

12月 給食献立表

令和元年

日	曜	主食	献立名	午後のおやつ	赤色の食品	黄色の食品	緑色の食品	
					骨・筋肉・血をつくる	力と体温のもと	身体の調子を整える	
2	月	チキンカレー	チキンカレー・彩り野菜のごまサラダ・フルーツヨーグルト	ピザトースト	鶏肉	じゃがいも・油	人参・セロリ・玉ねぎ・キャベツ	
3	火	ごはん	豆腐と花麩の澄まし汁・豚肉の味噌焼き・ツナ和え	かぼちゃケーキ	豆腐・豚肉・ツナ	ドレッシング	ねぎ・玉ねぎ・もやし・人参・きゅうり	
4	水	ごはん	玉ねぎとえのきの味噌汁・鮭の塩焼き・和風サラダ	ラスク	鮭	油・ごま	えのき・玉ねぎ・キャベツ・人参	
5	木	ごはん	里芋と大根の味噌汁・鶏肉のケチャップ焼き・磯和え	ゼリー・せんべい	鶏肉	里芋・砂糖	大根・玉ねぎ・白菜・人参	
6	金	ごはん	小松菜と油揚げの味噌汁・鶏肉の卵とじ・おかか和え	メープルマフィン	鶏肉・鶏卵	砂糖・油	小松菜・人参・玉ねぎ・キャベツ	
7	土	山の幸うどん	山の幸うどん・ジャーマンポテト・チーズ	パン・ゼリー	ウインナー	じゃがいも・うどん	なめこ・人参・さやいんげん	
9	月	焼肉丼	わかめスープ・豚肉のスタミナ焼き・ナムル	ナポリタンマカロニ	豚肉	油・ごま・ごま油	ねぎ・玉ねぎ・もやし・きゅうり・人参	
10	火	ジャムパン	オニオンベーコン・チーズハンバーグ・ポテトサラダ	洋風いそべ焼き	豚肉・ハム	じゃがいも・マヨネーズ	玉ねぎ・コーン・人参・きゅうり	
11	水	ごはん	豆腐となめこの味噌汁・鮭の照り焼き・野菜の胡麻和え	和風プリン	豆腐・鮭	ごま・砂糖	なめこ・キャベツ・人参・ほうれん草	
12	木	ごはん	大根とあおさの味噌汁・厚焼き卵・野菜のしらす和え	焼きいも	鶏肉・しらす	油	大根・人参・ねぎ・キャベツ	
13	金	スパゲティー	トマトスープスパゲティー・野菜炒め	ホットケーキ	ベーコン・豚肉	スパゲティー・油	キャベツ・人参・もやし・ほうれん草	
14	土	 クリスマス発表会 						
16	月	ジャムパン	コンソメスープ・チリコンカーン・フレンチサラダ	五平餅風おにぎり	豚肉・ハム	パン・ドレッシング	えのき・玉ねぎ・キャベツ・人参	
17	火	ごはん	ほうれん草と油揚げの味噌汁・ぶり大根・野菜のなめたけ和え	マカロン風	豆腐・ぶり	油	ねぎ・大根・キャベツ・人参	
18	水	ごはん	豆腐とねぎの味噌汁・鶏肉の乳麩焼き・納豆和え	クッキー	鶏肉・納豆	砂糖・油	ほうれん草・玉ねぎ・人参	
19	木	きりたんぼ	きりたんぼ・だいこんサラダ・チーズ	ゼリー・せんべい	鶏肉	ドレッシング	大根・人参・きゅうり・コーン	
20	金	ごはん	かきたま味噌汁・鶏肉のマスタード焼き・お浸し	お菓子・せんべい	鶏卵・鶏肉	油	えのき・玉ねぎ・ねぎ・白菜・人参	
21	土	きつねうどん	きつねうどん・鶏ささみと野菜の和え物・チーズ	パン・ゼリー	鶏ささみ	うどん	ねぎ・人参・きゃべつ・もやし	
23	月	ごはん	大根とえのきの味噌汁・あんかけ卵焼き・中華サラダ	じゃこせんべい	豚肉・ハム	油・ごま	大根・えのき・ねぎ・人参・もやし	
24	火	 クリスマスバイキング 						
25	水	ごはん	はんぺんとしめじの澄まし汁・鯖の味噌煮・ゆかり和え	フルーチェ	鯖	砂糖・油	しめじ・キャベツ・人参・ほうれん草	
26	木	麻婆丼	中華スープ・麻婆豆腐・3色サラダ	誕生日おやつ	豆腐・豚肉	ごま・ごま油	ねぎ・人参・もやし・きゅうり	
27	金	醤油ラーメン	醤油ラーメン・ツナサラダ	お菓子・せんべい	ツナ・なると	中華麺・ドレッシング	キャベツ・人参・きゅうり・コーン	
28	土	スパゲティー	スープスパゲティー・豚肉と野菜の中華炒め・チーズ	パン・ゼリー	ベーコン・豚肉	スパゲティー・油	人参・しめじ・キャベツ・もやし	

※ 毎日デザートがつきます。給食内容を変更する場合があります。どうぞご了承ください。