

令和7年(2025年)11月分

学 校 給 食 献 立 表

小学校献立
茨木市教育委員会

えいようさんしょく き
<栄養三色> 黄・・・おもにエネルギーのもとになる食品

しょくひん あか
赤・・・おもに体をつくるもとになる食品

みどり からだ ちょう し ととの
緑・・・おもに体の調子を整えるもとになる食品

実施日	献立名			食 品 名		1人分量(g)			栄養三色	
4 日 (火)	ごはん			ごはん		低 1食(161) 中 1食(184) 高 1食(207)			黄	
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう		1本(206)			赤	
	かぼちゃのたたき			かぼちゃ なたねあぶら まぐろオイルづけ たまねぎ あおねぎ にんにく つちしょうが しろごま さとう す こいくちしょうゆ なたねあぶら		50 2.5 10 15 3 0.3 0.2 0.5 1 2 2 1			緑 黄 赤 緑 緑 緑 黄 黄	
	ぶたじる			ぶたにく あぶらあげ じゃがいも つきこんにゃく ささがきごぼう にんじん あおねぎ りゅうおうみそ にぼし にぼしだし		10 5 20 12 10 10 5 10 3 130			赤 赤 黄 緑 緑 緑 赤	
	ゆかりのふりかけ			ゆかりのふりかけ		1個(0.8)			緑	
	エネルギー kcal	たん白質 g	食塩相当量 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン			食物繊維 g	
						ナトリウム μg	B1 mg	B2 mg	C mg	
	610	22	2.1	366	2.1	332	0.32	0.45	34	6.4

実施日	献立名			食 品 名			1人分量(g)			栄養 三色
5 日 (水)	しょくパン			しょくパン			低 1食 (77) 中 1食 (93) 高 1食(108)			黄
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			1本(206)			赤
	ピリビーンズ			だいず(れいとう)			15			赤
				ぶたにく			20			赤
				あかワイン			1			黄
				じゃがいも			40			黄
			たまねぎ			50			緑	
			にんじん			20			緑	
			トマトみずに(かん)			10			緑	
			パセリ			1			緑	
			ケチャップ			12				
			ウスターソース			2				
			さとう			0.5			黄	
			こいくちしょうゆ			0.3				
			トウバンジャン			0.1				
			しお			0.2				
			こしょう			0.01				
			ポークスープ			40				
			なたねあぶら			1			黄	
			ぶどうゼリーミックス			ぶどうゼリー			35	黄
						おうとう(かん)			20	緑
						パイナップル(かん)			20	緑
			スライスチーズ 			スライスチーズ			1枚(20)	赤
621	28.4	2.7	428	2.6	291	0.49	0.57	23	9.9	

実施日	献立名				食 品 名				1人分量(g)		栄養色
6 日 (木)	むぎごはん				むぎごはん				低 1食(161) 中 1食(184) 高 1食(207)		黄
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				1本(206)		赤
	やきざかなの みそだれがけ				さかなきりみ(さわら) つちしょうが さけ しお みそ しろみそ さとう みりん みず				1切(60) 1 1 0.2 5 3 3.5 1 8		赤 緑 赤 赤 黄
	ほうれんそうの すましじる				ほうれんそう とりにく たまねぎ えのきたけ にんじん うすくちしょうゆ けずりぶし だしこんぶ だしじる				10 10 30 10 10 4.8 2 0.2 130		緑 赤 緑 緑 緑 緑 緑
	つぼづけ				つぼづけ				10		緑
	584	30.1	2.5	276	1.8	194	0.3	0.64	10	3.4	

7 日 (金)	ごはん			ごはん			低 1食(161) 中 1食(184) 高 1食(207)	黄		
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			1本(206)	赤		
	じゃがいものにもの			じゃがいも ぎゅうにく あかこんにゃく たまねぎ にんじん さやいんげん さとう みりん こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ だしけずり			60 25 24 30 20 5 2 1 3 2 2	黄 赤 緑 緑 緑 黄		
	もやしの にんにくいため			もやし にんじん あおねぎ にんにく さとう こいくちしょうゆ なたねあぶら			60 15 1 0.1 0.8 3 0.3	緑 緑 緑 緑 黄 黄		
	582	20.4	1.5	274	20	336	0.26	0.47	29	8.8

