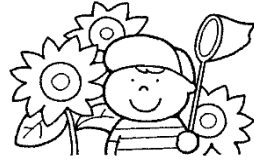


# 8・9月 よていこんだて表

NO 1

城陽市立学校給食センター 小学校

8月30日(火)				8月31日(水)				9月1日(木)				9月2日(金)				9月5日(月)				9月6日(火)			
ごはん 牛乳 夏野菜カレー フルーツ白玉  城陽市のかぼちゃ・なすを使用！				ごはん 牛乳 元気肉じゃが もやしのナムル  城陽市のじゃがいもを使用！				ごはん 牛乳 春雨スープ 回鍋肉				ごはん 牛乳 夏豚汁 さけの塩焼き 梅干し 手巻きのり				ココア揚げパン 牛乳 ラビオリのトマト煮 シャキシャキツナサラダ  新メニュー				ごはん 牛乳 冬瓜のみそ汁 いわしのしょうが煮 冷凍みかん			
<b>食品名 1人分量</b> (黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 豚肉ミンチ 30 g 塩 0.05 g こしょう 0.01 g カレー粉 0.15 g ローレル 0.03 g セロリ 5 g (緑) しょうが 0.5 g (緑) おろしにんにく 0.3 g (緑) かぼちゃ 30 g (緑) 玉ねぎ 30 g (緑) 人参 15 g (緑) なす 20 g フルーツカレーフレーク 16 g トマトケチャップ 1 g ガラムマサラ 0.02 g ウスターソース 1.1 g 水 85 g (緑) りんご缶 15 g (緑) みかん缶 20 g (緑) 黄桃缶 15 g (黄) 白玉だんご 20 g				<b>食品名 1人分量</b> (黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 豚肉スライス 35 g (黄) じゃが芋 50 g (緑) 玉ねぎ 50 g (緑) 人参 15 g (黄) 突きこんにやく 20 g (緑) なら 8 g (緑) おろしにんにく 0.5 g (黄) 三温糖 3 g 濃口しょうゆ 7.2 g コチュジャン 1 g (黄) 白いりごま 2 g 水 20 g (赤) ちくわ 8 g (緑) 緑豆もやし 30 g (緑) 人参 10 g 濃口しょうゆ 2.3 g みりん 0.4 g 酒 0.2 g (黄) 三温糖 0.4 g (黄) 米油 0.5 g				<b>食品名 1人分量</b> (黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 鶏肉 20 g (黄) 緑豆はるさめ 4 g (緑) 玉ねぎ 25 g (緑) 人参 10 g (緑) キャベツ 15 g (緑) なら 5 g (緑) しょうが 0.5 g 濃口しょうゆ 0.5 g 淡口しょうゆ 4 g 塩 0.2 g こしょう 0.02 g (黄) ごま油 0.5 g 削り節 3 g 水 100 g (赤) 豚肉厚めスライス 40 g (緑) キャベツ 30 g (緑) 玉ねぎ 30 g (緑) ピーマン 3 g (黄) 三温糖 0.5 g 濃口しょうゆ 1.5 g ガーリック 0.01 g みりん 0.5 g (赤) 赤みそ 3 g トウバンジャン 0.05 g (黄) プチドリップ 0.3 g				<b>食品名 1人分量</b> (黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 豚肉スライス 15 g (緑) とうがん 15 g (緑) かぼちゃ 20 g (緑) 人参 10 g (緑) 青ねぎ 5 g (赤) (冷) 油揚げ 8 g (赤) 中辛みそ 7 g (赤) こうじみそ 1.5 g 煮干 2.2 g 水 105 g (赤) さけ一汐(40g) 1 切 (緑) 梅干し(小梅) 1 個 (赤) 手巻きのり(4枚) 1 袋  城陽市のとうがん・かぼちゃ・梅干しを使用！				