



城陽市のHPに  
毎日の給食写真を  
のせています♪



# 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28日(水)				8月29日(木)				8月30日(金)				9月2日(月)				9月3日(火)																																																																									
ごはん 牛乳 夏野菜カレー フルーツカクテル  <b>城陽市のなすを使用!</b>				ごはん 牛乳 元気肉じゃが キャベツの梅サラダ  <b>新メニュー</b> <b>城陽市のじゃがいも・梅を使用!</b>				ごはん 牛乳 冬瓜のみそ汁 さばの塩焼き 冷凍みかん  <b>新メニュー</b>				シュガー揚げパン 牛乳 マカロニのトマトソース煮 シャキシャキツナサラダ				ごはん 牛乳 たぬき汁 鶏肉のレモン塩こうじ焼き きゅうりのごまあえ																																																																									
<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量																																																																									
(黄) 精白米	75 g	(赤) 牛乳	1 本	(赤) 豚肉ミンチ	28 g	(黄) 精白米	75 g	(赤) 牛乳	1 本	(赤) 豚肉スライス	28 g	(黄) 精白米	75 g	(赤) 牛乳	1 本	(赤) 鶏肉	9 g	(黄) 小型パン	1 個	(黄) グラニュー糖	2.5 g	(赤) 牛乳	1 本	(黄) 精白米	75 g	(赤) 牛乳	1 本	(赤) (冷) 油揚げ	5 g	(赤) (冷) 豆腐	20 g	(黄) 色紙切こんにやく	15 g	(赤) えのきたけ	8 g	(赤) 玉ねぎ	20 g	(赤) 人参	10 g	(赤) しょうが	0.8 g	(赤) 青ねぎ	3 g	(赤) 濃口しょうゆ	2.3 g	(赤) 淡口しょうゆ	3 g	(赤) だし昆布	1 g	(赤) 削り節	2 g	(赤) 水	95 g	(赤) 鶏もも皮つき(50g)	1 個	(赤) 酒	1 g	(赤) 淡口しょうゆ	0.8 g	(赤) おろしにんにく	0.3 g	(赤) レモン汁	0.8 g	(赤) 塩こうじ	4 g	(赤) 水	1.2 g	(赤) きゅうり	15 g	(赤) キャベツ	12 g	(赤) 人参	5 g	(赤) 白いりごま	0.5 g	(赤) 白すりごま	0.5 g	(赤) 三温糖	0.2 g	(赤) 濃口しょうゆ	1.7 g								
(赤) 豚肉ミンチ	28 g	(赤) 塩	0.05 g	(赤) こしょう	0.01 g	(赤) カレー粉	0.15 g	(赤) ローレル	0.03 g	(赤) セロリ	5 g	(赤) しょうが	0.5 g	(赤) おろしにんにく	0.3 g	(赤) かぼちゃ	30 g	(赤) 玉ねぎ	30 g	(赤) 人参	15 g	(赤) なす	20 g	(赤) アレルゲンフリーカレーフレーク	15.5 g	(赤) トマトケチャップ	1 g	(赤) ガラムマサラ	0.02 g	(赤) ウスターソース	1.1 g	(赤) 水	82 g	(赤) 新カクテルゼリー	18 g	(赤) みかん缶	20 g	(赤) りんご缶	20 g	(赤) エネルギー(和加計)	613	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	18.3	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	18.5	(赤) エネルギー(和加計)	541	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	20.6	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	13.3	(赤) エネルギー(和加計)	661	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	26.3	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	26.3	(赤) エネルギー(和加計)	555	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	23	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	21	(赤) エネルギー(和加計)	550	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	23.4	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	18.4																				
<b>9月4日(水)</b>				<b>9月5日(木)</b>				<b>9月6日(金)</b>				<b>9月9日(月)</b>				<b>9月10日(火)</b>																																																																									
麦ごはん 牛乳 野菜スープ タコライス スライスチーズ				ごはん 牛乳 キャベツのみそ汁 蒸ししゅうまい ポテトサラダ				ごはん 牛乳 豚肉とじゃがいもの煮物 きゅうりのあっさり漬け				バーガーパン 牛乳 トマトスープ かぼちゃひき肉フライ ポイルキャベツ(マヨネーズ味)				ごはん 牛乳 ふわふわ卵スープ 揚げじゃがと牛肉の甘辛煮																																																																									
<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量																																																																									