10 日 (月)	ごはん			ごはん			低 1食(161) 中 1食(184) 高 1食(207)			黄
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			1本(206)			赤
	さばのピリッとジャン			さば あおねぎ つちしょうが にんにく さとう さけ す こいくちしょうゆ トウバンジャン みず			1切(60) 2 1 0.5 3 1.5 2 4.5 0.1 15			赤 緑 緑 緑 黄
	きのこのみそしる			えのきたけ しめじ なめこ とうふ(れいとう) あぶらあげ にんじん あおねぎ りゅうおうみそ にぼし にぼしだし			10 5 5 25 5 10 5 11 3 130			緑 緑 赤 赤 緑 赤 赤
	あじつけのり			あじつけのり			1 袋(1.5)			赤
	690	29.2	2.8	371	2.5	226	0.31	0.65	9	2.8

11 日 (火)	ごはん	ごはん	低 中 高	1食(161) 1食(184) 1食(230)	黄				
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう		1本(206)	赤				
	ビーフカレー	ぎゅうにく つちしょうが にんにく あかワイン じゃがいも たまねぎ にんじん ぎゅうにゅう こむぎこ バター なたね サラダあぶら カレーこ ケチャップ ウスターソース トンカツソース チャツネ こいくちしょうゆ しお こしょう ポークスープ なたねあぶら	30 0.1 0.1 1 50 50 20 5 6.5 2 2 0.9 3.6 1.8 1.8 2.4 0.6 0.9 0.01 55 1	赤 緑 緑 黄 緑 赤 黄 黄					
	ハムとキャベツの ソテー	ハム キャベツ しお こしょう なたねあぶら	10 60 0.2 0.01 0.5	黄 赤 緑 黄					
	668	22.2	2.1	291	1.5	241	0.35	0.47	51

12 日 (水)	コッペパン			コッペパン				低 1食(45) 中 1食(75) 高 1食(89)		黄		
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう				1本(206)		赤		
	いかとえびの スパゲティバジリコ			いか				10		赤		
				むきえび				10		赤		
				しろワイン				1				
				スパゲティ				30		黄		
				バラベークン				10		赤		
				にんにく				0.1		緑		
				たまねぎ				40		緑		
				にんじん				10		緑		
マッシュルーム				5		緑						
チキンサラダ			バジル(れいとう)				2		緑			
			しお				0.6					
			こしょう				0.01					
			オリーブオイル				1		黄			
			ささみフレーク				20		赤			
							40		緑			
							5		緑			
			イタリアンドレッシング			イタリアンドレッシング				クラス1本		黄
			607	28.8	2.8	303	1.4	199	0.32	0.48	26	5

13 日 (木)	キャロットピラフ			キャロットピラフ			低 中 高	1食(156) 1食(182) 1食(208)	黄
	にんじん・コーン・とりにく・ あかピーマン・ちょうみりょう								
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう				1本(206)	赤
	とりにくの レモンふうみあげ			とりにく さけ しお こしょう でんぶん なたねあぶら レモンかじゅう あおねぎ さとう みりん こいくちしょうゆ			60 1 0.1 0.01 12 3 3 3 2 1.5 3	赤 <	

14 日 (金)	ごはん	ごはん	低 1食(161) 中 1食(184) 高 1食(207)	黄					
	ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう	1本(206)	赤					
	ビーフンとぶたにくの いためもの	ビーフン ぶたにく さけ たまねぎ チンゲンサイ たけのこ にんじん さとう こいくちしょうゆ しお こしょう なたねあぶら	8 15 1 30 20 10 5 0.3 3 0.1 0.01 0.5	黄 赤 緑 緑 緑 緑 黄					
	たまごいり ちゅうかスープ	たまご でんぶん クリームコーン(かん) たまねぎ にんじん あおねぎ ほししいたけ つちしょうが さけ うすくちしょうゆ しお こしょう とりがらスープ	20 0.5 20 20 10 5 0.5 0.1 0.5 4 0.1 0.01 130	赤 黄 緑 緑 緑 緑 緑 緑 緑					
									
558	20.8	1.9	285	1.5	271	0.34	0.55	14	3

17 日 (月)	うずまきパン			うずまきパン			低 1食 (75) 中 1食 (89) 高 1食(104)	黄	
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			1本(206)	赤	
	クリームシチュー			とりにく			20	赤	
				しろワイン			1		
				じゃがいも			50	黄	
				たまねぎ			50	緑	
				にんじん			20	緑	
				パセリ			1	緑	
				ぎゅうにゅう			30	赤	
				こむぎこ			5	黄	
バター				2	黄				
なたねサラダあぶら				2	黄				
しお						0.6			
こしょう						0.01			
とりがらスープ						35			
なたねあぶら						1	黄		
もぐもぐサラダ			ささがきごぼう			20	緑		
			れんこん			20	緑		
			にんじん			10	緑		
			うすくちしょうゆ			0.5			
たまごぬきマヨネーズ			たまごぬきマヨネーズ			クラス1本	黄		
617	23	2.4	334	1.5	327	0.33	0.54	34	9.5

