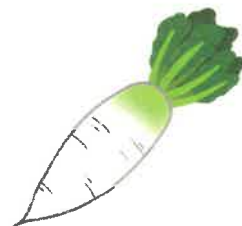




12月のメニュー



日 曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 月	ご飯 豚汁 切り干し大根のナムル りんご	ブルーチェ お茶 ニラチーズチヂミ	ブルーチェ・普通牛乳・煮干し (いりこ)・ぶたもも・油揚げ・木綿豆腐・みそ・ロースハム・プロセスチーズ・鶏卵	強化米・さといも・砂糖・ごま油・いりこま・薄力粉・片栗粉・サラダ油	ごぼう(ささごぼう)・にんじん・だいこん・葉ねぎ・切干しだいこん・チンゲンサイ・りんご・にら・たまねぎ
2 火	ご飯 鮭の竜田揚げ ポイルブロッコリー 味噌汁(大根・えのき・里芋・人参)	牛乳 かっぱえびせん 牛乳 米粉のパウンドケーキ	普通牛乳・べにざけ・煮干し (いりこ)・みそ・鶏卵・調整豆乳	小麦粉あられ・強化米・片栗粉・サラダ油・さといも・米粉・砂糖	しょうが・ブロッコリー・だいこん・にんじん・えのきたけ・葉ねぎ
3 水	ご飯 回鍋肉 かき玉汁(えのき・椎茸)	バナナヨーグルト スキムミルク(全乳) みかん(3時) とんがりコーン	プレーンヨーグルト・ぶたばら・みそ・鶏卵・煮干し(いりこ)・脱脂粉乳	強化米・砂糖・コーンスナック	バナナ・にんじん・キャベツ・青ピーマン・たまねぎ・えのきたけ・干ししいたけ・根菜ねぎ・みかん
4 木	ご飯 おでん 野菜の梅(キャベツ・人参・胡瓜・わかめ) バナナ	牛乳 クッキー 牛乳 コーン入り蒸しパン	普通牛乳・煮干し(いりこ)・蒸しかまぼこ・うずら卵水煮缶詰・生揚げ・若鶏もも・鶏卵	クッキー・強化米・さといも・こんにゃく・砂糖・蒸しパンミックス・無塩バター	にんじん・だいこん・干ししいたけ・みついしこんぶ・きゅうり・キャベツ・カットわかめ・バナナ・コーン缶詰粒
5 金	ビーンズカレー ブロッコリーの変わり白和え オレンジ	牛乳 クラッカー スキムミルク(全乳) いこもち	普通牛乳・牛もも・大豆水煮缶詰・生揚げ・木綿豆腐・みそ・脱脂粉乳	スナッククラッカー・サラダ油・じゃがいも・砂糖・強化米・いりこま・片栗粉	にんにく・しょうが・たまねぎ・にんじん・トマトケチャップ・ブロッコリー・オレンジ
6 土	親子うどん キャベツのおかか和え	りんご 牛乳 パン	煮干し(いりこ)・若鶏もも・蒸しかまぼこ・鶏卵・油揚げ・削り節・普通牛乳	うどん・パン(市販用)	りんご・干ししいたけ・にんじん・葉ねぎ・キャベツ
8 月	ご飯 塩ちゃんこ汁 緑黄色野菜いっぱいサラダ みかん	プリン 牛乳 ピザまん	鶏ひき肉・木綿豆腐・普通牛乳・ベーコン・プロセスチーズ	カスタードプリン・強化米・じゃがいも・マヨネーズ・オリーブ油・薄力粉・強力粉・砂糖・サラダ油	にんじん・はくさい・葉ねぎ・かぼちゃ・さやいんげん・ブロッコリー・みかん・たまねぎ・コーン缶詰粒・にんにく・トマトケチャップ
9 火	さつま芋ごはん タンダーフィッシュ ポイルブロッコリー すまし汁(豆腐・ほうれん草・わかめ)	牛乳 せんべい スキムミルク(全乳) キャラメルドーナツ	普通牛乳・しら・プレーンヨーグルト・木綿豆腐・煮干し(いりこ)・脱脂粉乳・鶏卵	甘芋せんべい・強化米・さつまいも・ホットケーキミックス・キャラメル・サラダ油	まこんぶ・にんにく・たまねぎ・ブロッコリー・ほうれん草・生わかめ
10 水	ご飯 栄養きんぴら 味噌汁(厚揚げ・南瓜) りんご	バナナ お茶 焼きそば	牛もも・油揚げ・煮干し(いりこ)・生揚げ・みそ・ぶたばら	強化米・サラダ油・こんにゃく・砂糖・いりこま・中華めん	バナナ・しょうが・ごぼう(ささごぼう)・にんじん・干ししいたけ・青ピーマン・かぼちゃ・葉ねぎ・りんご・たまねぎ・キャベツ・だいずもやし・あおのり
