、鶏肉、豚肉、玉ねぎ、油、砂糖、パン粉、しょうゆ、塩)、油、ミニトマト、ソース
		きんぴらごぼう	豚肉、ごぼう、にんじん、糸こんにゃく、ごま油、砂糖、みりん、酒、しょうゆ、いりごま、七味
		キャベツの塩昆布和え	キャベツ、にんじん、塩、刻み塩昆布
		コーン卵	コーン、卵、塩こしょう、米油
8 (月)	995 kcal	木の葉丼	油揚げ、玉ねぎ、にんじん、卵、ネギ、煮干し、しょうゆ、みりん、酒、砂糖、片栗粉
		竹輪の磯辺揚げ	竹輪、青のり、小麦粉、油
		キャベツとささみのごまサラダ	ささみ、キャベツ、きゅうり、にんじん、胡麻ドレッシング、塩、こしょう
		フルーツとゼリー	カクテルゼリー、黄桃缶、パイン缶
9 (火)	812 kcal	漬物	つば漬
		豚肉のチーズパン粉焼き、ソース	豚肉、塩こしょう、小麦粉、卵、パン粉、粉チーズ、油、ソース、ケチャップ、砂糖
		イタリアンサラダ	赤パプリカ、にんじん、きゅうり、キャベツ、イタリアンドレッシング、塩
		ひじきの煮物	にんじん、ひじき、油揚げ、しょうゆ、みりん、砂糖
10 (水)	892 kcal	漬物	野菜漬
		鶏ごぼうごはん	鶏肉、椎茸、ごぼう、にんじん、グリーンピース、米油、砂糖、しょうゆ、酒、みりん
		白身魚のごまみそ焼き	白身魚、赤みそ、みりん、砂糖、酒、すりごま
		玉ねぎとベーコンの炒り卵	玉ねぎ、ベーコン、卵、米油、しょうゆ、砂糖、塩、こしょう
11 (木)	903 kcal	キャベツのわかめ和え	キャベツ、ハム、水菜、炊き込みワカメ
		うぐいす団子	白玉団子、きな粉、抹茶、砂糖、塩
		ビビンバ	牛肉、大豆もやし、ごぼう、にんじん、レンコン、三度豆、ごま、土ショウガ、にんにく、米油、ごま油、赤みそ、みそ、砂糖、しょうゆ、みりん、酒、豆板醤
		切干大根の煮物	切干大根、にんじん、鶏肉、干しいたけ、砂糖、しょうゆ、酒、みりん
12 (金)	987 kcal	ココロポテト	さつまいも、油、砂糖、大学芋たれ
		チーズ	キャンディーチーズ
		チキンカレー	鶏肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、米油、カレールウ、牛乳、ソース、塩こしょう、コンソメ
		かぼちゃコロッケ、ソース	(かぼちゃ、パン粉、小麦粉、玉ねぎ、さとう、塩)、油、ソース
14 (日)	875 kcal	コーンサラダ	ホールコーン、キャベツ、きゅうり、ハム、米油、酢、塩こしょう、しょうゆ
		杏仁フルーツ	杏仁豆腐、黄桃缶、パイン缶
		漬物	福神漬
		スペイン風ベイクドエッグ	卵、塩こしょう、ミックスチーズ、ベーコン、玉ねぎ、じゃがいも、ほうれん草、バター、ケチャップ
15 (月)	951 kcal	小松菜のお浸し	小松菜、キャベツ、しょうゆ、砂糖
		糸こんにゃくのきんぴら	糸こんにゃく、にんじん、ごぼう、ごま油、砂糖、みりん、酒、しょうゆ、いりごま、一味
		肉みそ	豚挽肉、大豆ミート、ネギ、赤みそ、砂糖、米油、すりごま
		鶏のチリソース	鶏肉、塩、こしょう、片栗粉、米油、ごま油、玉ねぎ、土ショウガ、にんにく、豆板醤、ケチャップ、酒、しょうゆ