<b>食品名 1人分量</b> (黄) 小型パン 1 個 ココア 3.5 g (赤) 脱脂粉乳 3 g (黄) 三温糖 10 g (黄) 米油(揚げ油) 4 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 鶏肉 20 g (赤) ショルダーベーコン 12 g (緑) 玉ねぎ 40 g (赤) 人参 15 g (黄) ラビオリ 25 g (緑) パセリ 0.5 g (緑) トマト水煮 12 g トマトケチャップ 8 g トマトピューレ 5 g (黄) 小麦粉(焙煎) 0.9 g ウスターソース 1.2 g 冷凍ブイヨン(特) 7 g 塩 0.14 g こしょう 0.02 g 水 50 g (赤) ツナ(ノンオイル) 12 g (緑) 人参 3.5 g (緑) 玉ねぎ 7 g (緑) きゅうり 6.5 g (緑) キャベツ 25 g (黄) ノンエッグマヨネーズ 5.9 g 塩 0.1 g こしょう 0.01 g				<b>食品名 1人分量</b> (黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 鶏肉 10 g (緑) とうがん 25 g (赤) (冷) 油揚げ 10 g (緑) 人参 10 g (緑) 玉ねぎ 22 g (赤) 青ねぎ 5 g (赤) 中辛みそ 7 g (赤) こうじみそ 1.2 g 削り節 3 g 水 105 g (赤) いわしのしょうが煮(50g) 1 個 (緑) 冷凍みかん 1 個			
エネルギー(和加均) 646 たんぱく質(グラム) 19.3 脂肪(グラム) 19.1				エネルギー(和加均) 555 たんぱく質(グラム) 23 脂肪(グラム) 14				エネルギー(和加均) 551 たんぱく質(グラム) 28.4 脂肪(グラム) 14.5				エネルギー(和加均) 578 たんぱく質(グラム) 29 脂肪(グラム) 19.5				エネルギー(和加均) 626 たんぱく質(グラム) 26.8 脂肪(グラム) 24.1				エネルギー(和加均) 621 たんぱく質(グラム) 29.6 脂肪(グラム) 18.1			
<b>9月7日(水)</b> ごはん 牛乳 中華スープ 家常豆腐				<b>9月8日(木)</b> ごはん(減量) 牛乳 すまし汁 鶏肉のレモン塩こうじ焼き きゅうりのごまあえ  新メニュー				<b>9月9日(金)</b> 菜めし(減量) 牛乳 月見汁 里芋のそぼろ煮 十五夜デザート  城陽市の青ねぎを使用！				<b>9月12日(月)</b> バーガーパン 牛乳 ABCスープ かぼちゃひき肉フライ ポイルキャベツ(ケチャップ味)				<b>9月13日(火)</b> わかめごはん(減量) 牛乳 沖縄そば 豚の角煮 野菜のごまドレッシングサラダ				<b>9月14日(水)</b> ごはん 牛乳 うすくず汁 牛肉とごぼうの土佐煮			
<b>食品名 1人分量</b> (黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 鶏肉 20 g (緑) 玉ねぎ 20 g (緑) 人参 10 g (緑) 緑豆もやし 15 g (緑) 干しいたけ 0.5 g (緑) チンゲンサイ 15 g 塩 0.3 g こしょう 0.02 g 淡口しょうゆ 3.8 g (黄) ごま油 0.2 g 冷凍ブイヨン(特) 7 g 水 100 g (赤) 絹厚揚げ(冷凍) 30 g (赤) 豚肉スライス 18 g (緑) 玉ねぎ 18 g (緑) 人参 10 g (緑) おろしにんにく 0.2 g (緑) たけのこ水煮 13 g (赤) 赤みそ 2.2 g (黄) 三温糖 1 g オイスターソース 0.9 g トウバンジャン 0.07 g 濃口しょうゆ 1.9 g (黄) でんぶん 0.9 g 水 5 g				<b>食品名 1人分量</b> (黄) 精白米 68 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 干しわかめ 0.5 g (黄) 白玉麩 1 g (緑) 玉ねぎ 30 g (緑) 人参 10 g (緑) えのきたけ 8 g (緑) 青ねぎ 5 g 塩 0.1 g 淡口しょうゆ 5 g だし昆布 0.8 g 削り節 2.2 g 水 120 g (赤) 鶏もも皮つき(60g) 1 個 酒 1 g 淡口しょうゆ 0.8 g (緑) おろしにんにく 