## 11月 給食だより



No..35

董根本幼稚園 2019 10 30

(月) (水) (水) (水) (水) (水) (水) (水) (水) (水) (水			<u></u>	董根本幼科	
おおから	(月)	(火)	(水)	(木)	1(金)
# (月) ***	献立やおやつを急に変更 することがあります。		Partil GOD	TO SERVICE OF THE SER	にゅうめん 薩摩芋の胡麻揚げ グレープフルーツ 白米 麦 ひじき ゆかり ゴマ サツマイモ てんぷら粉 豆腐 あげ 鶏肉 そうめん 人参 豆
1	ATATAMA				
(水)   (×	<u> </u>			g	_
振替休日    接替休日	おやつ				ハッピーターン
振替休日    接替休日	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)
図	振替休日	五目御飯牛乳すまし汁プルーン白米鶏肉あげマイタケ人	三色ご飯牛乳ポトフチョコタフィーバナナ白米 麦 鶏肉 醤油 砂糖 生	<ul><li>黒パン 牛乳</li><li>白菜のクリーム煮</li><li>豚肉のかりん揚げ</li><li>ゼリー</li><li>白菜 人参 玉ねぎ しめじ 鶏</li></ul>	豚汁       焼売       パイン       白米 薩摩芋 ゴマ 人参 大根
11 (月)		酒 豆腐 三つ葉 麩 かまぼこ	ガイモ ウインナー 人参 ベー コン 玉ねぎ コンソメ 鶏がら スープ パセリ 大豆 ココア	リー マカロニ 豚肉 牛蒡 生姜 酒 片栗粉 醤油 砂糖 油ゴマ	蒟蒻 味噌 かつお 昆布
11 (月)	g				
麻婆茄子丼		ラムネ	米おこし	鬼太鼓	レーズンバー
藤斐新子羊   牛乳   次にはん   牛乳   次酸   牛乳   別あんかけうどん   牛乳   ボーズバン   牛乳   中華スープ   りんご   かさあげ   デ羽中のゴマ福げ   ブルーン   ガルーン   東京   カル   カル   カル   カル   カル   カル   カル   カ	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)
中華スープ りんご         (のり側敷) 中でレんド ・デ羽中のゴマ揚げ オレンジ         田舎汁 自身魚の香り揚げ ブルーン         かきあげ までリー ・デストストプ ブレープフルーツ         南瓜サンドフライ 卵の作のカップ ブレープフルーツ         南瓜サンドフライ 卵の作のカップ ブレープフルーツ         南瓜サンドフライ 卵の作のカップ ブレープフルーツ         本マルフ イン・アフルーツ         本マルフ インリ インリ インリ インリ インリ イント         本のり インリ インリ イント         本のり インリ イント         本のり インリ イント         本のり インリ イント         本のり インリ イント         本のり インリ イント         本のり イント         本のり インリ イント         本のり イント         本のり インリ イント         本のり イント         本のり インリ イント         本のり イント         本のり イント         本のり イント         本のり インリ イント         本のり イント         本のり インリ イント         本のり インリ イント         本のり インリ イント         本のり インリ イント         本のり インリ イント         本のり インリ イント         本のり イント         本のり インリ イント         本のり イント         のの イント         本のり イント         のの イント         本のり イント         のの イント         本のり イント         本のり イント         本のり イント         本のり イント         本のり イント         本のり イント         本の イント         本の イント         本の イント         本の イント         本の イント         本の イント	麻婆茄子丼 牛乳	麦ごはん 牛乳	菜飯    牛乳	卵あんかけうどん 牛乳	チーズパン 牛乳
