学校給食予定献立表

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。
よくかむと、あごの筋肉が動き、周りの血管や神経が刺激されますので、脳の血流がよくなり、記憶力や集中力が高まります。

「給食&食育だよりセレクトブック　©少年写真新聞社」参考

・大阪狭山市立小・中学校は共通献立のため、実施日は学校によって異なります。
・各日の「食品名と数量」は副食の内容になります。

大阪狭山市立学校給食センター
TEL 072-366-0567
FAX 072-368-2394
URL:https://www.city.osakasayama.osaka.jp/kosodate_kyoiku/kyoikuiinkai/3/index.html

QRコード
本日の給食はコチラから

食物アレルギー対応
除去するもの〔5種類9品目〕

- ●卵
- ▲乳製品〔牛乳・チーズ・ヨーグルト・バター・脱脂粉乳〕
- ■いか
- ★えび
- ◆かに

除去対象献立名

令和8年6月分

大阪狭山市教育委員会
大阪狭山市学校給食会

六月一日(月)

献立名	食品名と数量		
全粒粉パン	赤	カレーミートカツ	1個
牛乳	黄	揚げ油	6
カレーミートカツ	赤	ツナ	10
キャベツのツナソティ	緑	キャベツ	35
ラタトゥイユ	緑	コーン	10
	緑	にんにく	0.2
		コンソメ	0.5
		塩	0.15
		黒こしょう	0.02
	黄	油	1
	黄	でん粉	0.1
	赤	鶏肉	30
	緑	たまねぎ	30
	緑	なす	15
	緑	ズッキーニ	15
	緑	にんにく	0.2
	緑	水煮トマト	10
	緑	トマトピューレ	4
		赤ワイン	3
	赤	鶏がらスープ	3
		トマトケチャップ	2
		コンソメ	1
		チキンブイヨン	0.5
	黄	さとう	0.5
		塩	0.1
		こしょう	0.01
		オレガノ	0.01
	黄	油	0.01

南第一小・南第三小 メロンパン

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
622	30.2	26.0

二日(火)

献立名	食品名と数量		
ごはん	赤	豚肉	45
牛乳	緑	キャベツ	30
豚キムチ	緑	白菜キムチ	18
大根の昆布あえ	緑	ゴーヤ	3
さつま汁	黄	さとう	1
		酒	0.5
		濃口しょうゆ	0.2
		中華スープ	0.2
	黄	油	1.5
	黄	でん粉	1.5
	緑	だいこん	20
	緑	きゅうり	18
	緑	にんじん	7
	赤	塩昆布	0.8
		濃口しょうゆ	0.5
	黄	さとう	0.2
		塩	0.2
	赤	昆布パウダー	0.1
	赤	鶏肉	10
	赤	うすあげ	3
	黄	さつまいも	30
	緑	たまねぎ	15
	赤	うるめさば節	3.5
	赤	いりこだし	1
	赤	赤みそ	7
	赤	白みそ	4

バイキング給食 北小学校 3年

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
595	26.1	16.9

三日(水)

献立名	食品名と数量		
タコライス	赤	豚ミンチ	40
増量玄米ごはん	赤	水煮大豆	5
タコミート	緑	たまねぎ	45
ゆでキャベツ	緑	にんじん	15
牛乳	緑	ズッキーニ	10
バジル	緑	コーン	7
フライドポテト	緑	にんにく	1
	緑	水煮トマト	20
		トマトケチャップ	9
		ウスターソース	2
		とんかつソース	1
	黄	さとう	1
		濃口しょうゆ	0.5
		カレー粉	0.3
		塩	0.2
		チリパウダー	0.2
		黒こしょう	0.01
	黄	油	0.5
	黄	でん粉	0.5
	緑	キャベツ	50
		塩	0.3
	黄	皮付きポテト	38
	黄	揚げ油	4
		塩	0.3
		バジル	0.01

バイキング給食 東小学校 2年

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
706	23.6	22.5

四日(木)

