年　　組　　番・名前

平成３０年度１月分

学校給食献立一覧表

青森市中学校給食センター

実施日		こんだて 主食	牛乳		おかず	主に体の組織をつくる食品群	主に体の調子を整える食品群	主にエネルギーとなる食品群	エネルギー（Kcal）	たんぱく質（g）
15	火	米粉パン	牛乳	A	さつまいもポタージュ・チキンフィレオ・ゆで野菜（キャベツ・人参）・シーザードレッシング	牛乳、チキンフィレオ	マッシュルーム、玉ねぎ パセリ、キャベツ、人参	米粉パン さつまいも ドレッシング	918	37.7
				B	春雨スープ・ハンバーグ・いんげんとベーコンの炒め物	牛乳、豚肉 ハンバーグ、ベーコン	もやし、長ねぎ、人参 さやいんげん、玉ねぎ	米粉パン ごま油 春雨	877	39.1
16	水	米飯２３０ｇ	牛乳	A	◉沢煮椀・鶏肉のごま照焼・すき昆布と豚肉の炒め物	牛乳、豚肉 鶏肉のごま照焼 昆布	竹の子、人参、えのき 長ねぎ、ごぼう	米飯 （こんにゃく） ごま油	767	33.5
				B	長いもすいとん汁・ポークメンチカツ・ゆで野菜（ほうれん草・しめじ）・ポン酢	牛乳、鶏肉 ポークメンチカツ	人参、長ねぎ、大根 ごぼう、ほうれん草 しめじ	米飯 長いもすいとん 米油	823	32.4
17	木	ゆで中華	牛乳	A	塩ラーメン・いかメンチ焼・ゆで野菜（小松菜・人参）・県産中華ドレッシング・カットりんご（学配）	牛乳、豚肉、なると わかめ、いかメンチ焼	もやし、キャベツ、長ねぎ メンマ、小松菜、人参 りんご	ゆで中華 ごま ドレッシング	708	29.9
				B	塩ラーメン・ねぎたま焼・いんげんとじゃこの炒め物・カットりんご（学配）	牛乳、豚肉、わかめ なると、ちりめんじゃこ ねぎたま焼	もやし、キャベツ、長ねぎ メンマ、さやいんげん 人参、りんご	ゆで中華 ごま、ごま油 （こんにゃく）	687	30.2
18	金	米飯２３０ｇ	牛乳	A	豚汁・さば生姜煮・ゆで野菜（カリフラワー・コーン）・マヨネーズ	牛乳、豚肉 高野豆腐 さば生姜煮	人参、キャベツ、長ねぎ ごぼう、カリフラワー コーン	米飯 マヨネーズ	845	35.0
				B	野菜ボールスープ・白身魚フライ・チャプチェ	牛乳、野菜ボール 豆腐、白身魚フライ 豚挽肉	もやし、人参、長ねぎ 玉ねぎ、竹の子、ピーマン にんにく	米飯、米油 春雨、ごま ごま油	843	30.2
21	月	麦ご飯２５０ｇ	牛乳	A	ポークカレー・ゆで野菜（いんげん・人参）・和風乳化ドレッシング・みかんゼリー（学配）	牛乳、豚肉、粉チーズ	玉ねぎ、人参 さやいんげん	麦ご飯 じゃがいも ドレッシング みかんゼリー	928	26.9
				B	ハッシュドポーク・長いもとツナの炒め物・みかんゼリー（学配）	牛乳、豚肉、 スキムミルク 粉チーズ、ツナ	玉ねぎ、人参 マッシュルーム、ごぼう	麦ご飯 長いも みかんゼリー	909	31.4
22	火	ニューコッペパン	牛乳	A	ミネストローネ・チキンナゲット・れんこんとコーンのバター炒め	牛乳、大豆 ポークフランクフルト チキンナゲット	玉ねぎ、大根、人参、トマト にんにく、パセリ、れんこん コーン	ニューコッペパン オリーブ油、米油 バター	900	30.3
				B	クラムチャウダー・トマトオムレツ・ゆで野菜（ブロッコリー・人参）・フレンチドレッシング	牛乳、あさり トマトオムレツ	にんにく、しめじ、玉ねぎ 人参、パセリ、ブロッコリー	ニューコッペパン じゃがいも ドレッシング	915	32.8
23	水	米飯２３０ｇ	牛乳	A	◉ほたてのみそ汁・ほっけ塩焼・ひじきの炒め煮・スナックアーモンド	牛乳、ほたて ほっけ塩焼 ひじき、豚肉	白菜、長ねぎ、小松菜 人参、枝豆	米飯 アーモンド	753	36.7
