


献立表

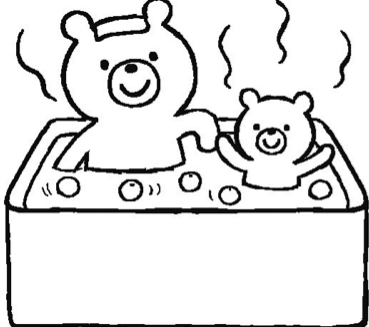

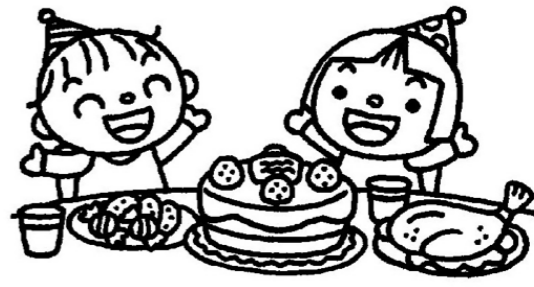
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	<p align="center">「行事食を楽しもう」 今年も残り1か月になってきました。 今月はクリスマスや、かぼちゃやユズ湯に入る冬至 年越しうどんと行事がたくさんあります。 元気に年末年始を迎えられるよう、給食をしっかりと食べて 体力をつけ日頃の体調管理を気をつけましょう。</p>		1 牛乳 パナナ わかめごはん 米 カットわかめ しょうゆ みりん 食塩 かつおだし サバの塩焼き さば 食塩 大徳寺なます ほうれんそう にんじん しいたけ かつおだし 砂糖 食塩 酢 しょうゆ けんちん汁 さといも だいこん にんじん ごぼう 油揚げ ねぎ しょうゆ みりん 食塩 かつおだし 牛乳・バナナ 牛乳 パナナ トースト・手作りのり 食パン りんご 砂糖 レモン果汁	2 牛乳 豆花クッキー 麦ごはん 米 押麦 ローストチキン 鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 酒 オイスターソース 大根サラダ だいこん きゅうり にんじん ツナ油漬缶 マヨネーズ 食塩 ミネストローネ たまねぎ キャベツ セロリー ベーコン カットマトモ コンソメ 水 ケチャップ オリーブ油 パセリ粉 牛乳・みかん 牛乳 みかん ふかしさつまいも さつまいも	3 牛乳 ミニハート かきたまうどん ゆでうどん 豚肉 にんじん たまねぎ キャベツ しめじ ねぎ 卵 かつおだし しょうゆ みりん 食塩 片栗粉 根菜の煮物 れんこん だいこん 厚揚げ いんげん かつおだし 砂糖 しょうゆ みりん

5 牛乳 小魚カップリング 麦ごはん 米 押麦 肉じゃが 牛肉 じゃがいも にんじん たまねぎ 油 しらたき しょうゆ 砂糖 みりん いんげん かつお・昆布だし汁 ブロッコリーのおか ブロッコリー にんじん 砂糖 しょうゆ かつおだし 白菜のみそ汁 はくさい れんこん 油揚げ ねぎ いりこ 米 みそ 牛乳・バナナ 牛乳 パナナ かぼちゃドーナツ ホットケーキ粉 かぼちゃ 絹ごし豆腐 牛乳 砂糖 油 グラニュー糖	6 牛乳 パナナ 麦ごはん 米 押麦 鯖の西京焼き さわら 白みそ 米みそ みりん 砂糖 マヨネーズ 大豆煮 だいず れんこん ごぼう 干しいたけ 突きこんにゃく にんじん いんげん みりん 砂糖 しょうゆ かつおだし かきたま汁 卵 たまねぎ えのきたけ 長ねぎ しょうゆ 食塩 かつお・昆布だし汁 片栗粉 牛乳・りんご 牛乳 りんご 小松菜ケーキ 小麦粉 こまつな 無塩バター 卵 砂糖 牛乳 ベーキングパウダー	7 牛乳 ミレービスケット 白飯 米 煮込みハンバー グ 牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ 本納豆 だし 片栗粉 食塩 油 マッシュルーム缶 ケチャップ トマトジュース 缶 砂糖 ウスターソース 水 コールスローサラダ キャベツ にんじん コーン缶 ツナ油漬缶 食塩 砂糖 酢 マヨネーズ かぶのスープ かぶ かぶ・葉 にんじん しめじ しょうが コンソメ 食塩 しょうゆ 牛乳・みかん 牛乳 みかん にゅうめん 干しとうめん 鶏もも肉 たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん かつお・昆布だし汁	8 牛乳 パナナ 麦ごはん 米 押麦 魚の揚げおろし 煮 たら 食塩 片栗粉 油 しょうゆ みりん だいこん かつおだし だいこん さといもの煮物 さといも にんじん 干しいたけ 砂糖 しょうゆ みりん かつおだし みそ汁 たまねぎ えのきたけ カットわかめ 油揚げ ねぎ いりこ 米みそ 牛乳・バナナ 牛乳 パナナ ピザトースト 食パン ケチャップ たまねぎ ピーマン コーン缶 ビザ用チーズ	9 牛乳 豆花クッキー ロールパン ロールパン クリームシ チュー 鶏もも肉 かぼちゃ じゃがいも にんじん たまねぎ マッシュルーム しめじ シチューミックスクリーム 牛乳 サラダ ブロッコリー キャベツ にんじん 酢 砂糖 しょうゆ 食塩 オリーブ油 牛乳・みかん 牛乳 みかん 五平餅 米 もち米 米みそ 砂糖 みりん すりごま	10 牛乳 ミニハート 照り焼きどんぶ り 米 鶏もも肉 砂糖 しょうゆ みりん 酒 ごま 片栗粉 にんじん 厚揚げのみそ汁 厚揚げ はくさい しめじ いりこ 米みそ
--	---	---	---	---	---

