



## 12月献立表

給食		おやつ	材料	給食		おやつ	材料		
1	水	ご飯 なすと豚肉のみそ炒め もずくスープ	牛乳 おにぎり	精白米 なす ぎつたま芋 豚肉 にんじん ビーマン しめじ ごま油 酒 味噌 砂糖 酒粕 しょうゆ ごま 絹ごし豆腐 玉ねぎ もずく レタス しょうが 鶏 がらスープ 塩 片栗粉	16	木	ご飯 カレイの香り焼き 切干大根の煮物 みそ汁 オレンジ	牛乳 ジャムサンド(ブルーベリー)	精白米 さわら 砂糖 濃口しょうゆ 料理酒 みりん 切干しだいこん にんじん いんげん うす揚げ サラダ油 キャベツ 青葱 みそ 削り節 こんぶ オレンジ 食パン ブルーベリージャム
2	木	ご飯 煮魚 刻み昆布のごま和え みそ汁	牛乳 コーントースト	精白米 カラスガレイ しょうゆ 砂糖 みりん 酒 にんじん きゅうり 刻み昆 布 ごま ごま油 絹ごし豆腐 チンゲン菜 玉ねぎ えのき 味噌 鰹節 出 汁昆布 コーン 食パン	17	金	ご飯 コロッケ ゆで野菜 すまし汁	牛乳 お菓子	精白米 じゃがいも 豚ミンチ 牛肉ミンチ 玉ねぎ 油 小麦粉 卵 パン粉 油 トマトケチャップ 砂糖 みりん ブロッコリー 絹ごし豆腐 人参 わか め みつば しょうゆ 塩 削り節 出し昆布 牛乳
3	金	とりななぼうどん たまねぎとちくわのかき揚げ みかん	牛乳 お菓子	ゆでうどん 鶏もも肉 サラダ油 はくさい にんじん 青葱 水 削り節 こんぶ 濃 口しょうゆ 砂糖 薄口しょうゆ 料理酒 みりん たまねぎ 竹輪 えだまめ 薄力 粉 食塩 青のり みかん	20	月	ご飯 石狩鍋 春雨のごま酢和え みかん	牛乳 おにぎり	精白米 鮭 塩 じゃが芋 焼き豆腐 大根 人参 玉ねぎ 系こんにやく ね ぎ 干し椎茸 味噌 酒粕 削り節 出汁昆布 春雨 きゅうり ホールコーン 缶 ハム わかめ 酢 砂糖 ごま しょうゆ 塩 みかん 牛乳
6	月	ご飯 鶏の竜田揚げ ブロッコリーの割り醤油和え みそ汁	牛乳 おにぎり	精白米 鶏肉 塩 しょうゆ 酒 片栗粉 油 ブロッコリー しょうゆ 削り節 出汁昆布 絹ごし豆腐 たまねぎ にんじん 油あげ ネギ わかめ 味噌	21	火	スパゲティナポリタン レタスのスープ 青りんご	牛乳 スイートポテト	スパゲティ ウィナー 玉ねぎ 人参 ビーマン 油 トマトケチャップ 塩 ウ スターソース 粉チーズ 砂糖 レタス絹ごし豆腐 えのき わかめ しょうゆ 固形ブイヨン 塩 牛乳 さつま芋 卵 パター
7	火	ご飯 鮭の照り焼き 小松菜のごま和え みそ汁 青りんご	牛乳 マカロニきなこ	精白米 鮭 塩 しょうゆ みりん 砂糖 小松菜 にんじん ごま 削り節 出汁昆布 絹ごし豆腐 大根 玉ねぎ 油揚げ ネギ 味噌 青りんご 牛乳 きなこ マカロニ	22	水	カレーライス サワーサラダ チーズ	牛乳 お菓子	精白米 鶏もも肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 ビーマン カレールウ キャベツ パイン缶 レーズン マヨドレ 豆乳トーグルト 酢 砂糖 チーズ 牛乳