18 日 (火)	ごはん			ごはん			低 中 高			1食(161) 1食(184) 1食(207)	黄
	ぎゅうにゅう			ぎゅうにゅう			1本(206)			赤	
	わふうおろし ハンバーグ			ハンバーグ だいこんおろし あおねぎ さとう みりん さけ こいくちしょうゆ でんぶん			1個(50) 20 3 1 2 1 2.5 1			赤 緑 緑 黄	
	たまごいりこめこめん のすましじる			たまご でんぶん こめこめん かまぼこ たまねぎ にんじん ほうれんそう うすくちしょうゆ けずりぶし だしこんぶ だしじる			20 0.5 10 10 20 10 10 4.8 2 0.2 130			赤 黄 黄 赤 緑 緑 緑	
											
621	25.2	2.3	292	1.8	241	0.31	0.55	11	3.2		

19 日 (水)	きなこパン				コッペパン			低 1食(45) 中 1食(60) 高 1食(75)	黄
					なたねあぶら			9	黄
					きなこ			8	赤
					さとう			5	黄
					しお			0.1	
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			1本(206)	赤
	オープンやき				フランクフルト			20	赤
					フライドポテト			30	黄
					にんじん			15	緑
					しお			0.2	
				こしょう			0.01		
				オリーブオイル			2	黄	
キャベツのスープ				キャベツ			30	緑	
				ぶたにく			10	赤	
				たまねぎ			30	緑	
				にんじん			20	緑	
				パセリ			0.5	緑	
				うすくちしょうゆ			4.8		
				こしょう			0.01		
				けずりぶし			2		
				だしこんぶ			0.2		
				だしじる			130		
624	23.9	2.6	307	2	337	0.39	0.51	33	5.6

※栄養価は、中学年の栄養摂取量です。

令和7年(2025年)11月分

学校給食献立表

小学校献立
茨木市教育委員会

<栄養三色> 黄…おもにエネルギーのもとになる食品

赤…おもに体をつくるもとになる食品

緑…おもに体の調子を整えるもとになる食品

実施日	献立名				食 品 名			1人分量(g)		栄養 価 色
20 日 (木)	ごはん				ごはん			低 1食(161) 中 1食(184) 高 1食(207)		黄
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			1本(206)		赤
	いもに				さとうもろこし ぎゅうにく ちくわ こんにゃく だいこん らんぎりごぼう しろねぎ にんじん しめじ さとう みりん うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ あかだしみそ だしけずり			30 20 10 12 20 10 10 10 5 2 1 1 1 4 2		黄赤赤 緑緑緑緑緑 黄
	もやしの ピリからいため				もやし にんじん しろごま さとう こいくちしょうゆ トウバンジャン ごまあぶら なたねあぶら			50 15 0.3 0.5 2 0.05 0.3 0.5		緑緑黄 黄
	567	20.4	1.6	279	1.4	261	0.23	0.46	14	4.3

実施日	献立名				食 品 名			1人分量(g)		栄養 価 色
21 日 (金) 【和食の日】	ごはん				ごはん			低 1食(161) 中 1食(184) 高 1食(207)		黄
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			1本(206)		赤
	さけのつけやき				さけ さとう さけ こいくちしょうゆ しお			1切(60) 1 2 3 0.2		赤黄
	だいこんのみそしる				だいこん あぶらあげ にんじん あおねぎ わかめ りゅうおうみそ にぼし にぼしだし			30 5 10 5 1.4 10 3 130		緑赤緑緑赤赤
	こまつなのびたし				こまつな えのきたけ にんじん みりん うすくちしょうゆ だしけずり			30 10 5 1 1.5 1		緑緑緑
568	31.4	2.7	405	2.8	277	0.31	0.55	20	3.1	