9 んご         すいとん計 手刻中のゴマ掲げ オレンジ         白身魚の香り揚げ ブルーン         にゼリー         即の酢の物 オニオンボア グレーブフルーツ           6素 ま ナス 豚肉 シイタケ 筒 変 人参 にら 大菱 生姜 大葉 生姜 惟重 変 満血 か ト電影 かめ 浮揚げ えのき 粉がらメーブ 個         カタル 作業 変 なめし 人参 大泉 大葉 生姜 惟重 変 満血 か かり 足 (1.7 g)         五腐 あげ 魔障学 上めじ 薪 まぼこ 卵 あげ 寮 かつね 長布 みりん 片葉粉 優美学 大木 日本 かりん ණ 1.2 g         1.7 g         1.0 g         2.2 g           九大 日おかき 日の アメぶら粉         クッキー         瀬戸の沙揚げ         ー         2.2 g         大夫 日本 大会 一 なる 三立歳 天ぷら粉         大化セリ コンソメ           1.2 g         1.7 g         1.7 g         1.0 g         2.2 g         大化セリ コンソメ           1.2 g         1.7 g         1.7 g         1.0 g         2.2 g           九大 日おかき 日本 大会 大点 シャガイ モンタンドー 日本 人参 ドエカジ ロネ ウンナー よんご コート 大き エカジ ロネ ウンガー でした エカジ ロネ から 大谷 日本 大学 原皮 した ちがかめスープ の カル アメ にち 豆腐 えのき の 一 カル アメ にち 豆腐 えのき の 一 カル アメ にち 豆腐 えのき の 一 日本 人参 ドエカジ 日本 カナ 月素粉 きく ロ た しゃ 大 日本 カナ 月素粉 きく カウル 日本 カナ 月素粉 きく カウル 日本 カナ 日本 カテ ト 日本 カナ 日本 全場 日本 カナ 日本 日本 日本 カナ 日本 日本 日本 カナ 日本 日本 カナ 日本 日本 カナ 日本			田舎汁		南瓜サンドフライ
手羽中のゴマ揚げ   オンジ   カーシー   オニオンス・ブ   カーシス・   オニオンス・ブ   カーシス・   カーシース・	' '				
キ 表 ナス 豚肉 シイタケ   白米 表 すいとん 適肉 人参   白米 表 なめし 人参 大根   中華スーフ 砂箱 醤油 味噌   から 医腺 大 多	7.0			, = /	
日来 来 ナス 豚肉 シイタケ 白来 来 すいとん 鶏肉 人参 白来 来 なめし 人参 大阪 中華 七方 大麻 生寿 性育 窓 畠油 か つお 足布 大阪 中華 大阪 東 大阪					
				> 10) 始中 1 4 1 1 10 1	
中華スープ 砂糖 醤油 味噌 つお 尾布 片葉粉 ゴマ 砂糖 内容的 わかめ 厚揚げ えのき みりん 府					
1.2 g					パセリ コンソメ
1.2 g	片栗粉 わかめ 厚揚げ えのき	みりん 酢	青のり 天ぷら粉	玉ねぎ 三つ葉 天ぷら粉	
現下の汐揚げ	鶏がらスープ 酒				
18 (月)	1.2 g	1.7 g	1.7 g	1.0 g	2.2 g
根菜カレー 牛乳   カハナーとコーソのピラフ 牛乳   口底汁   口底汁   カかめスープ   カかめスープ   カかめスープ   カルめスープ   カルめスープ   カルめスープ   カルめスープ   カルウス   大字   東東   東東   大字   東東   東東   大字   東東   大子   大字   大字   大字   大字   大字   大字   大字	丸大豆おかき	クッキー	瀬戸の汐揚げ	<del></del>	味しらべ
根菜カレー 牛乳   カハナーとコーソのピラフ 牛乳   口底汁   口底汁   カかめスープ   カかめスープ   カかめスープ   カルめスープ   カルめスープ   カルめスープ   カルめスープ   カルウス   大字   東東   東東   大字   東東   東東   大字   東東   大子   大字   大字   大字   大字   大字   大字   大字		19 (水)	20 (水)	21 (木)	22 (金)
