



献立表



12月

2018. 11. 26

日	曜	昼食献立名	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	日	曜	昼食献立名	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
3	月	ささみカツ せん野菜 ほうれん草のおかか和え みかん	パン粉、油、小麦粉	鶏ささみ、卵、かつお節	みかん、キャベツ、ほうれん草、レタス、にんじん	17	月	鶏肉と根菜の煮物 青のり入り卵焼き みかん	さといも、砂糖、油	卵、鶏肉	だいこん、みかん、にんじん、ごぼう、あおのり
4	火	豚肉のしょうが焼き せん野菜 マカロニサラダ バナナ	マカロニ、マヨネーズ、砂糖、油、	豚肉、卵、魚肉ソーセージ	バナナ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、レタス、きゅうり、しょうが	18	火	野菜のかき揚げ ちく磯辺揚げ 赤魚の煮つけ りんご	さつまいも、小麦粉、油、砂糖	ちくわ、あかうお、干しえび	りんご、たまねぎ、にんじん、あおのり、しょうが
5	水	アジフライ せん野菜 金時豆 豚汁	みかん さといも、パン粉、砂糖、油、小麦粉、ごま油、	あじ、豚肉、みそ、大豆、卵	みかん、キャベツ、にんじん、だいこん、レタス、ごぼう	19	水	しょうゆラーメン みかん	生中華めん	卵、なると	みかん、ほうれん草
6	木	鶏肉の照り焼き せん野菜 ナポリタン りんご	スパゲティ、油、片栗粉、砂糖、	鶏もも肉	りんご、キャベツ、レタス、たまねぎ、ピーマン、しめじ、しょうが	20	木	肉じゃが ますの塩焼き バナナ	じゃがいも、しらたき、砂糖、油	豚肉、ます	バナナ、たまねぎ、にんじん
7	金	トマトカレー 福神漬け フルーツ入りゼリー	じゃがいも、砂糖、油、	豚肉	たまねぎ、にんじん、みかん缶、ホールトマト缶詰、福神漬、粉かてん	21	金	コーンクリームシチュー チキンナゲット クリスマスデザート ロールパン	じゃがいも、片栗粉、油、ロールパン、ごま	鶏もも肉、鶏ひき肉、卵、生クリーム	たまねぎ、にんじん、いちご、コーン缶、レタス、にんにく、しょうが
8	土					22	土				
9	日					23	日				
10	月	豚バラ大根 あじの塩焼き りんご	砂糖	あじ、豚肉	だいこん、りんご、にんじん	24	月	振替休日			
11	火	カニクリームコロッケ せん野菜 和風スパゲティ(小松菜・ツナ) みかん	スパゲティ、油、片栗粉、砂糖	ツナ油漬缶	みかん、キャベツ、たまねぎ、レタス、しめじ、こまつな、	25	火	終業式			
12	水	ミートオムレツ せん野菜 がんもどきの煮物 バナナ	油、砂糖	卵、豚ひき肉、がんもどき	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、レタス						
13	木	照り焼きミートボール せん野菜 三色ナムル みかん	油、砂糖、ごま、片栗粉、ごま油	豚ひき肉、卵	みかん、たまねぎ、キャベツ、もやし、ほうれん草、レタス、にんじん						
14	金	リハーサル									

材料の都合によっては献立の内容を変更する場合があります。