(黄) 精白米	68 g	(黄) 麦	7 g	(赤) 牛乳	1 本	(赤) ショルダーベーコン	10 g	(赤) 玉ねぎ	35 g	(赤) じゃが芋	25 g	(赤) 人参	10 g	(赤) みずな	4 g	(赤) 冷凍ブイオン(特)	6 g	(赤) 淡口しょうゆ	3 g	(赤) 塩	0.15 g	(赤) こしょう	0.02 g	(赤) ガーリック	0.02 g	(赤) 水	100 g	(赤) 牛肉ミンチ	15 g	(赤) 豚肉ミンチ	30 g	(赤) キャベツ	30 g	(赤) 玉ねぎ	25 g	(赤) 人参	10 g	(赤) トマトケチャップ	6 g	(赤) トマト水煮	4 g	(赤) 塩	0.3 g	(赤) こしょう	0.01 g	(赤) ウスターソース	1.85 g	(赤) 濃口しょうゆ	1 g	(赤) 赤ワイン	1 g	(赤) おろしにんにく	0.2 g	(赤) カレー粉	0.15 g	(赤) チリパウダー	0.01 g	(赤) スライスチーズ(20g)	1 枚	(赤) エネルギー(和加計)	631	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	27.5	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	23.8	(赤) エネルギー(和加計)	541	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	18.6	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	15.1	(赤) エネルギー(和加計)	538	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	21.7	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	13.9	(赤) エネルギー(和加計)	635	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	21.1	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	23.5	(赤) エネルギー(和加計)	588	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	22.5	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	20.1
エネルギー(和加計) 613 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 18.3 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 18.5				エネルギー(和加計) 541 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 20.6 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 13.3				エネルギー(和加計) 661 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 26.3 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 26.3				エネルギー(和加計) 555 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 23 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 21				エネルギー(和加計) 550 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 23.4 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 18.4																																																																									
<b>9月4日(水)</b>				<b>9月5日(木)</b>				<b>9月6日(金)</b>				<b>9月9日(月)</b>				<b>9月10日(火)</b>																																																																									
ごはん 牛乳 野菜スープ タコライス スライスチーズ				ごはん 牛乳 キャベツのみそ汁 蒸ししゅうまい ポテトサラダ				ごはん 牛乳 豚肉とじゃがいもの煮物 きゅうりのあっさり漬け				バーガーパン 牛乳 トマトスープ かぼちゃひき肉フライ ポイルキャベツ(マヨネーズ味)				ごはん 牛乳 ふわふわ卵スープ 揚げじゃがと牛肉の甘辛煮																																																																									
<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量				<b>食品名</b> 1人分量																																																																									