0.3 g (緑) レモン汁 0.8 g 塩こうじ 4 g 水 1.2 g (緑) きゅうり 17 g (緑) キャベツ 13 g (緑) 人参 6 g (黄) 白いりごま 0.6 g (黄) 白すりごま 0.6 g (黄) 三温糖 0.25 g 濃口しょうゆ 2 g				<b>食品名 1人分量</b> (黄) 精白米 68 g 菜めしのもと 1.8 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) (冷) 油揚げ 5 g (緑) 玉ねぎ 20 g (緑) とうがん 20 g (緑) 人参 10 g (緑) 青ねぎ 5 g (黄) 白玉団子(汁用) 20 g 淡口しょうゆ 5 g 塩 0.25 g だし昆布 0.5 g 削り節 1.5 g 水 95 g (赤) 鶏肉ミンチ 15 g (黄) (冷) 里芋 40 g (緑) 人参 8 g (緑) (冷) 三度豆カット 5 g (黄) 三温糖 1.1 g 濃口しょうゆ 1.6 g 淡口しょうゆ 1 g みりん 1.3 g 削り節 1.1 g (黄) でんぶん 0.5 g 水 20 g (黄) 十五夜デザート(45g) 1 個  十五夜献立				<b>食品名 1人分量</b> (黄) バーガーパン 1 個 (赤) 牛乳 1 本 (赤) ショルダーベーコン 10 g (黄) ABCマカロニ 5 g (緑) 人参 10 g (緑) 玉ねぎ 35 g (緑) (冷) ホールコーン 10 g (緑) キャベツ 15 g 冷凍ブイヨン(特) 5 g 塩 0.4 g こしょう 0.02 g 淡口しょうゆ 2 g 水 105 g (黄) かぼちゃひき肉フライ(40g) 1 個 (黄) 米油(揚げ油) 4 g (緑) キャベツ 30 g カレー粉 0.07 g トマトケチャップ 5 g こしょう 0.01 g				<b>食品名 1人分量</b> (黄) 精白米 68 g (赤) たきこみわかめ 1.26 g (赤) 牛乳 1 本 (黄) ちゃんぽん麺 40 g (赤) かまぼこ 15 g (赤) 人参 12 g (緑) 緑豆もやし 18 g (緑) 青ねぎ 6 g 冷凍ブイヨン(特) 2.4 g 削り節 1.2 g だし昆布 0.6 g 酒 2.4 g 淡口しょうゆ 2.4 g 塩 0.06 g こしょう 0.03 g 水 95 g (赤) 豚の角煮 50 g (緑) ほうれん草 9 g (緑) キャベツ 22 g (緑) (冷) ホールコーン 9 g (赤) ちりめんじゃこ 2.7 g (黄) 白いりごま 1.8 g (黄) 三温糖 0.45 g 濃口しょうゆ 1.8 g (黄) 米油 1.8 g				<b>食品名 1人分量</b> (黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) (冷) 豆腐 25 g (緑) 人参 10 g (緑) えのきたけ 7 g (緑) しめじ 7 g (赤) かまぼこ 10 g (緑) 青ねぎ 5 g 淡口しょうゆ 6 g 塩 0.06 g みりん 0.5 g (黄) でんぶん 0.8 g 削り節 2.4 g だし昆布 0.6 g 水 110 g (赤) 牛肉スライス 20 g (緑) ごぼう 15 g (緑) 人参 10 g (緑) ピーマン 3 g (黄) 糸こんにやく 6 g (赤) 花かつお 0.7 g (赤) 三温糖 1.4 g (黄) みりん 0.6 g 酒 0.6 g 濃口しょうゆ 3 g (黄) 米油 0.5 g 水 10 g			
エネルギー(和加均) 529 たんぱく質(グラム) 25.3 脂肪(グラム) 15.2				エネルギー(和加均) 538 たんぱく質(グラム) 24.7 脂肪(グラム) 17.8				エネルギー(和加均) 564 たんぱく質(グラム) 19.5 脂肪(グラム) 12.8				エネルギー(和加均) 607 たんぱく質(グラム) 21.3 脂肪(グラム) 21				エネルギー(和加均) 680 たんぱく質(グラム) 24.9 脂肪(グラム) 25.5				エネルギー(和加均) 502 たんぱく質(グラム) 21.3 脂肪(グラム) 12.5			