				B	もずくスープ・いわし梅醤油煮・ゆで野菜（ほうれん草・コーン）・和風ごまドレッシング・スナックアーモンド	牛乳、もずく、卵 いわし梅醤油煮	もやし、長ねぎ、ほうれん草 コーン	米飯、ごま ごま油 ドレッシング アーモンド	780	31.1
24	木	ゆでうどん	牛乳	A	山菜うどん・お好み焼・ゆで野菜（きゅうり・茎わかめ）県産中華ドレッシング・プレーン蒸しパン（学配）	牛乳、豚肉、油揚 かまぼこ、茎わかめ お好み焼	長ねぎ、人参、ふき、細竹 ぜんまい、えのきたけ 干ししいたけ、きゅうり	ゆでうどん ドレッシング 蒸しパン	743	27.1
				B	山菜うどん・スコッチエッグ・キャベツといかの中華風炒め・プレーン蒸しパン（学配）	牛乳、豚肉、油揚 かまぼこ、いか スコッチエッグ	長ねぎ、人参、ふき、細竹 ぜんまい、えのきたけ 干ししいたけ、キャベツ ピーマン	ゆでうどん ごま油 蒸しパン	749	32.0
25	金	米飯２５０ｇ	牛乳	A	中華丼・小籠包・ゼリー入りフルーツポンチ	牛乳、豚肉、うずら卵 えび、小籠包	しょうが、白菜、人参、小松菜 竹の子、干ししいたけ もも、みかん、パイン	米飯 ごま油 マスカットゼリー	810	29.8
				B	マーボー丼・棒ギョウザ・黄桃入り杏仁豆腐	牛乳、豆腐、豚挽肉 棒ギョウザ	長ねぎ、キャベツ、人参 にんにく、しょうが もも	米飯 ごま油 杏仁豆腐	883	29.7
28	月	米飯２３０ｇ	牛乳	A	じゃがいもとわかめのみそ汁・さんまみぞれ煮・★煮あえっこ	牛乳、わかめ、油揚 さんまみぞれ煮 豆腐	長ねぎ、大根、人参 ごぼう、わらび	米飯 じゃがいも	750	28.3
				B	キムチスープ・鮭照焼・ゆで野菜（ほうれん草・人参）・焙煎ごまドレッシング	牛乳、豚肉、豆腐 鮭照焼	小松菜、人参、白菜キムチ ほうれん草	米飯 ごま油 ドレッシング	715	33.6
29	火	りんごパン	牛乳	A	コンソメスープ・プレーンオムレツ・チリコンカーン・◉給食週間デザート（学配）	牛乳、ベーコン プレーンオムレツ 豚挽肉、大豆	玉ねぎ、人参、もやし 干ししいたけ、パセリ にんにく	りんごパン 給食週間デザート	894	34.9
				B	コーンポタージュ・クリスピーチキン・ゆで野菜（アスパラ・人参）サウザンアイランドドレッシング・◉給食週間デザート（学配）	牛乳 クリスピーチキン	コーン、玉ねぎ、パセリ アスパラガス、人参	りんごパン じゃがいも ドレッシング 給食週間デザート	917	30.7
30	水	米飯２３０ｇ	牛乳	A	つみれ汁・赤魚塩焼・野菜たっぷりビーフン炒め	牛乳、チキンボール 赤魚塩焼、豚肉	大根、人参、長ねぎ キャベツ、玉ねぎ ピーマン	米飯 ビーフン	752	31.1
				B	せんべい汁・あじフライ・ゆで野菜（ブロッコリー・コーン）・青じそドレッシング	牛乳、鶏肉 あじフライ	大根、人参、長ねぎ、ごぼう 干ししいたけ、ブロッコリー コーン	米飯 汁用せんべい 米油	790	31.4
31	木	ゆで中華	牛乳	A	とんこつ味噌ラーメン・チヂミ・ゆで野菜（小松菜・もやし）・和風乳化ドレッシング・ワッフルチーズドック（学配）	牛乳、豚肉、わかめ なると、チヂミ	キャベツ、人参、長ねぎ メンマ、小松菜 もやし	ゆで中華 ごま、ドレッシング ワッフルドック	816	33.6
				B	とんこつ味噌ラーメン・ビックシュウマイ・ジャーマンポテト・ワッフルチーズドック（学配）	牛乳、豚肉、わかめ なると、ビックシュウマイ ベーコン	キャベツ、人参、長ねぎ メンマ、玉ねぎ	ゆで中華 ごま、じゃがいも バター、ワッフルドック	877	33.7

