

12月2日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 イカフライ 大根漬け 野菜きんぴら 納豆 わかめとえのきのみそ汁	米飯 牛乳 厚揚げのオイスターソース炒め 切干大根の炒り煮 中華サラダ わかめとえのきのみそ汁	米飯 牛乳 イカフライ 野菜きんぴら 納豆 パイン缶 わかめとえのきのみそ汁	米飯 牛乳 厚揚げのオイスターソース炒め 中華サラダ 切干大根の炒り煮 パイン缶 わかめとえのきのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
イカフライ 揚げ油(米ぬか油)	生揚げ 豚もも肉(薄切り) うずら卵(缶) きくらげ ちんげん菜 たけのこ(水煮缶) 人参 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 酒 醤油 塩 かき油 ごま油 水 でん粉	イカフライ 揚げ油(米ぬか油) じゃが芋 人参 こんにゃく ごぼう さやいんげん(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 ごま油 一味唐辛子	生揚げ 豚もも肉(薄切り) うずら卵(缶) きくらげ ちんげん菜 たけのこ(水煮缶) 人参 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 酒 醤油 塩 かき油 ごま油 水 でん粉
大根 小松菜 塩 ごま(白・いり)	さつま揚げ 人参 干椎茸 切干大根 削り節 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 水	納豆 醤油 パイン(缶 飛ット)	緑豆春雨 もやし きゅうり ロースハム 醤油 酢 上白糖 ごま油 ごま(白・いり)
じゃが芋 人参 こんにゃく ごぼう さやいんげん(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 ごま油 一味唐辛子	わかめ(乾燥) 長ねぎ えのきたけ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	わかめ(乾燥) 長ねぎ えのきたけ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	さつま揚げ 人参 干椎茸 切干大根 削り節 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 水 パイン(缶 飛ット)
納豆 醤油	わかめ(乾燥) 長ねぎ えのきたけ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	わかめ(乾燥) 長ねぎ えのきたけ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	わかめ(乾燥) 長ねぎ えのきたけ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水

12月3日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
梅わかめごはん 牛乳 ししゃものフライ 華風和え 切り昆布の煮付け 大根と打ち豆のみそ汁	米飯 牛乳 さばの味噌煮 青菜のソテー 肉じゃが 大根と打ち豆のみそ汁	梅わかめごはん 牛乳 ししゃものフライ 華風和え 切り昆布の煮付け 塩もみ 大根と打ち豆のみそ汁	米飯 牛乳 さばの味噌煮 青菜のソテー 肉じゃが 塩もみ 大根と打ち豆のみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化押し麦 強化米 塩わかめ 梅ごはんのもと	精白米 強化米 牛乳	精白米 強化押し麦 強化米 塩わかめ 梅ごはんのもと	精白米 強化米 牛乳
牛乳	鯖(三枚卸・骨無し) みそ(淡色・辛)	牛乳	鯖(三枚卸・骨無し) みそ(淡色・辛)
ししゃものフライ 揚げ油(米ぬか油)	三温糖 みりん 生姜 水	ししゃものフライ 揚げ油(米ぬか油)	三温糖 みりん 生姜 水
きゅうり もやし ホールコーン(冷) 醤油 酢 上白糖 ごま油	小松菜 もやし 人参 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油	きゅうり もやし ホールコーン(冷) 醤油 酢 上白糖 ごま油	小松菜 もやし 人参 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油
切り昆布 さつま揚げ 人参 ごぼう サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 煮干し粉 水	豚もも肉(薄切り) じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリーンピース(冷凍) しらたき サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 塩 水	切り昆布 さつま揚げ 人参 ごぼう サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 煮干し粉 水	豚もも肉(薄切り) じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリーンピース(冷凍) しらたき サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 塩 水
油揚げ 大豆(打ち豆) 大根 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	油揚げ 大豆(打ち豆) 大根 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	油揚げ 大豆(打ち豆) 大根 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	キャベツ 塩 油揚げ 大豆(打ち豆) 大根 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水