8	水	ロールパン かぶのシチュー 白菜の和風サラダ みかん	牛乳 お菓子	ロールパン 鶏肉 玉ねぎ かぶ葉 かぶ 人参 クリームコーン缶 マッシュ ルーム パセリ パター ベシヤメルソース 固形ブイヨン 塩 白菜 キャベツ きゅうり 花かつお 油 酢 砂糖 塩 しょうゆ みかん 牛乳	23	木	ご飯 鮭のクリームソース ブロッコリーサラダ わかめスープ みかん	牛乳 バニラヨーグルト(市販)	精白米 鮭 塩 玉ねぎ 人参 油 ベシヤメルソース 牛乳 パセリ プ ロコリー パプリカ(赤・黄) りんご酢 砂糖 わかめ 大根 レタス えのき しょうゆ 固形ブイヨン みかん 牛乳 バニラヨーグルト
9	木	ご飯 タラの香草マヨ焼き もやしのかつお和え かぼちゃのソテー みそ汁	牛乳 アメリカンドック	精白米 ふりかけ タラ たまねぎ 青のり サラダ油 上新粉 食塩 マヨドレ もや し にんじん みりん 濃口しょうゆ かぼちゃ 木綿豆腐 青葱 みそ 削り節 こん ぶ 牛乳 ホットケーキミックス ウィナー 卵	24	金	ツリーライス 鶏の竜田揚げ ポテトサラダ ブロッコリーのかつお和え 野菜スープ	牛乳 クリスマスケーキ	精白米 鶏肉 塩 しょうゆ 酒 片栗粉 油 じゃが芋 ミックスベジタブル 酢 砂糖 マヨドレ ブロッコリー 人参 鰹節 大根 キャベツ しめじ 鶏が らスープ パセリ 牛乳 ホットケーキミックス ホイップ いちごジャム
10	金	中華丼 わかめスープ バナナ	牛乳 お菓子	精白米 豚肉 竹輪 たまねぎ にんじん しいたけ はくさい ビーマン もやし 鶏 がらスープ 薄口しょうゆ 片栗粉 サラダ油 わかめ だいこん 青葱 バナナ 牛乳	27	月	きつね丼 春雨サラダ りんご	牛乳 おにぎり	精白米 卵 玉ねぎ かまぼこ 人参 みつば 油揚げ 砂糖 醤油 みりん 酒 片栗粉 削り節 出し昆布 春雨 きゅうり ツナ わかめ 油 酢 りんご 牛乳
13	月	ご飯 関東煮 なたね和え りんご	牛乳 おにぎり	精白米 鶏肉 じゃが芋 大根 厚揚げ 人参 ちくわ 醤油 みりん 砂糖 削り節 出汁昆布 ほうれん草 卵 塩 りんご 牛乳	28	火	ご飯 白身魚の照り焼き 小松菜の胡麻和え たっぷり野菜のスープ みかん	お茶 豆乳リゾット	精白米 カラスガレイ 塩 しょうゆ みりん 砂糖 小松菜 エリンギ ごま しょうゆ 削り節 じゃが芋 人参 玉ねぎ 大豆 パセリ 固形ブイヨン 塩 みかん 無調整豆乳 しめじ えのき ベーコン スライスチーズ
14	火	ご飯 サワラの竜田揚げ ブロッコリーのおかか和え みそ汁	お茶 フルーツヨーグルト	精白米 サワラ 酒 醤油 塩 片栗粉 油 ブロッコリー 花かつお 削り節 出汁昆布 大根 玉ねぎ にんじん しめじ 油揚げ 味噌 桃缶 みかん缶 パイン缶 ヨーグルト					
15	水	高野豆腐の井ぶり 具沢山みそ汁 みかん	牛乳 おにぎり	精白米 高野豆腐 鶏ミンチ にんじん 生椎茸 玉ねぎ 小松菜 砂糖 み りん しょうゆ 片栗粉 かぼちゃ 大根 キャベツ 青葱 みそ 出し昆布 削り 節 みかん 牛乳					