ヨーグルトサラダ         にら玉スープ バナナ         豆腐汁 磯辺揚げ バイン         わかめスープ りんご         かかめスープ りんご         お保寺遠足           白米 皮 生奏 大藤 ジャガイ モ 人参 玉ねぎ 作芽 連根 阪向 ワイン ルー みかん バイン 様 パナナ ヨーグルト 生クリーム         白米 クインナー 玉ねぎ コー レーク ビース 椎茸 あげ 竹 輪 牛蒡 醤油 砂糖 みりん 白だし 豆腐 あげ かまぼこ 三つ葉 かつお 昆布 ししゃも 青のり 天ぷら粉         白米 人参 豚肉 いか えび 玉ねぎ 白菜 小松菜 筍 生姜 醤油 中華スープ 片栗粉 きく らげ わかめ 豆腐 コーン あ け 鶏がらスープ 酒         東 ・ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・					22 (ME)
パナナ   機辺揚げ パイン りんご   永保寺康足   1.8 g   1.7 g   1.8 g   1.7					
1					
日来 麦 生奏 大蒜 ジャガイ 白米 ウインナー 玉むぎ コー 白米 人参 ひじき 鮪味付けフ 白来 人参 豚肉 いか えび モ 人参 玉ねぎ 牛蒡 選根 フ 人参 ビース バター コン レーク ビース 椎茸 あげ 竹 玉ねぎ 白菜 小松菜 筍 生姜 勝肉 ワイン ルー みかん バ フメ にら 豆腐 えのき 卵 輪 牛蒡 醤油 砂糖 みりん 醤油 中華スープ 片栗粉 きくらげ わかめ 豆腐 コーン あ 三の葉 かつお 昆布 上しゃも		/ \` / \	<b>                                    </b>	<b>リんこ</b>	永保寺遠足
豚肉 ワイン ルー みかん バ イン 桃 バナナ ヨーグルト 生クリーム       ツメ にら 豆腐 えのき 卵 鶏がらスープ 醤油 酒       輪 牛蒡 醤油 砂糖 みりん 自だし 豆腐 あげ かまぼこ 三つ葉 かつお 昆布 ししゃも 青のり 天ぶら粉       醤油 ウボ かよのこのでは					7,7,7,7,2,7,2
イン 桃 バナナ ヨーグルト       鶏がらスープ 醤油 酒       白だし 豆腐 あげ かまぼこ らげ わかめ 豆腐 コーン あ 青のり 天ぶら粉       げ 鶏がらスープ 酒 青のり 天ぶら粉         2.0 g       1.5 g       2.0 g       2.4 g       g         海海苔巻きあられ       おにぎりせんべい       ホームパイ       味噌半月         25 (月)       26 (火)       27 (水)       28 (木)       29 (金)         きのこおこわ 牛乳       麦ごはん 牛乳       ビビンバ 牛乳       ちゃんぼん麺 牛乳       シーチキンご飯 牛乳         里芋の味噌汁       (玉子ふりかけ)       卵スープ       春巻き 粕汁       約ル         オレンジ       豆腐の味噌かけ ゼリー       パイン       みかん       金時豆         白米 もち米 鶏肉 しめじ 白米 麦 豆腐 あげ 鶏肉 白米 酒 豚肉 醤油 砂糖 大きんぼん麺 豚肉 えび 白米 シーチキン 醤油 砂糖       大参 ボリンギ 醤油 砂糖       大参 大根 蒟蒻 椎茸 生姜 大蒜 もやし いんげ 人参 葱 かまぼこ 生姜 糖 人参 かぶ 里芋 サー 砂糖 みりん 里芋 法連草 醤油 白だし かつお 昆布 ん 人参 ぜんまい ゴマ 鶏がらスープ 醤油 片栗粉 モン 葱 豆腐 あげ 味噌 あげ 味噌 あげ 豆腐 玉葱 味噌 か 片栗粉 鶏肉 砂糖 みりん 推茸 筍 コーン 青梗菜 もやし 玉葱 半平 きくら 酒粕 かつお 昆布 金時豆 のお 昆布         カお 昆布       酒 味噌       卵 鶏がらスープ 酒 げ 絹さや キャベツ         1.9 g       1.2 g       1.5 g       1.8 g       1.7 g					
