

令和6(2024)年度

6月

予定給食献立表

志木市立宗岡小学校

6月の給食目標

「正しいおはしの持ち方で食べよう」

おいしく減塩！

減塩プロジェクト

志木市で行っている「おいしく減塩！減らソルトプロジェクト」のロゴマークです。
毎月塩分が少ないメニューの日にこのマークでお知らせしています。ご家庭でも減塩を意識してみてください。

6月と11月は「志木市減らソルト強化月間」です。

SAITAMA

6月と11月の第3週は「地場産物活用強化ウィーク」となっています。ふるさとへの愛着を深めよう、という取り組みです。みなさんに取り組んでほしいので、6年生の修学旅行がある第3週ではなく第2週に埼玉県の郷土料理やB級グルメを出します！

表示の説明

おもにからだをつくるものになる

おもいからだのちょうしをととのえる

おもにねつやちからのものになる

<div>3</div> <div><div><div>おまめのケーキ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>いろいろやさいのトマトスパゲティ</div><div>660kcal 23.2g</div></div><div><div>4</div><div><div><div>カミカミえ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>カルシウムたっぷりみそしる</div><div>550kcal 23.3g</div></div></div><tr><td><div>5</div><div><div><div>まめあじのなんばんづけ(1人2ひき)</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こうめごはん</div><div>525kcal 27.8g</div></div><div><div>6</div><div><div><div>なつのレモンサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>きなこあげパン</div><div>557kcal 20.1g</div></div></div><tr><td><div>7</div><div><div><div>ピーマンにくづめフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>569kcal 26.8g</div></div><div><div>10</div><div><div><div>きたもとマトカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ピーンズサラダ</div><div>685kcal 27.6g</div></div></div><tr><td><div>11</div><div><div><div>ちくわとごぼうのこまだれどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>けんちんじる</div><div>559kcal 21.8g</div></div><div><div>12</div><div><div><div>ゼリーフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とんじる</div><div>590kcal 24.1g</div></div></div><tr><td><div>13</div><div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>5</div> <div><div><div>まめあじのなんばんづけ(1人2ひき)</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こうめごはん</div><div>525kcal 27.8g</div></div><div><div>6</div><div><div><div>なつのレモンサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>きなこあげパン</div><div>557kcal 20.1g</div></div></div><tr><td><div>7</div><div><div><div>ピーマンにくづめフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>569kcal 26.8g</div></div><div><div>10</div><div><div><div>きたもとマトカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ピーンズサラダ</div><div>685kcal 27.6g</div></div></div><tr><td><div>11</div><div><div><div>ちくわとごぼうのこまだれどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>けんちんじる</div><div>559kcal 21.8g</div></div><div><div>12</div><div><div><div>ゼリーフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とんじる</div><div>590kcal 24.1g</div></div></div><tr><td><div>13</div><div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>7</div> <div><div><div>ピーマンにくづめフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>569kcal 26.8g</div></div><div><div>10</div><div><div><div>きたもとマトカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ピーンズサラダ</div><div>685kcal 27.6g</div></div></div><tr><td><div>11</div><div><div><div>ちくわとごぼうのこまだれどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>けんちんじる</div><div>559kcal 21.8g</div></div><div><div>12</div><div><div><div>ゼリーフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とんじる</div><div>590kcal 24.1g</div></div></div><tr><td><div>13</div><div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>11</div> <div><div><div>ちくわとごぼうのこまだれどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>けんちんじる</div><div>559kcal 21.8g</div></div><div><div>12</div><div><div><div>ゼリーフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とんじる</div><div>590kcal 24.1g</div></div></div><tr><td><div>13</div><div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>13</div> <div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>17</div> <div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>19</div> <div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div>	<div>21</div> <div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div> <tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr>	<div>24</div> <div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>26</div> <div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div>	<div>28</div> <div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div>
<div>5</div> <div><div><div>まめあじのなんばんづけ(1人2ひき)</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こうめごはん</div><div>525kcal 27.8g</div></div><div><div>6</div><div><div><div>なつのレモンサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>きなこあげパン</div><div>557kcal 20.1g</div></div></div><tr><td><div>7</div><div><div><div>ピーマンにくづめフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>569kcal 26.8g</div></div><div><div>10</div><div><div><div>きたもとマトカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ピーンズサラダ</div><div>685kcal 27.6g</div></div></div><tr><td><div>11</div><div><div><div>ちくわとごぼうのこまだれどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>けんちんじる</div><div>559kcal 21.8g</div></div><div><div>12</div><div><div><div>ゼリーフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とんじる</div><div>590kcal 24.1g</div></div></div><tr><td><div>13</div><div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>7</div> <div><div><div>ピーマンにくづめフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>569kcal 26.8g</div></div><div><div>10</div><div><div><div>きたもとマトカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ピーンズサラダ</div><div>685kcal 27.6g</div></div></div><tr><td><div>11</div><div><div><div>ちくわとごぼうのこまだれどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>けんちんじる</div><div>559kcal 21.8g</div></div><div><div>12</div><div><div><div>ゼリーフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とんじる</div><div>590kcal 24.1g</div></div></div><tr><td><div>13</div><div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>11</div> <div><div><div>ちくわとごぼうのこまだれどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>けんちんじる</div><div>559kcal 21.8g</div></div><div><div>12</div><div><div><div>ゼリーフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とんじる</div><div>590kcal 24.1g</div></div></div><tr><td><div>13</div><div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>13</div> <div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>17</div> <div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>19</div> <div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div>	<div>21</div> <div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div> <tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr>	<div>24</div> <div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>26</div> <div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div>	<div>28</div> <div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div>	
<div>7</div> <div><div><div>ピーマンにくづめフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>569kcal 26.8g</div></div><div><div>10</div><div><div><div>きたもとマトカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ピーンズサラダ</div><div>685kcal 27.6g</div></div></div><tr><td><div>11</div><div><div><div>ちくわとごぼうのこまだれどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>けんちんじる</div><div>559kcal 21.8g</div></div><div><div>12</div><div><div><div>ゼリーフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とんじる</div><div>590kcal 24.1g</div></div></div><tr><td><div>13</div><div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>11</div> <div><div><div>ちくわとごぼうのこまだれどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>けんちんじる</div><div>559kcal 21.8g</div></div><div><div>12</div><div><div><div>ゼリーフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とんじる</div><div>590kcal 24.1g</div></div></div><tr><td><div>13</div><div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>13</div> <div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>17</div> <div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>19</div> <div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div>	<div>21</div> <div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div> <tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr>	<div>24</div> <div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>26</div> <div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div>	<div>28</div> <div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div>		
<div>11</div> <div><div><div>ちくわとごぼうのこまだれどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>けんちんじる</div><div>559kcal 21.8g</div></div><div><div>12</div><div><div><div>ゼリーフライ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とんじる</div><div>590kcal 24.1g</div></div></div><tr><td><div>13</div><div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>13</div> <div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>17</div> <div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>19</div> <div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div>	<div>21</div> <div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div> <tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr>	<div>24</div> <div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>26</div> <div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div>	<div>28</div> <div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div>			
<div>13</div> <div><div><div>みそポテト</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>うどん</div><div>584kcal 22.0g</div></div><div><div>14</div><div><div><div>ひがしまつやまのやきとりどん</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>こまつなのみそしる</div><div>581kcal 30.6g</div></div></div><tr><td><div>17</div><div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>17</div> <div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>19</div> <div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div>	<div>21</div> <div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div> <tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr>	<div>24</div> <div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>26</div> <div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div>	<div>28</div> <div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div>				
<div>17</div> <div><div><div>なすとぶたにくのみそいため</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ごはん</div><div>554kcal 24.1g</div></div><div><div>18</div><div><div><div>かいそうサラダ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>せんぎりやさいのスープ</div><div>579kcal 27.3g</div></div></div><tr><td><div>19</div><div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>19</div> <div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div>	<div>21</div> <div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div> <tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr>	<div>24</div> <div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>26</div> <div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div>	<div>28</div> <div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div>					
<div>19</div> <div><div><div>ほっけのからあげ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>とうふのおすいもの</div><div>520kcal 24.9g</div></div><div><div>20</div><div><div><div>カルビやきにく</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>わかめスープ</div><div>558kcal 21.2g</div></div></div><tr><td><div>21</div><div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div><tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr></td></tr></div></div>	<div>21</div> <div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div> <tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr>	<div>24</div> <div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>26</div> <div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div>	<div>28</div> <div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div>						
<div>21</div> <div><div><div>ナタデココいりぶどうゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>やさいスープ</div><div>585kcal 22.1g</div></div></div> <tr><td><div>24</div><div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div></td></tr>	<div>24</div> <div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>26</div> <div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div>	<div>28</div> <div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div>							
<div>24</div> <div><div><div>しろみざかなのレモンソース</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>ガンボスープ</div><div>556kcal 22.1g</div></div><div><div>25</div><div><div><div>ジャンボぎょうざ</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>たんめんのしる</div><div>580kcal 26.6g</div></div></div><tr><td><div>26</div><div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div></td></tr></div></div>	<div>26</div> <div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div>	<div>28</div> <div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div>								
<div>26</div> <div><div><div>ゴーヤーチャンプルー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>あぶらあげのみそしる</div><div>537kcal 25.3g</div></div><div><div>27</div><div><div><div>あじさいゼリー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>サンラタン</div><div>552kcal 22.6g</div></div></div><tr><td><div>28</div><div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div></td></tr></div></div>	<div>28</div> <div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div>									
<div>28</div> <div><div><div>なすいりドライカレー</div><div><div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div><div><div><div></div></div></div></div></div><div>グリーンサラダ</div><div>610kcal 22.8g</div></div></div>										