献立は都合により変わることがあります。

※　みかんゼリー・給食週間デザートのカラ容器・ふた・紙スプーンは、ひとまとめにしてセンターに返してください。
（牛乳のストローやふりかけなどの小袋を混ぜないこと）

◎　**食物アレルギーがあり、自分で取り除いたり、おかずを持ってきている生徒は、安全のため、おかわりはしないようにお願いします。**

1月24日～30日は

全国学校給食週間

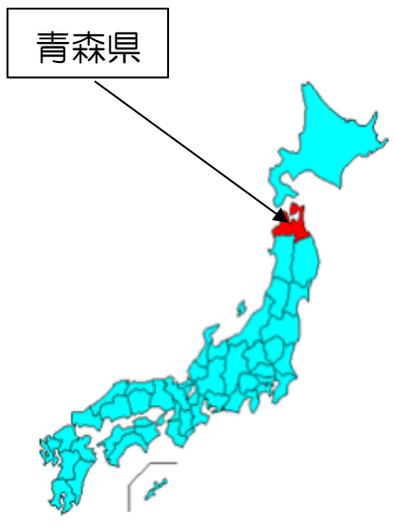
１６日（水）Ａ さわにわん **◉沢煮椀** （新メニュー）	２３日（水）Ａ **◉ほたてのみそ汁**	２９日（火）Ａ・Ｂ **◉給食週間デザート**
「沢煮椀」とは、豚の背脂と千切りにした野菜を具材に、薄味に仕立てた汁物です。給食では、豚の背脂の代わりに、豚もも肉を使って、さっぱりと仕上げています。 〝沢〟には「たくさん＝沢山」という意味があります。 	青森県はほたての生産量が全国２位で、ほたての養殖産地として有名です。 ほたてには「タウリン」というアミノ酸が多く含まれ、疲労回復やコレステロール値を下げるなど様々な作用があります。うま味がたっぷり溶け込んだみそ汁になっています。 	1月24日～３０日は全国学校給食週間です。 戦時中に一度中断された給食ですが、善意や協力によって再開することができました。それを記念し、給食の意義や食べ物、給食に関わる人への感謝の気持ちを改めて考える１週間として実施されるようになりました。

２８日（月）Ａ　**★煮あえっこ**

（青森県の郷土料理）

「煮あえっこ」は、青森県下北郡佐井村の郷土料理です。冠婚葬祭には必ず出され、地域の人たちに親しまれてきました。秋大根の収穫期につくられることも多く、その土地で穫れた食材を使って作られます。主に大根・人参・わらび・ごぼう・しいたけなどの野菜を千切りにし、豆腐を加えて煮ながら和えて作ります。

「煮あえっこ」は野菜をたっぷり食べられるメニューとしておすすめです。



平成３０年度１月

学校給食献立一覧表（アレルゲン表示）【改訂版】

＊　**青森市の給食には【そば、落花生、キウイフルーツ、バナナ、魚卵】を使用していません。（コンタミネーションの可能性はあります）**
（コンタミネーション：原材料に使用していないが、工場内や製造ラインで使用されているため、わずかな量が混入する可能性があること）
＊　青森市には、法律で表示が奨励されている、あわび・まつたけのアレルギーを持つ児童生徒はいないので、表示しておりません。
＊　●は原材料由来のアレルゲン、○はコンタミネーションとしてアレルゲンが含まれている可能性があるものです。
また、コンタミネーションは法律で表示が義務付けられていないため、わかる範囲で表示しています。
＊　ごはん、麦ご飯、麺類、パン類のコンタミネーションは、最大値を記載しておりますが、詳細は加工工場により異なります。
詳細は中学校給食センターにお問合せください。なお、昨年度と同じ加工工場・製品です。
＊　入札後使用する食材が確定し、**新たにアレルゲンが追加された献立は太字**になっています。
＊　★は新たに追加された原材料由来のアレルゲン、☆は新たに追加されたコンタミネーションを表しています。

