



献立表



こっこ
ひよこ
12月

2018. 11. 26

日	曜	屋食献立名	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	屋食献立名	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 食パン 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、食パン	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 ごはん	さといも、砂糖、油、米	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 ごはん 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、米	牛乳、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 ごはん ちくわ磯辺揚げ 赤魚の煮つけ りんご	さつまいも、小麦粉、油、砂糖、米	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 みかん せん野菜 ごはん 金時豆 豚汁	さといも、パン粉、砂糖、油、小麦粉、ごま油、米	あじ、豚肉、みそ、金時豆、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 ごはん	生中華めん、米	卵、なると	みかん、ほうれん草
6	木	鶏肉の照り焼き ごはん せん野菜 ナポリタン(しめじ) りんご	スパゲティ、油、片栗粉、砂糖、米	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 ごはん	じゃがいも、しらたき、砂糖、油、米	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(みかん缶) ごはん	じゃがいも、砂糖、油、米	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、粉かんでん	21	金	コーンクリームシチュー チキンナゲット レタス 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	牛乳、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 さわら西京味噌漬焼き りんご ごはん	砂糖、米	さわら、豚肉、みそ	だいこん、りんご、にんじん、しょうが	24	月	振替休日			
11	火	カニクリームコロッケ ごはん 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、米	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	鶏のから揚げ ごはん せん野菜 ほうれん草のゴマ和え みかん	片栗粉、油、砂糖、ごま、米	鶏もも肉	みかん、キャベツ、ほうれん草、レタス、にんじん、しょうが、にんにく
12	水	ミートオムレツ ごはん せん野菜 がんもどきの煮物 バナナ	油、砂糖、米	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	26	水	豚肉と高野豆腐の煮物 さんまの塩焼き りんご ごはん	油、砂糖、米	さんま、豚肉、高野豆腐	だいこん、りんご、にんじん
13	木	照り焼きミートボール 黒糖ロール せん野菜 三色ナムル みかん	小麦粉、黒砂糖、油、砂糖、ごま、片栗粉、ごま油	豚ひき肉	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	27	木	野菜たっぷり焼きそば シューマイ・レタス みかん ごはん	焼きそばめん、しゅうまいの皮、片栗粉、砂糖、油、ごま油、米	豚ひき肉、豚肉	みかん、たまねぎ、キャベツ、にんじん、こまつな、レタス、ピーマン、しょうが
14	金	ポーカカレー 福神漬け バナナ ごはん	じゃがいも、油、米	豚肉	バナナ、たまねぎ、にんじん、福神漬	28	金	ポーカカレー 福神漬け バナナ ごはん	じゃがいも、油、米	豚肉	バナナ、たまねぎ、にんじん、福神漬

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。