生クリーム       三つ葉 かつお 昆布 ししゃも 青のり 天ぶら粉       げ 鶏がらスープ 酒 青のり 天ぶら粉       げ 鶏がらスープ 酒 青のり 天ぶら粉         2.0 g       1.5 g       2.0 g       2.4 g       g         海苔巻きあられ       おにぎりせんべい       ホームパイ       味噌半月         25 (月)       26 (火)       27 (水)       28 (木)       29 (金)         きのこおこわ       牛乳       差ごはん       牛乳       ビビンバ       牛乳       ちゃんぽん麺       牛乳       シーチキンご飯 牛乳         里芋の味噌汁       (玉子ふりかけ)       卵スープ       春巻き       粕汁         チーズ       のつぺい汁       パイン       みかん       金時豆         カレンジ       豆腐の味噌かけ ゼリー       10 大       大 <t< td=""><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></t<>					
2.0 g       1.5 g       2.0 g       2.4 g       g         海苔巻きあられ       おにぎりせんべい       ホームパイ       味噌半月         25 (月)       26 (火)       27 (水)       28 (木)       29 (金)         きのこおこわ       牛乳       麦ごはん       牛乳       ビビンバ       牛乳       ちゃんぽん麺       牛乳       シーチキンご飯       牛乳         里芋の味噌汁       (玉子ふりかけ)       卵スープ       春巻き       粕汁         オレンジ       豆腐の味噌かけ ゼリー       ウルご       りんご         白米 もち米 鶏肉 しめじ 白米 麦 豆腐 あげ 鶏肉       白米 酒 豚肉 醤油 砂糖       ちゃんぽん麺 豚肉 えび 白米 シーチキン 醤油 砂糖       白米 シーチキン 醤油 砂糖         椎茸 人参 エリンギ 醤油 葱 人参 大根 蒟蒻 椎茸       生姜 大蒜 もやし いんげ 人参 葱 かまぼこ 生姜 糖 人参 かぶ 里芋 サー砂糖 みりん 里芋 法蓮草       醤油 白だし かつお 昆布 ん 人参 ぜんまい ゴマ 鶏がらスープ 醤油 片栗粉       モン 葱 豆腐 あげ 味噌         あげ 豆腐 玉葱 味噌 か 片栗粉 鶏肉 砂糖 みりん 福茸 筍 コーン 青梗菜       もやし 玉葱 半平 きくら 酒粕 かつお 昆布 金時豆のお 昆布 金時豆のお 昆布       消 銀がらスープ 酒       げ 絹さや キャベツ         1.9 g       1.2 g       1.5 g       1.8 g       1.7 g		鶏がらスープ 醤油 酒 			
2.0 g     1.5 g     2.0 g     2.4 g     g       海苔巻きあられ     おにぎりせんべい     ホームパイ     味噌半月       25 (月)     26 (火)     27 (水)     28 (木)     29 (金)       きのこおこわ     牛乳     麦ごはん     牛乳     ビビンバ     牛乳     ちゃんぽん麺     牛乳     シーチキンご飯     牛乳       里芋の味噌汁     (玉子ふりかけ)     卵スープ     春巻き     粕汁       チーズ     のっぺい汁     パイン     みかん     金時豆       カレンジ     豆腐の味噌かけ ゼリー     りんご       白米 もち米 鶏肉 しめじ 白米 麦 豆腐 あげ 鶏肉 白米 酒 豚肉 醤油 砂糖     ちゃんぽん麺 豚肉 えび 白米 シーチキン 醤油 砂糖       椎茸 人参 エリンギ 醤油 葱 人参 大根 蒟蒻 椎茸 生姜 大蒜 もやし いんげ 人参 葱 かまぼこ 生姜 糖 人参 かぶ 里芋 サー       砂糖 みりん 里芋 法連草 醤油 白だし かつお 昆布 ん 人参 ぜんまい ゴマ 鶏がらスープ 醤油 片栗粉     モン 葱 豆腐 あげ 味噌       あげ 豆腐 玉葱 味噌 か 片栗粉 鶏肉 砂糖 みりん 椎茸 筍 コーン 青梗菜 もやし 玉葱 半平 きくら 酒粕 かつお 昆布 金時豆のお 昆布     酒 味噌       1.9 g     1.2 g     1.5 g     1.8 g     1.7 g	生クリーム			げ 鶏がらスープ 酒	
