

# 12月1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 さわらの西京焼き 切干大根の梅酢あえ じゃが芋のそぼろ煮 大根と生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 カレイのネギソース揚げ ごま和え ひじきの炒め煮 大根と生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 さわらの西京焼き 切干大根の梅酢あえ じゃが芋のそぼろ煮 大豆の甘辛煮 大根と生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 カレイのネギソース揚げ ごま和え ひじきの炒め煮 大豆の甘辛煮 大根と生揚げのみそ汁
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
鱈(切り身) みそ(甘) 酒 みりん サラダ油(米ぬか油)	カレイ竜田揚げ 揚げ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 酢 みりん ごま油 長ねぎ 水	鱈(切り身) みそ(甘) 酒 みりん サラダ油(米ぬか油)	カレイ竜田揚げ 揚げ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 酢 みりん ごま油 長ねぎ 水
切干大根 醤油 きゅうり 人参 醤油 酢 梅ごはんのもと ごま(白・いり)	ほうれん草 もやし 白練りごま ごま(白・すり) 上白糖 醤油	切干大根 醤油 きゅうり 人参 醤油 酢 梅ごはんのもと ごま(白・いり)	ほうれん草 もやし 白練りごま ごま(白・すり) 上白糖 醤油
じゃがいも 7訂 追 豚もも挽肉 人参 玉ねぎ グリンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん でん粉 水	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	じゃがいも 7訂 追 豚もも挽肉 人参 玉ねぎ グリンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん でん粉 水	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
大根 生揚げ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	大根 生揚げ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水	大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水
大根 生揚げ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	大根 生揚げ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水	大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 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
和風カレー丼 牛乳 小松菜とコーンのソテー パイン缶	和風カレー丼 牛乳 小松菜とコーンのソテー パイン缶	麦ごはん 牛乳 ポテトコロッケ 風味漬け 小松菜とコーンのソテー パイン缶 和風カレー丼の具	麦ごはん 牛乳 ポテトコロッケ 風味漬け 小松菜とコーンのソテー パイン缶 和風カレー丼の具
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳  精白米 強化米 強化押し麦 生揚げ 豚もも肉(薄切り) 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) 長ねぎ カレー粉 サラダ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 みりん カレールウ でん粉 削り節 だし昆布 水  小松菜 しめじ ホールコーン(冷) バター 塩 こしょう  パイン(缶 苺1個)	牛乳  精白米 強化米 強化押し麦 生揚げ 豚もも肉(薄切り) 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) 長ねぎ カレー粉 サラダ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 みりん カレールウ でん粉 削り節 だし昆布 水  小松菜 しめじ ホールコーン(冷) バター 塩 こしょう  パイン(缶 苺1個)	精白米 強化米 強化押し麦  牛乳  ポテトコロッケ 揚げ油(米ぬか油)  キャベツ きゅうり 人参 生姜 醤油 塩 ごま(白・いり)  小松菜 しめじ ホールコーン(冷) バター 塩 こしょう  パイン(缶 苺1個)  生揚げ 豚もも肉(薄切り) 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) 長ねぎ カレー粉 サラダ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 みりん ●カレールウ でん粉 削り節 だし昆布 水	精白米 強化米 強化押し麦  牛乳  ポテトコロッケ 揚げ油(米ぬか油)  キャベツ きゅうり 人参 生姜 醤油 塩 ごま(白・いり)  小松菜 しめじ ホールコーン(冷) バター 塩 こしょう  パイン(缶 苺1個)  生揚げ 豚もも肉(薄切り) 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) 長ねぎ カレー粉 サラダ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 みりん ●カレールウ でん粉 削り節 だし昆布 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