献立名	食品名と数量		
黒糖パン	赤	牛肉	40
牛乳	赤	あつあげ	10
牛肉とあつあげのバーベキューソース	緑	たまねぎ	30
ごぼうのごまドレサラダ	緑	ピーマン	3
ズッキーニのカレースープ	緑	にんにく	0.5
		とんかつソース	4
		トマトケチャップ	3
		赤ワイン	2
		ウスターソース	1.5
	緑	トマトピューレ	1
	黄	さとう	1
		濃口しょうゆ	0.3
		塩	0.05
		あらびき黒こしょう	0.02
	黄	油	1
	黄	でん粉	1.5
	緑	ごぼう	25
		酒	1.5
	黄	さとう	1
		濃口しょうゆ	0.5
	緑	にんじん	10
	緑	ほうれん草	7
	黄	ねりごま	2.5
	黄	いりごま	1
		淡口しょうゆ	1.2
	黄	さとう	0.8
		酢	0.2
	黄	米油	0.5
	赤	ウィンナー	5
	黄	米粉マカロニ	2
	緑	キャベツ	15
	黄	じゃがいも	10
	緑	ズッキーニ	10
	緑	コーン	5
	緑	にんにく	0.4
	赤	鶏がらスープ	5
		淡口しょうゆ	1.5
		コンソメ	1.2
		チキンブイヨン	1
		カレー粉	0.2
		塩	0.1
		こしょう	0.01
	黄	油	0.5
	黄	でん粉	2

バイキング給食 南第二小学校 3年

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
605	26.6	23.3

五日(金)

献立名	食品名と数量		
ごはん	赤	さわら	1切
牛乳		塩	0.1
さわらのピリ辛だれ	黄	油	0.2
大豆とじゃこの甘辛	緑	にんにく	0.2
豚汁		濃口しょうゆ	0.8
ひじきのつくだ煮		酒	0.5
		中華スープ	0.2
		豆板醤	0.05
	黄	油	0.03
	黄	でん粉	0.2
	赤	有機水煮大豆	20
	赤	かえりちりめん	1.5
	緑	ごぼう	10
		濃口しょうゆ	1.5
		みりん	1.5
	黄	さとう	1.5
		酢	0.3
	黄	油	1.5
	黄	でん粉	0.3
	赤	豚肉	10
	緑	たまねぎ	25
	黄	じゃがいも	15
	緑	にんじん	5
	緑	青ねぎ	3
	赤	うるめさば節	3
	赤	赤みそ	7
	赤	白みそ	4
		ひじきのつくだ煮	1個

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
609	29.9	18.7

八日(月)

献立名	食品名と数量		
ハンバーガー	赤	ハンバーグ	1個
バーガーパン	黄	油	1
ハンバーグ		トマトケチャップ	4
キャベツサラダ		赤ワイン	2
牛乳	黄	さとう	2
根菜のポトフ		とんかつソース	1
		こしょう	0.01
	黄	でん粉	0.15
	緑	キャベツ	40
	緑	コーン	7
	緑	野菜フレーク	0.6
		淡口しょうゆ	0.5
	黄	さとう	0.5
		塩	0.01
	黄	米油	1
	赤	鶏肉	25
	緑	だいこん	20
	緑	れんこん	20
	緑	にんじん	10
	赤	鶏がらスープ	5
	黄	さとう	1
		コンソメ	1
		チキンブイヨン	0.5
		塩	0.15
		こしょう	0.01
	黄	油	0.5
	黄	でん粉	2

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
611	27.2	25.7

九日(火)

献立名	食品名と数量		
ごはん	赤	さば	1切
牛乳		塩	0.2
さばの南蛮だれ	黄	油	0.2
きんぴらごぼう		酢	1.2
春雨スープ	黄	さとう	1
		淡口しょうゆ	0.3
	黄	でん粉	0.5
	赤	さつまあげ	8
	緑	ごぼう	25
	緑	ほうれん草	10
	黄	つき赤こんにゃく	5
		濃口しょうゆ	2
	黄	さとう	1.2
		酒	1
		みりん	1
	黄	油	0.5
	赤	鶏ミンチ	10
	緑	だいこん	20
	緑	チンゲンサイ	10
	緑	にんじん	5
	緑	コーン	5
	黄	春雨	1.6
	赤	わかめ	0.3
	赤	鶏がらスープ	8
		淡口しょうゆ	2
		中華スープ	1.2
		塩	0.1
		こしょう	0.02
	黄	でん粉	1

バイキング給食 東小学校 3年 3組・5組

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
599	29.2	20.5

十日(水)