海苔巻きあられ     おにぎりせんべい     ホームパイ     味噌半月       25 (月)     26 (火)     27 (水)     28 (木)     29 (金)       きのこおこわ     牛乳     どビンバ     牛乳     ちゃんぽん麺     牛乳     シーチキンご飯     牛乳       里芋の味噌汁     (玉子ふりかけ)     卵スープ     春巻き     粕汁       オレンジ     豆腐の味噌かけ ゼリー     カかん     金時豆       白米     もち米     鶏肉     しめじ     白米     麦 豆腐     あげ     鶏肉     白米     酒 豚肉     醤油     砂糖     ちゃんぽん麺     豚肉     えび     白米     シーチキン     醤油     砂       白米     もち米     鶏肉     しめじ     白米     麦 豆腐     あげ     鶏肉     白米     酒 豚肉     醤油     砂糖     ちゃんぽん麺     豚肉     えび     白米     シーチキン     醤油     砂       作業     人参     エリンギ     醤油     大果     蒟蒻     椎茸     生姜     大蒜     もやし     いんげ     人参     恵油     片栗粉     モン     恵 豆腐     あげ     味噌       あげ     豆腐     玉葱     中     ・カーシ     青梗菜     もやし     玉葱     半平     きくら     酒粕     かつお     昆布     金申豆       おり     豆腐     玉葱     中     ・カーシ     青梗菜     もやし     玉葱     半平     きくら     酒粕     かつお     上     ・カーシ <td< td=""><td></td><td></td><td>青のり 天ぷら粉</td><td></td><td></td></td<>			青のり 天ぷら粉		
25 (月)26 (火)27 (水)28 (木)29 (金)きのこおこわ 牛乳 妻ごはん 牛乳 (玉子ふりかけ)ザビンバ 牛乳 ちゃんぽん麺 牛乳 シーチキンご飯 牛乳 押汁 かんご のっぺい汁 のっぺい汁 プイン みかん 金時豆 りんご 白米 もち米 鶏肉 しめじ 白米 麦 豆腐 あげ 鶏肉 白米 酒 豚肉 醤油 砂糖 ちゃんぽん麺 豚肉 えび 白米 シーチキン 醤油 砂糖 人参 エリンギ 醤油 葱 人参 大根 蒟蒻 椎茸 生姜 大蒜 もやし いんげ 人参 葱 かまぼこ 生姜 糖 人参 かぶ 里芋 サー砂糖 みりん 里芋 法蓮草 醤油 白だし かつお 昆布 ん 人参 ぜんまい ゴマ 鶏がらスープ 醤油 片栗粉 モン 葱 豆腐 あげ 味噌 あげ 豆腐 玉葱 味噌 か 片栗粉 鶏肉 砂糖 みりん 椎茸 筍 コーン 青梗菜 もやし 玉葱 半平 きくら 酒粕 かつお 昆布 金時豆 りお 昆布1.9g1.2g1.5g1.8g1.7g	2.0 g	1.5 g	<del></del>	2.4 g	g
きのこおこわ牛乳麦ごはん牛乳ビビンバ牛乳ちゃんぽん麺牛乳シーチキンご飯牛乳里芋の味噌汁 チーズ オレンジのつペい汁 豆腐の味噌かけ ゼリーパイン スパイン 豆腐の味噌かけ ゼリーみかん カルん カルン カルン ・ <b< td=""><td>海苔巻きあられ</td><td>おにぎりせんべい</td><td>ホームパイ</td><td>味噌半月</td><td></td></b<>	海苔巻きあられ	おにぎりせんべい	ホームパイ	味噌半月	
きのこおこわ牛乳麦ごはん牛乳ビビンバ牛乳ちゃんぽん麺牛乳シーチキンご飯牛乳里芋の味噌汁 チーズ オレンジのつペい汁 豆腐の味噌かけ ゼリーパイン スパイン 豆腐の味噌かけ ゼリーみかん カルん カルン カルン ・ <b< td=""><td>25 (月)</td><td>26 (火)</td><td>27 (水)</td><td>28 (木)</td><td>29 (金)</td></b<>	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)