※献立名が網かけになっているところは、献立を変更したところです

※食物アレルギーがあり、自分で取り除いたり、おかずを持ってきている生徒は、安全のため、おかわりはしないようにお願いします。

青森市中学校給食センター

実施日		献立名	特定原材料（表示義務）							特定原材料に準ずる（表示の奨励）																	その他								
			えび	かに	小麦	そば	卵	乳	落花生	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイ	牛肉	くるみ	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	魚	魚卵	たこ	貝類	果物類	種実類	トマト	里芋
15日（火）	A	米粉パン			●		○	●									○			○						○	○								
		牛乳						●																											
		さつまいもポタージュ			●		○	●												●	●	○	●	○	○	○		魚醤加工品（いわし）						●	
		チキンフィレオ			●		○	○												●	●														
		ゆで野菜（キャベツ・人参）																																	
		シーザードレッシング					●	●												●			●					アンチョビソース							
	B	米粉パン			●		○	●									○			○						○	○								
		牛乳						●																											
		春雨スープ			●										○		●			●	●		●				●	魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら)						●	
		ハンバーグ			●															●	●		●								ほたてCa	ぶどう		●	
		いんげんとベーコンの炒め物			●		○	○												●	●		●											●	
16日（水）	A	米飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○									
		牛乳						●																											
		◉沢煮椀			●		○	○							○					●	○	○	●	○	○	○		かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス							
		鶏肉のごま照焼			●			●									●			●	●		●					魚介エキス（かたくちいわし）							
		すき昆布と豚肉の炒め物			●										○		●			●	○		●					かつお節粉末、かつお節エキス							
	B	米飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○									
		牛乳						●																											
		長いもすいとん汁			●										○	○				●	●		○		●			かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス							
		ポークメンチカツ	○		●		○	●		○					○		○	○		●	●		●				○								
		ゆで野菜（ほうれん草・しめじ）			○		○	○												○		○		○	○	○									
		ポン酢			●														●	●						●		かつおエキス、鰹節エキス			（ほたて、あさり、かき）エキス	（ゆず、すだち）果汁			
17日（木）	A	ゆで中華			●	○																													
		牛乳						●																											
		塩ラーメン	○	○	●			○							○		●	○		●	●		●	○		○	●	すけそうたら、いとより、かつおエキス							
		いかメンチ焼			●					●							○			●	○		○			○	○								
		ゆで野菜（小松菜・人参）																																	
		県産中華ドレッシング			●												●			●						●		魚醤（イワシ）、かつおぶしエキス				レモン濃縮果汁			
		カットりんご（学配）										○		○												●									
	B	ゆで中華			●	○																													
		牛乳						●																											
		塩ラーメン	○	○	●			○							○		●	○		●	●		●	○		○	●	すけそうたら、いとより、かつおエキス							
		ねぎたま焼			●		●										●			●						●		かつおだし汁							
		いんげんとじゃこの炒め物	○	○	●												●			●								かたくちいわし稚魚							
		カットりんご（学配）										○		○												●									
18日（金）	A	米飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○									
		牛乳						●																											
		豚汁													○					●	○		●					かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス							
