

*** 札幌市の学校給食は、地産地消の推進、減塩に取り組んでいます ***

12月のよていにんだて

《参考にしてください》

※そば、落花生、アーモンド、くるみは使用しません。

※牛乳は毎日つきます。

※果物は変更になる場合があります。

※あさり、ししゃも、わかめ、しらすなどの海産物にエビやカニなどの甲殻類が混入することがあります。

※加工食品の詳しい成分が必要な場合はお問い合わせください。



月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日
ぶたミックスどん みそしる みかん	コッペパン チキンクリームシチュー ほっけフライ パイン(かんづめ)	ごはん にくじゃが さんまスパイスあげ のりとあさりのつくだに	たぬきうどん(えびいり) バターポテト りんご	しらすごはん ぶたじる コーンフライ しらすはカルシウムが豊富です。
白飯 豚肉ももしょうが 厚揚げ かたくり粉 小麦粉 揚げ油 たまねぎ たけのこ にんじん ピーマン サラダ油 ごま/キャベツ 油揚げ みそ /みかん	コッペパン/鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん パセリ 小麦粉 バター サラダ油 牛乳 豆乳 チーズ スkimミルク / ほっけ 小麦粉 全卵 パン粉 揚げ油/パイン缶詰	白飯/豚肉 大豆水煮 じゃがいも たまねぎ しらすき にんじん 切り干し大根 さやいんげん 干しいたけ しょうが サラダ油 /さんま しょうが にんにく かたくり粉 小麦粉 カレー粉 チリパウダー 揚げ油 /あさり しょうが ももりのり ひじき 水あめ/	ソフトめん むきえび あさりにんじん しゅんぎく ごぼう 切り干し大根 ひじき 小麦粉 全卵 揚げ油 鶏肉 つと ほうれんそう 長ねぎ たもぎたけ 干しいたけ /じゃがいも バター 上白糖 牛乳 スkimミルク /りんご	米 大麦 しらす干し 炊き込みわかめ ごま/豚肉 豆腐 じゃがいも こんにやく にんじん だいこん たまねぎ ごぼう 長ねぎ しょうが サラダ油 みそ/コーンフライ 揚げ油/
8日	9日	10日	11日	12日
ハヤシライス こまつなとベーコンの サラダ	かくしよく みかんジャム ポテトスープ メンチカツ だいこんサラダ 国産みかんのジャムです。	ごはん とうふのトロトロに あげえびシュウマイ ナムル	パスタクリームソース ごぼうチップサラダ	シーフードカレーピラフ とうふナゲット もも(かんづめ) とうふナゲットは、手作りです。
白飯 豚肉もも たまねぎ にんじん じゃがいも セロリー しょうが にんにく マッシュルーム グリンピース 小麦粉 サラダ油 カレー粉 トマトピューレ ケチャップ トマト缶詰 デミグラスソース /ベーコン こまつな もやし サラダ油 ごま/	角食/みかんジャムベーコン じゃがいも にんじん たまねぎ パセリ /メンチカツ 揚げ油/だいこん まぐろ・水煮 きゅうり にんじん ごま ごま油 /	白飯/豆腐 鶏ひき肉 こまつな 長ねぎ にんじん しょうが にんにく サラダ油 かたくり粉 /えびシュウマイ 揚げ油/ほうれんそう もやし にんじん ごま油 ごま /	ソフトパスタ ベーコン こまつな たまねぎ たもぎたけ 小麦粉 バター サラダ油 チーズ 牛乳 スkimミルク 豆乳 みそ /ハム キャベツ きゅうり ホールコーン ごぼう 揚げ油 ごま/	米 大麦 バター ベーコン むきえび あさりにんじん たまねぎ マッシュルーム パセリ サラダ油 カレー粉 /焼き豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ サラダ油 全卵 かたくり粉 ケチャップ/ 揚げ油/黄桃缶詰
15日	16日	17日	18日	19日
ごはん ローペンタン かλείからあげ いちごのデザート かλεί:根室産黒がれい。魚卵は除去していますが、まれに混入する場合があります。 骨ごと食べられる加工をしています。	ツイストパン クリームシチュー カレーふうみ あさりのサラダ オレンジ(べにまどんな)	ごはん さつまじる サバのソースやき いそあえ	にくうどん かぼちゃのいとこに みかん 12月22日は冬至です。かぼちゃとあずきを煮た『いとこ煮』にしました。	とりごぼうごはん さわらのオートミールフライ おひたし
白飯/豚肉 しょうが かたくり粉 にんじん はくさい 干しいたけ たけのこ 長ねぎ ごま油 /かλεί唐揚げ 揚げ油/いちごのデザート	ツイストパン/豚肉 カレー粉 セロリー じゃがいも たまねぎ にんじん パセリ 小麦粉 バター サラダ油 カレールウ 牛乳 豆乳 スkimミルク チーズ /あさり しょうが きゅうり キャベツ にんじん サラダ油 ごま油 ごま/オレンジ(べにまどんな)	白飯/豚肉 さつまいも 豆腐 こんにやく にんじん だいこん ごぼう 長ねぎ サラダ油 みそ/さば切り身 しょうが 小麦粉 かたくり粉 揚げ油 みそ ごま/こまつな もやし 切りのり /	ソフトめん 豚肉もも 油揚げ にんじん ほうれんそう 長ねぎ 干しいたけ たもぎたけ /西洋かぼちゃ あずき 白玉もち/みかん	米 大麦 鶏ひき肉 焼き豆腐 しょうが ごぼう にんじん 油揚げ みそ サラダ油 ごま/さわら切り身 小麦粉 全卵 オートミール パン粉 揚げ油/こまつな もやし 糸かつお /
22日	23日	24日	25日	26日
ごはん いもだんごじる いわしのカリカリフライ ごまあえ	ロールパン イタリアンスープ フライドチキン フルーツゼリー 	こんさいのスープカレー ハムコーンサラダ 	みそラーメン きなこポテト オレンジ(べにまどんな)	ふゆやすみ ふゆやすみ中も 牛乳を飲みましょう!  
白飯/鶏肉 じゃがいも かたくり粉 にんじん だいこん ごぼう サラダ油 長ねぎ /いわしのカリカリフライ 揚げ油/こまつな もやし 白すりごま/	ロールパン/ベーコン じゃがいも たまねぎ にんじん ホールコーン パセリ アルファベットマカロニ /鶏肉 パプリカ にんにく 牛乳 小麦粉 かたくり粉 揚げ油/みかん缶詰 パイン缶詰 黄桃缶詰 なし缶詰 りんご缶詰 りんごジュース(濃縮還元) 粉寒天 上白糖/	白飯 豚肉 オリーブ油 じゃがいも ごぼう 揚げ油 にんじん だいこん たまねぎ セロリー りんご しょうが にんにく サラダ油 トマト缶詰 カレー粉 チリパウダー 煮干し /ハム ホールコーン キャベツ ごま油 /	ソフトラーメン 豚ひき肉 たまねぎ にんじん しょうが にんにく 白すりごま ごまごま油 みそ トウバンジャン もやし メンマ サラダ油 ほうれんそう 長ねぎ くきわかめ /じゃがいも 揚げ油 きな粉 /オレンジ(べにまどんな)	