米飯 牛乳 豚肉のバーベキューソース 厚焼き卵 春雨サラダ 豚汁	米飯 牛乳 ちくわの磯辺揚げ アーモンド和え 切り昆布とじゃが芋の煮物 豚汁	米飯 牛乳 豚肉のバーベキューソース 厚焼き卵 春雨サラダ 白菜漬け 豚汁	米飯 牛乳 ちくわの磯辺揚げ アーモンド和え 切り昆布とじゃが芋の煮物 白菜漬け 豚汁
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
豚もも肉(薄切り) 塩 こしょう にんにく パプリカ・粉 赤ワイン ピーマン 人参 玉ねぎ しめじ サラダ油(米ぬか油) 玉ねぎ サラダ油(米ぬか油) トマトケチャップ 上白糖 酒 中濃ソース 水	ちくわ 小麦粉 青のり 水 揚げ油(米ぬか油)  ほうれん草 キャベツ 人参 アーモンド粉 上白糖 醤油  きざみ昆布 人参 じゃがいも 7訂 追 三温糖 醤油 酒 水	豚もも肉(薄切り) 塩 こしょう にんにく パプリカ・粉 赤ワイン ピーマン 人参 玉ねぎ しめじ サラダ油(米ぬか油) 玉ねぎ サラダ油(米ぬか油) トマトケチャップ 上白糖 酒 中濃ソース 水	ちくわ 小麦粉 青のり 水 揚げ油(米ぬか油)  ほうれん草 キャベツ 人参 アーモンド粉 上白糖 醤油  きざみ昆布 人参 じゃがいも 7訂 追 三温糖 醤油 酒 水
●厚焼き卵		●厚焼き卵	
緑豆春雨 もやし きゅうり 人参 醤油 上白糖 酢 ごま油 洋からし(粉)	豚もも肉(薄切り) 人参 大根 ごぼう 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	緑豆春雨 もやし きゅうり 人参 醤油 上白糖 酢 ごま油 洋からし(粉)	白菜 塩  豚もも肉(薄切り) 人参 大根 ごぼう 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水
豚もも肉(薄切り) 人参 大根 ごぼう 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水		白菜 塩  豚もも肉(薄切り) 人参 大根 ごぼう 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	

# 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 鶏肉のピリ辛焼き コーンサラダ さつま芋と大豆の揚げ煮 えのきのみそ汁	米飯 牛乳 豚肉の生姜焼き ごま酢和え チーズ えのきのみそ汁	米飯 牛乳 鶏肉のピリ辛焼き コーンサラダ さつま芋と大豆の揚げ煮 チーズ えのきのみそ汁	米飯 牛乳 豚肉の生姜焼き コーンサラダ ごま酢和え チーズ 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
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)	豚もも肉(薄切り) 酒 醤油 三温糖 生姜 玉ねぎ ピーマン 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)	豚もも肉(薄切り) 酒 醤油 三温糖 生姜 玉ねぎ ピーマン サラダ油(米ぬか油)
もやし きゅうり ホールコーン(冷)	塩 こしょう	もやし きゅうり ホールコーン(冷)	塩 こしょう
酢 醤油 塩 こしょう ごま油	切干大根 醤油 小松菜 人参 まぐろ油漬 ごま(白・すり) 上白糖 酢 醤油	酢 醤油 塩 こしょう ごま油	もやし きゅうり ホールコーン(冷) 酢 醤油 塩 こしょう ごま油
さつま芋 揚げ油(米ぬか油) 大豆 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 醤油 ざらめ糖(中ざら) 水 ごま(黒・いり) 酢	チーズ(ca強化)	さつま芋 揚げ油(米ぬか油) 大豆 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 醤油 ざらめ糖(中ざら) 水 ごま(黒・いり) 酢	切干大根 醤油 小松菜 人参 まぐろ油漬 ごま(白・すり) 上白糖 酢 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	チーズ(ca強化) 油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	チーズ(ca強化) 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7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 白身魚フライ 即席漬け 鶏肉とナッツの炒め物 豆腐のスープ	(かぼちゃパン) 牛乳 スパゲティミートソース いんげん豆のサラダ	米飯 牛乳 白身魚フライ 即席漬け 鶏肉とナッツの炒め物 みかん缶 豆腐のスープ	かぼちゃパン 牛乳 チーズオムレツのミートソースかけ じゃが芋のソテー いんげん豆のサラダ みかん缶 豆腐のスープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	かぼちゃパン	精白米 強化米	かぼちゃパン