12月4日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 鶏肉の薬味ソースかけ ごまびたし 大根のべっこう煮 乾燥小魚(個) 野菜スープ	米飯 牛乳 マーボーメン 厚焼き卵 わかめサラダ	米飯 牛乳 鶏肉の薬味ソースかけ ごまびたし 大根のべっこう煮 乾燥小魚(個) 野菜スープ	米飯 牛乳 チンジャオロースー 厚焼き卵 わかめサラダ 乾燥小魚(個) 野菜スープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
鶏もも肉(皮なし) 醤油 酒 でん粉 小麦粉 揚げ油(米ぬか油) 三温糖 酢 醤油 酒 ごま油 長ねぎ 生姜 水 でん粉	中華めん(冷凍) 豆腐 豚もも挽肉 人参 長ねぎ ちんげん菜 干椎茸 にんにく 生姜 サラダ油(米ぬか油) ごま油 三温糖 みそ(八丁) みそ(淡色・辛) 醤油 酒 トウバンジャン がらスープの素 でん粉 塩 水 厚焼き卵 もやし ホールコーン(冷) わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢 醤油	鶏もも肉(皮なし) 醤油 酒 でん粉 小麦粉 揚げ油(米ぬか油) 三温糖 酢 醤油 酒 ごま油 長ねぎ 生姜 水 でん粉 キャベツ 人参 小松菜 醤油 ごま(白・いり) 豚もも肉(薄切り) 大根 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 水 乾燥小魚 にら えのきたけ 人参 きくらげ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 水	豚もも肉(薄切り) にんにく 生姜 醤油 でん粉 ピーマン 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) サラダ油(米ぬか油) 酒 三温糖 醤油 かき油 ごま油 でん粉 水 厚焼き卵 もやし ホールコーン(冷) わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢 醤油 乾燥小魚 にら えのきたけ 人参 きくらげ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 水

12月5日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
牛乳 キーマカレーライス ソーセージと野菜のソテー みかん	牛乳 親子丼 マメマメコロッケ 大根サラダ みかん	麦ごはん 牛乳 ソーセージと野菜のソテー 大根サラダ ヨーグルト 白菜のゆかり漬け キーマカレー	麦ごはん 牛乳 マメマメコロッケ 大根サラダ ヨーグルト 白菜のゆかり漬け 親子丼の具
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳	牛乳	精白米 強化米 強化押し麦	精白米 強化米 強化押し麦
精白米 強化米 強化押し麦 豚もも挽肉 大豆 じゃが芋 カレー粉 にんにく 生姜 人参 玉ねぎ トマト水煮(缶 ホール) グリーンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう チャツネ カレールウ 脱脂粉乳 水	精白米 強化押し麦 強化米 鶏もも肉(皮なし) 鶏卵 人参 たけのこ(水煮缶) 玉ねぎ 干椎茸 上白糖 塩 醤油 みりん 削り節 水	牛乳 鉄強化フランクフルト キャベツ 人参 さやいんげん(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう がらスープの素 大根 きゅうり ホールコーン(冷) サラダ油(米ぬか油) 塩 酢 こしょう ヨーグルト(ca強化)	牛乳 マメマメコロッケ 揚げ油(米ぬか油) 大根 きゅうり ホールコーン(冷) サラダ油(米ぬか油) 塩 酢 こしょう ヨーグルト(ca強化)
鉄強化フランクフルト キャベツ 人参 さやいんげん(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう がらスープの素	大根 きゅうり ホールコーン(冷) サラダ油(米ぬか油) 塩 酢 こしょう みかん	白菜 ゆかり粉 塩 豚もも挽肉 大豆 じゃが芋 カレー粉 にんにく 生姜 人参 玉ねぎ トマト水煮(缶 ホール) グリーンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう チャツネ カレールウ 脱脂粉乳 水	白菜 ゆかり粉 塩 鶏もも肉(皮なし) 鶏卵 人参 たけのこ(水煮缶) 玉ねぎ 干椎茸 上白糖 塩 醤油 みりん 削り節 水
みかん			

