

日	12月 1日 (月)		12月 2日 (火)		12月 3日 (水)		12月 4日 (木)		12月 5日 (金)		12月 8日 (月)	
献立名	御飯 牛乳 野菜入り肉団子(3) いものこ汁 コーンサラダ		★肉丼(御飯) 牛乳 醤油フレンチ りんご		サンマーマン 牛乳 チキンメンチカツ ごま醤油和え ドライプルー		ソイ丼(麦御飯) 乳飲料コーヒー クリーミーサラダ		御飯 牛乳 魚すり身フライ 豚肉とキャベツのごま味噌汁 すき昆布の炒り煮		御飯 牛乳 鶏肉のごま照り焼き かき玉汁 きくらげと春雨のサラダ ブルーベリータルト	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	御飯	92	御飯	113	中華麺	231	麦御飯	105	御飯	92	御飯	92
			★豚もも肉(酒漬)	35	豚肩肉	10	大豆	20				
	牛乳(200ml)	206	★豚肩肉(酒漬)	35	豚もも肉	10	豚もも挽肉	20	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206
			玉ねぎ	55	人参	12	豚肩挽肉	20				
	野菜入り肉団子25g	75	白滝	36	乾燥きくらげ	0.6	ショルダーベーコン	10	魚すり身フライ60g	60	鶏もも切身(酒漬)70g	70
			人参	12	もやし	30	小松菜	26	米油	7	米油	1
	洗い里芋	30	ほうれん草	15	長ねぎ	10	人参	6			濃口醤油	2.4
	木綿豆腐	25	根生姜	0.7	根生姜	0.6	米油	0.5	豚肩肉	16	本みりん	0.6
	人参	12	本みりん	1.2	にんにく	0.3	濃口醤油	3.5	豚もも肉	16	清酒	0.6
	まいたけ	10	上白糖	3	鶏がら	8	上白糖	1.8	キャベツ	30	上白糖	0.6
	ごぼう	15	濃口醤油	10	米油	0.6	本みりん	3.5	もやし	20	白いりごま	0.7
	鶏もも肉皮なし	10			中華用スープストック	0.8	カレールー	6	根生姜	1	黒いりごま	0.3
	板こんにゃく	12	牛乳(200ml)	206	濃口醤油	15	塩	0.06	白すりごま	7	水	4.5
	長ねぎ	12			オイスターソース	0.6	水	18	白味噌	14	馬鈴薯澱粉	0.12
	赤味噌	7	キャベツ	40	白こしょう	0.05			かつお削り節パック(だし用)	0.6		
	白味噌	6	きゅうり	12	馬鈴薯澱粉	4	乳飲料コーヒー	200	煮干しパック	2.5	(冷凍)液卵	24
	煮干しパック	2.5	ホールコーン	10							(冷凍)豆腐	25
			人参	8	牛乳(200ml)	206	キャベツ	40	すき昆布	2.2	白菜	12
	キャベツ	40	米サラダ油	2.5	チキンメンチカツ60g	60	きゅうり	12	鶏胸肉	6	人参	10
	ホールコーン	15	濃口醤油	3.7	米油	7	人参	10	突こんにゃく	12	玉ねぎ	12
	人参	7					コーンクリームドレッシング(ボトル)	7.5	人参	6	なると	6
	きゅうり	12	★(冷蔵)りんご50g	50	小松菜	25			さつま揚げ	6	濃口醤油	3.8
	濃口醤油	3			キャベツ	25			上白糖	1.8	塩	0.8
	米サラダ油	2.5			人参	7			濃口醤油	3.6	かつお削り節パック(だし用)	1.2
					白ねりごま	3			本みりん	1.2	馬鈴薯澱粉	0.6
					上白糖	1			水	6		
					米サラダ油	2					キャベツ	35
					濃口醤油	2.5					人参	7
											春雨	2
											乾燥きくらげ	0.5
											米サラダ油	2.5
											上白糖	0.2
											塩	0.1
											米酢	2.5
											濃口醤油	2
											ブルーベリータルト25g	25

