

# 12月 献立表

12月

日	献立・配膳図				使用材料名				日	献立・配膳図				使用材料名														
1 月	ご飯	豆まめサラダ		豆腐と卵のすまし汁	赤	鰯・大豆・5種豆・ひじき・豆腐・卵牛乳	プラスワン給食	ボーカレー 麦ご飯 福神漬				みかんゼリー		赤	(若狭牛メンチカツ)・豚肉・大豆牛乳													
		アジの南部焼			黄	米・マヨネーズ(卵不使用)・ごま		キャベツ サラダ				キャベツ・人参・胡瓜・コーン・玉葱(福神漬)		黄	米・麦・じやが芋・カレールードレッシング・菜種油・みかんゼリー													
		ご飯			緑	キャベツ・コーン・枝豆・しめじ・葱小松菜		若狭牛メンチカツ				キャベツ・人参・胡瓜・コーン・玉葱(福神漬)		緑	キャベツ・人参・胡瓜・コーン・玉葱(福神漬)													
2 火	ご飯	春雨中華サラダ		五目スープ	赤	(にらまんじゅう)・カメ・(鍋系卵)ハム・豚肉・牛乳	12 月	1087				みかんゼリー		赤	(若狭牛メンチカツ)・豚肉・大豆牛乳													
		にらまんじゅう2個			黄	米・春雨・ドレッシング・ごま油澱粉・菜種油		白菜のツナ和え				キャベツ スープ		黄	米・ポン酢・ゴマ・チキンガラスープごま油・天ぷら粉・菜種油													
		ご飯			緑	胡瓜・キャベツ・もやし・人参・白菜椎茸・葱・筍・青梗菜		鶏肉の唐揚2個				白菜・人参・玉葱・もやし・椎茸小松菜・生姜・ニンニク		緑	白菜・人参・玉葱・もやし・椎茸小松菜・生姜・ニンニク													
3 水	ご飯	もやし炒め		法蓮草スープ	赤	豚肉・ベーコン・牛乳	15 月	817				赤		赤	(ハンバーグ)・ベーコン・鶏肉牛乳													
		豚肉のスパイス焼			黄	米・コンソメ・てんぶら粉・菜種油		白菜のツナ和え				黄		黄	米・ポン酢・ゴマ・チキンガラスープごま油・天ぷら粉・菜種油													
		ご飯			緑	もやし・キャベツ・ビーマン・玉葱法蓮草・人参・玉葱・コーン		鶏肉の唐揚2個				緑		緑	もやし・しめじ													
4 木	味噌うどん汁	蓮根サラダ		1食うどん	赤	(チキンカツ)・ハム・豚肉・薄揚味噌・牛乳	16 火	771				赤		赤	(ハンバーグ)・ベーコン・鶏肉牛乳													
		チキンカツ1食ウスターソース			黄	うどん・ドレッシング・ゴマ・菜種油ウスターソース		スパゲティー ソテー				黄		黄	米・スパゲティー・コンソメ・菜種油ケチャップ・トマトピューレ													
		ご飯			緑	蓮根・人参・胡瓜・コーン・キャベツ白菜・玉葱・椎茸		ハンバーグ トマトソースかけ				緑		緑	玉葱・人参・法蓮草・キャベツもやし・しめじ													
5 金	コッペパン	コールスローサラダ		南瓜スープ	赤	(ホキフライ)・ベーコン・牛乳	17 水	781				赤		赤	(ちーずはんべんフライ)・豚肉牛肉・牛乳													
		ホキフライ1食タルタルソース			黄	パン・ドレッシング・コンソメ・菜種油タルタルソース		じゃが芋のそぼろ煮				黄		黄	米・じゃが芋・三温糖・菜種油													
		ご飯			緑	キヤウダ・人参・胡瓜・コーン・南瓜玉葱・もやし・葱		チーズ はんべんフライ				緑		緑	玉葱・人参・グリンピース・牛蒡大根・椎茸													
8 月	ご飯	粉ふき芋		鶏肉入りかき玉汁	赤	厚揚・鶏肉・卵・ワカメ・青のり味噌・牛乳	18 木	793				赤		赤	(オムレツ)・ハム・鶏肉・牛乳													