献立名	食品名と数量		
ミニロール	赤	豚肉	20
牛乳	赤	粉かつお	1
焼きそば	黄	中華乾麺	25
根菜とがんもの煮物	緑	キャベツ	35
金時豆の甘煮	緑	たまねぎ	15
	赤	鶏がらスープ	8
		とんかつソース	8
		ウスターソース	2
		トマトケチャップ	2.5
	黄	さとう	1.5
		酒	1
		中華スープ	0.4
		黒こしょう	0.06
	黄	油	3
	赤	ミニがんも	12
	緑	だいこん	20
	緑	れんこん	10
	緑	にんじん	10
	赤	うるめさば節	1
		淡口しょうゆ	2.5
		みりん	1
		酒	1
	黄	さとう	0.7
	黄	でん粉	0.2
	赤	金時豆	6
	黄	さとう	4
		塩	0.02

バイキング給食 東小学校 3年 1組・2組・4組

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
596	24.0	22.7

十一日(木)

献立名	食品名と数量		
ごはん	赤	鶏肉	40
牛乳	緑	キャベツ	25
鶏肉のにんにくみそ炒め	緑	たまねぎ	20
ひじきの煮物	緑	コーン	5
かき玉汁	緑	にんにく	1.5
(除去食　すまし汁)	赤	赤みそ	4
	赤	白みそ	1.5
	黄	さとう	2
		みりん	1
		濃口しょうゆ	1
		ガーリックパウダー	0.02
	黄	油	1.5
	黄	でん粉	1
	赤	うすあげ	5
	緑	ごぼう	15
	緑	えだ豆	7
	赤	ひじき	1.5
		濃口しょうゆ	1.3
	黄	さとう	1
		酒	1
		みりん	1
	黄	油	0.5
	赤	●たまご	15
	赤	かまぼこ	3
	緑	はくさい	20
	緑	だいこん	15
	緑	にんじん	5
	緑	青ねぎ	3
	赤	うるめさば節	3.5
	赤	だし昆布	0.2
		淡口しょうゆ	2.5
		塩	0.1
	黄	でん粉	2

バイキング給食 第七小学校 5年

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
609	24.7	20.5

十二日(金)

献立名	食品名と数量		
チキンカレーライス	赤	鶏肉	40
増量玄米ごはん	緑	たまねぎ	45
チキンカレー	黄	じゃがいも	25
牛乳	緑	にんじん	20
福神漬	緑	キャベツ	10
枝豆	赤	白いんげん豆ペースト	10
	緑	しょうが	0.4
	緑	にんにく	0.2
		トマトケチャップ	4.2
		とんかつソース	3.5
		ウスターソース	2
		濃口しょうゆ	1.6
	黄	はちみつ	1.5
		コンソメ	1
		チキンブイヨン	1
		カレー粉	0.4
		塩	0.1
		こしょう	0.02
		クミン	0.02
		カルダモン	0.01
		ガラムマサラ	0.01
	黄	油	1
	黄	米粉	6
	緑	福神漬	8
	緑	さやつきえだ豆	15
		塩	0.15

バイキング給食 南第一小学校 1年・2年

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
643	25.1	13.5

十五日(月)

献立名	食品名と数量		
ライ麦パン	赤	ミンチカツ	1個
牛乳	黄	揚げ油	6
ミンチカツ	緑	キャベツ	25
胡瓜の青じそサラダ	緑	きゅうり	20
かぼちゃの豆乳クリームスープ	緑	にんじん	5
	緑	青じそ	0.03
		淡口しょうゆ	1.2
	黄	さとう	0.5
	緑	すだち果汁	0.5
		塩	0.05
	黄	オリーブ油	0.5
	赤	鶏ミンチ	10
	赤	豆乳	10
	緑	たまねぎ	20
	緑	かぼちゃ	10
	緑	えだ豆	5
	赤	白いんげん豆ペースト	10
	赤	鶏がらスープ	8
	黄	さとう	1
		コンソメ	1
		チキンブイヨン	0.5
		塩	0.15
		こしょう	0.01
	黄	でん粉	2

西小 メロンパン

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
596	24.2	24.2

十六日(火)