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
白身魚フライ 揚げ油(米ぬか油)	スパゲティ(冷) 豚もも挽肉 ショルダーベーコン 人参 玉ねぎ 生姜 にんにく セロリ グリーンピース(冷凍) トマトケチャップ トマトピューレ 上白糖 トマト水煮(缶 ホール) サラダ油(米ぬか油)	白身魚フライ 揚げ油(米ぬか油)	チーズオムレツ 豚もも挽肉 ショルダーベーコン 人参 玉ねぎ 生姜 にんにく セロリ グリーンピース(冷凍) トマトケチャップ トマトピューレ 上白糖 トマト水煮(缶 ホール) サラダ油(米ぬか油)
キャベツ きゅうり 人参 生姜 醤油 塩	赤ワイン ハヤシルウ 粉チーズ 塩 こしょう 水	キャベツ きゅうり 人参 生姜 醤油 塩	ハヤシルウ 粉チーズ 塩 こしょう 水
鶏もも肉(皮なし) ローストカシューナッツ ピーマン 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	いんげん豆 レッドキドニー(缶) ホールコーン(冷) きゅうり 塩 こしょう サラダ油(米ぬか油) 酢 醤油	鶏もも肉(皮なし) ローストカシューナッツ ピーマン 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	じゃがいも 7訂 追 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
豆腐 小松菜 えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水		みかん(缶)	いんげん豆 レッドキドニー(缶) ホールコーン(冷) きゅうり 塩 こしょう サラダ油(米ぬか油) 酢 醤油
		豆腐 小松菜 えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 水	みかん(缶)

# 12月8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 棒餃子 春雨サラダ 車麩の煮物 中華コーンスープ	米飯 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き ニラともやしのソテー カラフルビーンズ 中華コーンスープ	中華風混ぜごはん 牛乳 棒餃子 ゆでキャベツ 春雨サラダ 車麩の煮物 小松菜のひたし 中華コーンスープ	米飯 牛乳 鶏肉のマーマレード焼き ニラともやしのソテー カラフルビーンズ 小松菜のひたし 中華コーンスープ
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	精白米 強化米  牛乳  鶏もも肉(皮なし) 塩 こしょう 醤油 酒 サラダ油(米ぬか油) マーマレード(低糖) 醤油 酒	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	精白米 強化米  牛乳  鶏もも肉(皮なし) 塩 こしょう 醤油 酒 サラダ油(米ぬか油) マーマレード(低糖) 醤油 酒
牛乳  餃子ロール(鉄強化) 揚げ油(米ぬか油)	もやし にら 人参 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	牛乳  餃子ロール(鉄強化) 揚げ油(米ぬか油)	もやし にら 人参 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう
緑豆春雨 きゅうり ホールコーン(冷) 人参 ノンエッグマヨネーズ 塩 酢 こしょう	大豆 こんにゃく 上白糖 醤油 水 ピーマン 人参 ローストカシューナッツ みそ(淡色・辛) 上白糖 みりん ごま(白・いり) ごま油 一味唐辛子	キャベツ 塩 緑豆春雨 きゅうり ホールコーン(冷) 人参 ノンエッグマヨネーズ 塩 酢 こしょう	大豆 こんにゃく 上白糖 醤油 水 ピーマン 人参 ローストカシューナッツ みそ(淡色・辛) 上白糖 みりん ごま(白・いり) ごま油 一味唐辛子
車麩 ちくわ 人参 さやいんげん(冷凍) 三温糖 醤油 みりん 煮干し粉 水	クリームコーン缶 鶏卵 きくらげ 長ねぎ がらスープの素 塩 こしょう でん粉 水	車麩 ちくわ 人参 さやいんげん(冷凍) 三温糖 醤油 みりん 煮干し粉 水	小松菜 削り節 醤油
クリームコーン缶 鶏卵 きくらげ 長ねぎ がらスープの素 塩 こしょう でん粉 水	クリームコーン缶 鶏卵 きくらげ 長ねぎ がらスープの素 塩 こしょう でん粉 水	小松菜 削り節 醤油	クリームコーン缶 鶏卵 きくらげ 長ねぎ がらスープの素 塩 こしょう 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 照焼きハンバーグ 野菜炒め マカロニサラダ 生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 豚肉とじゃが芋の揚げ煮 なめたけ和え 生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 照焼きハンバーグ 野菜炒め マカロニサラダ 昆布の佃煮 生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 豚肉とじゃが芋の揚げ煮 なめたけ和え もやしのサラダ 昆布の佃煮 生揚げのみそ汁