(黄) 精白米	68 g	(黄) 麦	7 g	(赤) 牛乳	1 本	(赤) ショルダーベーコン	10 g	(赤) 玉ねぎ	35 g	(赤) じゃが芋	25 g	(赤) 人参	10 g	(赤) みずな	4 g	(赤) 冷凍ブイオン(特)	6 g	(赤) 淡口しょうゆ	3 g	(赤) 塩	0.15 g	(赤) こしょう	0.02 g	(赤) ガーリック	0.02 g	(赤) 水	100 g	(赤) 牛肉ミンチ	15 g	(赤) 豚肉ミンチ	30 g	(赤) キャベツ	30 g	(赤) 玉ねぎ	25 g	(赤) 人参	10 g	(赤) トマトケチャップ	6 g	(赤) トマト水煮	4 g	(赤) 塩	0.3 g	(赤) こしょう	0.01 g	(赤) ウスターソース	1.85 g	(赤) 濃口しょうゆ	1 g	(赤) 赤ワイン	1 g	(赤) おろしにんにく	0.2 g	(赤) カレー粉	0.15 g	(赤) チリパウダー	0.01 g	(赤) スライスチーズ(20g)	1 枚	(赤) エネルギー(和加計)	631	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	27.5	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	23.8	(赤) エネルギー(和加計)	541	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	18.6	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	15.1	(赤) エネルギー(和加計)	538	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	21.7	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	13.9	(赤) エネルギー(和加計)	635	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	21.1	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	23.5	(赤) エネルギー(和加計)	588	(赤) たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ)	22.5	(赤) 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ)	20.1
エネルギー(和加計) 613 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 18.3 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 18.5				エネルギー(和加計) 541 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 20.6 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 13.3				エネルギー(和加計) 661 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 26.3 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 26.3				エネルギー(和加計) 555 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 23 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 21				エネルギー(和加計) 550 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 23.4 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 18.4																																																																									

精白米は城陽産ヒノヒカリを使用しています。



城陽市のHPに  
毎日の給食写真を  
のせています♪



# 9月 よていこんだて表



9月11日(水)				9月12日(木)				9月13日(金)				9月17日(火)				9月18日(水)				9月19日(木)			
麦ごはん 牛乳 わかめスープ スタミナ丼				ごはん 牛乳 ビーフンスープ 豚キムチ				ごはん 牛乳 夏豚汁 さけの塩焼き 昆布のつくだ煮 手巻きのり				菜めし(減量) 牛乳 月見汁 里芋のそぼろ煮 お月見デザート <b>十五夜献立</b>				ごはん 牛乳 豆のオリンピックカレー フルーツミックス(ゼリー)				ごはん 牛乳 玉ねぎのみそ汁 にしんの生姜煮 土佐和え <b>和食を楽しむ献立</b>			
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	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 68 g (赤) 小麦 7 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 鶏肉 13 g (赤) 干しわかめ 0.8 g (緑) 人参 10 g (緑) 玉ねぎ 22 g (緑) 緑豆もやし 15 g (緑) 青ねぎ 3 g (赤) 削り節 1 g (赤) 冷凍ブイオン(特) 5 g (赤) 淡口しょうゆ 5 g (赤) 水 110 g	(黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 鶏肉 17 g (黄) ビーフン 3 g (緑) 玉ねぎ 15 g (緑) 人参 10 g (緑) キャベツ 17 g (緑) 緑豆もやし 12 g (緑) 干ししいたけ 0.5 g (緑) 青ねぎ 3 g (赤) ガーリック 0.01 g (赤) 酒 0.5 g (赤) 塩 0.6 g (赤) 淡口しょうゆ 3 g (赤) 冷凍ブイオン(特) 6 g (赤) 水 95 g (赤) 豚肉スライス 28 g (赤) (冷) 絹厚揚げ 20 g (緑) 玉ねぎ 15 g (緑) 緑豆もやし 12 g (赤) 白菜キムチ 10 g (赤) チゲ鍋の素 0.7 g (赤) 濃口しょうゆ 1.1 g (赤) みりん 0.1 g (黄) ごま油 0.3 g	(黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 豚肉スライス 13 g (赤) とうがん 15 g (赤) かぼちゃ 20 g (赤) 人参 10 g (赤) 青ねぎ 4 g (赤) (冷) 油揚げ 8 g (赤) 中辛みそ 7 g (赤) こうじみそ 1.3 g (赤) 削り節 2.5 g (赤) 水 105 g (赤) 