12月6日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 ちくわの磯部揚げ ごま和え くきわかめのきんぴら 金時豆の甘煮 麩のみそ汁	米飯 牛乳 ハンバーグのトマトソース コールスローサラダ 生揚げとこんにゃくの含め煮 麩のみそ汁	米飯 牛乳 ちくわの磯部揚げ ごま和え くきわかめのきんぴら 金時豆の甘煮 麩のみそ汁	米飯 牛乳 ハンバーグのトマトソース コールスローサラダ 生揚げとこんにゃくの含め煮 金時豆の甘煮 麩のみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ちくわ 小麦粉 青のり 水 揚げ油(米ぬか油)	ハンバーグ 玉ねぎ マッシュルーム(缶 スライス) グリンピース(冷凍) トマト水煮(缶 ホール) にんにく サラダ油(米ぬか油)	ちくわ 小麦粉 青のり 水 揚げ油(米ぬか油)	ハンバーグ 玉ねぎ マッシュルーム(缶 スライス) グリンピース(冷凍) トマト水煮(缶 ホール) にんにく サラダ油(米ぬか油)
小松菜 人参 もやし ごま(白・すり) 白練りごま 醤油 上白糖	こしょう 塩 トマトケチャップ トマトピューレ ハヤシルウ 赤ワイン 水 粉チーズ	小松菜 人参 もやし ごま(白・すり) 白練りごま 醤油 上白糖	こしょう 塩 トマトケチャップ トマトピューレ ハヤシルウ 赤ワイン 水 粉チーズ
茎わかめ ごぼう こんにゃく 人参 さつま揚げ サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 酒 一味唐辛子	キャベツ 人参 ホールコーン(冷) きゅうり サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢	茎わかめ ごぼう こんにゃく 人参 さつま揚げ サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 酒 一味唐辛子	キャベツ 人参 ホールコーン(冷) きゅうり サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢
いんげん豆 三温糖 醤油 水	生揚げ 人参 こんにゃく さやいんげん(冷凍) 削り節 三温糖 醤油 水	いんげん豆 三温糖 醤油 水	生揚げ 人参 こんにゃく さやいんげん(冷凍) 削り節 三温糖 醤油 水
えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	いんげん豆 三温糖 醤油 水 えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水

12月9日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 鉄腕カレーメンチカツ ジャガイモのソテー 和風サラダ えのきのみそ汁	米飯 牛乳 ホイコーロー コーンしゅうまい ごまびたし アセロラゼリー えのきのみそ汁	米飯 牛乳 鉄腕カレーメンチカツ ジャガイモのソテー 和風サラダ ピリ辛こんにやく えのきのみそ汁	米飯 牛乳 ホイコーロー コーンしゅうまい アセロラゼリー ピリ辛こんにやく えのきのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
レバー入りメンチカツ 揚げ油(米ぬか油)	豚もも肉(薄切り) 人参 キャベツ たけのこ(水煮缶) ピーマン 生姜 にんにく きくらげ サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 みそ(淡色・辛) みそ(八丁) トウバンジャン 酒 でん粉 水	レバー入りメンチカツ 揚げ油(米ぬか油)	豚もも肉(薄切り) 人参 キャベツ たけのこ(水煮缶) ピーマン 生姜 にんにく きくらげ サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 みそ(淡色・辛) みそ(八丁) トウバンジャン 酒 でん粉 水
じゃが芋 玉ねぎ ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	じゃが芋 玉ねぎ ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	じゃが芋 玉ねぎ ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	じゃが芋 玉ねぎ ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう
大根 人参 きゅうり ひじき サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油 酢	大根 人参 きゅうり ひじき サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油 酢	大根 人参 きゅうり ひじき サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油 酢	大根 人参 きゅうり ひじき サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油 酢
油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	しらたき ごま油 三温糖 醤油 一味唐辛子	しらたき ごま油 三温糖 醤油 一味唐辛子
	アセロラゼリー		アセロラゼリー
	もやし 人参 ごま(白・いり) 醤油		
	油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水