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
ハンバーグ サラダ油(米ぬか油) 三温糖 酒 醤油 でん粉 水	豚もも肉(角切り) 醤油 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 大豆 三温糖 醤油 水	ハンバーグ サラダ油(米ぬか油) 三温糖 酒 醤油 でん粉 水	豚もも肉(角切り) 醤油 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 大豆 三温糖 醤油 水
玉ねぎ 人参 しめじ もやし サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油	じゃがいも 7訂 追 揚げ油(米ぬか油) 人参 さやいんげん(冷凍) たけのこ(水煮缶) こんにゃく 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) カレー粉 三温糖 醤油 でん粉 水	玉ねぎ 人参 しめじ もやし サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油	じゃがいも 7訂 追 揚げ油(米ぬか油) 人参 さやいんげん(冷凍) たけのこ(水煮缶) こんにゃく 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) カレー粉 三温糖 醤油 でん粉 水
マカロニ 人参 きゅうり ロースハム ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう 酢	小松菜 白菜 えのきたけ 醤油 三温糖	マカロニ 人参 きゅうり ロースハム ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう 酢	小松菜 白菜 えのきたけ 醤油 三温糖
生揚げ 長ねぎ わかめ(乾燥) みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	生揚げ 長ねぎ わかめ(乾燥) みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	きざみ昆布 ざらめ糖(中ざら) 醤油 みりん ごま(白・いり) 水  生揚げ 長ねぎ わかめ(乾燥) みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	もやし 人参 きゅうり サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう  きざみ昆布 ざらめ糖(中ざら) 醤油 みりん ごま(白・いり) 水
生揚げ 長ねぎ わかめ(乾燥) みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	生揚げ 長ねぎ わかめ(乾燥) みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	生揚げ 長ねぎ わかめ(乾燥) みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	生揚げ 長ねぎ わかめ(乾燥) みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 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
ケチャップライスのクリームソースかけ 牛乳 チーズ入りスペイン風オムレツ わかめサラダ	五目うま煮丼 牛乳 いわしのかりかりフライ 風味漬け	ケチャップライス 牛乳 チーズ入りスペイン風オムレツ わかめサラダ もやしときのこのソテー さつまいもチップス クリームソース	麦ごはん 牛乳 いわしのかりかりフライ 風味漬け もやしときのこのソテー さつまいもチップス 五目うま煮丼の具
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) うずら卵(缶) いか小切れ 人参 白菜 たけのこ(水煮缶) ちんげん菜 きくらげ にんにく 生姜 かき油 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう ごま油 がらスープの素 醤油 でん粉 水  いわしのかりかりフライ 揚げ油(米ぬか油)	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  スペイン風オムレツ  大根 人参 わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 醤油 酢	精白米 強化米 強化押し麦  牛乳  いわしのかりかりフライ 揚げ油(米ぬか油)  キャベツ きゅうり 生姜 醤油 塩 ごま(白・いり)  しめじ もやし ピーマン サラダ油(米ぬか油) バター 塩 こしょう
スペイン風オムレツ	キャベツ きゅうり 生姜 醤油 塩 ごま(白・いり)	しめじ もやし ピーマン サラダ油(米ぬか油) バター 塩 こしょう	さつまいもチップス
大根 人参 わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 醤油 酢	豚もも肉(薄切り) うずら卵(缶) いか小切れ 人参 白菜 たけのこ(水煮缶) ちんげん菜 きくらげ にんにく 生姜 かき油 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう ごま油 がらスープの素 醤油 でん粉 水	さつまいもチップス  ショルダーベーコン 鶏もも肉(皮なし) 人参 玉ねぎ グリンピース(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	豚もも肉(薄切り) うずら卵(缶) いか小切れ 人参 白菜 たけのこ(水煮缶) ちんげん菜 きくらげ にんにく 生姜 かき油 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう ごま油 がらスープの素 醤油 でん粉 水