実施日	献立名				食 品 名			1人分量(g)		栄養 価 色
25 日 (火)	ごはん				ごはん			低 1食(161) 中 1食(184) 高 1食(207)		黄
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう			1本(206)		赤
	さかなのマリネ				さかなきりみ(さわら) しお こしょう でんぶ なたねあぶら たまねぎ にんじん さとう す			1切(50) 0.1 0.01 12 2.5 10 5 2 2 3.5		赤 黄 黄緑緑 黄
	しろなとうふのみそしる				しろな とうふ(れいとう) あぶらあげ たまねぎ にんじん りゅうおうみそ にぼし にぼしだし			10 20 5 20 10 11 3 130		緑赤赤緑緑赤
	645	27.7	2.6	381	2.2	203	0.23	0.56	8	2.2

26 日 (水)	オリーブパン				オリーブパン				低 1食(61) 中 1食(76) 高 1食(91)	黄														
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				1本(206)	赤														
	とりにくの マーマレードやき				とりにく マーマレード さとう さけ こいくちしょうゆ しお				70 7 0.8 3 3 0.1	赤 黄 黄														
	だいこんの イタリアふうにごみ				だいこん ショルダーベーコン たまねぎ しめじ トマトみずに(かん) ピーマン ケチャップ トマトピューレ ウスターソース しお こしょう ポークスープ なたねあぶら				35 10 40 15 10 5 5 5 1 0.5 0.01 65 1	緑 赤 緑 緑 緑 緑														
	こけいちーズ 				こけいちーズ				1個(10)	黄 赤														
550	32.8	3	337	1.5	130	0.36	0.62	21	3.5															

27 日 (木)	ごはん				ごはん				低 1食(161) 中 1食(184) 高 1食(207)	黄													
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				1本(206)	赤													
	こうやどうふの たまごとじ 				こうやどうふ たまご たまねぎ にんじん みつば さとう みりん うすくちしょうゆ けずりぶし				7 30 30 10 2 2 1 3 2	赤 赤 緑 緑 緑 黄													
	こまつなのすましじる				こまつな かまぼこ たまねぎ えのきたけ にんじん うすくちしょうゆ けずりぶし だしこんぶ だしじる				15 10 20 10 10 4.8 2 0.2 130	緑 赤 緑 緑 緑													

28 日 (金)	ごはん				ごはん				低 1食(161) 中 1食(184) 高 1食(207)	黄													
	ぎゅうにゅう				ぎゅうにゅう				1本(206)	赤													
	ビビンバ				ぎゅうにく もやし たけのこ にんじん あおねぎ にんにく しろごま さとう こいくちしょうゆ ごまあぶら なたねあぶら				30 30 10 10 3 0.3 1 2 5.5 0.2 0.5	赤 緑 緑 緑 緑 緑 黄 黄													
	トックスープ				トック たまねぎ はくさい にんじん あおねぎ うすくちしょうゆ こしょう だしけずり だしじる				20 20 20 10 5 4.8 0.01 2 130	黄 緑 緑 緑 緑													

今月の脂肪エネルギー比：28.4%

にほん
つたえたい日本のあじ

21日(金)【和食の日】

ごはん牛乳 鮭のつけ焼き 大根のみそ汁 小松菜の煮びたし

【和食の日】

豊かな自然に囲まれた日本では、素材の持ち味をいかした栄養バランスの良い「和食」の文化があります。11月24日は11(いい)24(にほんしょく)、「いい日本食＝和食」の語呂合わせから、「和食」の日とされています。この日は、世界に誇る「和食」文化の大切さを考える日です。「和食」は世代を超えて受け継がれてきた慣習であることや、日本各地で「和食」の保護のための取り組みが行われていることなどが評価され、2013年12月にユネスコ無形文化遺産に登録されました。

＊和食の特徴＊

- ①新鮮な食材とその味わいをいかす
- ②栄養バランスがよく、健康的な食生活
- ③自然の美しさや季節の変化を楽しむ
- ④年中行事との深い関わり



このマークの献立は卵(鶏・うずら)除去食の日です

- 14日(金) 卵入り中華スープ (鶏卵)
- 18日(火) 卵入り米粉めんのすまし汁 (鶏卵)
- 27日(木) 高野豆腐の卵とじ (鶏卵)

このマークの献立は牛乳(おかず)・乳製品除去食の日です

- 5日(水) スライスチーズ (乳製品)
- 11日(火) ビーフカレー (牛乳・バター)
- 17日(月) クリームシチュー (牛乳・バター)
- 26日(水) 固形チーズ (乳製品)

このマークの献立は2回目の揚げ油を使用しています

- 13日(木)「鶏肉のレモン風味揚げ」は、4日(火)「かぼちゃのたたき」を揚げた油を使用しています。
- 25日(火)「魚のマリネ」は、19日(水)「きなこパン」を揚げた油を使用しています。

