

様

(3)

2022、12月分予定献立

保護者確認欄

除去不可能

除去可能

エビ、イカ、カニ、タコ

(月)	(火)	(水)	(木)	(金)
			1 米飯	2 米飯
			はたはたのから揚げ ひじきの煮物 野菜のみそ汁	肉じゃが煮 せん切り野菜の酢の物
5 パン	6 米飯	7 減量パン	8 米飯	9 米飯
ミンチカツ キャベツのカレー味 レタスの卵スープ	豚肉のしょうが焼き ブロッコリーのおかか和え 豆腐のみそ汁	スパゲティナポリタン ツナサラダ	さんまのかぼす煮 白菜のぽん酢和え 高野豆腐の五目煮	マーボー豆腐 春雨サラダ
12 パン	13 米飯	14 米飯	15 米飯	16 麦ご飯
鶏肉の香草焼き さつまいもの重ね煮 白菜のクリームスープ	淡路島牛丼 大根とちりめんのサラダ (小袋和風ドレッシング) みかん	だし巻きたまご 水菜のごま和え 沢煮椀	鮭のみぞれかけ ほうれんそうの和え物 たまねぎのみそ汁	ハヤシライス ハムサラダ
19 減量パン	20 米飯	21 減量パン	22 米飯	
カレーうどん 野菜サラダ (小袋かんきつドレッシング)	大根といかの煮物 小松菜の和え物 ちゃんこ汁	フライドチキン ブロッコリーのコンソメ味 豆苗スープ クリスマスケーキ(チョコ)	焼き魚(さわら) 白菜のゆず香和え ほうとう	

※わかめ、ちりめん等海産物には、エビ・カニ等が含まれることがあります。

						1(木)			2(金)		
						はたはたのから揚げ ひじきの煮物 野菜のみそ汁			肉じゃが煮 せん切り野菜の酢の物		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
						はたはた 15g	小1.2年 1尾	その他 2尾	豚肉ももスライス	25	27.5
						天外天塩	0.06	0.12	米ぬか油	0.3	0.33
						でんぷん	1.5	3	にんじん	14	15.4
						米ぬか油	1.5	3	じゃがいも	77	84.7
									たまねぎ	75	82.5
									しらたき	20	22
						乾しひじき	2	2.4	冷凍さやいんげん	5	5.5
						にんじん	6	7.2	三温糖	1.1	1.21
						高野豆腐(細切り)	0.5	0.6	こいくちしょうゆ	3	3.3
						冷凍むき枝豆	5	6	うすくちしょうゆ	3.2	3.52
						米ぬか油	0.2	0.24	清酒	0.5	0.55
						三温糖	0.8	0.96	本みりん	0.5	0.55
						こいくちしょうゆ	2.1	2.52			
						清酒	0.3	0.36	カットわかめ	0.5	0.6
						本みりん	0.4	0.48	キャベツ	20	24
						削り節 3号だし	0.5	0.6	きゅうり	5	6
									干切だいこん漬け	10	12
						水菜	20	24	にんじん	5	6
						だいこん	15	18	米酢	1.8	2.16
						たまねぎ	20	24	三温糖	1	1.2
						えのきたけ	4	4.8	こいくちしょうゆ	2	2.4
						油揚げ	3	3.5	レモン果汁	0.6	0.72
						葉ねぎ	3.5	3.5			
						煮干し	4	4			
						みそ	6.9	7			
						米飯			米飯		