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

日	12月9日 (火)		12月10日 (水)		12月11日 (木)		12月12日 (金)		12月15日 (月)		12月16日 (火)	
献立名	ハヤシライス(麦御飯) 牛乳(Ⓢ250ml) 千草和え		★御飯 牛乳 さばの塩焼き じゃが芋のそぼろ煮 もやしのサラダ		子どもパン ミニココア揚げパン(丸パン) 牛乳 コーンチャウダー ツナフレンチ		御飯 牛乳 照り焼きハンバーグ せんべい汁 ポテトサラダ		五目寿司(麦酢飯) 牛乳 あじ磯辺フライ シャキシャキ野菜の運盛りサラダ スティックチーズ		麦御飯 魚ふりかけ 牛乳 豆とかぼちゃのコロッケ 豚汁 即席漬け	
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	麦御飯	105	御飯	92	子供パン60g	89	御飯	92	麦酢飯	83	麦御飯	83
	豚もも肉	20							鶏胸肉	12		
	豚肩肉	20	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206	牛乳(200ml)	206	鶏もも肉	12	魚ふりかけ2.8g	2.8
	じゃが芋	45							人参	12		
	玉ねぎ	45	★さばの文化干し60g	60	丸パン20g	20	ハンバーグ60g	60	たけのこ	7	牛乳(200ml)	206
	人参	20	米油	1	米油	4	米油	1	生竹輪	10		
	粉チーズ	5			クッキング用ミルメークココア	5	濃口醤油	4	油揚げ	7	豆とかぼちゃのコロッケ80g	80
	ウスターソース	2.5	じゃが芋	48			上白糖	2	(冷凍)グリーンピース	3	米油	9
	トマトケチャップ	2.5	玉ねぎ	30	じゃが芋	36	本みりん	1	清酒	1		
	ハヤシルウ	20	人参	20	玉ねぎ	35	馬鈴薯澱粉	0.3	上白糖	3.3	木綿豆腐	30
	プロセスチーズ(ダイス状)	4	板こんにゃく	25	人参	15	水	5	濃口醤油	6	じゃが芋	28
	白こしょう	0.05	(冷凍)さやいんげん	10	(冷凍)クリームコーン	20			水	25	大根	15
	米油	1	鶏胸挽肉	20	ホールコーン	15	小麦粉せんべい	9			人参	15
			濃口醤油	7.5	牛乳	35	鶏胸肉	18	牛乳(200ml)	206	豚肩肉	9
	牛乳(250ml)	257	上白糖	3.6	ホワイトルウ	8	大根	18			豚もも肉	9
			水	30	脱脂粉乳	4	人参	12	あじ磯辺フライ60g	60	ごぼう	10
	キャベツ	30			粉チーズ	3	小松菜	8	米油	7	油揚げ	7
	ほうれん草	25	もやし	50	塩	0.6	長ねぎ	8	中濃ソース(ボトル)	5	板こんにゃく	5
	ホールコーン	10	小松菜	20	白こしょう	0.05	ぶなしめじ	7			長ねぎ	5
	人参	7	人参	7	米油	1	本みりん	3	(冷蔵)れんこん	18	根生姜	1
	米サラダ油	2.5	濃口醤油	2.2			濃口醤油	6	人参	8	米油	0.5
	濃口醤油	3	米サラダ油	1.8	キャベツ	35	塩	0.6	糸寒天	9	白味噌	13
			米酢	1.8	ライトツナフレーク	18	かつお削り節パック(だし用)	1.2	きゅうり	12		
			上白糖	0.4	きゅうり	12	煮干しパック	2.4	焼豚	10	白菜	55
			塩	0.22	人参	10			濃口醤油	3.8	きゅうり	12
					米酢	3.5	(冷蔵)じゃが芋	40	米サラダ油	3	濃口醤油	2
					米サラダ油	3	人参	10			塩	0.2
					塩	0.35	きゅうり	12	スティックチーズ10g	10		
					白こしょう	0.04	玉ねぎ	15	【アレルギー対応】味付小さいわし(ごまなし)5g	5		
							米酢	1.2				
							上白糖	0.2				
							塩	0.2				
							白こしょう	0.04				
							マヨネーズ	12				