# 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 肉野菜炒め えびシュウマイ いんげん豆の中華サラダ もずくの中華スープ	(米飯) 牛乳 みそラーメン 揚げ餃子 アーモンド和え	米飯 牛乳 肉野菜炒め えびシュウマイ いんげん豆の中華サラダ ピリ辛こんにゃく もずくの中華スープ	米飯 牛乳 揚げ餃子 アーモンド和え いんげん豆の中華サラダ ピリ辛こんにゃく もずくの中華スープ
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
豚もも肉(薄切り) 酒 醤油 三温糖 玉ねぎ キャベツ 人参 しめじ ピーマン かき油 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	中華めん(冷凍) 豚もも肉(薄切り) もやし キャベツ にら 人参 ホールコーン(冷) メンマ 長ねぎ 生姜 にんにく ごま油 サラダ油(米ぬか油) トウバンジャン がらスープの素 醤油 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(八丁) 酒 水	豚もも肉(薄切り) 酒 醤油 三温糖 玉ねぎ キャベツ 人参 しめじ ピーマン かき油 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	揚げぎょうざ 揚げ油(米ぬか油)
えびシュウマイ		えびシュウマイ	
いんげん豆 レッドキドニー(缶) ホールコーン(冷) きゅうり 塩 こしょう ごま(白・いり) ごま油 サラダ油(米ぬか油) 酢 醤油	揚げぎょうざ 揚げ油(米ぬか油)	いんげん豆 レッドキドニー(缶) ホールコーン(冷) きゅうり 塩 こしょう ごま(白・いり) ごま油 サラダ油(米ぬか油) 酢 醤油	切干大根 醤油 小松菜 人参 アーモンド(細切り) アーモンド粉 上白糖 醤油
もずく・おきなわもず えのきたけ 人参 長ねぎ 醤油 がらスープの素 ごま油 塩 でん粉 水	切干大根 醤油 小松菜 人参 アーモンド(細切り) アーモンド粉 上白糖 醤油	こんにゃく ごま油 三温糖 醤油 一味唐辛子	いんげん豆 レッドキドニー(缶) ホールコーン(冷) きゅうり 塩 こしょう ごま(白・いり) ごま油 サラダ油(米ぬか油) 酢 醤油
		もずく・おきなわもず えのきたけ 人参 長ねぎ 醤油 がらスープの素 ごま油 塩 でん粉 水	もずく・おきなわもず えのきたけ 人参 長ねぎ 醤油 がらスープの素 ごま油 塩 でん粉 水

# 12月14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 キャベツメンチカツ 大根とツナのサラダ 生揚げの含め煮 わかめと鶏肉のスープ	コッペパン 牛乳 ソーセージのケチャップあえ ほうれん草とコーンのソテー チーズ入りマセドアンサラダ わかめと鶏肉のスープ	米飯 牛乳 キャベツメンチカツ 大根とツナのサラダ 生揚げの含め煮 甘夏缶 わかめと鶏肉のスープ	コッペパン 牛乳 ソーセージのケチャップあえ ほうれん草とコーンのソテー チーズ入りマセドアンサラダ 甘夏缶 わかめと鶏肉のスープ
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	○コッペパン
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
キャベツメンチカツ 揚げ油(米ぬか油)	鉄強化フランクフルト トマトケチャップ 中濃ソース 上白糖	キャベツメンチカツ 揚げ油(米ぬか油)	鉄強化フランクフルト トマトケチャップ 中濃ソース 上白糖
大根 きゅうり 人参 まぐろ油漬 サラダ油(米ぬか油) 塩 醤油 酢 こしょう	ほうれん草 キャベツ ホールコーン(冷) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	大根 きゅうり 人参 まぐろ油漬 サラダ油(米ぬか油) 塩 醤油 酢 こしょう	ほうれん草 キャベツ ホールコーン(冷) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう
生揚げ 人参 たけのこ(水煮缶) さやいんげん(冷凍) 三温糖 醤油 削り節 水	じゃがいも 7訂 追 人参 きゅうり チーズ(ダイス) ノンエッグマヨネーズ 塩 酢	生揚げ 人参 たけのこ(水煮缶) さやいんげん(冷凍) 三温糖 醤油 削り節 水	じゃがいも 7訂 追 人参 きゅうり チーズ(ダイス) ノンエッグマヨネーズ 塩 酢
鶏むね肉(皮なし) わかめ(乾燥) 長ねぎ えのきたけ がらスープの素 塩 醤油 こしょう 水	鶏むね肉(皮なし) わかめ(乾燥) 長ねぎ えのきたけ がらスープの素 塩 醤油 こしょう 水	甘夏みかん(缶・ホールM)	甘夏みかん(缶・ホールM)
鶏むね肉(皮なし) わかめ(乾燥) 長ねぎ えのきたけ がらスープの素 塩 醤油 こしょう 水	鶏むね肉(皮なし) わかめ(乾燥) 長ねぎ えのきたけ がらスープの素 塩 醤油 こしょう 水	鶏むね肉(皮なし) わかめ(乾燥) 長ねぎ えのきたけ がらスープの素 塩 醤油 こしょう 水	鶏むね肉(皮なし) わかめ(乾燥) 長ねぎ えのきたけ がらスープの素 塩 醤油 こしょう 水