		さば生姜煮	○	○	●		○	○		○		○			○		○	○	●	●	○		○			○	○								
		ゆで野菜（カリフラワー・コーン）																																	
		マヨネーズ					●													●						●									
	B	米飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○									
		牛乳						●																											
		野菜ボールスープ			●												●			●	●		●					いとよりすり身、かつお節エキス 魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら)						●	
		白身魚フライ（ホキ）	○		●			○		○							○	○	○	●								ホキ							
		チャプチェ	○	○	●		○	○						○	○		●	○		●	●		●	○		○		魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら) 魚介エキス（ほっけ、すけとうだら）			かき、ほたてエキス			●	
21日（月）	A	麦ご飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○									
		牛乳						●																											
		ポークカレー			●			●							○					●	●		●					かつお節エキス、魚醤加工品（いわし）						●	
		ゆで野菜（いんげん・人参）																																	
		和風乳化ドレッシング			●		●					●								●								鰹エキス				みかん果汁			
		みかんゼリー（学配）																		●												みかん果汁			
	B	麦ご飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○									
		牛乳						●																											
		ハッシュドポーク			●		○	●							○					●	●		●	○		○						ぶどう		●	
		長いもとツナの炒め物																		●					●			きはだまぐろ							
		みかんゼリー（学配）																		●												みかん果汁			
22日（火）	A	ニューコッペパン			●		○	●									○			○						○	○								
		牛乳						●																											
		ミネストローネ			●										○					●	●		●				●							●	
		チキンナゲット			●															●	●		●												
		れんこんとコーンのバター炒め			●			●												●						○									
	B	ニューコッペパン			●		○	●									○			○						○	○								
		牛乳						●																											
		クラムチャウダー		○	●			●												●	●		●					魚醤加工品（いわし）			あさり、ほたてCa ほたてエキスパウダー	ぶどう		●	
		トマトオムレツ			○		●													●	●		○				○							●	
		ゆで野菜（ブロッコリー・人参）																																	
		フレンチドレッシング																														レモン果汁			
23日（水）	A	米飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○									
		牛乳						●																											
		◉ほたてのみそ汁																		●								かつおふしだし汁			ほたて貝				
		ほっけ塩焼			○			○		○					○		○	○	○	○	○		○				○	ホッケ							
		ひじきの炒め煮			●										○					●	○		●					かつお節粉末、かつお節エキス							
		スナックアーモンド	○	○	○		○	○	○	○			○			○	○			○													アーモンド		
	B	米飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○									
		牛乳						●																											
		もずくスープ	○	○	●		●										●			●	●		●				●	魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら)						●	
		いわし梅醤油煮			●		○	○				○					○		○	●						○		いわし				梅果肉			
		ゆで野菜（ほうれん草・コーン）			○		○	○												○		○		○	○	○									
		和風ごまドレッシング			●												●			●	●		●				●	かつお節エキス			ほたてエキス				
		スナックアーモンド	○	○	○		○	○	○	○			○			○	○			○													アーモンド		