鮭(一斉・40g) 1 切 (赤) こんぶのつくだ煮 7 g (赤) 手巻きのり(4枚) 1 袋	(黄) 精白米 68 g (赤) 菜めしのもと 1.65 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) (冷) 油揚げ 5 g (赤) 玉ねぎ 20 g (赤) とうがん 20 g (赤) 人参 10 g (赤) 青ねぎ 5 g (赤) 煮込み餅 20 g (赤) 淡口しょうゆ 5 g (赤) 塩 0.25 g (赤) だし昆布 0.5 g (赤) 削り節 1.5 g (赤) 水 95 g (赤) 鶏肉ミンチ 14 g (赤) (冷) 里芋 丸 40 g (赤) 人参 8 g (赤) (冷) 三度豆 5 g (赤) 三温糖 1.1 g (赤) 濃口しょうゆ 1.6 g (赤) 淡口しょうゆ 1 g (赤) みりん 1.3 g (赤) 削り節 1.1 g (赤) でんぷん 0.5 g (赤) 水 19 g (黄) お月見ゼリー(40g) 1 個	(黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) 豚肉ミンチ 18 g (赤) 塩 0.05 g (赤) こしょう 0.01 g (赤) カレー粉 0.15 g (赤) ローレル 0.02 g (赤) セロリ 3 g (赤) ミックスピーンズ 10 g (赤) (冷) むき枝豆 3 g (赤) 大豆(ドライパック) 4 g (赤) じゃが芋 20 g (赤) 玉ねぎ 40 g (赤) 人参 30 g (赤) しょうが 0.5 g (赤) おろしにんにく 0.3 g (赤) アレルゲンフリーカレーフレーク 15.5 g (赤) トマトケチャップ 1 g (赤) ガラムマサラ 0.02 g (赤) ウスターソース 1 g (赤) 水 85 g (黄) カットゼリー(ぶどう) 10 g (黄) カットゼリー(りんご) 10 g (赤) 黄桃缶 20 g (赤) みかん缶 20 g	(黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) (冷) 油揚げ 10 g (赤) キャベツ 15 g (赤) 玉ねぎ 40 g (赤) 青ねぎ 4 g (赤) 干しわかめ 0.5 g (赤) 中辛みそ 7 g (赤) こうじみそ 1.3 g (赤) 削り節 2.5 g (赤) 水 105 g (赤) にしんの生姜煮 1 個 (50g) (赤) こまつな 10 g (赤) キャベツ 25 g (赤) 人参 5 g (赤) 花かつお 0.8 g (赤) 三温糖 0.5 g (赤) 濃口しょうゆ 1.9 g																		
栄養量 エネルギー(和加) 517 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 24.4 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 13.2	栄養量 エネルギー(和加) 526 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 25.4 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 15	栄養量 エネルギー(和加) 546 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 28.6 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 15	栄養量 エネルギー(和加) 551 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 17.1 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 12	栄養量 エネルギー(和加) 609 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 18.2 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 17.4	栄養量 エネルギー(和加) 586 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 24.5 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 19																		
9月20日(金)				9月24日(火)				9月25日(水)				9月26日(木)				9月27日(金)				9月30日(月)			
ごはん 牛乳 春雨スープ 鶏肉の唐揚げ 梅ソースがけ				ごはん(減量) 牛乳 ちゃんぽんめん きゅうりとキャベツの サラダ <b>日本味めぐり・長崎県</b>				桜ごはん 牛乳 具だくさんみそ汁 さんまの揚げ煮				ごはん 牛乳 かきたま汁 豚肉とごぼうの土佐煮				ごはん 牛乳 みそワントンスープ 赤魚の野菜あんかけ <b>新メニュー</b>				黒糖パン 牛乳 ミートボールのトマト煮 枝豆とツナのデリサラダ			
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	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 (赤) 牛乳 1 本 (赤) 豚肉スライス 19 g (赤) 緑豆はるさめ 4 g (赤) 玉ねぎ 25 g (赤) 人参 10 g (赤) キャベツ 15 g (赤) さら 4 g (赤) しょうが 0.5 g (赤) 濃口しょうゆ 0.5 g (赤) 淡口しょうゆ 4 g (赤) 塩 0.2 g (赤) こしょう 0.02 g (赤) 削り節 2.5 g (赤) 水 100 g (赤) 鶏肉 48 g (赤) 酒 1 g (赤) 塩 0.15 g (赤) こしょう 0.02 g (赤) でんぷん 8.5 g (黄) 米油(揚げ油) 5 g (赤) 白ワイン 2 g (赤) 梅ペースト 2.5 g (赤) 淡口しょうゆ 2 g (赤) みりん 1 g (赤) 上白糖 2 g (赤) でんぷん 0.4 g (赤) 水 5.2 g	