# 12月15日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
チキンカレーライス 牛乳 白菜のゆずドレッシングサラダ フルーツ杏仁	麻婆丼 牛乳 春巻 中華サラダ	麦ごはん 牛乳 プレーンオムレツ 白菜のゆずドレッシングサラダ フルーツ杏仁 大豆の甘辛煮 チキンカレー	麦ごはん 牛乳 春巻 中華サラダ フルーツ杏仁 大豆の甘辛煮 麻婆丼の具
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 鶏もも肉(皮なし) カレー粉 じゃがいも 7訂 追 人参 玉ねぎ グリーンピース(冷凍) トマト水煮(缶 ホール) バター にんにく 脱脂粉乳 チャツネ カレールウ 塩 水	精白米 強化押し麦 強化米 豚もも挽肉 豆腐 にら 長ねぎ 干椎茸 にんにく 生姜 サラダ油(米ぬか油) ごま油 酒 三温糖 みそ(淡色・辛) 醤油 トウバンジャン がらスープの素 でん粉 かき油 水	牛乳  プレーンオムレツ  白菜 塩 きゅうり こんにゃく寒天 まぐろ油漬 サラダ油(米ぬか油) ゆず果汁 酢 うす口しょうゆ 上白糖 塩 こしょう ごま(白・いり)	牛乳  春巻 揚げ油(米ぬか油)  緑豆春雨 もやし 人参 わかめ(乾燥) 醤油 上白糖 酢 ごま油  杏仁豆腐 みかん(缶) パイン(缶 7ピット)
白菜 塩 きゅうり こんにゃく寒天 まぐろ油漬 サラダ油(米ぬか油) ゆず果汁 酢 うす口しょうゆ 上白糖 塩 こしょう ごま(白・いり)	春巻 揚げ油(米ぬか油)  緑豆春雨 もやし 人参 わかめ(乾燥) 醤油 上白糖 酢 ごま油	杏仁豆腐 みかん(缶) パイン(缶 7ピット)  大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水	大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水  豚もも挽肉 豆腐 にら 長ねぎ 干椎茸 にんにく 生姜 サラダ油(米ぬか油) ごま油 酒 三温糖 みそ(淡色・辛) 醤油 トウバンジャン がらスープの素 でん粉 かき油 水
杏仁豆腐 みかん(缶) パイン(缶 7ピット)		大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水  鶏もも肉(皮なし) カレー粉 じゃがいも 7訂 追 人参 玉ねぎ グリーンピース(冷凍) トマト水煮(缶 ホール) バター にんにく 脱脂粉乳 チャツネ カレールウ 塩 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 肉団子のうま煮 五目豆 スパゲティサラダ 麩のみそ汁	米飯 牛乳 さばのごま揚げ 煮浸し くきわかめのきんぴら 麩のみそ汁	米飯 牛乳 肉団子のうま煮 五目豆 スパゲティサラダ 白菜漬け 麩のみそ汁	米飯 牛乳 さばのごま揚げ 煮浸し くきわかめのきんぴら 白菜漬け 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
肉団子 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) グリンピース(冷凍) 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん でん粉 水	鯖(三枚卸・骨無し) ごま(白・いり) 醤油 生姜 でん粉 水 揚げ油(米ぬか油) 小松菜 もやし しめじ 三温糖 醤油 酒	肉団子 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) グリンピース(冷凍) 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん でん粉 水	鯖(三枚卸・骨無し) ごま(白・いり) 醤油 生姜 でん粉 水 揚げ油(米ぬか油) 小松菜 もやし しめじ 三温糖 醤油 酒
大豆 こんにやく ごぼう 人参 昆布 三温糖 醤油 水	茎わかめ ごぼう こんにやく 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	大豆 こんにやく ごぼう 人参 昆布 三温糖 醤油 水	茎わかめ ごぼう こんにやく 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
スパゲティ(カット) 人参 きゅうり 塩 ホールコーン(冷) ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう 酢	えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	スパゲティ(カット) 人参 きゅうり 塩 ホールコーン(冷) ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう 酢	白菜 塩 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	白菜 塩 えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	白菜 塩 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19日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