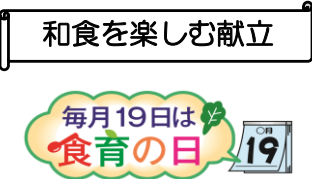


# 8・9月 よていこんだて表

NO 2

城陽市立学校給食センター 小学校

9月15日(木)				9月16日(金)				9月20日(火)				9月21日(水)				9月22日(木)			
しょうゆごはん 牛乳 具だくさんみそ汁 さんまの揚げ煮丼 城陽市の青ねぎを使用！				麦ごはん 牛乳 ふわふわ卵スープ タコライス スライスチーズ				ごはん 牛乳 豆のオリンピックカレー フルーツ杏仁 城陽市のじゃがいもを使用！				ごはん(減量) 牛乳 キャベツのみそ汁 さばの塩焼き 小松菜のごま和え 城陽市の青ねぎを使用！				ごはん 牛乳 にらたまスープ チンジャオロースー			
食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量				
(黄) 精白米 75 g 濃口しょうゆ 2.1 g 酒 1.2 g	(黄) 精白米 68 g (黄) 麦 7 g (赤) 牛乳 1 本	(黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 豚肉ミンチ 20 g (赤) ミックスビーンズ 10 g (緑) (冷)むぎ枝豆 3 g (赤) 大豆(ドライパック) 4 g (黄) じゃが芋 20 g (緑) 玉ねぎ 40 g (緑) 人参 30 g (緑) しょうが 0.5 g アレルギーフリーカレーフレーク 15.5 g トマトケチャップ 1 g 塩 0.1 g こしょう 0.01 g カレー粉 0.15 g ガーリック 0.03 g ローレル 0.02 g ガラムマサラ 0.01 g ウスターソース 1 g 水 85 g (黄) 杏仁豆腐 25 g (緑) みかん缶 25 g (緑) 黄桃缶 15 g (緑) りんご缶 15 g	(黄) 精白米 68 g (赤) 牛乳 1 本 (黄) 切り麩 2 g (緑) キャベツ 25 g (緑) 人参 10 g (緑) 玉ねぎ 22 g (緑) しめじ 7 g (緑) 青ねぎ 5 g (赤) 中辛みそ 7 g (赤) こうじみそ 1.5 g 削り節 2.5 g 水 100 g (赤) さば(一汐) (50g) 1 切 (緑) こまつな 12 g (緑) キャベツ 25 g (緑) 人参 5 g (黄) 白すりごま 1.7 g (黄) 上白糖 0.33 g 濃口しょうゆ 1.65 g	(黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) ショルダーベーコン 15 g (緑) にら 7 g (緑) 玉ねぎ 30 g (緑) 人参 10 g (緑) (冷)ホールコーン 10 g (緑) えのきたけ 5 g (赤) 冷凍液卵 5 g 淡口しょうゆ 3 g 塩 0.27 g こしょう 0.02 g 冷凍ブイヨン(特) 5 g (黄) でんぷん 0.5 g 水 105 g (赤) 牛肉細切り 32 g 酒 1 g (緑) 玉ねぎ 35 g (緑) パプリカ(赤) 6 g (緑) ピーマン 6 g (緑) たけのこ水煮 12 g (黄) 三温糖 0.5 g 濃口しょうゆ 3 g オイスターソース 0.7 g (黄) でんぷん 0.6 g															
(赤) 牛乳 1 本 (赤) (冷)油揚げ 7 g (赤) 豚肉スライス 15 g (緑) 緑豆もやし 12 g (緑) キャベツ 12 g (緑) 人参 10 g (緑) 玉ねぎ 12 g (緑) 青ねぎ 5 g (赤) 中辛みそ 7 g (赤) こうじみそ 1.3 g 削り節 3 g 水 110 g (赤) 粉付さんま(15g) 2 個 (黄) 米油(揚げ油) 5 g (緑) しょうが 0.5 g 濃口しょうゆ 2.8 g (黄) 三温糖 0.8 g 酒 1.6 g 水 5 g	(赤) 牛肉ミンチ 23 g (赤) 豚肉ミンチ 23 g (緑) キャベツ 30 g (緑) 玉ねぎ 25 g (緑) 人参 10 g トマトケチャップ 6 g (緑) トマト水煮 4 g 塩 0.3 g こしょう 