(黄) 精白米 68 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) ちゃんぽん麺 30 g (赤) おろしにんにく 0.2 g (赤) しょうが 0.4 g (赤) 濃口しょうゆ 0.5 g (赤) 豚肉スライス 15 g (赤) 切りいか 5 g (赤) かまぼこ(ピンク) 5 g (赤) キャベツ 15 g (赤) 玉ねぎ 10 g (赤) 緑豆もやし 15 g (赤) 人参 10 g (赤) 冷凍豚骨スープ白湯 6 g (赤) 酒 2 g (赤) 淡口しょうゆ 3 g (赤) 塩 0.35 g (赤) こしょう 0.03 g (赤) 水 80 g (赤) でんぷん 0.3 g (赤) きゅうり 10 g (赤) キャベツ 30 g (赤) (冷) ホールコーン 8 g (赤) 塩 0.2 g (赤) こしょう 0.01 g (赤) 三温糖 0.3 g (赤) 濃口しょうゆ 1.5 g (赤) 酢 1.4 g (赤) 米油 0.2 g	(黄) 精白米 75 g (赤) 濃口しょうゆ 2.1 g (赤) 酒 1.2 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) (冷) 油揚げ 7 g (赤) 豚肉スライス 14 g (赤) 緑豆もやし 12 g (赤) キャベツ 12 g (赤) 人参 10 g (赤) 玉ねぎ 12 g (赤) 青ねぎ 4 g (赤) 中辛みそ 7 g (赤) こうじみそ 1.3 g (赤) 削り節 2.5 g (赤) 水 105 g (赤) 粉付きさんま(15g) 2 個 (赤) 米油(揚げ油) 5 g (赤) しょうが 0.5 g (赤) 濃口しょうゆ 2.5 g (赤) 三温糖 0.8 g (赤) 酒 1.6 g (赤) 水 5 g	(黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) (冷) 豆腐 20 g (赤) 冷凍液卵 18 g (赤) 玉ねぎ 20 g (赤) 人参 10 g (赤) こまつな 10 g (赤) 青ねぎ 4 g (赤) 淡口しょうゆ 2.5 g (赤) 濃口しょうゆ 1 g (赤) 塩 0.18 g (赤) でんぷん 0.5 g (赤) 削り節 2.5 g (赤) 水 95 g (赤) 豚肉スライス 18 g (赤) ごぼう 15 g (赤) 人参 10 g (赤) ピーマン 3 g (赤) 糸こんにゃく 6 g (赤) 花かつお 0.7 g (赤) 三温糖 1.4 g (赤) みりん 0.6 g (赤) 酒 0.6 g (赤) 濃口しょうゆ 3 g (赤) 米油 0.3 g (赤) 水 10 g	(黄) 精白米 75 g (赤) 牛乳 1 本 (赤) ワンタン 5 g (赤) 鶏肉 10 g (赤) 人参 10 g (赤) キャベツ 20 g (赤) 緑豆もやし 15 g (赤) (冷) ホールコーン 6 g (赤) 青ねぎ 4 g (赤) 中辛みそ 8.2 g (赤) 冷凍ブイオン(特) 5 g (赤) 水 100 g (赤) 粉付赤魚(50g) 1 切 (赤) 米油(揚げ油) 5 g (赤) 玉ねぎ 9 g (赤) 人参 5 g (赤) ピーマン 5 g (赤) 上白糖 2 g (赤) 濃口しょうゆ 1.9 g (赤) 酢 1.5 g (赤) でんぷん 0.4 g (赤) 水 6.5 g	(黄) 黒糖パン 1 個 (赤) 牛乳 1 本 (赤) ミートボール 31 g (赤) 玉ねぎ 40 g (赤) じゃが芋 30 g (赤) 人参 12 g (赤) 白菜 25 g (赤) パセリ 0.05 g (赤) トマトピューレ 6 g (赤) トマトケチャップ 16 g (赤) 三温糖 1 g (赤) 冷凍ブイオン(特) 3 g (赤) 水 30 g (赤) ツナ(ノンオイル) 7 g (赤) 切り干し大根 1.8 g (赤) きゅうり 6 g (赤) (冷) むき枝豆 7 g (赤) 人参 6 g (赤) キャベツ 4 g (赤) ノンエッグマヨネーズ 5.6 g (赤) 淡口しょうゆ 0.8 g (赤) 上白糖 1 g (赤) 塩 0.05 g																		
栄養量 エネルギー(和加) 658 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 24.6 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 24.7	栄養量 エネルギー(和加) 501 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 19.9 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 12.6	栄養量 エネルギー(和加) 609 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 23.1 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 24.9	栄養量 エネルギー(和加) 496 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 19.9 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 13	栄養量 エネルギー(和加) 561 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 24.4 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 15.8	栄養量 エネルギー(和加) 613 たんぱく質(ｸﾞﾗﾑ) 22.3 脂 肪(ｸﾞﾗﾑ) 20																		
<b>城陽市の梅を使用!</b>								<b>桜ごはんって何?</b> しょうゆ味の、ほんのり茶色いごはんのことを「桜めし」と呼びます。「茶めし」「しょうゆめし」と呼ぶこともあります。静岡県では「桜ごはん」と呼び、学校給食にも出ていたそうです。今回はさんまのかば焼きをのせて、丼にして食べましょう!															

精白米は城陽産ヒノヒカリを使用しています。