12月10日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
中華風混ぜごはん 牛乳 焼き餃子 春雨サラダ 五目豆 もずくのスープ	米飯 牛乳 鶏肉のから揚げ コーンサラダ じゃが芋とツナの煮物 もずくのスープ	中華風混ぜごはん 牛乳 焼き餃子 五目豆 春雨サラダ ごま和え もずくのスープ	米飯 牛乳 鶏肉のから揚げ コーンサラダ じゃが芋とツナの煮物 ごま和え もずくのスープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米 強化押し麦 醤油 酒 豚もも肉(薄切り) 醤油 酒 生姜 グリーンピース(冷凍) 干椎茸 人参 上白糖 塩 醤油 ごま油 牛乳 ぎょうざ 緑豆春雨 きゅうり ホールコーン(冷) 人参 マヨネーズ(卵黄型) 塩 酢 こしょう 大豆 こんにゃく ごぼう 人参 昆布 三温糖 醤油 水 もずく・おきなわもず 豆腐 長ねぎ 醤油 がらスープの素 塩 でん粉 水	精白米 強化米 牛乳 鶏もも肉(皮なし) 酒 醤油 生姜 にんにく でん粉 揚げ油(米ぬか油) ホールコーン(冷) キャベツ もやし ロースハム サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう じゃが芋 まぐろ油漬 人参 グリーンピース(冷凍) 上白糖 醤油 水 もずく・おきなわもず 豆腐 長ねぎ 醤油 がらスープの素 塩 でん粉 水	精白米 強化米 強化押し麦 醤油 酒 豚もも肉(薄切り) 醤油 酒 生姜 グリーンピース(冷凍) 干椎茸 人参 上白糖 塩 醤油 ごま油 牛乳 ぎょうざ 大豆 こんにゃく ごぼう 人参 昆布 三温糖 醤油 水 小松菜 白練りごま ごま(白・すり) 上白糖 醤油 もずく・おきなわもず 豆腐 長ねぎ 醤油 がらスープの素 塩 でん粉 水 小松菜 白練りごま ごま(白・すり) 上白糖 醤油 もずく・おきなわもず 豆腐 長ねぎ 醤油 がらスープの素 塩 でん粉 水	精白米 強化米 牛乳 鶏もも肉(皮なし) 酒 醤油 生姜 にんにく でん粉 揚げ油(米ぬか油) ホールコーン(冷) キャベツ もやし ロースハム サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう じゃが芋 まぐろ油漬 人参 グリーンピース(冷凍) 上白糖 醤油 水 小松菜 白練りごま ごま(白・すり) 上白糖 醤油 もずく・おきなわもず 豆腐 長ねぎ 醤油 がらスープの素 塩 でん粉 水

12月11日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 厚揚げと豚肉のカレー煮 グリーンサラダ ひじきの炒め煮 白菜スープ	米飯 牛乳 きつねうどん 大学芋 おひたし	米飯 牛乳 厚揚げと豚肉のカレー煮 グリーンサラダ ひじきの炒め煮 桃缶 白菜スープ	米飯 牛乳 白身魚フライ タルタルソース おひたし ひじきの炒め煮 桃缶 白菜スープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
生揚げ 豚もも肉(薄切り) うずら卵(缶) 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) グリーンピース(冷凍) カレー粉 サラダ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 みりん がらスープの素 でん粉 水	うどん(冷凍) 油揚げ 三温糖 醤油 みりん 水 なると巻き 豚もも肉(薄切り) 長ねぎ しめじ わかめ(乾燥) だし昆布 削り節 醤油 みりん 塩 水 一味唐辛子	生揚げ 豚もも肉(薄切り) うずら卵(缶) 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) グリーンピース(冷凍) カレー粉 サラダ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 みりん がらスープの素 でん粉 水	白身魚フライ 揚げ油(米ぬか油) タルタルソースパック もやし 小松菜 醤油 ひじき さつま揚げ 人参 ごぼう しらたき サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みりん 醤油
キャベツ きゅうり ホールコーン(冷) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢	さつま芋 揚げ油(米ぬか油) ざらめ糖(中ざら) 水あめ 醤油 水 ごま(黒・いり)	キャベツ きゅうり ホールコーン(冷) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢	黄桃(缶 ﾀｲｽ)
ひじき さつま揚げ 人参 ごぼう しらたき サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みりん 醤油	もやし 小松菜 醤油	ひじき さつま揚げ 人参 ごぼう しらたき サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みりん 醤油	白菜 ショルダーベーコン 人参 干椎茸 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水
白菜 ショルダーベーコン 人参 干椎茸 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水		白菜 ショルダーベーコン 人参 干椎茸 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水	