5(月)			6(火)			7(水)			8(木)			9(金)		
ミンチカツ キャベツのカレー味 レタスの卵スープ			豚肉のしょうが焼き ブロッコリーのおかか和え 豆腐のみそ汁			スパゲティナポリタン ツナサラダ			さんまのかぼす煮 白菜のぽん酢和え 高野豆腐の五目煮			マーボー豆腐 春雨サラダ		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
ミンチカツ(卵・乳抜き)60g	1個	1個	豚肉ももスライス	30	36	スパゲティ	45	50	さんまかぼすレモン煮 50g	1尾	1尾	冷凍豆腐	100	110
米ぬか油	6	6	豚肉ばらスライス	30	36	オリーブ油	3	3.3				豚ひき肉	38	45
キャベツ	34	40.8	米ぬか油	0.5	0.6	ポークウインナースライス	15	18	はくさい	65	78	しょうが	0.8	1
にんじん	5	6	しょうが	0.8	0.96	ベーコン	8	9.6	味ぽん	4	4.8	にんにく	0.8	1
カレー粉	0.04	0.05	いりごま	1	1.2	たまねぎ	24	28.8	高野豆腐	10	12	たまねぎ	32	38
天外天塩	0.18	0.22	こいくちしょうゆ	2.78	3.34	にんじん	9	10.8	鶏もも皮つき	20	24	にんじん	15	18
鶏卵	17	21.0	三温糖	1.5	1.8	ピーマン	2.55	3.06	米ぬか油	0.3	0.36	乾しいたけ	0.4	0.5
たまねぎ	20	25	清酒	1	1.2	トマトホール缶	12	14.4	にんじん	15	18	にら	6.5	7
にんじん	9	11	本みりん	1	1.2	ケチャップ	14	16.8	たまねぎ	75	90	八丁みそ	5.2	6.3
レタス	25	30	水	2.8	3.36	トマトピューレ	8	9.6	たけのこ水煮	15	18	トウバンジャン	0.25	0.45
セロリー	3	4	でんぷん	0.18	0.22	ウスターソース	0.75	0.9	冷凍さやいんげん	5	6	こいくちしょうゆ	4.2	5
丸鶏スープベースHD	12	12	たまねぎ	30	36	上白糖	0.27	0.32	うすくちしょうゆ	4.2	5.04	三温糖	1.2	1.44
天外天塩	0.7	0.8	ブロッコリー	25	30	天外天塩	0.1	0.12	こいくちしょうゆ	1.2	1.44	清酒	1	1.2
こしょう	0.03	0.04	花かつお	0.5	0.6	こしょう	0.01	0.01	三温糖	1.3	1.56	ごま油	0.4	0.5
でんぷん	0.3	0.33	うすくちしょうゆ	1.8	2.16	パセリ	0.45	0.54	本みりん	0.5	0.6	でんぷん	1.5	1.6
			木綿豆腐	40	45	米ぬか油	0.5	0.6	清酒	0.5	0.6	はるさめ	5	6
			たまねぎ	20	24	キャベツ	25	30	削り節 3号だし	1	1.2	キャベツ	30	36
			塩蔵わかめ	1.2	1.4	にんじん	5	6				にんじん	10	12
			葉ねぎ	3.5	3.5	まぐろ油漬け	15	18				きゅうり	10	12
			出し昆布	0.6	0.6	きゅうり	10	12				チキンハム	8	9.6
			削り節 3号だし	4	4	セロリー	2	2.4				いりごま	0.6	0.72
			みそ	6.9	7	いりごま	0.6	0.72				ごま油	0.6	0.72
						うすくちしょうゆ	2.3	2.76				米酢	4.5	5.4
						米酢	2.6	3.12				上白糖	1.9	2.28
						上白糖	0.9	1.08				うすくちしょうゆ	4.6	5.52
						ごま油	0.45	0.54						
パン			米飯			減量パン			米飯			米飯		

12(月)			13(火)			14(水)			15(木)			16(金)		
鶏肉の香草焼き さつまいもの重ね煮 白菜のクリームスープ			淡路島牛丼 大根とちりめんのサラダ (小袋和風ドレッシング) みかん			だし巻きたまご 水菜のごま和え 沢煮椀			鮭のみぞれかけ ほうれんそうの和え物 たまねぎのみそ汁			ハヤシライス ハムサラダ		
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
鶏むね皮つき	50	70	牛肉ももばらスライス	40	48	だし巻きたまご50g	1個	1個	さけ切身 50g	1切れ	1切れ	牛肉ももばらスライス	20	25
バジルペースト	0.5	0.7	たまねぎ	70	84	水菜	35	42	でんぷん	5	5	にんにく	0.6	0.77
うすくちしょうゆ	0.25	0.35	にんじん	16	19.2	はくさい	30	36	米ぬか油	5	5	米ぬか油	0.2	0.25
天外天塩	0.1	0.14	おつゆふ	1.9	2.28	いりごま	0.6	0.72	うすくちしょうゆ	2.5	2.5	にんじん	18	22
こしょう	0.01	0.01	しらたき	35	42	上白糖	0.5	0.6	上白糖	0.6	0.6	たまねぎ	65	70
白ワイン	0.25	0.35	葉ねぎ	5	6	本みりん	0.38	0.38	本みりん	0.38	0.38	じゃがいも	65	70
			米ぬか油	0.5	0.6	米酢	0.6	0.6	水	2.5	2.5	マッシュルーム	5	6
			三温糖	1.5	1.8	水	2.5	2.5	だいこん	25	25	小麦粉	3.5	3.5
さつまいも2cm角切り	40	48	こいくちしょうゆ	3.2	3.84	豚肉もも千切り	20	25				有塩バター	3.5	3.5
りんご	10	12	うすくちしょうゆ	3.2	3.84	じゃがいも	15	18				脱脂粉乳	1	1.1
上白糖	0.6	0.72	清酒	1	1.2	こまつな	10	12	ほうれんそう	40	48	ウスターソース	1.2	1.5
			本みりん	1	1.2	にんじん	10	12	にんじん	3	3.6	ケチャップ	18	19.5
はくさい	55	60	だいこん	25	30	ごぼう	10	12	上白糖	0.5	0.6	デミグラスソース	18	19.5
ポークハム	10	12	ほうれんそう	5	6	えのきたけ	5	6	うすくちしょうゆ	2.3	2.76	こいくちしょうゆ	1.9	2.2
たまねぎ	23	28	冷凍ほうれんそう	5	6	しょうが	0.8	0.96				天外天塩	0.6	0.6
にんじん	9	11	きゅうり	10	12	清酒	1	1.2	たまねぎ	30	36	こしょう	0.03	0.04
調理用牛乳	40	40	にんじん	5	6	うすくちしょうゆ	3.8	3.9	油揚げ	3	3.3	赤ワイン	1	1.1
パセリ	0.5	0.5	ちりめんじゃこ	5	6	本みりん	0.5	0.6	塩蔵わかめ	1.5	1.8			
丸鶏スープベースHD	15	15	ごま油	0.5	0.6	天外天塩	0.2	0.24	にんじん	9	11	チキンハム	12	14.4
天外天塩	0.6	0.65	和風ドレッシング 8ml	1個	1個	こしょう	0.02	0.02	葉ねぎ	3.5	3.5	キャベツ	35	42
こしょう	0.02	0.04	温州みかんS	1個	1個	削り節 3号だし	4	4	みそ	6.9	7	きゅうり	10	12
でんぷん	1.5	1.6						煮干し	4	4	とうもろこし	5	6	
コンソメ	0.2	0.22									上白糖	1.1	1.32	
											米酢	2.8	3.36	
											うすくちしょうゆ	2.2	2.64	
												ツインミール(米粒麦)		
パン			米飯			米飯			米飯			麦ご飯		