0.01 g ウスターソース 1.85 g 濃口しょうゆ 1 g 赤ワイン 1 g (緑) おろしにんにく 0.2 g カレー粉 0.15 g チリパウダー 0.01 g (赤) スライスチーズ(20g) 1 枚	(黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 鶏肉 15 g (赤) 干しわかめ 0.8 g (緑) 人参 10 g (緑) 玉ねぎ 20 g (緑) 緑豆もやし 15 g (緑) 青ねぎ 5 g 削り節 1 g 冷凍ブイヨン(特) 6 g 淡口しょうゆ 5 g 水 110 g (赤) 牛肉スライス 45 g (緑) 玉ねぎ 50 g (緑) 人参 10 g (緑) にら 5 g (緑) おろしにんにく 0.2 g 濃口しょうゆ 4.7 g (黄) 三温糖 1.8 g 酒 1 g こしょう 0.02 g (黄) ごま油 0.2 g (黄) でんぷん 0.8 g 水 10 g	(黄) 精白米 68 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) (冷)油揚げ 10 g (緑) かぼちゃ 30 g (緑) 人参 10 g (赤) 干しわかめ 0.3 g (緑) 玉ねぎ 20 g (赤) 中辛みそ 7 g (赤) こうじみそ 1.3 g 煮干 2.5 g 水 110 g (赤) 星型ハンバーグ(40g) 1 個 (緑) しめじ 6 g (緑) 玉ねぎ 12 g 濃口しょうゆ 2 g (黄) 三温糖 0.6 g みりん 0.5 g (黄) でんぷん 0.4 g 水 8 g (赤) 型抜きチーズ(アルファベット・9g) 1 個	(黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) (冷)油揚げ 10 g (赤) 切り麩 2 g (赤) ショルダーベーコン 15 g (緑) にら 7 g (緑) 玉ねぎ 30 g (緑) 人参 10 g (緑) (冷)ホールコーン 10 g (緑) えのきたけ 5 g (赤) 冷凍液卵 5 g 淡口しょうゆ 3 g 塩 0.27 g こしょう 0.02 g 冷凍ブイヨン(特) 5 g (黄) でんぷん 0.5 g 水 105 g (赤) 牛肉細切り 32 g 酒 1 g (緑) 玉ねぎ 35 g (緑) パプリカ(赤) 6 g (緑) ピーマン 6 g (緑) たけのこ水煮 12 g (黄) 三温糖 0.5 g 濃口しょうゆ 3 g オイスターソース 0.7 g (黄) でんぷん 0.6 g															
栄養量	エネルギー(和カロリ-) 621 たんぱく質(グラム) 25.6 脂肪(グラム) 25.1	栄養量	エネルギー(和カロリ-) 646 たんぱく質(グラム) 29.5 脂肪(グラム) 25.5	栄養量	エネルギー(和カロリ-) 625 たんぱく質(グラム) 18.5 脂肪(グラム) 18.1	栄養量	エネルギー(和カロリ-) 591 たんぱく質(グラム) 24.9 脂肪(グラム) 23.5	栄養量	エネルギー(和カロリ-) 554 たんぱく質(グラム) 24.7 脂肪(グラム) 16.7										
9月26日(月)				9月27日(火)				9月28日(水)				9月29日(木)				9月30日(金)			
味付けパン 牛乳 ミートボールのトマト煮 枝豆とツナのデリサラダ				ごはん(減量) 牛乳 玉ねぎのみそ汁 アジフライ 土佐和え				麦ごはん 牛乳 わかめスープ ビーフ焼き肉丼				ごはん 牛乳 かぼちゃのみそ汁 星のハンバーグ和風ソース アルファベットの型抜きチーズ 新メニュー				発芽玄米ごはん 牛乳 みそワタンスープ ヤンニョムチキン			
食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量	食品名	1人分量				