12月12日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
牛乳 ケチャップライスの クリームソースかけ ツナサラダ チーズオムレツ みかんゼリー	牛乳 中華丼 甘えびのから揚げ 切干大根のナムル みかんゼリー	ケチャップライス 牛乳 チーズオムレツ ツナサラダ みかんゼリー 大豆の甘辛煮 クリームソース	麦ごはん 牛乳 甘えびのから揚げ ポイルもやし 切干大根のナムル みかんゼリー 大豆の甘辛煮 中華丼の具
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳 精白米 強化押し麦 強化米 サラダ油(米ぬか油) パプリカ 塩 玉ねぎ マッシュルーム(缶 スライス) バター トマトケチャップ 塩 こしょう ショルダーベーコン 鶏もも肉(皮なし) 人参 玉ねぎ グリーンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) ホワイトルウ 脱脂粉乳 塩 こしょう がらスープの素 粉チーズ 牛乳 水	牛乳 精白米 強化押し麦 強化米 豚もも肉(薄切り) むきえび うずら卵(缶) いか 人参 白菜 たけのこ(水煮缶) ちんげん菜 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう ごま油 かき油 がらスープの素 醤油 でん粉 水 甘えびの空揚げ 揚げ油(米ぬか油) 切干大根 醤油 きゅうり 人参 醤油 上白糖 酢 ごま油 ごま(白・いり) みかんゼリー	精白米 強化押し麦 強化米 サラダ油(米ぬか油) パプリカ 塩 玉ねぎ マッシュルーム(缶 スライス) バター トマトケチャップ 塩 こしょう 牛乳 チーズオムレツ まぐろ油漬 キャベツ 人参 塩 酢 こしょう サラダ油(米ぬか油) みかんゼリー 大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水 ショルダーベーコン 鶏もも肉(皮なし) 人参 玉ねぎ グリーンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) ホワイトルウ 脱脂粉乳 塩 こしょう がらスープの素 粉チーズ 牛乳 水	精白米 強化米 強化押し麦 牛乳 甘えびの空揚げ 揚げ油(米ぬか油) もやし 小松菜 醤油 切干大根 醤油 きゅうり 人参 醤油 上白糖 酢 ごま油 ごま(白・いり) みかんゼリー 大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水 豚もも肉(薄切り) むきえび うずら卵(缶) いか 人参 白菜 たけのこ(水煮缶) ちんげん菜 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう ごま油 かき油 がらスープの素 醤油 でん粉 水
チーズオムレツ			
みかんゼリー			

12月13日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 鶏肉のピリ辛焼き コーン入りひたし 豚肉と生揚げのみそ煮 チーズ きのコスープ	米飯 牛乳 いかの竜田揚げ ごぼうサラダ 大根と揚げ麩の甘辛煮 チーズ きのコスープ	米飯 牛乳 鶏肉のピリ辛焼き コーン入りひたし 豚肉と生揚げのみそ煮 チーズ きのコスープ	米飯 牛乳 いかの竜田揚げ ごぼうサラダ 大根と揚げ麩の甘辛煮 チーズ きのコスープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
鶏もも肉(皮なし) 上白糖 醤油 みりん 酒 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油)	いか 酒 生姜 醤油 みりん 酒 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油)	鶏もも肉(皮なし) 上白糖 醤油 みりん 酒 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油)	いか 酒 生姜 醤油 みりん 酒 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油)
小松菜 もやし ホールコーン(冷) 醤油	ごぼう 醤油 きゅうり キャベツ 人参 酢 マヨネーズ(卵黄型) 一味唐辛子	小松菜 もやし ホールコーン(冷) 醤油	ごぼう 醤油 きゅうり キャベツ 人参 酢 マヨネーズ(卵黄型) 一味唐辛子
豚もも肉(薄切り) 醤油 生揚げ 人参 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みそ(淡色・辛) 醤油 水	塩 こしょう 大根 揚げ麩 人参 さやいんげん(冷凍) 三温糖 みりん 醤油 削り節 水	豚もも肉(薄切り) 醤油 生揚げ 人参 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みそ(淡色・辛) 醤油 水	塩 こしょう 大根 揚げ麩 人参 さやいんげん(冷凍) 三温糖 みりん 醤油 削り節 水
チーズ(ca強化)	チーズ(ca強化)	チーズ(ca強化)	チーズ(ca強化)
人参 ちんげん菜 しめじ えのきたけ がらスープの素 塩 こしょう 醤油 でん粉 水	人参 ちんげん菜 しめじ えのきたけ がらスープの素 塩 こしょう 醤油 でん粉 水	人参 ちんげん菜 しめじ えのきたけ がらスープの素 塩 こしょう 醤油 でん粉 水	人参 ちんげん菜 しめじ えのきたけ がらスープの素 塩 こしょう 醤油 でん粉 水