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

日	12月17日 (水)		12月18日 (木)		12月19日 (金)		12月22日 (月)		12月23日 (火)			
献立名	つけ汁うどん 牛乳 鶏肉の天ぷら お浸し		★御飯 牛乳(Ⓢ250ml) 豆腐の味噌炒め 和風フレンチ みかん		食パン キャラメルクリーム 牛乳(Ⓢ250ml) フランクフルトのトマト煮 コールスロー		麦御飯 牛乳(Ⓢ250ml) 厚焼き卵 豆腐団子の甘酢煮 切干大根のサラダ		わかめ麦御飯 牛乳 豚肉とさつま芋の揚げ和え 呉汁 ごぼうサラダ			
材 料 名 及 び 分 量 (一 人 分 の グ ラ ム 数)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)		(g)
	地粉うどん	252	御飯	92	食パン80g	104	麦御飯	83	わかめ麦御飯	83		
	長ねぎ	18										
	人参	10	牛乳(250ml)	257	キャラメルクリーム15g	15	牛乳(250ml)	257	牛乳(200ml)	206		
	なると	7										
	油揚げ	9	木綿豆腐	110	牛乳(250ml)	257	厚焼卵60g	60	豚肩肉角切(酒漬)	35		
	濃口醤油	18	長ねぎ	15					馬鈴薯澱粉	5.5		
	清酒	1	たけのこ	23	じゃが芋	42	豆腐ミートボール	42	(冷蔵)さつま芋	35		
	上白糖	0.2	豚もも挽肉	18	玉ねぎ	35	玉ねぎ	45	米油	9		
	煮干しパック	2	豚肩挽肉	18	レバー入りフランクフルト(カット)	30	人参	20	濃口醤油	4		
	かつお削り節パック(だし用)	0.7	人参	12	トマト(カット)	15	たけのこ(乱切り)	25	上白糖	3		
			にら	7	人参	12	(冷凍)さやいんげん	8	本みりん	1.2		
	牛乳(200ml)	206	根生姜	0.7	豚肩肉	6	根生姜	0.6	清酒	1.2		
			にんにく	0.3	豚もも肉	6	濃口醤油	5	水	5		
	鶏肉の天ぷら50g	50	米油	1	米油	1	上白糖	3				
	米油	6	赤味噌	7	トマトケチャップ	16	トマトケチャップ	7	大豆	10		
			濃口醤油	3.2	粉チーズ	4	米酢	4	大根	23		
	キャベツ	30	上白糖	1.5	ウスターソース	3	中華用スープストック	0.2	人参	14		
	もやし	25	馬鈴薯澱粉	2	上白糖	1.5	米油	1.8	長ねぎ	14		
	ほうれん草	20	水	20	生クリーム	1.2	馬鈴薯澱粉	1.5	板こんにゃく	15		
	濃口醤油	3.5			塩	0.3	水	30	油揚げ	7		
	パックかつお削り節	0.5							白味噌	13		
			ひじき	0.6	キャベツ	55	切干大根	7	煮干しパック	2.5		
			キャベツ	45	人参	10	きゅうり	12				
			きゅうり	12	米サラダ油	2.5	人参	10	(冷蔵)ごぼう	25		
			人参	8	上白糖	1	米サラダ油	3	きゅうり	12		
			米サラダ油	3	塩	0.25	濃口醤油	4.4	人参	10		
			濃口醤油	3.8	りんご酢	2.5			ささみ	12		
			みかん	100					白ねりごま	3		
									塩	0.15		
									米酢	0.6		
									マヨネーズ	8		

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。