

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

※ 食べたことがない食材に線を引いて下さい。 ※

## 12月分 給食献立予定食材表

曜日	献立名	材料名			
		熱や力になるもの	血や肉・骨をつくるもの	体の調子をととのえるもの	おやつ
1/金	カレイのごまがらめ 春雨サラダ 豚肉と根菜のお汁	米 さとう ごま 春雨	カレイ ハム 豚肉 油揚げ	きゅうり コーン(粒) 大根 にんじん ごぼう 青ねぎ	じゃがいも 青のり
	のり塩フライドポテト				
2/土	きつねうどん くだもの	うどん	油揚げ わかめ	たまねぎ にんじん しいたけ	せんべい
	せんべい				
4/月	ポークビーンズ ツナとキャベツの炒め物	米 じゃがいも 米油 さとう	豚肉 大豆(水煮) ツナ	たまねぎ にんじん トマトピューレ パセリ キャベツ コーン(粒)	みかん もも バナナ
	くだもの				
5/火	鮭の塩焼き うの花の炒り煮 さつまいものみそ汁	米 こんにやく さとう さつまいも	鮭 鶏肉 粉高野 ちくわ(アレルギーなし) みそ	にんじん ごぼう しいたけ たまねぎ 青ねぎ	天かす 青のり 米
	天かすと青のりのおにぎり①				
6/水	照り焼きチキン ブロッコリーのおかか和え かぶのスープ	米 さとう	鶏肉 糸かつお ベーコン	ブロッコリー かぶ にんじん たまねぎ しめじ チンゲン菜	食パン たまねぎ 溶けるチーズ
	オーロラチーズトースト①②③				
7/木	麻婆豆腐 パンパンジー	米 米油 さとう 春雨 ごま	木綿豆腐 豚ミンチ 赤みそ 鶏ささみ	にんじん きゅうり コーン(粒) ピーマン たまねぎ しいたけ しょうが 青ねぎ	焼きそば麺 豚肉 かつお 太もやし 青のり たまねぎ にんじん キャベツ
	やきそば①				
8/金	煮魚 豚肉とレンコンのしぐれ煮 もずくのみそ汁	米 さとう 米油	カレイ 豚肉 木綿豆腐 油揚げ もずく みそ	しょうが にんじん れんこん たまねぎ 青ねぎ	食パン りんごジャム
	りんごジャムサンド①③				
11/月	冬野菜の豆乳チャウダー ひじきの煮物	米 じゃがいも 米油 さとう こんにやく	鶏肉 豆乳 干ひじき 油揚げ	にんじん しいたけ かぶ たまねぎ しめじ コーン 枝豆	揚小丸 芋スティック
	かみかみ				
12/火	ぶりの幽庵焼き ほうれん草の白和え ばち入りみそ汁	米 糸こんにやく さとう ごま そうめんバチ	ぶり 木綿豆腐 白みそ 油揚げ みそ	にんじん ほうれん草 たまねぎ 青ねぎ	ぶどうジュース 寒天 桃
	ぶどうゼリー				
13/水	カレーシチュー コーンキャベツ	米 じゃがいも	豚肉 ベーコン	にんにく コーン(粒) しょうが たまねぎ にんじん かぼちゃ キャベツ	バナナ みかん 桃
	ミックスフルーツ				
14/木	ユーリンチー ブロッコリーの中華和え ワンタンスープ	米 米油 さとう ワンタンの皮	鶏肉 きざみのり 豚肉	青ねぎ しょうが ブロッコリー にんじん たまねぎ 太もやし	ホットケーキミックス たまご さとう バター 牛乳 ココア
	ブラウニー①②③				

## 12月分 給食献立予定食材表

曜日	献立名	材料名			
		熱や力になるもの	血や肉・骨をつくるもの	体の調子をととのえるもの	おやつ
15/金	さわらの西京焼き ささみとキャベツの炒め物 豚肉ともずくのみそ汁	米 さとう 米油	さわら みそ 白みそ ささみ 豚肉 木綿豆腐 もずく	キャベツ コーン(粒) にんじん たまねぎ 青ねぎ	食パン きなこ さとう バター
	きなこラスク①②③				
18/月	芋煮 米粉パスタサラダ	米 里芋 こんにやく 米粉めん マヨネーズ	牛肉 さつまあげ(アレルギーなし) ツナ	にんじん ごぼう 白ねぎ 青ねぎ きゅうり	バナナ パイナップル もも
	くだもの				
19/火	鮭の生姜焼き レンコンのぎんぴら さつまい	米 糸こんにやく 米油 さとう ごま さつまいも	鮭 豚肉 みそ	しょうが れんこん 水菜 にんじん 大根 青ねぎ	ヨーグルト みかん さとう ビスケット
	てづくりヨーグルト②				
20/水	ポルシチ ごぼうサラダ	米 米油 じゃがいも ごま マヨネーズ	牛肉 大豆(水煮) ツナ	にんじん きゅうり たまねぎ かぶ トマト パセリ ごぼう	小麦粉 さとう 米油
	ちんすこう①				
21/木	さわらの柚子あんかけ 白菜のごま和え 鶏肉とかぼちゃのスープ	米 米油 さとう ごま	さわら 鶏肉 木綿豆腐 みそ	はくさい 菜の花 にんじん かぼちゃ しめじ 青ねぎ	あんぱん
	おたのしみパン①②③				
22/金	煮込みハンバーグ ブロッコリーの昆布茶和え コンソメスープ	米	豚ミンチ 牛ミンチ 絹豆腐 大豆フレーク	たまねぎ しめじ にんじん ブロッコリー かぼちゃ しめじ えのき	ホットケーキミックス たまご ヨーグルト さとう バター もも 生クリーム
	クリスマスフィン①②③				
25/月	びびんバ 豆腐とわかめのスープ	米 米油 さとう ごま	牛肉 木綿豆腐 わかめ	もやし たまねぎ にんじん たけのこ ほうれん草 青ねぎ コーン(粒) しょうが にんにく	
	かみかみ				
26/火	やきそば 中華スープ	焼きそば麺	豚肉 わかめ	にんじん 青ねぎ たまねぎ きゃべつ もやし えのき はくさい	
	ビスケット				
27/水	親子丼 みそ汁	米 じゃがいも さとう ふ	鶏肉 たまご 木綿豆腐 みそ わかめ	たまねぎ にんじん しいたけ 青ねぎ	
	せんべい				
28/木	煮込みうどん 白菜のしらす和え	うどん	豚肉 しらす干し	はくさい たまねぎ にんじん しめじ ほうれん草 青ねぎ	
	ビスケット				

※アレルギー物質※

- 1、小麦
- 2、乳・乳製品
- 3、卵
- 4、その他