里芋の味噌汁 チーズ オレンジ(玉子ふりかけ) のっぺい汁 豆腐の味噌かけ ゼリー卵スープ パイン ストンンジ春巻き みかん カルご粕汁 金時豆 りんご白米 もち米 鶏肉 しめじ 白米 麦 豆腐 あげ 鶏肉 椎茸 人参 エリンギ 醤油 葱 人参 大根 蒟蒻 椎茸 みりん 里芋 法蓮草 醤油 白だし かつお 昆布 あげ 豆腐 玉葱 味噌 か 片栗粉 鶏肉 砂糖 みりん 椎茸 筍 コーン 青梗菜 つお 昆布ちゃんぽん麺 豚肉 えび 白米 シーチキン 醤油 砂糖 人参 葱 かまぼこ 生姜 糖 人参 かぶ 里芋 サー 鶏がらスープ 醤油 片栗粉 もやし 玉葱 半平 きくら 酒粕 かつお 昆布 金時豆 でお 見布1.9g1.2g1.5g1.8g1.7g					
チーズ オレンジのっぺい汁 豆腐の味噌かけ ゼリーパインみかん金時豆 りんご白米 もち米 鶏肉 しめじ 椎茸 人参 エリンギ 醤油 葱 人参 大根 蒟蒻 椎茸 砂糖 みりん 里芋 法蓮草 あげ 豆腐 玉葱 味噌 か 片栗粉 鶏肉 砂糖 みりん 椎茸 筍 コーン 青梗菜 つお 昆布ちゃんぽん麵 豚肉 えび 白米 シーチキン 醤油 砂 人参 葱 かまぼこ 生姜 鶏がらスープ 醤油 片栗粉 青梗菜 け 絹さや キャベツ右やし 玉葱 半平 きくら 酒 味噌糖 人参 かぶ 里芋 サー で	· ·		, ,		
オレンジ豆腐の味噌かけ ゼリーりんご白米 もち米 鶏肉 しめじ 白米 麦 豆腐 あげ 鶏肉 白米 酒 豚肉 醤油 砂糖 株茸 人参 エリンギ 醤油 葱 人参 大根 蒟蒻 椎茸 生姜 大蒜 もやし いんげ 人参 葱 かまぼこ 生姜 糖 人参 かぶ 里芋 サー砂糖 みりん 里芋 法蓮草 醤油 白だし かつお 昆布 ん 人参 ぜんまい ゴマ 鶏がらスープ 醤油 片栗粉 モン 葱 豆腐 あげ 味噌あげ 豆腐 玉葱 味噌 か 片栗粉 鶏肉 砂糖 みりん 椎茸 筍 コーン 青梗菜 もやし 玉葱 半平 きくら 酒粕 かつお 昆布 金時豆つお 昆布 酒 味噌 卵 鶏がらスープ 酒 げ 絹さや キャベツ1.9g1.2g1.5g1.8g1.7g			· '		
白米もち米鶏肉しめじ白米麦豆腐あげ鶏肉白米酒豚肉醤油砂糖ちゃんぽん麵豚肉えび白米シーチキン醤油砂糖砂糖みりん里芋法蓮草醤油白だしかつお昆布ん人参ぜんまいゴマ鶏がらスープ醤油片栗粉モン葱豆腐あげ味噌おげ豆腐玉葱味噌中卵鶏がらスープ酒げ絹さやキャベツ1.7g1.9g1.2g1.5g1.8g1.7g		1			
椎茸 人参 エリンギ 醤油葱 人参 大根 蒟蒻 椎茸生姜 大蒜 もやし いんげ人参 葱 かまぼこ 生姜糖 人参 かぶ 里芋 サー 砂糖 みりん 里芋 法蓮草 醤油 白だし かつお 昆布 ん 人参 ぜんまい ゴマ 鶏がらスープ 醤油 片栗粉 モン 葱 豆腐 あげ 味噌あげ 豆腐 玉葱 味噌 か 片栗粉 鶏肉 砂糖 みりん 椎茸 筍 コーン 青梗菜 もやし 玉葱 半平 きくら 酒粕 かつお 昆布 金時豆つお 昆布1.9g1.2g1.5g1.8g1.7g		· ·	白米 洒 豚肉 醤油 砂糖	ちゃんぽん麵 豚肉 ラバ	
砂糖       みりん       里芋       法連草       醤油       白だし       かつお       昆布       ん       人参       ぜんまい       ゴマ       鶏がらスープ       醤油       片栗粉       まつお       豆腐       あげ       味噌         つお       昆布       酒       味噌       卵       鶏がらスープ       酒       げ       絹さや       キャベツ       1.7g         1.9g       1.2g       1.5g       1.8g       1.7g					
あげ 豆腐 玉葱 味噌 か 片栗粉 鶏肉 砂糖 みりん 担市 筍 コーン 青梗菜 もやし 玉葱 半平 きくら 酒粕 かつお 昆布 金時豆 つお 昆布 ・					
つお 昆布酒 味噌卵 鶏がらスープ 酒げ 絹さや キャベツ1.9 g1.2 g1.5 g1.8 g1.7 g					
1.9 g 1.2 g 1.5 g 1.8 g 1.7 g					個相 かつお 民作 金時豆 
新潟仕込み ――   しるこサンド ―― 星たべよ ――   ―― ―   ぱりんこ ――			=		
	新潟仕込み	しるこサンド	星たべよ	<del>-</del>	ぱりんこ