献立名	食品名と数量		
ごはん	赤	豚肉	45
牛乳	赤	たまねぎ	35
豚肉生姜炒め	緑	ほうれん草	5
ツナのにんじんしりしりなすのみそ汁	緑	しょうが	2
	黄	春雨	1.8
		濃口しょうゆ	3
	黄	さとう	1.5
		みりん	1
		酒	0.5
		ジンジャーパウダー	0.02
	黄	油	1
	黄	でん粉	0.5
	赤	ツナ	15
	緑	にんじん	30
	緑	えだ豆	5
	緑	しょうが	0.1
	赤	糸かつお	0.1
		濃口しょうゆ	1.5
		みりん	0.5
	黄	さとう	0.5
		塩	0.1
		こしょう	0.01
	黄	油	0.3
	赤	うすあげ	3
	緑	だいこん	22
	緑	なす	15
	赤	わかめ	0.3
	赤	うるめさば節	3
	赤	いりこだし	0.5
	赤	赤みそ	6
	赤	白みそ	5

バイキング給食 北小学校 6年

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
603	26.9	20.0

6月17日(水)～30日(火)の献立表は裏面にあります

よくかんで食べる子元気なさやまっ子

十七日(水)

献立名	食品名と数量		
パンプキンパン	赤	豚ミンチ	10
牛乳	黄	マカロニ	25
なすのミートソースパスタ	緑	たまねぎ	20
チキンナゲット	緑	なす	10
キャベツの梅昆布サラダ	緑	にんじん	10
	緑	にんにく	0.5
		トマトケチャップ	9
	赤	鶏がらスープ	8
	緑	水煮トマト	8
		赤ワイン	5
	緑	トマトピューレ	3
		とんかつソース	2
		ウスターソース	1
		コンソメ	0.5
		塩	0.1
		黒こしょう	0.03
		オレガノ	0.02
		タイム	0.01
	黄	油	5
	赤	チキンナゲット 小学校	2個
		中学校	3個
	黄	揚げ油	4
	緑	キャベツ	25
	緑	きゅうり	15
	緑	コーン	5
		淡口しょうゆ	1
	赤	細切り昆布	1
	緑	梅しそ漬け	0.8
	黄	さとう	0.4
		塩	0.01
	黄	米油	0.1

バイキング給食 第七小学校 6年

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
648	24.1	28.5

十八日(木)

献立名	食品名と数量		
増量玄米ごはん	赤	豚肉	25
牛乳	赤	★えび	25
海鮮八宝菜	緑	はくさい	35
(除去食　えび抜き八宝菜)	緑	たまねぎ	25
切干大根の中華炒め	緑	チンゲンサイ	15
ミニアセロラゼリー	緑	水煮たけのこ	10
	緑	にんじん	10
	緑	きくらげ	0.2
	緑	しょうが	0.7
	赤	鶏がらスープ	8
		淡口しょうゆ	1.5
		中華スープ	1.5
		酒	1
		濃口しょうゆ	1
		オイスターソース	1
	黄	さとう	1
		チキンブイヨン	0.5
		塩	0.1
		こしょう	0.03
	黄	油	1
	黄	でん粉	3
	赤	鶏ミンチ	5
	緑	キャベツ	15
	緑	切干だいこん	6
	緑	赤ピーマン	5
		濃口しょうゆ	1
		酒	0.5
	黄	さとう	0.5
		中華スープ	0.2
		塩	0.1
	黄	油	1
	黄	でん粉	0.2
	黄	ミニアセロラゼリー	1個

バイキング給食 第七小学校 4年

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
650	26.7	14.7

十九日(金) 夏至献立

献立名	食品名と数量		
ごはん	赤	たこメンチカツ	1個
牛乳	黄	揚げ油	6
たこ入りすりみフライ	赤	鶏肉	15
高野豆腐の煮物	赤	高野豆腐	5
冬瓜のみそ汁	緑	だいこん	20
	緑	ごぼう	7
	緑	にんじん	7
	緑	生しいたけ	3
	赤	いりこだし	1
		濃口しょうゆ	4
		酒	2
	黄	さとう	2
		みりん	1
	黄	でん粉	0.2
東小	赤	うすあげ	2
赤しそふりかけのおにぎり	緑	とうがん	22
	緑	はくさい	20
	緑	青ねぎ	3
	赤	うるめさば節	3
	赤	赤みそ	6
	赤	白みそ	5

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
594	23.9	19.0

二十二日(月)