12 牛乳 小魚カップリング 白飯・納豆 米 納豆 挽きわり納豆 豚肉のりんごソース炒 め 豚肉 たまねぎ しめじ りんご しょうゆ みりん ブロッコリーのごま和 え ブロッコリー カリフラワー にんじん すりごま しょうゆ 砂糖 大根のみそ汁 だいこん にんじん えのきたけ 油揚げ ねぎ いりこ 米みそ 牛乳・みかん 牛乳 みかん フライドポテト じゃがいも 油 食塩	13 牛乳 パナナ 白飯 米 カレイのフライ かれい 食塩 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ ソース キャベツ かぶの煮物 かぶ にんじん しょうゆ 砂糖 かつおだし 長芋のみそ汁 ながいも 油揚げ 長ねぎ いりこ 米みそ 牛乳・みかん 牛乳 みかん 焼きそば 焼きそばめん 豚肉 キャベツ にんじん ピーマン 油 焼きそばソース かつお節 あおのり	14 牛乳 ミレービスケット 麦ごはん 米 押麦 筑前煮 鶏もも肉 ごぼう にんじん れんこん 板こんにゃく いんげん 油 かつおだし 砂糖 みりん しょうゆ 春雨の酢の物 はるさめ きゅうり キャベツ にんじん ツナ油漬缶 すりごま 酢 砂糖 しょうゆ 食塩 ごま油 なめこ豆腐のみそ汁 木綿豆腐 なめこ 長ねぎ カットわかめ いりこ 米みそ 牛乳・りんご 牛乳 りんご あんまん ホットケーキ粉 水 油 つぶしあん	15 牛乳 パナナ わかめごはん 米 カットわかめ しょうゆ みりん 食塩 かつおだし サバの塩焼き さば 食塩 大徳寺なます ほうれんそう にんじん しいたけ かつおだし 砂糖 食塩 酢 しょうゆ けんちん汁 さといも だいこん にんじん ごぼう 油揚げ ねぎ しょうゆ みりん 食塩 かつおだし 牛乳・バナナ 牛乳 パナナ トースト・手作りのり 食パン りんご 砂糖 レモン果汁	16 牛乳 豆花クッキー ロールパン ロールパン 鶏肉のマーマレード焼 き・ブロッコリー 鶏もも肉 砂糖 食塩 しょうゆ マーマレード ブロッコリー 食塩 ポテトサラダ じゃがいも きゅうり にんじん ハム マヨネーズ 食塩 スープ にんじん たまねぎ しめじ えのきたけ コンソメ パセリ 食塩 しょうゆ 牛乳・りんご 牛乳 りんご チーズ蒸しパン ホットケーキ粉 卵 牛乳 砂糖 とろけるチーズ コーン缶	17 牛乳 ミニハート かきたまうどん ゆでうどん 豚肉 にんじん たまねぎ キャベツ しめじ ねぎ 卵 かつおだし しょうゆ みりん 食塩 片栗粉 根菜の煮物 れんこん だいこん 厚揚げ いんげん かつおだし 砂糖 しょうゆ みりん
---	---	--	--	--	--