今月使用する野菜

11月の龍王みそ、しろな、小松菜(27日の一部)、にんじん(12日、13日、14日、19日、20日、21日、27日)、白ねぎ、ほうれん草(18日の一部)は茨木市産を使用し、れんこん、かぼちゃ、小松菜の一部は有機栽培のものを使用する予定です。

今月使用する食品の原材料

※表示規定のあるアレルギー物質(28品目)食物アレルギーへの対応が必要な場合は、学校から個別に配付される資料もご確認ください。

まぐろ ^{つば} オイル漬		ゆかりのふりかけ		ぶどうゼリー		スライスチーズ・固形 ^{こい} チーズ		つぼ漬 ^づ け		味付け ^{あじ} のり		バジル		ささみフレーク	
きはだまぐろ 菜種油 食塩 水		塩蔵赤しそ ^{あか} {赤しそ 食塩 梅酢 ^{うめず} } 砂糖 食塩 酵母エキス ^{こうぼ} {酵母 食塩} デキストリン(とうもろこし他) ^{ほか} 酸味料		糖類 ^{とうるい} {果糖 ^{かうとう} ぶどう糖 ^{とうえき} 液糖 ^{とう} 砂糖 ^{さとう} } ぶどう糖 ^{ぶどうとう} ぶどう果汁 ^{かうりゅう} ゲル化 ^{かく} 剤 ^{ざい} 酸味料 ^{さんみりょう} 香料 ^{かうりゅう} ビタミンC ^{びたみん} 着色料 ^{しやくしよく} クエン酸鉄ナトリウム 水		ナチュラルチーズ 乳化 ^{にゅう} 剤 ^{ざい} 重曹 ^{じゅうそう} 水 ※乳		大根 ^{だいこん} 糖類 ^{とうるい} {ぶどう糖果糖 ^{かうとうえき} 液糖 ^{とう} 砂糖 ^{さとう} } アミノ酸 ^{あみん} 液 ^{えき} 醸造 ^{じょうぞう} 酢 ^す かつお節 ^{かつお} エキス 食塩 ^{しよくえん} カラメル色素 ^{しよくえん} 酸味料 ^{さんみりょう} 酒精 ^{しよく} 水 ^{みづ}		乾 ^{かん} のり 砂糖 ^{さとう} 醤油 ^{しょうゆ} 風味 ^{ふうみ} だし ^{だし} (鰹 ^{かつお}) 風味 ^{ふうみ} だし ^{だし} (昆布 ^{こんぷ}) 食塩 ^{しよくえん} 水あめ ^{みづあめ} 水		バジル オリーブ油 ^{おリーブあぶ} 水		ポイル ^{とり} 鶏肉 ^{にく} (鶏 ^{とり} ささみ肉 ^{にく}) 加工 ^{かこう} でんぷん ^{でん} (とうもろこし ^{とうもろこし}) 食塩 ^{しよくえん} 野菜 ^{やさい} エキス ^{えき} (玉ねぎ ^{たまねぎ} エキス ^{えき} にんじん ^{にんじん} エキス ^{えき} 水 ^{みづ}) ※鶏肉 ^{とりにく}	
イタリアンドレッシング				キャロットピラフ ^へ の具 ^ぐ						レモン果汁 ^{かみん}	ビーフン ^{びふん}	クリームコーン		卵 ^{たまご} 抜き ^{ぬき} マヨネーズ ^{まよねーず} (クラス1本 ^{ほん} づけ)	
食用植物油脂 ^{しよくぶつちようし} (菜種 ^{さいしゆ}) 砂糖 ^{さとう} 醸造 ^{じょうぞう} 酢 ^す 食塩 ^{しよくえん} 発酵 ^{はつじょう} 調味料 ^{ちみりょう} 玉ねぎ ^{たまねぎ} 香味 ^{かうみ} 食用 ^{じよう} 油 ^{あぶ} (米油 ^{こめあぶ}) バジル ミックストコフェロール ^{みくすとこふえろーる} (大豆 ^{だいず} ・米 ^{こめ} 由来 ^{よらい}) 酵母 ^{こうぼ} エキス ^{えき} パウダー ^{ぱうだー} 香辛料 ^{かうしんりょう} トマト 酸味料 ^{さんみりょう} 増粘 ^{ぞうねん} 剤 ^{ざい} 水				にんじん 食用植物油脂 ^{しよくぶつちようし} (菜種 ^{さいしゆ} パーム) とうもろこし ^{とうもろこし} 鶏肉 ^{けいにく} 赤ピーマン ^{あかひーまん} 食塩 ^{しよくえん} にんじん濃縮 ^{のうしゆく} 汁 ^{じゆ} チキン ^{ちきん} エキス ^{えき} デキストリン ^{できすとりん} (さつまいも ^{さつまいも} 他 ^{ほか}) 酵母 ^{こうぼ} エキス ^{えき} (酵母 ^{こうぼ} デキストリン ^{できすとりん} (キャッサバ ^{きゃさぱ}) 食塩 ^{しよくえん}) 白身魚 ^{しろみ} エキス ^{えき} {タラ抽出 ^{たらしゆしゆ} 液 ^{えき} 食塩 ^{しよくえん} 香辛料 ^{かうしんりょう} {白こしょう ^{はくこしょう} ターメリック ^{たーめりっく} 他 ^{ほか} } 野菜 ^{やさい} エキス ^{えき} {オニオン ^{おにん} エキス ^{えき} ネギ ^{ねぎ} エキス ^{えき} デキストリン ^{できすとりん} (キャッサバ ^{きゃさぱ}) キャベツ ^{きゃべつ} エキス ^{えき} キャロット ^{きゃろっと} エキス ^{えき} {トレハロース ^{とれはろーす} (とうもろこし ^{とうもろこし} 他 ^{ほか}) 大豆 ^{だいず} 多糖 ^{たとう} 類 ^{るい} 水 ^{みづ} ※鶏肉 ^{とりにく} 大豆 ^{だいず}						レモン	こめ	スイートコーン 加工 ^{かこう} でんぷん ^{でん} (キャッサバ ^{きゃさぱ}) 食塩 ^{しよくえん} 水		食用植物油脂 ^{しよくぶつちようし} (菜種 ^{さいしゆ} 大豆 ^{だいず}) 醸造 ^{じょうぞう} 酢 ^す 食塩 ^{しよくえん} 砂糖 ^{さとう} 粉末 ^{こな} 状 ^{じょう} 植物性 ^{じふつしよくせい} たんぱく ^{たんぱく} 香辛料 ^{かうしんりょう} 酵母 ^{こうぼ} エキス ^{えき} パウダー ^{ぱうだー} 増粘 ^{ぞうねん} 剤 ^{ざい} {加工 ^{かこう} でんぷん ^{でん} (とうもろこし ^{とうもろこし}) キサンタンガム ^{きさんたんがむ} } 調味料 ^{ちみりょう} 香辛料 ^{かうしんりょう} 抽出 ^{しゆしゆ} 物 ^{ぶつ} 水 ^{みづ} ※大豆 ^{だいず}	
ハンバーグ				大根 ^{だいこん} おろし		米粉 ^{こめ} めん		フライドポテト		マーマレード				トック	
鶏肉 ^{けいにく} 玉ねぎ ^{たまねぎ} でんぷん ^{でん} (キャッサバ ^{きゃさぱ} じゃがいも ^{じゃがいも} とうもろこし ^{とうもろこし}) ポテト ^{ぽてと} フレーク ^{ふれーく} 砂糖 ^{さとう} 食塩 ^{しよくえん} 香辛料 ^{かうしんりょう} ※鶏肉 ^{けいにく}				だいこん		白米粉 ^{はくみんこ} でんぷん ^{でん} (じゃがいも ^{じゃがいも})		じゃがいも ^{じゃがいも} 植物油 ^{じふつしよく} 脂 ^{あぶ} (パーム ^{ぱーむ})		糖類 ^{とうるい} (砂糖 ^{さとう}) 糖類 ^{とうるい} (水あめ ^{みづあめ}) 果実 ^{かうじ} (いよかん ^{いよかん}) 果実 ^{かうじ} (なつみかん ^{なつみかん}) 還元 ^{かへん} 水 ^{みづ} あめ ^{あめ} 濃縮 ^{のうしゆく} なつみかん ^{なつみかん} 果汁 ^{かうじ} ゆず果汁 ^{ゆずかうじ} ゲル化 ^{かく} 剤 ^{ざい} 酸味料 ^{さんみりょう} 水				米粉 ^{こめ} 食塩 ^{しよくえん} 加工 ^{かこう} でんぷん ^{でん} (キャッサバ ^{きゃさぱ}) 酒精 ^{しよく}	