献立名	食品名と数量		
うずまきパン	黄	かぼちゃコロッケ	1個
牛乳	黄	揚げ油	6
かぼちゃコロッケ	赤	豚ミンチ	15
チリコンカン	赤	水煮大豆	7
ウィンナーのコンソメスープ	赤	あらびき大豆フレーク	2
	緑	たまねぎ	30
	緑	ピーマン	3
	緑	水煮トマト	5
	緑	トマトピューレ	2
		トマトケチャップ	2
		赤ワイン	1
		ウスターソース	0.2
	黄	さとう	0.2
		塩	0.1
		チリパウダー	0.02
		こしょう	0.01
	黄	油	0.5
	赤	ウィンナー	3
	黄	米粉マカロニ	2
	緑	キャベツ	25
	黄	じゃがいも	13
	緑	にんじん	7
	赤	鶏がらスープ	10
		コンソメ	1
		チキンブイヨン	0.5
		塩	0.1
		こしょう	0.01
	黄	でん粉	1.5

バイキング給食 南第三小学校 4年・5年・6年

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
604	22.7	24.3

二十三日(火)

献立名	食品名と数量		
ごはん	赤	豚肉	45
牛乳	赤	あつあげ	10
豚肉となすのみそ炒め	緑	なす	20
じゃがいものおかか煮	緑	ピーマン	5
中華スープ	緑	にんにく	0.3
	赤	赤みそ	3
	赤	八丁みそ	2
		甜面醤	1
	黄	さとう	1
		みりん	0.5
		濃口しょうゆ	0.5
	黄	油	1.5
	黄	でん粉	0.5
	赤	さつまあげ	5
	黄	じゃがいも	25
	緑	にんじん	10
	緑	えだ豆	5
	赤	糸かつお	0.5
	赤	粉かつお	0.5
		濃口しょうゆ	1.5
	黄	さとう	1.5
		淡口しょうゆ	1
		酒	1
		みりん	0.8
	黄	油	0.5
	赤	鶏ミンチ	10
	緑	だいこん	30
	緑	ほうれん草	5
	黄	春雨	1.6
	赤	鶏がらスープ	8
		淡口しょうゆ	2
		中華スープ	1.2
		塩	0.1
		こしょう	0.02
	黄	でん粉	0.5

バイキング給食 第七小学校 3年

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
598	28.1	18.1

二十四日(水)

献立名	食品名と数量		
減量ごはん	赤	豚肉	20
牛乳	黄	うどん	40
肉うどん	緑	たまねぎ	20
お魚ボールのあんかけ	緑	はくさい	15
大豆のそぼろ煮	緑	青ねぎ	5
	緑	いりこだし	2.5
	赤	うるめさば節	2
	赤	濃口しょうゆ	2
		みりん	2
		淡口しょうゆ	1
		酒	1
		塩	0.1
	黄	でん粉	1.2
	赤	お魚ボール	40
	黄	揚げ油	4
	赤	うるめさば節	0.2
		濃口しょうゆ	0.8
		みりん	0.3
	黄	でん粉	0.2
	赤	鶏ミンチ	15
	緑	ごぼう	10
	緑	にんじん	10
	赤	大豆	3
	黄	さとう	2.5
	緑	しょうが	0.2
		濃口しょうゆ	1.5
	黄	さとう	1.5
		淡口しょうゆ	1
		酒	1
		みりん	0.5
	黄	油	0.5

バイキング給食 東小学校 6年 1組・2組・3組

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
603	25.1	18.0

二十五日(木)