16 (火)	875 kcal	マセドアンサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、塩こしょう
		小松菜のじゃこ炒め	小松菜、キャベツ、ちりめんじゃこ、ごま油、しょうゆ、砂糖、ごま
		みかんゼリー	みかんゼリー(ブドウ糖液糖、みかん果汁、砂糖)
		スペイン風ベイクドエッグ	卵、塩こしょう、ミックスチーズ、ベーコン、玉ねぎ、じゃがいも、ほうれん草、バター、ケチャップ
17 (水)	891 kcal	小松菜のお浸し	小松菜、キャベツ、しょうゆ、砂糖
		糸こんにゃくのきんぴら	糸こんにゃく、にんじん、ごぼう、ごま油、さとう、みりん、酒、しょうゆ、いりごま、一味
		肉みそ	豚挽肉、大豆ミート、ネギ、赤みそ、砂糖、米油、すりごま
		五目炒飯	豚肉、玉ねぎ、ピーマン、にんじん、米油、中華の素、しょうゆ、塩、こしょう
18 (木)	935 kcal	魚の甘酢和え	白身魚角切り、片栗粉、米油、白ネギ、ネギ、酢、砂糖、しょうゆ、みりん、ごま
		春雨サラダ	キャベツ、にんじん、春雨、砂糖、酢、しょうゆ、ごま油
		カラフルポテト	じゃがいも、ホールコーン、グリーンピース、マヨネーズ
		白菜キムチ	白菜キムチ
19 (金)	895 kcal	豚肉のカリン揚げ	豚肉、土生姜、しょうゆ、片栗粉、油、砂糖、しょうゆ、いりごま
		アスパラ入リスパゲティ	スパゲティ、ベーコン、なす、玉ねぎ、にんじん、グリーンアスパラ、米油、にんにく、ケチャップ、ソース、塩、こしょう、コンソメ、粉チーズ
		しんご和え	キャベツ、きゅうり、たくわん、塩、ごま
		焼きとうもろこし	カットコーン、しょうゆ

日・曜日	エネルギー	メニュー	食 材 等
19 (金)	895 kcal	ドライカレー	合挽肉、玉ねぎ、にんじん、グリーンピース、カレー粉、カレールウ、塩、砂糖、しょうゆ、米油、コンソメ
		ハムサラダ	ハム、にんじん、キャベツ、きゅうり、マヨネーズ、ごま、しょうゆ
		さつま芋のアーモンド焼き	さつま芋、ミックスチーズ、スライスアーモンド
		フルーツ	みかん缶
20 (土)	827 kcal	卵スープ	卵、しめじ、ほうれん草、コンソメ、塩、こしょう、しょうゆ
		ふりかけ	味かつおふりかけ
		ツナとポテトのグラタン	玉ねぎ、じゃがいも、ツナ、バター、生クリーム、粉チーズ、塩、こしょう、パセリ、ミックスチーズ
		ポパイサラダ	ほうれん草、キャベツ、ハム、砂糖、酢、しょうゆ、塩、オリーブ油
21 (日)	915 kcal	豆のケチャップ煮	ミックスビーンズ、玉ねぎ、にんじん、トマトピューレ、ケチャップ、ソース、塩、こしょう、コンソメ
		ごまじゃこ	かえりちりめん、米油、ごま、しょうゆ、砂糖、みりん
		鯖のカレー焼き	鯖、酒、しょうゆ、土ショウガ、みりん、カレー粉
		肉団子のケチャップあん	肉団子(鶏肉、豚肉、玉ねぎ、しょうが、パン粉、片栗粉、豚脂)、米油、玉ねぎ、にんじん、ケチャップ、砂糖、しょうゆ、みりん、片栗粉
22 (月)	903 kcal	きゅうりのシソ和え	きゅうり、キャベツ、塩、ゆかり
		抹茶わらび餅	(砂糖、水あめ、片栗粉、きなこ)