ぎゅうにゅう

ふたにく

ミックスピーンズ

こんぶ

ひよこまめ

ハム

たまねぎ

ぶなしめじ

きいろピーマン

スッキーニ

キャベツ

にんにく

きゅうり

トマト

にんじん

おかひ

こめ

あるさめ

あおピーマン

にんじん

さとう

ぎゅうにゅう

ふたにく

ちくわ

あぶらあげ

とうふ

しょうが

たまねぎ

ぶなしめじ

きいろピーマン

スッキーニ

キャベツ

にんにく

きゅうり

トマト

にんじん

こめ

かたくりこ

あぶら

さんおんとう

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

ほっけ

さつまあげ

とうふ

わかめ

うめぼし

もやし

しょうが

ねぎ

たまねぎ

こまつな

あおピーマン

にんじん

とうもろこし

こめ

かたくりこ

さんおんとう

あぶら

はくりきこ

こんにやく

ぎゅうにゅう

ふたにく

なまあげ

わかめ

とうふ

かつおぶし

はちょうみそ

きゅうにゅう

ふたにく

なまあげ

わかめ

とうふ

かつおぶし

はちょうみそ

きゅうにゅう

ふたにく

なまあげ

わかめ

とうふ

かつおぶし

はちょうみそ

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす

たまねぎ

しょうが

にんにく

きゅうり

キャベツ

セロリー

こめ

かたくりこ

はくりきこ

さんおんとう

しろこま

あぶら

こまあぶら

ぎゅうにゅう

ふたにく

なす