献立名	食品名と数量		
ココアパン	赤	あじ	1切
牛乳		塩	0.2
あじのカレーソース	黄	油	0.3
オニオンサラダ	緑	にんにく	0.1
鶏肉団子のトマトスープ		白ワイン	1
		濃口しょうゆ	0.5
	黄	さとう	0.3
		コンソメ	0.2
		カレー粉	0.1
		塩	0.1
		こしょう	0.01
	黄	油	0.5
	黄	でん粉	1
	緑	たまねぎ	35
	緑	きゅうり	15
	緑	赤ピーマン	5
		淡口しょうゆ	1.5
	黄	さとう	1
	緑	すだち果汁	0.5
		塩	0.1
	黄	米油	0.5
	赤	鶏肉団子	15
	黄	米粉マカロニ	2
	緑	キャベツ	15
	黄	じゃがいも	10
	緑	にんじん	7
	緑	コーン	3
	緑	にんにく	0.1
		トマトケチャップ	8
	赤	鶏がらスープ	7
	緑	水煮トマト	5
		コンソメ	1
		チキンブイヨン	0.5
	黄	さとう	0.5
		塩	0.1
		こしょう	0.01
		パセリ	0.01
	黄	でん粉	2
	赤	牛肉	40
	赤	あらびき大豆フレーク	3
	緑	たまねぎ	65
	緑	にんじん	25
	緑	しめじ	10
	緑	水煮トマト	15
	赤	鶏がらスープ	8
		トマトピューレ	8
		トマトケチャップ	8
		赤ワイン	6
		とんかつソース	3
	赤	八丁みそ	3
	黄	さとう	1.5
		ウスターソース	1
		コンソメ	1
		チキンブイヨン	1
		塩	0.1
		こしょう	0.02
	黄	油	2
	黄	米粉	5
	緑	福神漬	8
	緑	和梨缶	15
	緑	みかん缶	10
	緑	りんご缶	10
	黄	マスカットダイスゼリー	10
	黄	ももダイスゼリー	10

バイキング給食 西小学校 3年

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
588	30.1	22.4

二十六日(金)

献立名	食品名と数量		
ハヤシライス	赤	ミートボール	40
増量玄米ごはん	黄	揚げ油	4
ビーフハヤシ		濃口しょうゆ	2
牛乳	黄	さとう	2
福神漬		みりん	1.5
フルーツポンチ		酒	1
	黄	でん粉	0.5
	赤	鶏肉	25
	緑	キャベツ	35
	緑	にんじん	10
	緑	にんにく	0.5
		酒	1
	黄	さとう	1
		濃口しょうゆ	0.8
		コンソメ	0.4
		塩	0.2
		こしょう	0.01
		ガーリックパウダー	0.01
	黄	油	1
	黄	でん粉	0.5
	赤	豆乳	10
	黄	シェルマカロニ	2
	緑	たまねぎ	30
	緑	えだ豆	5
	緑	コーン	5
	緑	クリームコーン	13
	緑	白いんげん豆ペースト	10
	赤	鶏がらスープ	8
	黄	さとう	1
		コンソメ	1
		チキンブイヨン	0.5
		塩	0.15
		こしょう	0.01
	黄	油	0.5
	黄	でん粉	2

バイキング給食 北小学校 5年

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g
725	25.2	17.5

二十七日(月)

献立名	食品名と数量		
ライ麦パン	赤	牛肉	40
牛乳	赤	あらびき大豆フレーク	3
照り焼きミートボール	緑	たまねぎ	65
鶏肉とキャベツのガーリック炒め	緑	にんじん	25
コーンの豆乳クリームスープ	緑	しめじ	10
	緑	水煮トマト	15
	赤	鶏がらスープ	8
		トマトピューレ	8
		トマトケチャップ	8
		赤ワイン	6
		とんかつソース	3
	赤	八丁みそ	3
	黄	さとう	1.5
		ウスターソース	1
		コンソメ	1
		チキンブイヨン	1
		塩	0.1
		こしょう	0.02
	黄	油	2
	黄	米粉	5
	緑	福神漬	8
	緑	和梨缶	15
	緑	みかん缶	10
	緑	りんご缶	10
	黄	マスカットダイスゼリー	10
	黄	ももダイスゼリー	10
	赤	ミートボール	40
	黄	揚げ油	4
		濃口しょうゆ	2
	黄	さとう	2
		みりん	1.5
		酒	1
	黄	でん粉	0.5
	赤	鶏肉	25
	緑	キャベツ	35
	緑	にんじん	10
	緑	にんにく	0.5
		酒	1
	黄	さとう	1
		濃口しょうゆ	0.8
		コンソメ	0.4
		塩	0.2
		こしょう	0.01
		ガーリックパウダー	0.01
	黄	油	1
	黄	でん粉	0.5
	赤	豆乳	10
	黄	シェルマカロニ	2
	緑	たまねぎ	30
	緑	えだ豆	5
	緑	コーン	5
	緑	クリームコーン	13
	緑	白いんげん豆ペースト	10
	赤	鶏がらスープ	8
	黄	さとう	1
		コンソメ	1