		揚げ豆腐	豆腐、豚挽肉、土ショウガ、にんじん、玉ねぎ、ネギ、米油、みそ、赤みそ、しょうゆ、砂糖、酒、ごま油、豆板醤、片栗粉
		揚げぎょうざ	(小麦粉、キャベツ、豚肉、玉ねぎ、豚脂、片栗粉、ニラ、ネギ、土ショウガ、にんにく)、米油
23 (水)	820 kcal	もやし炒め	ニラ、太もやし、キャベツ、にんじん、塩、こしょう、中華の素、ごま油
		フルーツ	オレンジ
		大根のキムチ和え	大根、しめじ、塩、キムチの素、豆板醤、ごま油
		えんどうごはん	えんどう豆、塩、酒、砂糖
24 (水)	903 kcal	鮭の塩焼き、粉ふき芋	鮭、じゃがいも、塩、こしょう、パセリ
		高野豆腐の卵とじ	高野豆腐、玉ねぎ、にんじん、三度豆、卵、砂糖、しょうゆ、みりん
		ブロッコリーのピーナッツ和え	ブロッコリー、ホールコーン、刻みピーナッツ、砂糖、しょうゆ
		ミニグレープゼリー	ミニグレープゼリー
25 (木)	827 kcal	ふりかけ	味かつおふりかけ
		ツナとポテトのグラタン	玉ねぎ、じゃがいも、ツナ、バター、生クリーム、粉チーズ、塩、こしょう、パセリ、ミックスチーズ
		ポパイサラダ	ほうれん草、キャベツ、ハム、砂糖、酢、しょうゆ、塩、オリーブ油
		豆のケチャップ煮	ミックスビーンズ、玉ねぎ、にんじん、トマトピューレ、ケチャップ、ソース、塩、こしょう、コンソメ
26 (金)	951 kcal	ごまじゃこ	かえりちりめん、米油、ごま、しょうゆ、砂糖、みりん
		ビーフカレー	牛肉、じゃがいも、玉ねぎ、にんじん、米油、カレールウ、ソース、塩、こしょう、コンソメ
		白身魚フライ、ソース	白身魚、塩、こしょう、小麦粉、パン粉、米油、ソース
		キャベツのベーコン炒め	キャベツ、ホールコーン、ベーコン、米油、コンソメ、塩、こしょう
29 (月)	898 kcal	フルーツミックス	黄桃缶、パイン缶、みかん缶
		漬物	福神漬
		鶏のから揚げレモンソース味	鶏肉、土ショウガ、酒、しょうゆ、片栗粉、米油、レモン汁、砂糖、しょうゆ
		ツナサラダ	ツナ、玉ねぎ、キャベツ、きゅうり、マヨネーズ
30 (火)	829 kcal	五目豆	大豆、にんじん、こんにゃく、砂糖、しょうゆ、みりん、酒
		佃煮昆布	佃煮昆布
		たけのこのみそ汁	ゆでたけのこ、にんじん、わかめ、煮干し、みそ
		ハンバーグ、スパゲティ添え	(鶏肉、玉ねぎ、豚脂、パン粉、豚肉)、デミグラスソース、塩こしょう、えのきだけ、スパゲティ、玉ねぎ、米油、ケチャップ、ソース
31 (水)	898 kcal	ポテトサラダ	じゃがいも、マッシュポテト、きゅうり、にんじん、塩、こしょう、マヨネーズ
		ほうれん草のごま和え	ほうれん草、キャベツ、しょうゆ、砂糖、すりごま、ごま
		漬物	きゅうり漬
		ひじきごはん	ひじき、にんじん、油揚げ、しょうゆ、みりん、砂糖
31 (水)	829 kcal	いかの天ぷら	いか、小麦粉、片栗粉、塩、米油
		じゃがいもの旨煮	じゃがいも、人参、玉ねぎ、平天、グリーンピース、米油、砂糖、しょうゆ
		野菜菜和え	キャベツ、野菜菜漬、すりごま、塩、ごま油
		フルーツ	パイン缶詰