デジプルコギ丼 牛乳 甘えびのから揚げ 風味漬け ニラたまスープ	デジプルコギ丼 牛乳 甘えびのから揚げ 風味漬け ニラたまスープ	麦ごはん 牛乳 デジプルコギ 甘えびのから揚げ 風味漬け 桃缶 ニラたまスープ	麦ごはん 牛乳 デジプルコギ 甘えびのから揚げ 風味漬け 桃缶 ニラたまスープ
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 酒 サラダ油(米ぬか油) 人参 たけのこ(水煮缶) 玉ねぎ しめじ ピーマン サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 みそ(淡色・辛) コチュジャン 酒 トウバンジャン ごま(白・すり) 水  甘えびの空揚げ 揚げ油(米ぬか油)  キャベツ きゅうり 人参 生姜 醤油 塩 ごま(白・いり)  鶏卵 にら えのきたけ がらスープの素 醤油 塩 ごま油 でん粉 水	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 酒 サラダ油(米ぬか油) 人参 たけのこ(水煮缶) 玉ねぎ しめじ ピーマン サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 みそ(淡色・辛) コチュジャン 酒 トウバンジャン ごま(白・すり) 水  甘えびの空揚げ 揚げ油(米ぬか油)  キャベツ きゅうり 人参 生姜 醤油 塩 ごま(白・いり)  鶏卵 にら えのきたけ がらスープの素 醤油 塩 ごま油 でん粉 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 酒 サラダ油(米ぬか油) 人参 たけのこ(水煮缶) 玉ねぎ しめじ ピーマン サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 みそ(淡色・辛) コチュジャン 酒 トウバンジャン ごま(白・すり) 水  甘えびの空揚げ 揚げ油(米ぬか油)  キャベツ きゅうり 人参 生姜 醤油 塩 ごま(白・いり)  黄桃(缶 ダイス)  鶏卵 にら えのきたけ がらスープの素 醤油 塩 ごま油 でん粉 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 酒 サラダ油(米ぬか油) 人参 たけのこ(水煮缶) 玉ねぎ しめじ ピーマン サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 みそ(淡色・辛) コチュジャン 酒 トウバンジャン ごま(白・すり) 水  甘えびの空揚げ 揚げ油(米ぬか油)  キャベツ きゅうり 人参 生姜 醤油 塩 ごま(白・いり)  黄桃(缶 ダイス)  鶏卵 にら えのきたけ がらスープの素 醤油 塩 ごま油 でん粉 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 豚肉と厚揚げのみそ炒め ポークシュウマイ ひじきサラダ 大根と打ち豆のみそ汁	わかめごはん 牛乳 ししゃものフライ しめじと青菜のひたし 肉じゃが 大根と打ち豆のみそ汁	米飯 牛乳 豚肉と厚揚げのみそ炒め ポークシュウマイ ひじきサラダ プルーン(個) 大根と打ち豆のみそ汁	わかめごはん 牛乳 ししゃものフライ しめじと青菜のひたし 肉じゃが プルーン(個) 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 強化米  牛乳  豚もも肉(薄切り) 醤油 生揚げ 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) にら 長ねぎ 生姜 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みそ(八丁) みそ(淡色・辛) 醤油  ポークしゅうまい  キャベツ きゅうり ホールコーン(冷) ひじき サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油 酢  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	精白米 強化押し麦 強化米 塩わかめ  牛乳  ししゃもフライ 揚げ油(米ぬか油)  小松菜 しめじ もやし 三温糖 醤油 酒  豚もも肉(薄切り) じゃがいも 7訂 追 玉ねぎ 人参 グリンピース(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	精白米 強化米  牛乳  豚もも肉(薄切り) 醤油 生揚げ 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) にら 長ねぎ 生姜 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みそ(八丁) みそ(淡色・辛) 醤油  ポークしゅうまい  キャベツ きゅうり ホールコーン(冷) ひじき サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油 酢  プルーン(種抜)  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	精白米 強化押し麦 強化米 塩わかめ  牛乳  ししゃもフライ 揚げ油(米ぬか油)  小松菜 しめじ もやし 三温糖 醤油 酒  豚もも肉(薄切り) じゃがいも 7訂 追 玉ねぎ 人参 グリンピース(冷凍) しらたき サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 塩 水  プルーン(種抜)  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21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 鶏肉の香り揚げ 切り昆布とじゃが芋の煮物 大根サラダ 春雨スープ	(米飯) 牛乳 カレー南蛮(うどん) 焼き餃子 ツナサラダ	米飯 牛乳 鶏肉の香り揚げ 大根サラダ 切り昆布とじゃが芋の煮物 ピリ辛こんにゃく 春雨スープ	米飯 牛乳 豚肉のトウバンジャン炒め 焼き餃子 ツナサラダ ピリ辛こんにゃく 春雨スープ