12月16日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 鮭のチーズフライ フレンチサラダ さつま芋の甘煮 しめじのみそ汁	米飯 牛乳 チキンのオープン焼き ごま酢あえ 高野豆腐の煮物 しめじのみそ汁	米飯 牛乳 鮭のチーズフライ さつま芋の甘煮 フレンチサラダ 昆布の佃煮 しめじのみそ汁	米飯 牛乳 チキンのオープン焼き ごま酢あえ 高野豆腐の煮物 昆布の佃煮 しめじのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
鮭チーズフライ 揚げ油(米ぬか油)	チキンのオープン焼き サラダ油(米ぬか油)	鮭チーズフライ 揚げ油(米ぬか油)	チキンのオープン焼き サラダ油(米ぬか油)
人参 キャベツ きゅうり ロースハム サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢	小松菜 もやし まぐろ油漬 白練りごま ごま(白・すり) 上白糖 酢 醤油	さつま芋 レモン汁 上白糖 塩 水 人参 キャベツ きゅうり ロースハム サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢	小松菜 もやし まぐろ油漬 白練りごま ごま(白・すり) 上白糖 酢 醤油
さつま芋 レモン汁 上白糖 塩 水	高野豆腐 ちくわ 人参 たけのこ(水煮缶) グリーンピース(冷凍) 干椎茸 三温糖 醤油 削り節 水	きざみ昆布 ざらめ糖(中ざら) 醤油 みりん 水	高野豆腐 ちくわ 人参 たけのこ(水煮缶) グリーンピース(冷凍) 干椎茸 三温糖 醤油 削り節 水
油揚げ しめじ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	油揚げ しめじ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	きざみ昆布 ざらめ糖(中ざら) 醤油 みりん 水 油揚げ しめじ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	きざみ昆布 ざらめ糖(中ざら) 醤油 みりん 水 油揚げ しめじ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水

12月17日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
牛乳 ビビンバ えびしゅうまい 車麩といんげんの含め煮 なめこ汁	米飯 牛乳 鶏肉のレモン醤油揚げ 風味漬け 豚肉と大根のピリ辛炒め なめこ汁	麦ごはん 牛乳 ビビンバ えびしゅうまい 車麩といんげんの含め煮 おやつ大豆 なめこ汁	米飯 牛乳 鶏肉レモン醤油揚げ 風味漬け 豚肉と大根のピリ辛炒め おやつ大豆 なめこ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳 精白米 強化押し麦 強化米 豚もも肉(薄切り) 生姜 にんにく 醤油 酒 ぜんまい水煮 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油) ほうれん草 切干大根 人参 もやし ごま油 醤油 三温糖 生姜 ごま(白・すり) ごま(白・いり) えびシューマイ こんにゃく 人参 車麩 さやいんげん(冷凍) 削り節 三温糖 醤油 水 なめこ 長ねぎ 豆腐 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 煮干し粉 水	精白米 強化米 牛乳 鶏もも肉(皮なし) 塩 酒 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 醤油 上白糖 酒 レモン汁 キャベツ きゅうり 生姜 醤油 塩 ごま(白・いり) 豚もも肉(薄切り) 干椎茸 大根 さやいんげん(冷凍) にんにく 生姜 サラダ油(米ぬか油) ごま油 醤油 上白糖 トウバンジャン 酒 なめこ 長ねぎ 豆腐 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 煮干し粉 水	精白米 強化米 強化押し麦 牛乳 豚もも肉(薄切り) 生姜 にんにく 醤油 酒 ぜんまい水煮 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油) ほうれん草 切干大根 人参 もやし ごま油 醤油 三温糖 生姜 ごま(白・すり) ごま(白・いり) えびシューマイ こんにゃく 人参 車麩 さやいんげん(冷凍) 削り節 三温糖 醤油 水 おやつ大豆 なめこ 長ねぎ 豆腐 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 煮干し粉 水	精白米 強化米 牛乳 鶏もも肉(皮なし) 塩 酒 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 醤油 上白糖 酒 レモン汁 キャベツ きゅうり 生姜 醤油 塩 ごま(白・いり) 豚もも肉(薄切り) 干椎茸 大根 さやいんげん(冷凍) にんにく 生姜 サラダ油(米ぬか油) ごま油 醤油 上白糖 トウバンジャン 酒 おやつ大豆 なめこ 長ねぎ 豆腐 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 煮干し粉 水