(黄) 味付けパン 1 個 (赤) 牛乳 1 本 (赤) ミートボール 35 g (緑) 玉ねぎ 40 g (黄) じゃが芋 30 g (緑) 人参 10 g (緑) キャベツ 25 g (緑) パセリ 0.5 g トマトピューレ 6 g トマトケチャップ 16 g (黄) 三温糖 1 g 冷凍ブイヨン(特) 3 g 水 30 g (赤) ツナ(ノンオイル) 7 g (緑) 切り干し大根 1.8 g (緑) きゅうり 6 g (緑) (冷)むぎ枝豆 7 g (緑) 人参 6 g (緑) キャベツ 4 g (黄) ノンエッグマヨネーズ 5.6 g 淡口しょうゆ 0.8 g (黄) 上白糖 1 g 塩 0.05 g	(黄) 精白米 68 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) (冷)油揚げ 10 g (緑) キャベツ 15 g (緑) 玉ねぎ 40 g (緑) 青ねぎ 5 g (赤) 干しわかめ 0.5 g (赤) 中辛みそ 7 g (赤) こうじみそ 1.5 g 削り節 2.5 g 水 105 g (赤) アジフライ(40g) 1 個 (黄) 米油(揚げ油) 5 g (緑) こまつな 10 g (緑) キャベツ 25 g (緑) 人参 5 g (赤) 花かつお 0.8 g (黄) 三温糖 0.5 g 濃口しょうゆ 1.9 g	(黄) 精白米 68 g (黄) 麦 7 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 鶏肉 15 g (赤) 干しわかめ 0.8 g (緑) 人参 10 g (緑) 玉ねぎ 20 g (緑) 緑豆もやし 15 g (緑) 青ねぎ 5 g 削り節 1 g 冷凍ブイヨン(特) 6 g 淡口しょうゆ 5 g 水 110 g (赤) 牛肉スライス 45 g (緑) 玉ねぎ 50 g (緑) 人参 10 g (緑) にら 5 g (緑) おろしにんにく 0.2 g 濃口しょうゆ 4.7 g (黄) 三温糖 1.8 g 酒 1 g こしょう 0.02 g (黄) ごま油 0.2 g (黄) でんぷん 0.8 g 水 10 g	(黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) (冷)油揚げ 10 g (緑) かぼちゃ 30 g (緑) 人参 10 g (赤) 干しわかめ 0.3 g (緑) 玉ねぎ 20 g (赤) 中辛みそ 7 g (赤) こうじみそ 1.3 g 煮干 2.5 g 水 110 g (赤) 星型ハンバーグ(40g) 1 個 (緑) しめじ 6 g (緑) 玉ねぎ 12 g 濃口しょうゆ 2 g (黄) 三温糖 0.6 g みりん 0.5 g (黄) でんぷん 0.4 g 水 8 g (赤) 型抜きチーズ(アルファベット・9g) 1 個	(黄) 精白米 69.7 g (黄) 発芽玄米 5.3 g (赤) 牛乳 1 本 (黄) ワンタン 5 g (赤) 豚肉スライス 10 g (緑) 人参 10 g (緑) キャベツ 20 g (緑) 緑豆もやし 15 g (緑) (冷)ホールコーン 6 g (緑) 青ねぎ 5 g (赤) 中辛みそ 8 g (赤) 白みそ 0.3 g 冷凍ブイヨン(特) 8 g 水 100 g (赤) 鶏肉もも(唐揚げ大) 60 g 酒 1 g 塩 0.2 g こしょう 0.02 g ガーリック 0.03 g (黄) でんぷん 10 g (黄) 米油(揚げ油) 6 g コチュジャン 2.4 g トマトケチャップ 1 g 濃口しょうゆ 1.7 g みりん 1.7 g (黄) 三温糖 1.8 g (緑) おろしにんにく 0.9 g (黄) 白いりごま 0.8 g 水 6.5 g															
栄養量	エネルギー(和カロリ-) 646 たんぱく質(グラム) 22.6 脂肪(グラム) 22.9	栄養量	エネルギー(和カロリ-) 571 たんぱく質(グラム) 24.4 脂肪(グラム) 19.6	栄養量	エネルギー(和カロリ-) 550 たんぱく質(グラム) 26.8 脂肪(グラム) 15.7	栄養量	エネルギー(和カロリ-) 598 たんぱく質(グラム) 24.2 脂肪(グラム) 19.6	栄養量	エネルギー(和カロリ-) 715 たんぱく質(グラム) 27.3 脂肪(グラム) 28.3										



城陽市のかぼちゃを使用!