11 木	ご飯 白雪ひじき 味噌汁(大根・キャベツ・わかめ)	牛乳 ビスコ スキムミルク(全乳) バナナ(3時) せんべい	普通牛乳・若鶏もも・焼き竹輪・木綿豆腐・煮干し(いりこ)・みそ・脱脂粉乳	ビスケット・強化米・じゃがいも・砂糖・塩せんべい	乾ひじき・にんじん・だいこん・キャベツ・生わかめ・葉ねぎ・バナナ
12 金	ご飯 ツナと豆腐の落し揚げ 千切りキャベツ すまし汁(小松菜・かまぼこ・えのき) オレンジ	みかん缶 牛乳 人参クッキー	木綿豆腐・ツナ缶詰・蒸しかまぼこ・煮干し(いりこ)・普通牛乳・粉チーズ	強化米・マヨネーズ・薄力粉・無塩バター・砂糖	みかん缶詰・たまねぎ・にんじん・キャベツ・こまつな・えのきたけ・生わかめ・オレンジ
13 土	麻婆丼 味噌汁(油揚げ・玉葱)	牛乳 ミニフィナンシェ 牛乳 お菓子	普通牛乳・牛ひき肉・ぶたひき肉・木綿豆腐・油揚げ・煮干し(いりこ)・みそ	フィナンシェ・砂糖・片栗粉・ごま油・強化米・小麦粉あられ	たまねぎ・にんじん・にら・干ししいたけ・しょうが・にんにく・葉ねぎ
15 月	ご飯 のっぺい汁 春雨サラダ(ドレッシング)	ブルーチェ お茶 玉ねぎとじゃが芋のチーズ焼き	ブルーチェ・普通牛乳・煮干し(いりこ)・ぶたもも・木綿豆腐・ロースハム・プロセスチーズ	強化米・こんにゃく・さといも・片栗粉・はるさめ・いりこま・砂糖・じゃがいも・サラダ油	ぶなしめじ・にんじん・だいこん・葉ねぎ・きゅうり・たまねぎ
16 火	ご飯 鮭のコーンマヨネーズ焼き ポイルブロッコリー 具いっぱい味噌汁 りんご	牛乳 ビスケット スキムミルク(全乳) サッポロポテトベジタブル	普通牛乳・べにざけ・粉チーズ・木綿豆腐・みそ・煮干し(いりこ)・脱脂粉乳	ビスケット・強化米・薄力粉・マヨネーズ・さといも・小麦粉あられ	コーン缶詰クリーム・ブロッコリー・だいこん・にんじん・えのきたけ・葉ねぎ・りんご
17 水	チキンライス のり塩チキン クリスマスツリーサラダ オニオンスープ(わかめ抜き)	牛乳 プチドーナツ パフェ	普通牛乳・若鶏もも・乾いんげん・まめ・アイスクリーム	ドーナツ(市販用)・強化米・サラダ油・片栗粉・薄力粉・じゃがいも・マヨネーズ・コーンフレーク・ウエハース	にんじん・たまねぎ・トマトケチャップ・あおのり・にんにく・きゅうり・ブロッコリー・パセリ・バナナ・いちご
18 木	ご飯 えび入り炒り豆腐 味噌汁(油揚げ・南瓜・わかめ) バナナ	もも缶 牛乳 さつまいもスティック	木綿豆腐・むきえび・鶏卵・油揚げ・みそ・煮干し(いりこ)・普通牛乳	強化米・ごま油・いりこま・砂糖・さつまいも・サラダ油	もも缶詰・にんにく・葉ねぎ・にんじん・たまねぎ・さやいんげん・干ししいたけ・かぼちゃ・生わかめ・バナナ
19 金	ご飯 魚のみりん焼き 甘酢キャベツ すまし汁(豆腐・かまぼこ)	牛乳 卵ボーロ 牛乳 ほうれん草のチーズケーキ	普通牛乳・しら・削り節・木綿豆腐・蒸しかまぼこ・クリームチーズ・生クリーム・鶏卵	衛生ボーロ・強化米・いりこま・砂糖・ホットケーキミックス	キャベツ・にんじん・きゅうり・葉ねぎ・ほうれん草・レモン果汁
20 土	和風スパゲッティー コンスープ(玉葱)	バナナ アップルジュース パン	しらす干し・鶏卵	スパゲッティー・サラダ油・パン(市販用)	バナナ・ぶなしめじ・にんじん・こまつな・にんにく・焼きのり・コーン缶詰クリーム・たまねぎ・パセリ・りんごジュース



17日(水)
誕生会・Xmas
会です。



17日(水)
「絵本・おはなし
給食Day」で
す。
Xmasメニューに
なっています。