12月18日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 さばのごま揚げ おひたし 大豆の磯煮 杏仁風プリン 春雨スープ	コッペパン 牛乳 あさりときのこのトマトスパゲティ シャキシャキサラダ 杏仁風プリン	米飯 牛乳 さばのごま揚げ おひたし 杏仁風プリン うずら卵の醤油煮 春雨スープ	米飯 牛乳 肉野菜炒め シャキシャキサラダ 大豆の磯煮 パイン缶 春雨スープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	コッペパン	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
鯖のごま揚げ 揚げ油(米ぬか油)	スパゲティ(冷) あさり(水煮) 鶏もも肉(皮なし) 玉ねぎ しめじ	鯖のごま揚げ 揚げ油(米ぬか油)	豚もも肉(薄切り) 酒 醤油 三温糖 玉ねぎ
ちんげん菜 人参 ホールコーン(冷) 醤油	マッシュルーム(缶 スライス) トマト水煮(缶 ホール) パセリ にんにく サラダ油(米ぬか油) こしょう	ちんげん菜 人参 ホールコーン(冷) 醤油	キャベツ 人参 しめじ ピーマン かき油
ひじき さつま揚げ 大豆 人参 ごぼう こんにゃく サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みりん 醤油 水 削り節 だし昆布	塩 トマトケチャップ トマトピューレ ハヤシルウ 赤ワイン 水 粉チーズ	杏仁風プリン	サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう
杏仁風プリン	じゃが芋 人参 きゅうり アーモンド(細切り) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう	うずら卵(缶) 三温糖 醤油 酒 水	じゃが芋 人参 きゅうり アーモンド(細切り) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう
緑豆春雨 人参 えのきたけ もやし がらスープの素 こしょう 醤油 塩 でん粉 水	杏仁風プリン	緑豆春雨 人参 えのきたけ もやし がらスープの素 こしょう 醤油 塩 でん粉 水	ひじき さつま揚げ 大豆 人参 ごぼう こんにゃく サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みりん 醤油 水 削り節 だし昆布
			パイン(缶 7ピット)
			緑豆春雨 人参 えのきたけ もやし がらスープの素 こしょう 醤油 塩 でん粉 水

12月19日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
牛乳 ポークカレーライス スペイン風オムレツ ひじきとツナのサラダ	米飯 牛乳 チキンたれカツ 白菜漬け 切干大根の炒り煮 ヨーグルト 豆腐のみそ汁	麦ごはん 牛乳 スペイン風オムレツ ひじきとツナのサラダ ヨーグルト 白菜漬け ポークカレー	米飯 牛乳 チキンたれカツ 切干大根の炒り煮 ヨーグルト 白菜漬け 豆腐のみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳	精白米 強化米	精白米 強化米 強化押し麦	精白米 強化米
精白米 強化米 強化押し麦 豚もも肉(角切り) じゃが芋 人参 玉ねぎ トマト水煮(缶 ホール) グリーンピース(冷凍) にんにく サラダ油(米ぬか油) 塩 脱脂粉乳 チャツネ カレールウ 水	牛乳 チキンカツ 揚げ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 酒 みりん でん粉 水 白菜 小松菜 塩 うす口しょうゆ 油揚げ 人参 干椎茸 切干大根 削り節 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 水 ヨーグルト(ca強化) 豆腐 えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	牛乳 スペイン風オムレツ まぐろ油漬 ひじき きゅうり 人参 ホールコーン(冷) 醤油 酢 三温糖 ヨーグルト(ca強化) 白菜 小松菜 塩 うす口しょうゆ 豚もも肉(角切り) じゃが芋 人参 玉ねぎ トマト水煮(缶 ホール) グリーンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 塩 脱脂粉乳 チャツネ カレールウ 水	牛乳 チキンカツ 揚げ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 酒 みりん でん粉 水 油揚げ 人参 干椎茸 切干大根 削り節 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 水 ヨーグルト(ca強化) 白菜 小松菜 塩 うす口しょうゆ 豆腐 えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水

