

[illegible][illegible]

A

3

A

4

12月17日	12月18日	12月19日
【献立名】 食品名 1人分量	【献立名】 食品名 1人分量	【献立名】 食品名 1人分量
【ご飯】	【担々丼】ごはん	【ご飯】
水稲穀粒(精白米)	水稲穀粒(精白米)	水稲穀粒(精白米)
80	80	80
強化米(鉄分プラス)	強化米(鉄分プラス)	強化米(鉄分プラス)
0.24	0.24	0.24
	【担々丼】具 1	
【牛乳】	豚ひき肉	【牛乳】
牛乳	35	牛乳
1	まめプラスM(ミンチ)	1
	たまねぎ	
	15	
【鶏肉のねぎ塩焼き】	豆乳	【鮭のメンチカツ】
鶏モモ肉	10	鮭メンチカツ
55	ねりごま	1
たまねぎ	3	揚げ油
5	すりごま	5
中ねぎ	1	
1.5	国産おろししょうが	
3	0.2	
ノオイルでうま塩R	国産おろしにんにく	
3	0.2	
うすくちしょうゆ	ガラスープチキンゴールド	
0.8	2	
食塩	オイスターソース	【茎わかめの炒め煮】
0.02	2	豚モモ
すりごま	三温糖	10
0.55	0.6	冷 細切りくきわかめ
	コチジャン	4
	0.5	突きこんにゃく(黒)
【小松菜のおかかあえ】	調合赤だしみそ	15
国産小松菜カット	4	冷凍ごぼう
18	こいくちしょうゆ	8
キャベツ	0.5	にんじん
16	清酒(上撰)	10
りよくとうもやし	1	こいくちしょうゆ
12	食塩	2
にんじん	0.1	うすくちしょうゆ
5	三温糖	0.3
かつお節(碎片)	0.2	清酒(上撰)
0.8	こしょう混合	0.6
こいくちしょうゆ	0.01	本みりん
1.3	サラダ油	0.4
三温糖	0.3	三温糖
0.4	かたくり粉	0.6
本みりん	0.15	サラダ油
0.4	【担々丼】具 2	0.3
食塩	冷凍チンゲンサイ	
0.1	15	【じゃがいもの味噌汁】
	りよくとうもやし	じゃがいも
【魚そうめんのすまし汁】	15	20
魚そうめん	キャベツ	たまねぎ
12	15	12
冷凍細切り蒲鉾天着IQF	青じそドレッシング	中ねぎ
5	4	2
冷凍豆腐	食塩	国産カット油揚げ
8	0.1	4
中ねぎ		いりこ 未選別
1.5	【牛乳】	花かつお
だし昆布	牛乳	1
1		合わせみそ
花かつお		8
1	【春雨スープ】	
清酒(上撰)	無塩せき 焼き豚	
1	4	
食塩	たまねぎ	
0.3	18	
うすくちしょうゆ	にんじん	
1.2	10	
こいくちしょうゆ	きくらげ(スライス)	
0.3	0.5	
	緑豆はるさめ	
	8	
	ガラスープチキンゴールド	
	3	
	食塩	
	0.3	
	うすくちしょうゆ	
	1.8	
	清酒(上撰)	
	0.5	
	こしょう混合	
	0.01	

12月22日	12月23日
【献立名】 食品名 1人分量	【献立名】 食品名 1人分量
【ご飯】	【ポークカレー】ごはん
水稲穀粒(精白米)	水稲穀粒(精白米)
80	80
強化米(鉄分プラス)	強化米(鉄分プラス)
0.24	0.24
【牛乳】	【ポークカレー】
牛乳	豚モモ
1	30
【ハンプ・ク・トマトソース】	じゃがいも
牛ひき肉	25
8	たまねぎ
30	25
豚ひき肉	ソテーオニオン
30	12
ソテーオニオン	にんじん
20	15
まめプラスM(ミンチ)	ホールトマトカットピロー
5	6
かたくり粉	国産おろしにんにく
1	0.2
パン粉	国産おろししょうが
2.5	0.2
白ワイン	カレールーフレーク
0.3	6
こしょう混合	給食用カレーフレーク
0.01	4
食塩	北海道シュレッドチーズ
0.15	1
トマトピューレ	赤ワイン
3	1
トマトケチャップ	ウスターソース
5	0.5
ソテーオニオン	こいくちしょうゆ
5	0.6
中濃ソース	食塩
1	0.1
かたくり粉	こしょう混合
0.2	0.02
水	サラダ油
	0.3
【ごまサラダ】	【牛乳】
おさかなソーセージ	牛乳
3	1
カットほうれん草	
17	【海そうサラダ】
キャベツ	ライトオイル漬チンゲン(レトルト)
17	5
きゅうり	キャベツ
10	16
にんじん	りよくとうもやし
5	16
笑顔でラジドレ 香りごま	冷凍枝豆むき身
4	5
食塩	5
0.1	ホールコーン(スライス)
ごま(いり)	海藻ミックス(鼓)
0.5	1.2
【野菜スープ】	食塩
鶏モモ肉	0.1
5	青じそドレッシング
じゃがいも	3.2
15	
キャベツ	
15	【セレクト デザート】
にんじん	いちごクレープ
5	
たまねぎ	カスタードプリン
15	
冷凍ほぐしE/茸	→どちらか選んでいたものを食べる
5	
サラダ油	
0.3	
ガラスープチキンゴールド	
3	
食塩	
0.5	
こしょう混合	
0.01	
白ワイン	
0.5	

