

12月予定献立

○牛乳 200mL は毎日つきます。 ○献立の下に、主な食材を記載しています。(調味料などを除く。)
○ししゃもやしらす干しなどの小魚、わかめ等の海産物には、甲殻類が混入していることがあります。
○果物や野菜は、収穫状況により変更する場合があります。

月	火	水	木	金
1 ○ポークウインナーライス ○カレーコロッケ ○もやしのごまサラダ	2 ○肉炒め丼 ○味噌汁 (大根・油揚げ) ○パイン缶	3 ○コッペパン ○キャロットポタージュ ○チキンナゲット ○あさりのサラダ	4 ○ごはん ○豆腐の中華煮 (えび入り) ○ししゃものピリカラ揚げ ○ナムル	5 ○味噌バターコーンラーメン ○きなこポテト ○りんご
胚芽精米、小麦、バター、トマトジュース、ポークウインナー、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、グリーンピース、菜種油/ポテトコロッケ(カレー味)、菜種油/小松菜、もやし、人参、白ごま/	精白米、豚肉、メンマ、人参、菜種油、もやし、小松菜、玉ねぎ、りんご、しょうが、にんにく、かたくり粉、ごま油、白ごま/大根、油揚げ/パイン缶/	コッペパン/ベーコン、玉ねぎ、人参、じゃがいも、パセリ、小麦粉、バター、菜種油、チーズ、スキムミルク、牛乳、豆乳/チキンナゲット、菜種油/あさり、しょうが、きゅうり、キャベツ、人参、菜種油、ごま油、白ごま/	精白米/豆腐、豚肉、えび、人参、玉ねぎ、たけのこ、たまご茸、干し椎茸、さくらげ、しょうが、にんにく、菜種油、ごま油、かたくり粉/カラフトししゃも、かたくり粉、小麦粉、菜種油/ハム、小松菜、もやし、人参ごま油、白ごま/	ゆでラーメン、豚肉、玉ねぎ、人参、しょうが、にんにく、白ごま、ごま油、もやし、メンマ、人参、菜種油、ほうれん草、長ねぎ、バター、コーン/じゃがいも、菜種油、きな粉/りんご/
8 ○わかめごはん ○さつま汁 ○焼きハンバーグ (照り焼きソース)	9 ○ごはん ○醤油おでん ○ひじき春巻 ○おかかふりかけ	10 ○黒コッペパン ○ミートパスタグラタン ○ごぼうチップサラダ ○黄桃缶	11 ○和風そばろごはん ○味噌汁 (じゃがいも・玉ねぎ・わかめ) ○からし和え (ほうれん草・もやし・ハム)	12 ○肉うどん ○かぼちゃのいとこ煮 ○みかん ~冬至メニュー~ [今年の冬至は、 22日(月)です。]
胚芽精米、小麦、わかめ、白ごま/豚肉、さつまいも、豆腐、こんにゃく、人参、大根、ごぼう、長ねぎ、しょうが、菜種油/ハンバーグ、かたくり粉/	精白米/さつま揚げ、豆腐入りかまぼこ、うずら卵、がんも、厚揚げ、こんにゃく、人参、大根、ふき/ひじき春巻、菜種油/しらす干し、かつお節、のり、白ごま/	黒コッペパン/マカロニ、豚肉、しょうが、にんにく、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、セロリ、菜種油、小麦粉、バター、チーズ、トマト缶、パン粉、パセリ/ハム、キャベツ、きゅうり、コーン、ごぼう、菜種油、白ごま/黄桃缶/	精白米、鶏肉、焼き豆腐、切り干し大根、干し椎茸、白ごま、しょうが、ごぼう、人参、油揚げ、ひじき/じゃがいも、玉ねぎ、わかめ/ハム、ほうれん草、もやし/	ゆでうどん、豚肉、油揚げ、つと、人参、小松菜、長ねぎ、干し椎茸、たまご茸/かぼちゃ、小豆、白玉もち/みかん/
15 ○五目ごはん ○とんかつ ○磯和え (ほうれん草・白菜)	16 ○かき揚げ丼 (えび入り) ○味噌汁 (豆腐・小松菜・えのき茸) ○紅まどんな ※紅まどんなは、ミカン科の柑橘類です	17 ○フィッシュバーガー・横割バンズ ・ほっけのオートミールフライ ・スライスチーズ ・ケチャップソース ○ポーククリームシチュー ○パイン缶	18 ○根菜のスープレッシャー ○小松菜とコーンのサラダ	19 ○醤油ラーメン ○アメリカンドッグ ○りんご
胚芽精米、小麦、鶏肉、油揚げ、白滝、人参、ごぼう、たけのこ、ひじき、干し椎茸、グリーンピース、菜種油/豚肉、小麦粉、卵、パン粉、菜種油/ほうれん草、白菜、のり/	精白米、えび、あさり、干しさくらえび、玉ねぎ、人参、ごぼう、春菊、ひじき、切り干し大根、小麦粉、卵、菜種油、かたくり粉/豆腐、小松菜、えのき茸/紅まどんな/	横割バンズ、ほっけ、小麦粉、卵、オートミール、パン粉、菜種油、スライスチーズ/豚肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参、パセリ、菜種油、小麦粉、バター、牛乳、豆乳、チーズ、スキムミルク/パイン缶/	精白米、豚肉、にんにく、じゃがいも、菜種油、ごぼう、人参、大根、玉ねぎ、セロリ、りんご、しょうが、にんにく、菜種油、トマト缶/ハム、小松菜、コーン、白ごま、菜種油/	ゆでラーメン、豚肉、メンマ、しょうが、にんにく、菜種油、つと、もやし、玉ねぎ、人参、長ねぎ、ほうれん草、茎わかめ/ポークウインナー、小麦粉、ベーキングパウダー、卵、牛乳、菜種油/りんご/
22 ○ゆであげボンゴレスパゲティ ○フレンチポテト ○スイートグレープゼリー	23 ○豚ミックス丼 ○味噌汁 (白菜・油揚げ) ○バナナ	24 ○ツイストパン ○コーンクリームスープ ○フライドチキン ○フルーツミックス	25 ○ごはん ○豆腐のトロトロ煮 ○揚げえびシュウマイ ○ごま和え (小松菜・もやし)	26 ~1/14 冬 休 み
スパゲティ、オリーブ油、菜種油、パセリ、あさり、大豆、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、セロリ、しょうが、にんにく、小麦粉、トマト缶/じゃがいも、菜種油/スイートグレープゼリー/	精白米、豚肉、しょうが、かたくり粉、小麦粉、菜種油、厚揚げ、玉ねぎ、たけのこ、人参、ピーマン、白ごま/白菜、油揚げ/バナナ/	ツイストパン/コーン、クリームコーン、ベーコン、玉ねぎ、人参、パセリ、小麦粉、バター、菜種油、牛乳、豆乳、スキムミルク、チーズ/鶏肉、にんにく、牛乳、小麦粉、かたくり粉、菜種油/みかん缶、パイン缶、黄桃缶、洋梨缶、夏みかん缶/	精白米/豆腐、鶏肉、小松菜、長ねぎ、人参、しょうが、にんにく、菜種油、かたくり粉/えびシュウマイ、菜種油/小松菜、もやし、白ごま/	 3学期は、始業式(1/15)から給食が始まります。