19(月)			20(火)			21(水)			22(木)					
カレーうどん 野菜サラダ (小袋かんきつドレッシング)			大根といかの煮物 小松菜の和え物 ちゃんこ汁			フライドチキン ブロッコリーのコンソメ味 豆苗スープ クリスマスケーキ(チョコ)			焼き魚(さわら) 白菜のゆず香和え ほうとう					
材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中	材料	小	中
冷凍うどん	小1年 小2~6年 中・職	80 100 120	だいこん いか短冊 いか輪切り	50 33 40	60	鶏もも皮つき にんにく 清酒	50 1.2 1.2	60 1.44 1.44	さわら切身 50g 天外天塩	1切れ 0.2	1切れ 0.2			
豚肉ももスライス	20	25	三温糖 うすくちしょうゆ	1 2	1.2 2.4	天外天塩 こしょう	0.2 0.03	0.24 0.04	はくさい うすくちしょうゆ	65 2.9	78 3.48			
米ぬか油	0.2	0.25	こいくちしょうゆ	0.9	1.08	でんぷん	5	6	米酢	2	2.4			
にんじん	15	16	清酒	0.3	0.36	天外天塩	0.2	0.24	上白糖	2	2.4			
たまねぎ	65	75	本みりん	0.3	0.36	パプリカ(粉末)	0.35	0.42	ゆず果汁	0.6	0.72			
じゃがいも	45	55				オールスパイス	0.1	0.12						
葉ねぎ	5	5	こまつな	40	48	米ぬか油	6	7.2	鶏もも皮なし	15	18			
油揚げ	3	3.3	にんじん	3	3.6				ほうとう	30	35			
にんにく	0.2	0.2	上白糖	0.6	0.72	ブロッコリー	30	36	にんじん	9	11			
給食用カレーフレーク	12	13	うすくちしょうゆ	1.76	2.112	カリフラワー	10	12	だいこん	12	15			
こいくちしょうゆ	1.2	1.6				コンソメ	0.69	0.83	生しいたけ	4	4.5			
天外天塩	0.2	0.22	鶏つくね	25	30	水	2	2.4	ぶなしめじ	4.5	5.4			
ガラムマサラ	0.01	0.05	はくさい	20	24				かぼちゃ	15	20			
カレー粉	0.04	0.05	チンゲンサイ	15	18	焼豚	5	6	葉ねぎ	3.5	3.5			
削り節 3号だし	2	2	しらたき	15	18	たまねぎ	20	25	出し昆布	0.6	0.6			
			油揚げ	2	2.2	にんじん	9	11	削り節 3号だし	4	4			
ブロッコリー	10	12	もやし	15	18	豆苗	8	10	みそ	6.8	6.9			
冷凍ブロッコリー	20	24	にら	3	3.5	セロリー	3.3	4						
赤ピーマン	5	6	スープベースチキン	10	10	丸鶏スープベースHD	12	12						
きゅうり	10	12	天外天塩	0.1	0.11	天外天塩	0.68	0.7						
チキンハム	10	12	こしょう	0.02	0.03	こしょう	0.02	0.03						
			うすくちしょうゆ	3.6	3.7	こんにやく寒天	1	1						
小袋かんきつドレッシング10ml	1個	1個				お米deクリスマスケーキ(チョコ)35g (乳・卵・小麦不使用)	1個	1個	<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px; width: fit-content;"> クリスマスケーキは「行事食」扱いとさせていただきます。副食を食べられない方にもつけていきます。(明細を確認の上、喫食の判断をお願いします。) </div>					
減量パン			米飯			減量パン								