

※食物アレルギー確認用ではありません。アレルギーは、週間献立表と原材料及びアレルギー表示一覧でご確認ください

日 (曜)	献立名	献 立 材 料 名				
		おもに体をつくるもとになる食品（赤）	おもに体の調子を整えるもとになる食品（緑）	おもにエネルギーのもとになる食品（黄）	調味料等	エネルギーたんぱく質脂質カルシウム
		牛乳・卵・肉・魚・大豆製品・海藻	野菜・きのこ・果物	穀物・いも類・種実類・油脂類		
(月)	牛乳	牛乳				605
	ご飯			米		
	揚げギョーザ	鶏肉 ひじき	にら キャベツ 玉ねぎ	でん粉 砂糖 小麦粉 油 ごま油	しょうゆ	21.6
	もやしのナムル		にんじん もやし きゅうり にんにく	ごま ごま油	しょうゆ トウバンジャン	18.0
	太平燕	豚肉 かまぼこ	にんじん チンゲンサイ しょうが キャベツ たまねぎ きくらげ	春雨	酒 しょうゆ 鶏がら	286
(火)	牛乳	牛乳				585
	ご飯			米		
	いわしのかんろ煮	いわし		砂糖 でん粉	しょうゆ みりん	27.4
	香味あえ	ちくわ	にんじん しそ きゅうり キャベツ	砂糖	練り梅 しょうゆ	15.2
	みぞれ汁	鶏肉	にんじん ねぎ 白菜 しいたけ 大根 しょうが	ふ 里芋 油	しょうゆ 酒 だし昆布 かつお節	372
(水)	牛乳	牛乳				648
	ご飯			米		
	ハンバーグ	豚肉 鶏肉	たまねぎ	でん粉 砂糖	ケチャップ ウスターソース みりん 酒	22.0
	イタリアンサラダ		パプリカ きゅうり キャベツ	ドレッシング		22.7
	根菜のスープ	ベーコン	にんじん たまねぎ 大根 ごぼう れんこん にんにく	じゃがいも 油	ローレル 酒 しょうゆ 鶏がら	455
(木)	牛乳	牛乳				605
	ご飯			米		
	きびなごの唐揚げ	きびなご	しょうが	米粉 でん粉 油	しょうゆ 酒	23.8
	こんにゃくのソテー	豚肉	にんじん 小松菜 こんにゃく とうもろこし しょうが	砂糖 油 ごま油	酒 しょうゆ オイスターソース	15.4
	さつまいものみそ汁	厚揚げ 味噌 わかめ	ねぎ たまねぎ しめじ	さつまいも	煮干し 酒	323
(金)	牛乳	牛乳				691
	麦ご飯			米 麦		
	チキンカレー	鶏肉 大豆	にんじん たまねぎ しょうが にんにく りんご	じゃがいも 油	赤ワイン カレールー デミグラスソース ケチャップ チャツネ ウスターソース	22.9
	海藻サラダ	わかめ ぐきわかめ 昆布 とさかのり ふのり	にんじん きゅうり キャベツ とうもろこし	ドレッシング	ドレッシング	291
(月)	牛乳	牛乳				614
	ご飯			米		
	メンチカツ	豚肉	キャベツ たまねぎ	パン粉 砂糖 でん粉 油		22.1
	マカロニサラダ	まぐろ油漬け	にんじん きゅうり とうもろこし	マカロニ ドレッシング		19.8
	野菜スープ	豚肉	にんじん かぶ たまねぎ 白菜 セロリ しめじ にんにく		酒 しょうゆ 鶏がら	263
(火)	牛乳	唐津ん魚の日	牛乳			610
	ご飯			米		
	さばのごま塩焼き	さば		ごま	酒	29.1
	野菜のおひたし	かつお節	ほうれん草 にんじん 白菜 切干大根	砂糖	しょうゆ	18.2
	豚汁	豚肉 厚揚げ 味噌	にんじん ねぎ 大根 こんにゃく ごぼう	じゃがいも	酒 煮干し	301
(水)	牛乳	牛乳				603
	ご飯			米		
	豚肉と根菜の煮物	豚肉	にんじん しょうが 大根 ごぼう れんこん	里芋 砂糖	酒 しょうゆ みりん	27.4
	にらたま汁	卵 豆腐 かまぼこ	にら たまねぎ しいたけ	でん粉	しょうゆ 酒 だし昆布 煮干し	16.6
	いりごミックス	大豆 いりこ		砂糖 アーモンド ごま	しょうゆ みりん	443
(木)	牛乳	牛乳				601
	ご飯			米		
	ホキ天玉揚げ	ホキ 青さ		天玉 小麦粉 でん粉 油		23.8
	中華あえ		にんじん もやし きゅうり きくらげ	砂糖 ごま油	酢 しょうゆ	17.1
	白菜と肉団子のスープ	鶏肉	にんじん チンゲンサイ たまねぎ 白菜 しいたけ たけのこ	パン粉 でん粉 砂糖 春雨	酒 しょうゆ 鶏がら	354
(金)	牛乳	牛乳				620
	黒糖パン			黒糖パン		
	ペンネミートソース	豚肉 牛肉 大豆	にんじん ピーマン トマト にんにく たまねぎ	ペンネ 砂糖 油	赤ワイン ケチャップ スターソース	21.7
	豆と野菜のサラダ	鶏肉	枝豆 ひよこ豆 青えんどう豆 赤いんげん豆 とうもろこし きゅうり キャベツ	ノンエッグマヨネーズ		313