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) 生姜 醤油 小麦粉 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 青のり	うどん(冷凍) 鶏もも肉(皮なし) 油揚げ 蒸しかまぼこ 人参 玉ねぎ 小松菜 醤油 みりん 削り節 だし昆布 カレールウ 水	鶏もも肉(皮なし) 生姜 醤油 小麦粉 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 青のり	豚もも肉(薄切り) 白菜 人参 にら たけのこ(水煮缶) きくらげ 塩 こしょう 醤油 上白糖 酒 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油) ごま油 でん粉
きざみ昆布 人参 じゃがいも 7訂 追 三温糖 醤油 酒 水	焼きぎょうざ 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)	きざみ昆布 人参 じゃがいも 7訂 追 三温糖 醤油 酒 水	焼きぎょうざ 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)
緑豆春雨 人参 えのきたけ 長ねぎ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 でん粉 水	緑豆春雨 人参 えのきたけ 長ねぎ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 でん粉 水	こんにゃく ごま油 三温糖 醤油 一味唐辛子	こんにゃく ごま油 三温糖 醤油 一味唐辛子
緑豆春雨 人参 えのきたけ 長ねぎ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 でん粉 水	緑豆春雨 人参 えのきたけ 長ねぎ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 でん粉 水	緑豆春雨 人参 えのきたけ 長ねぎ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 でん粉 水	緑豆春雨 人参 えのきたけ 長ねぎ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 でん粉 水

# 12月22日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
すき焼き丼 牛乳 もやしのサラダ クリスマスデザート 油揚げのみそ汁	すき焼き丼 牛乳 もやしのサラダ クリスマスデザート 油揚げのみそ汁	麦ごはん 牛乳 すき焼き 厚焼き卵 もやしのサラダ クリスマスデザート 油揚げのみそ汁	麦ごはん 牛乳 すき焼き 厚焼き卵 もやしのサラダ クリスマスデザート 油揚げのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳  精白米 強化米 強化押し麦 豚もも肉(薄切り) 焼き豆腐 人参 しらたき 白菜 長ねぎ ほうれん草 上白糖 醤油 みりん 塩 サラダ油(米ぬか油)  もやし きゅうり ホールコーン(冷) 酢 塩 こしょう サラダ油(米ぬか油)  クリスマスデザート  油揚げ わかめ(乾燥) 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	牛乳  精白米 強化米 強化押し麦 豚もも肉(薄切り) 焼き豆腐 人参 しらたき 白菜 長ねぎ ほうれん草 上白糖 醤油 みりん 塩 サラダ油(米ぬか油)  もやし きゅうり ホールコーン(冷) 酢 塩 こしょう サラダ油(米ぬか油)  クリスマスデザート  油揚げ わかめ(乾燥) 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	精白米 強化米 強化押し麦  牛乳  豚もも肉(薄切り) 焼き豆腐 人参 しらたき 白菜 長ねぎ ほうれん草 上白糖 醤油 みりん 塩 サラダ油(米ぬか油)  厚焼き卵  もやし きゅうり ホールコーン(冷) 酢 塩 こしょう サラダ油(米ぬか油)  クリスマスデザート  油揚げ わかめ(乾燥) 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	精白米 強化米 強化押し麦  牛乳  豚もも肉(薄切り) 焼き豆腐 人参 しらたき 白菜 長ねぎ ほうれん草 上白糖 醤油 みりん 塩 サラダ油(米ぬか油)  厚焼き卵  もやし きゅうり ホールコーン(冷) 酢 塩 こしょう サラダ油(米ぬか油)  クリスマスデザート  油揚げ わかめ(乾燥) 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水