		厚揚げの味噌マヨ焼			黄	米・じゃが芋・マヨネーズ(卵不使用)		法蓮草サラダ				黄		黄	米・じゃが芋・ドレッシング・クリムチューのル・菜種油													
		ご飯			緑	玉葱・人参・もやし・えのき・葱		オムレツ				緑		緑	法蓮草・キャベツ・切干大根・コーン白菜・玉葱・人参・しめじ													
9 火	ご飯	ひじき入サラダ		肉団子スープ	赤	(ハッシュドビーフ風コロッケ)・ひじきハム・(肉団子)・牛乳	19 金	820				赤		赤	鶏・豚肉・薄揚・鶏肉・味噌牛乳													
		ハッシュドビーフ風コロッケ			黄	米・ドレッシング・コンソメ・菜種油		もやしのゆかり和え				黄		黄	米・里芋・じゃが芋・料理酒みりん													
		ご飯			緑	蓮根・人参・枝豆・玉葱・もやし法蓮草・葱		鶏の塩焼き				緑		緑	もやし・小松菜・人参・大根・牛蒡しめじ・葱・糸蒟蒻													
10 水	ご飯	金平ごぼう		じゃが芋とワカメの味噌汁	赤	鰯・豚肉・薄揚・ワカメ・味噌・牛乳	22 月	820				赤		赤	(鶏の生姜煮)・豚肉・麩・豆腐牛乳													
		鰯の塩焼			黄	米・じゃが芋・三温糖・菜種油		冬至南京				黄		黄	米・小豆・三温糖													
		ご飯			緑	牛蒡・蓮根・人参・ビーマン・玉葱葱・しめじ		いわしの生姜煮				緑		緑	南瓜・白菜・玉葱・葱・しめじしらたき													
11 木	ご飯	中華サラダ		白菜と豚肉のスープ	赤	(焼壳)・ハム・豚肉・牛乳	23 火	768				赤		赤	鶏肉・ツナ・ベーコン・牛乳													
		揚焼壳2個			黄	米・ドレッシング・てんぶら粉・菜種油鶏ガラスープ		クリスマスデザート				黄		黄	米・ケチャップ・バター・ドレッシングコンソメ・蒲焼のタレ・お米カッペキ													
		ご飯			緑	キャベツ・胡瓜・人参・コーン・白菜玉葱・ニラ・もやし		コンソメスープ				緑		緑	ブロッコリー・玉葱・人参・法蓮草・キャベツ・枝豆													
● 食材の都合により、献立の一部を変更する事がありますので、ご了承下さい。																												
● 食材欄の( )書きは加工食品です。																												
● 今月は1日が、アイアンの日で鉄分たっぷりメニューです。 鉄分を多く含む豆・ひじき・豆腐等が献立に入っています。																												
● 今月12日は、プラスワン給食です。																												
● 今月18日は、歯ッピーの日でカルシウムたっぷりメニューです。 カルシウムを多く含む法蓮草・切干大根・オムレツ等が献立に入っています。																												
● 今月19日が食育の日です。福井の郷土食の里芋ご飯と福井県産の豚肉が献立に入っています。																												

- 食材の都合により、献立の一部を変更する事がありますので、ご了承下さい。
- 食材欄の( )書きは加工食品です。
- 今月は1日が、アイアンの日で鉄分たっぷりメニューです。  
鉄分を多く含む豆・ひじき・豆腐等が献立に入っています。
- 今月12日は、プラスワン給食です。
- 今月18日は、歯ッピーの日でカルシウムたっぷりメニューです。  
カルシウムを多く含む法蓮草・切干大根・オムレツ等が献立に入っています。
- 今月19日が食育の日です。福井の郷土食の里芋ご飯と福井県産の豚肉が献立に入っています。