実施日		献立名	特定原材料(表示義務)							特定原材料に準ずる(表示の奨励)																		その他								
			えび	かに	小麦	そば	卵	乳	落花生	いか	いくら	オレンジ	カシューナッツ	キウイ	牛肉	くるみ	ごま	さけ	さば	大豆	鶏肉	バナナ	豚肉	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	魚	魚卵	たこ	貝類	果物類	種実類	トマト	里芋
24日（木）	A	ゆでうどん			●	○																														
		牛乳						●																												
		山菜うどん			●										○					●	○		●			○		タラすり身、かつおぶし、そうだぶし、かつお酵素分解物、にぼし まぐろエキス								
		お好み焼	●		●		●			●									●	●	●		●					魚肉すり身（すけそうだら）、粉末削りぶし、かつおエキス								
		ゆで野菜（きゅうり・茎わかめ）																																		
		県産中華ドレッシング			●												●			●						●		魚醤（イワシ）、かつおぶしエキス				レモン濃縮果汁				
		プレーン蒸しパン（学配）			●		●	●				○				○	○	○		●		○														
	B	ゆでうどん			●	○																														
		牛乳						●																												
		山菜うどん			●										○					●	○		●			○		タラすり身、かつおぶし、そうだぶし、かつお酵素分解物、にぼし まぐろエキス								
		スコッチエッグ			●		●								○					●	●		○					かつお風味調味料								
		キャベツといかの中華風炒め	○	○	●		○	○		★				○	○		●	○		●	●		●	○		○		魚介エキス（ほっけ、すけとうだら） 魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら）			かき、ほたてエキス				●	
		プレーン蒸しパン（学配）			●		●	●				○				○	○	○		●		○														
25日（金）	A	米飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○										
		牛乳						●																												
		中華丼	●		●		●								○		●			●	●		●			●		魚介エキス（かつお、ほっけ、すけとうだら） 魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら）			ほたてエキス かきエキス オイスタージュース				●	
		小籠包	○	○	●		○	○		○					○		●			●	●		●								オイスターソース	ぶどう				
		ゼリー入りフルーツポンチ																						●		●						みかん、パインアップル マスカット果汁				
	B	米飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○										
		牛乳						●																												
		マーボー丼			●										○		●			●	●		●								オイスターソース					
		棒ギョウザ	○	○	●		○	○		○	○				☆		★	○	○	●	●		●	○		○	○		○	○						
		黄桃入り杏仁豆腐						●												●				●							ほたてCa		杏仁パウダー		
28日（月）	A	米飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○										
		牛乳						●																												
		じゃがいもとわかめのみそ汁	○	○																●								かつおふしだし汁								
		さんまみぞれ煮			●							○					○		○	●								さんま								
		★煮あえっこ			●															●						○		かつお節粉末、かつお節エキス								
	B	米飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○										
		牛乳						●																												
		キムチスープ			●										○		●		●	●	●		●			●	●	かつおエキス、魚醤パウダー(ほっけ、すけとうだら）							●	
		鮭照焼	○	○	●			○		○								●	○	●								魚醤油（かたくちいわし）								
		ゆで野菜（ほうれん草・人参）			○		○	○												○		○		○	○	○										
		焙煎ごまドレッシング			★		★										●			●																
29日（火）	A	りんごパン			●		○	●									○			○						●	○									
		牛乳						●																												
		コンソメスープ			●		○	○												●	●		●											●	
		ブレーンオムレツ	○	○	●		●	○									○			●	○		○			●		かつおだし								
		チリコンカーン			●										○					●	●		●									ぶどう			●	
		◉給食週間デザート（学配）																						●		●						温州みかん果汁				
	B	りんごパン			●		○	●									○			○						●	○									
		牛乳						●																												
		コーンポタージュ			●			●												●	●		●								ほたてエキスパウダー ほたてCa			●	
		クリスピーチキン			●			●												●	●		●													
		ゆで野菜（アスパラ・人参）																																		
		サウザンアイランドドレッシング			●		●													●														●	
		◉給食週間デザート（学配）																						●		●						温州みかん果汁				
30日（水）	A	米飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○										
		牛乳						●																												
		つみれ汁	○	○	○		○	○							○		○			●	●		●		○	○	○	かつおふしだし汁								
		赤魚塩焼			○			○		○					○		○	○	○	○	○		○				○	赤魚（アラスカメヌケ）								
		野菜たっぷりビーフン炒め	○	○	●		○	○						○	○		○	○		●	●		●	○		○									●	
	B	米飯			○		○	○							○		○	○	○	○	○		○			○										
		牛乳						●																												
		せんべい汁			●		○	○	○						○		○			●	●		○				●	かつおふしだし汁、かつお節粉末、かつお節エキス			ほたてCa					
		あじフライ			●		○	○		○								○		●			●					鯵								
		ゆで野菜（ブロッコリー・コーン）																																		
		青じそドレッシング			●														●	●						●		そうだがつお削りぶし、かつおぶしエキス かつおぶしエキス（粉末）								
31日（木）	A	ゆで中華			●	○																														
		牛乳						●																												
		とんこつ味噌ラーメン	○	○	●			○							○		●	○		●	●		●	○		○	●	すけそうたら、いとより								
		チヂミ			●					●																		鰹節エキス								
		ゆで野菜（小松菜・もやし）																																		
		和風乳化ドレッシング			●		●					●								●								鰹エキス				みかん果汁				
		ワッフルチーズドック（学配）			●		●	●																												
	B	ゆで中華			●	○																														
		牛乳						●																												
		とんこつ味噌ラーメン	○	○	●			○							○		●	○		●	●		●	○		○	●	すけそうたら、いとより								
		ビックシュウマイ	○	○	●		○	○		○					○	○	○	○		●	●	○	●			○	○				ほたて貝エキス				
		ジャーマンポテト			○		○	●												●			●													
		ワッフルチーズドック（学配）			●		●	●																												