12月20日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 鮭のバターポン酢焼き きのこソテー グリーンサラダ かぼちゃのクリームスープ	米飯 牛乳 かぼちゃコロッケ コーン入りひたし 鶏肉とナッツの炒め物 わかめスープ	米飯 牛乳 鮭のバターポン酢焼き きのこソテー グリーンサラダ プルーン かぼちゃのクリームスープ	米飯 牛乳 かぼちゃコロッケ コーン入りひたし 鶏肉とナッツの炒め物 プルーン わかめスープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
鮭(切り身) 塩 こしょう 小麦粉 バター 醤油 上白糖 酢 レモン汁 でん粉 水	かぼちゃコロッケ 揚げ油(米ぬか油) もやし ホールコーン(冷) 人参 醤油	鮭(切り身) 塩 こしょう 小麦粉 バター 醤油 上白糖 酢 レモン汁 でん粉 水	かぼちゃコロッケ 揚げ油(米ぬか油) もやし ホールコーン(冷) 人参 醤油
しめじ えのきたけ 小松菜 人参 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	鶏もも肉(皮なし) ローストカシューナッツ さやいんげん(冷凍) 人参 干椎茸 長ねぎ サラダ油(米ぬか油) みそ(淡色・辛) 醤油 酒 上白糖	しめじ えのきたけ 小松菜 人参 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	鶏もも肉(皮なし) ローストカシューナッツ さやいんげん(冷凍) 人参 干椎茸 長ねぎ サラダ油(米ぬか油) みそ(淡色・辛) 醤油 酒 上白糖
キャベツ きゅうり さやいんげん(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう	わかめ(乾燥) 人参 長ねぎ がらスープの素 醤油 塩 こしょう 水	キャベツ きゅうり さやいんげん(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう	プルーン(種抜) わかめ(乾燥) 人参 長ねぎ がらスープの素 醤油 塩 こしょう 水
ショルダーベーコン かぼちゃペースト 玉ねぎ マッシュルーム(缶 スライス) パセリ バター がらスープの素 牛乳 脱脂粉乳 ホワイトルウ 塩 こしょう でん粉 水	水	プルーン(種抜) ショルダーベーコン かぼちゃペースト 玉ねぎ マッシュルーム(缶 スライス) パセリ バター がらスープの素 牛乳 脱脂粉乳 ホワイトルウ 塩 こしょう でん粉 水	水

12月23日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 ペッパーチキン ツナサラダ ジャガイモのソテー 越後姫タルト 豆腐のスープ	キムタクごはん 牛乳 春巻 なめたけ和え ジャガイモのソテー 越後姫タルト 豆腐のスープ	米飯 牛乳 ペッパーチキン ツナサラダ 越後姫タルト グラッセ 豆腐のスープ	キムタクごはん 牛乳 春巻 なめたけ和え 越後姫タルト グラッセ 豆腐のスープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米 パプリカ・粉 サラダ油(米ぬか油) 白菜キムチ たくあん ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) ごま油 醤油	精白米 強化米	精白米 強化米 パプリカ・粉 サラダ油(米ぬか油) 白菜キムチ たくあん ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) ごま油 醤油
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
鶏もも肉(皮なし) 酒 醤油 塩 こしょう(粗挽き) サラダ油(米ぬか油)	鶏もも肉(皮なし) 酒 醤油 塩 こしょう(粗挽き) サラダ油(米ぬか油)	鶏もも肉(皮なし) 酒 醤油 塩 こしょう(粗挽き) サラダ油(米ぬか油)	鶏もも肉(皮なし) 酒 醤油 塩 こしょう(粗挽き) サラダ油(米ぬか油)
きゅうり キャベツ 玉ねぎ まぐろ油漬 酢 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	春巻 揚げ油(米ぬか油)	きゅうり キャベツ 玉ねぎ まぐろ油漬 酢 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	春巻 揚げ油(米ぬか油)
じゃが芋 玉ねぎ ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	小松菜 切干大根 人参 醤油 えのきたけ 醤油 上白糖	じゃが芋 玉ねぎ まぐろ油漬 酢 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	小松菜 切干大根 人参 醤油 えのきたけ 醤油 上白糖
いちごタルト	じゃが芋 玉ねぎ ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	いちごタルト	いちごタルト
豆腐 しめじ 長ねぎ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水	豆腐 しめじ 長ねぎ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水	豆腐 しめじ 長ねぎ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水	豆腐 しめじ 長ねぎ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水