



1月

2019. 12. 25

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
4	金					18	金	ブラウنشチュー みかん	じゃがいも、油	豚肉	みかん、たまねぎ、にんじん
5	土					19	土				
6	日					20	日				
7	月	筑前煮 正月かまぼこ 栗きんとん みかん	板こんにやく、砂糖、油、さつまいも、さといも	かまぼこ、鶏もも肉、	みかん、だいこん、しいたけ、にんじん、ごぼう、くり	21	月	いかフライ せん野菜 切干大根の煮物 みかん	パン粉、油、小麦粉、砂糖	いか、卵、油揚げ	みかん、キャベツ、にんじん、レタス、切り干しだいこん、干しいたけ
8	火	メンチカツ せん野菜 ほうれん草のおかか和え バナナ	パン粉、油、小麦粉、ごま	豚ひき肉、卵、かつお節	バナナ、キャベツ、ほうれん草、たまねぎ、レタス、にんじん	22	火	肉じゃが 青のり入り卵焼き りんご	じゃがいも、しらたき、砂糖、油	豚肉、卵	りんご、たまねぎ、にんじん、あおのり
9	水	ミートオムレツ せん野菜 ひじきと大豆の煮物 みかん	じゃがいも、油、砂糖、	卵、豚ひき肉、大豆水煮缶	みかん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、レタス、ひじき	23	水	鶏のから揚げ 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	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
10	木	かぼちゃコロッケ せん野菜 はるさめサラダ りんご	はるさめ、パン粉、油、小麦粉、ごま、砂糖、ごま油	豚ひき肉、卵、魚肉ソーセージ	かぼちゃ、バナナ、りんご、キャベツ、きゅうり、たまねぎ、レタス、にんじん、カットわかめ	24	木	お弁当デー			
11	金	きのこカレー 福神漬け みかん	じゃがいも、油	豚肉	みかん、たまねぎ、にんじん、しめじ、福神漬	25	金	きのこカレー 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、しめじ、福神漬、粉かんでん
12	土					26	土				
13	日					27	日				
14	月	成人の日				28	月	鶏肉と高野豆腐の煮物 さばの塩焼き りんご	油、砂糖	さば、鶏もも肉、高野豆腐	だいこん、バナナ、りんご、にんじん
15	火	野菜のかき揚げ 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	ちくわ、あかうお、干しえび	りんご、たまねぎ、にんじん、しょうが、あおのり	29	火	スコッチエッグ せん野菜 三色ごまサラダ みかん	パン粉、小麦粉、油、ごまドレッシング、ごま	卵、豚ひき肉	みかん、キャベツ、もやし、ほうれん草、たまねぎ、レタス、にんじん
16	水	ハンバーグ スパゲティ 三色ナムル みかん	スパゲティ、パン粉、油、ごま、砂糖、ごま油	豚ひき肉、卵	みかん、たまねぎ、もやし、ほうれん草、にんじん	30	水	野菜たっぷり焼きそば 厚揚げと白菜の煮物 バナナ	焼きそばめん、油	厚揚げ、豚肉	バナナ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつな、ピーマン、はくさい
17	木	チキンカツ せん野菜 ブロッコリーと卵のサラダ 乳酸ドリンク	マカロニ、パン粉、マヨネーズ、油、小麦粉、	乳酸ドリンク、鶏もも肉、卵	キャベツ、にんじん、ブロッコリー、レタス	31	木	白身魚のフライ みかん せん野菜 きんぴらごぼう 豚汁	さといも、パン粉、油、小麦粉、砂糖、ごま油、ごま	メルルーサ、豚肉、みそ、卵	みかん、にんじん、キャベツ、ごぼう、だいこん、レタス

材料の都合によっては変更する場合があります。