※食物アレルギー確認用ではありません。アレルゲンは、週間献立表と原材料及びアレルギー表示一覧でご確認ください

日 (曜)	献立名	献 立 材 料 名				
		おもに体をつくるもとになる食品（赤）	おもに体の調子を整えるもとになる食品（緑）	おもにエネルギーのもとになる食品（黄）	調味料等	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム
		牛乳・卵・肉・魚・大豆製品・海藻	野菜・きのこ・果物	穀物・いも類・種実類・油脂類		
16 (月)	牛乳	牛乳				595
	ご飯			米		
	鶏肉の西京焼き	鶏肉 味噌		砂糖	酒 しょうゆ みりん	26.0
	野菜のごまあえ		小松菜 にんじん キャベツ もやし	砂糖 ごま	しょうゆ	18.8
	沢煮椀	豚肉	にんじん ねぎ ごぼう たけのこ しいたけ たまねぎ		酒 しょうゆ 煮干し	312
17 (火)	牛乳	牛乳				614
	ご飯			米		
	オムレツ	卵	ほうれん草	でん粉 油		23.5
	大根とささみのサラダ	鶏肉 ひじき	大根 きゅうり とうもろこし	ドレッシング		20.8
	キムチ汁	豚肉 豆腐 味噌	にんじん 白菜 もやし しめじ キムチ にんにく	ごま油	酒 みりん しょうゆ 鶏がら	441
18 (水)	牛乳	牛乳				626
	ご飯			米		
	さばの揚げ煮	さば	しょうが	砂糖 油	しょうゆ 酒	27.1
	甘酢あえ	ハム	にんじん キャベツ きゅうり	春雨 砂糖	酢 しょうゆ	18.0
	厚揚げのみそ汁	厚揚げ 味噌 わかめ	ねぎ たまねぎ しめじ	じゃがいも	酒 煮干し	266
19 (木)	牛乳	牛乳				652
	麦ご飯			米 麦		21.6
	ポークハヤシ	豚肉	にんじん グリーンピース トマト にんにく たまねぎ マッシュルーム	油	赤ワイン ハヤシルウ デミグラスソース ケチャップ ウスターソース チキンブイヨン	21.0
	キャベツのサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし	ドレッシング		272
20 (金)	牛乳	牛乳				645
	ご飯			米		
	かぼちゃコロッケ		かぼちゃ たまねぎ	じゃがいも 小麦粉 砂糖 パン粉 でん粉 油		23.5
	和風サラダ	まぐろ油漬け	にんじん キャベツ きゅうり		ドレッシング	18.6
	ちゃんこ汁	鶏肉 いわし たら 豆腐 味噌	にんじん ねぎ しょうが 大根 白菜 しいたけ	砂糖 油	酒 みりん しょうゆ 煮干し	438
23 (月)	牛乳	牛乳				731
	チキンライス	鶏肉	にんじん とうもろこし たまねぎ	米 砂糖 油	ケチャップ	
	コールスローサラダ		にんじん キャベツ きゅうり	ドレッシング		19.7
	コーンポタージュ	ベーコン 牛乳 生クリーム	にんじん パセリ たまねぎ とうもろこし	じゃがいも	鶏がら ポタージュベース	27.0
	クリスマスデザート(ペコちゃんケーキ)			ケーキ		305
24 (火)						
	終業式					
	給食はありません					

調味料の塩、こしょうの表示はしていません