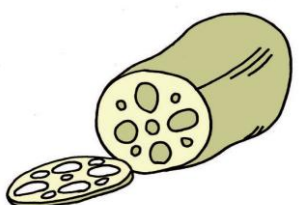


R7 12月の給食献立表

今月のお野菜は「れんこん



」です

日 (曜日)	1・15 月	2・16 火	3・17 水	4・18 木	5・19 金	6・20 土	8・22 月	9・23 火	10 水	24 水	11・25 木	12・26 金	13・27 土
昼 食	【ごはん】 七分つき米 【肉じゃが】 油・豚肉 にんじん・たまねぎ じゃがいも・しょうゆ グリーンピース かつお出汁・砂糖 片栗粉 【ほうれん草のツナ和え】 ほうれんそう にんじん・ツナ しょうゆ 【五目みそ汁】 木綿豆腐・みそ だいこん・ねぎ にんじん・油あげ かつお・昆布だし汁	【わかめご飯】 七分つき米 炊き込みわかめ 【クリームシチュー】 油・鶏肉・にんじん たまねぎ・じゃがいも グリーンピース 洋風出し・牛乳 クリームコーン 無塩バター 【れんこんサラダ】 れんこん・にんじん コーン・ひじき マヨネーズ・酢 砂糖・しょうゆ	【ごはん】 七分つき米 【れんこんハンバーグ】 鶏ひき肉・たまねぎ れんこん・パン粉 片栗粉・しょうゆ 砂糖・酒・みりん 【小松菜とコーンのソテー】 こまつな・キャベツ コーン・しめじ 油・塩 【すまし汁】 じゃがいも・ねぎ えのきたけ・塩 わかめ・しょうゆ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【鶏のから揚げ】 鶏もも肉・しょうが にんにく・しょうゆ みりん・砂糖・塩 片栗粉・油 【きゅうりの酢の物】 きゅうり・にんじん 切干大根・しょうゆ わかめ・酢・砂糖 しらす干し・しょうゆ 【みそ汁】 切干大根・たまねぎ わかめ・みそ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【ハヤシライス】 油・豚肉・たまねぎ じゃがいも・にんじん グリーンピース ハヤシルウ 【切干大根の旨煮】 切干大根・しょうゆ 油揚げ・にんじん みりん・砂糖 かつお・昆布だし汁	【焼きうどん】 ゆでうどん・豚肉 キャベツ・たまねぎ にんじん・油・塩 しょうゆ・みりん かつお節 【ほうれん草の白和え】 ほうれんそう にんじん・豆腐 えのきたけ・しょうゆ 【すまし汁】 焼ふ・しょうゆ・塩 えのきたけ ねぎ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【酢豚】 油・豚肉・たまねぎ 片栗粉・にんじん ピーマン・油・砂糖 酢・しょうゆ 【パスタサラダ】 スパゲティ・きゅうり キャベツ・にんじん マヨネーズ・塩 ケチャップ 【中華スープ】 じゃがいも・もやし たまねぎ・わかめ 鶏だし・塩	【ごはん】 七分つき米 【サーモンフライ】 さけ・小麦粉 パン粉・油 玉ねぎ・マヨネーズ 【白菜とほうれん草の甘酢和え】 はくさい・酢・砂糖 ほうれんそう・塩 刻みこんぶ 【すまし汁】 木綿豆腐・大根 油揚げ・ねぎ・塩 しょうゆ かつお・昆布だし汁	【ごはん】 七分つき米 【ナゲット】 鶏ひき肉・しょうが 木綿豆腐・塩・油 たまねぎ・片栗粉 ケチャップ 【かぼちゃサラダ】 かぼちゃ・きゅうり 鶏ひき肉・しょうが マヨネーズ・塩 【コーンクリームスープ】 クリームコーン・塩 コーン・たまねぎ 洋風出し・豆乳 片栗粉・パセリ粉	【チキンライス】 七分つき米 油・鶏肉・コーン グリーンピース 洋風出し・たまねぎ ケチャップ 【ナゲット】 鶏ひき肉・しょうが 木綿豆腐・塩・油 たまねぎ・片栗粉 【かぼちゃサラダ】 かぼちゃ・きゅうり マヨネーズ・塩 【コーンクリームスープ】 クリームコーン・塩 コーン・たまねぎ 洋風出し・豆乳 片栗粉・パセリ粉	【きつねうどん】 うどん・油揚げ しょうゆ・たまねぎ にんじん・砂糖 ねぎ・みりん・塩 かつお・昆布だし汁 【かき揚げ】 さつまいも・たまねぎ にんじん・ピーマン 油・てんぷら粉	【ごはん】 七分つき米 【豆腐の五目焼き】 木綿豆腐・にんじん 鶏ひき肉・ひじき しめじ・しょうが しょうゆ・酒・塩 片栗粉 【れんこんのきんぴら】 豚肉・れんこん にんじん・ピーマン 油・しょうゆ・砂糖 みりん 【みそ汁】 さつまいも・ねぎ わかめ・みそ かつお・昆布だし汁	【チャーハン】 七分つき米・油 豚ひきにく・にんじん ピーマン・しょうゆ 酒・塩・あおのり 【キャベツとわかめの中華和え】 キャベツ・きゅうり 鶏ささみ・わかめ しらす干し・酢・砂糖 しょうゆ・油 【バナナ】
午後 おやつ	【米粉ドーナツ】 バナナ・おから 米粉・砂糖・豆乳 油・ベーキングパウダー 【にぼし】 【牛乳】	【チヂミ】 キャベツ・にら・油 玉ねぎ・豚ひきにく 小麦粉・片栗粉 しょうゆ・鶏だし 【にぼし】 【牛乳】	【ピザトースト】 食パン・ケチャップ コーン・ツナ チーズ 【にぼし】 【牛乳】	【かぼちゃかん】 かぼちゃ・寒天 砂糖・豆乳 【にぼし】 【牛乳】	【せんべい】 【バナナ】 【にぼし】 【牛乳】	【ビスケット】 【ミニゼリー】 【にぼし】 【牛乳】	【いちごジャムサンド】 食パン いちごジャム 【にぼし】 【牛乳】	【おからクッキー】 おから・上新粉 砂糖・油 ベーキングパウダー 【にぼし】 【牛乳】	【たこ焼き】 油・ねぎ・キャベツ 小麦粉・片栗粉 かつお・昆布だし汁 たこ・青のり かつお節 濃厚ソース 【にぼし】 【牛乳】	【お楽しみメニュー】 小麦粉・砂糖 ベーキングパウダー 牛乳・いちご 無塩バター ホイップクリーム 【にぼし】 【牛乳】	【おこわおにぎり】 もち米・ひじき にんじん・ごぼう しめじ・鶏肉 しょうゆ・みりん 酒・塩 【にぼし】 【牛乳】	【ゆず蒸しパン】 小麦粉・砂糖 ベーキングパウダー ゆず果汁 豆乳ヨーグルト 【にぼし】 【牛乳】	【ゼリー】 【せんべい】 【にぼし】 【牛乳】

※【にぼし】は幼児のみです