19 牛乳 小魚カップリング 麦ごはん 米 押麦 肉じゃが 牛肉 じゃがいも にんじん たまねぎ 油 しらたき しょうゆ 砂糖 みりん いんげん かつお・昆布だし汁 ブロッコリーのおか ブロッコリー にんじん 砂糖 しょうゆ かつおだし 白菜のみそ汁 はくさい れんこん 油揚げ ねぎ いりこ 米みそ 牛乳・バナナ 牛乳 パナナ かぼちゃドーナツ ホットケーキ粉 かぼちゃ 絹ごし豆腐 牛乳 砂糖 油 グラニュー糖	20 牛乳 パナナ 白飯 米 鶏肉のからあげ 鶏もも肉 しょうゆ しょうが にんにく 片栗粉 油 ブロッコリー マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんじん キャベツ ハム マヨネーズ 食酢 食塩 コーンスープ コンソメ 牛乳 コーン缶 たまねぎ パセリ クリームコーン缶 食塩 牛乳 牛乳 クリスマスケー キ 小麦粉 ベーキングパウダー 卵 無塩バター 砂糖 生クリーム もも缶 スポンジケーキ いちご	21 牛乳 ミレービスケット 白飯 米 煮込みハンバー グ 牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ 本納豆 だし 片栗粉 食塩 油 マッシュルーム缶 ケチャップ トマトジュース 缶 砂糖 ウスターソース 水 コールスローサラダ キャベツ にんじん コーン缶 ツナ油漬缶 食塩 砂糖 酢 マヨネーズ かぶのスープ かぶ かぶ・葉 にんじん しめじ しょうが コンソメ 食塩 しょうゆ 牛乳・みかん 牛乳 みかん にゅうめん 干しとうめん 鶏もも肉 たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん かつお・昆布だし汁	22 牛乳 パナナ わかめごはん 米 カットわかめ しょうゆ みりん 食塩 かつおだし サバの幽庵焼 き さわら しょうゆ 酒 みりん ゆず果皮 かぼちゃの煮物 かぼちゃ しょうゆ みりん 砂糖 かつおだし 豚汁 豚肉 はくさい にんじん ごぼう 突きこんにゃく ねぎ いりこ 米みそ 牛乳・りんご 牛乳 りんご 柚子ケーキ 小麦粉 ゆず果皮 無塩バター 卵 砂糖 牛乳 ベーキングパウダー	23 牛乳 豆花クッキー ロールパン ロールパン クリームシ チュー 鶏もも肉 かぼちゃ じゃがいも にんじん たまねぎ マッシュルーム しめじ シチューミックスクリーム 牛乳 サラダ ブロッコリー キャベツ にんじん 酢 砂糖 しょうゆ 食塩 オリーブ油 牛乳・みかん 牛乳 みかん 五平餅 米 もち米 米みそ 砂糖 みりん すりごま	24 牛乳 ミニハート 照り焼きどんぶ り 米 鶏もも肉 砂糖 しょうゆ みりん 酒 ごま 片栗粉 にんじん 厚揚げのみそ汁 厚揚げ はくさい しめじ いりこ 米みそ(淡色辛みそ)
--	--	--	---	--	--

26 牛乳 小魚カップリング 白飯・納豆 米 納豆 挽きわり納豆 豚肉のりんごソース炒 め 豚肉 たまねぎ しめじ りんご しょうゆ みりん ブロッコリーのごま和 え ブロッコリー カリフラワー にんじん すりごま しょうゆ 砂糖 大根のみそ汁 だいこん にんじん えのきたけ 油揚げ ねぎ いりこ 米みそ 牛乳・みかん 牛乳 みかん フライドポテト じゃがいも 油 食塩	27 牛乳 パナナ 白飯 米 カレイのフライ かれい 食塩 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ ソース キャベツ かぶの煮物 かぶ にんじん しょうゆ 砂糖 かつおだし 長芋のみそ汁 ながいも 油揚げ 長ねぎ いりこ 米みそ 牛乳・みかん 牛乳 みかん 焼きそば 焼きそばめん 豚肉 キャベツ にんじん ピーマン 油 焼きそばソース かつお節 あおのり	28 牛乳 ミレービスケット 年越しうどん ゆでうどん 鶏もも肉 だいこん さといも にんじん ねぎ しょうゆ かつおだし みりん 食塩 かき揚げ たまねぎ しんぎく ごぼう さつまいも 小麦粉 片栗粉 油 牛乳・みかん 牛乳 みかん じゃこおかおにぎり 米 じゃこ かつお節 ごま しょうゆ	29 休園日 * ❄️ * ❄️ * ❄️ * ❄️ * ❄️	30 休園日 * ❄️ * ❄️ * ❄️ * ❄️ * ❄️	31 休園日 * ❄️ * ❄️ * ❄️ * ❄️ * ❄️ 
---	---	---	---------------------------------------	---------------------------------------	--

		<p align="center">🎁 ☆ 🍪 ☆ 🌟 ☆ 🌟 🌟</p> <p align="center">ローストチキン クリスマスメニューにどうですか？🍴</p> <p align="center">❄️ 🧊 ❄️ 🧊 ❄️ 🧊 ❄️ 🧊 ❄️ 🧊 ❄️</p>	<p align="center">【材料】</p> <table border="0"> <tr><td>鶏もも肉</td><td>300g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>小さじ2</td></tr> <tr><td>砂糖</td><td>小さじ2</td></tr> <tr><td>酒</td><td>小さじ2</td></tr> <tr><td>オイスターソース</td><td>小さじ1/2</td></tr> </table> <p align="center">【作り方】</p> <p>①鶏もも肉を良い大きさに切る。 ②しょうゆ・砂糖・酒・オイスターソースを合わせその中にお肉を入れる。 ③数分漬けてこんでフライパンで焼いたら完成！</p>	鶏もも肉	300g	しょうゆ	小さじ2	砂糖	小さじ2	酒	小さじ2	オイスターソース	小さじ1/2	
鶏もも肉	300g													
しょうゆ	小さじ2													
砂糖	小さじ2													
酒	小さじ2													
オイスターソース	小さじ1/2													