[illegible]

12月4日

12月5日

12月8日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
水稲穀粒(精白米)	80	
強化米(鉄分プラス)	0.24	
【牛乳】		
牛乳	1	
【さばのごまみりん焼き】		
さば	1	
国産おろししょうが	0.2	
こいくちしょうゆ	1	
清酒(上撰)	0.5	
本みりん	0.8	
三温糖	0.2	
ごま(いり)	1.5	
【れんこんきんぴら】		
豚モモ	5	
スライスれんこん	20	
突きこんにやく(黒)	10	
にんじん	10	
こいくちしょうゆ	1	
三温糖	0.5	
清酒(上撰)	0.5	
サラダ油	0.3	
ごま(いり)	1.55	
【かぼちゃの味噌汁】		
かぼちゃ	15	
たまねぎ	20	
国産カット油揚げ	2	
冷凍ほぐしめじ	3	
いりこ 未選別	1	
花かつお	1	
合わせみそ	8	
【果物(みかん)】		
温州みかん	1	

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
水稲穀粒(精白米)	80	
強化米(鉄分プラス)	0.24	
【牛乳】		
牛乳	1	
【肉じゃが】		
豚モモ	28	
じゃがいも	50	
たまねぎ	30	
しらたき	12	
にんじん	10	
凍り豆腐	5	
清酒(上撰)	1	
こいくちしょうゆ	4	
本みりん	1	
三温糖	1	
サラダ油	0.3	
【白菜のアーモンド和え】		
はくさい	25	
りょくとうもやし	16	
カットほうれん草	14	
にんじん	5	
アーモンド(ロースト 粉)	1.5	
アーモンド(ロースト グライン)	1	
三温糖	0.5	
こいくちしょうゆ	1.5	
食塩	0.3	

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
水稲穀粒(精白米)	80	
強化米(鉄分プラス)	0.24	
【牛乳】		
牛乳	1	
【いわしのフライ】		
まいわしフライ	1	
揚げ油	6	
【タルタルソース】		
トッピングエッグ	25	
きゅうり	5	
たまねぎ	8	
ホーローコンキール(スパイス)	5	
たまごなしマヨネーズ	6	
うすくちしょうゆ	0.2	
りんご酢	0.5	
食塩	0.1	
【ほうれん草のトマトスープ】		
冷凍 カットベーコン	5	
はくさい	20	
たまねぎ	12	
カットほうれん草	15	
ガラスープチキンゴールド	3	
白ワイン	0.5	
トマトピューレ	5	
トマトケチャップ	8	
こいくちしょうゆ	0.3	
食塩	0.1	
こしょう混合	0.01	
サラダ油	0.3	
かたくり粉	0.5	

[illegible]

12月12日	12月15日	12月16日
【献立名】食品名1人分量	【献立名】食品名1人分量	【献立名】食品名1人分量
【ご飯】	【ご飯】	【ご飯】
水稲穀粒(精白米)80	水稲穀粒(精白米)80	水稲穀粒(精白米)80
強化米(鉄分プラス)0.24	強化米(鉄分プラス)0.24	強化米(鉄分プラス)0.24
【牛乳】	【牛乳】	【牛乳】
牛乳1	牛乳1	牛乳1
【鶏肉のコンソークフライ】	【豚肉のみそ焼き】	【八宝菜】
鶏胸肉1	豚モモ50	豚モモ30
国産おろしにんにく0.2	たまねぎ20	うずら卵水煮12
白ワイン1	合わせみそ3	むきえび(バラ)12
食塩0.1	こいくちしょうゆ1	銀杏切蒲鉾ｽﾗｲｽ2.512
うすくちしょうゆ0.3	清酒(上撰)1	カットさつま揚げ5
薄力粉5	本みりん1	はくさい20
コーンフレーク6	三温糖1	りょくとうもやし15
揚げ油5	サラダ油0.3	たまねぎ15
【ほうれんそうのソーテー】	【ごま昆布あえ】	たけのこ(水煮缶詰)12
冷凍カットベーコン5	カットほうれん草25	にんじん5
りょくとうもやし8	りょくとうもやし17	中ねぎ3
キャベツ12	にんじん8	きくらげ(スライス)0.6
カットほうれん草20	塩昆布1.2	ガラスープチキンゴールド2
にんじん5	こいくちしょうゆ0.5	うすくちしょうゆ1.8
こいくちしょうゆ0.3	食塩0.1	こいくちしょうゆ1
白ワイン1	すりごま1	オイスターソース1
食塩0.1	ごま(いり)0.5	ウスターソース1
こしょう混合0.01	【豆腐のすまし汁】	清酒(上撰)0.3
サラダ油0.3	冷凍豆腐20	食塩0.1
【白菜のスープ】	カットわかめ0.8	こしょう混合0.01
鶏モモ肉15	たまねぎ8	サラダ油0.3
はくさい20	中ねぎ1.5	かたくり粉1
たまねぎ10	だし昆布1	【大根のドレッシングあえ】
にんじん5	花かつお1	だいこん20
サラダ油0.3	うすくちしょうゆ1.8	キャベツ17
ガラスープチキンゴールド3	清酒(上撰)0.5	きゅうり10
うすくちしょうゆ1	食塩0.3	海藻ミックス(鼓)0.8
白ワイン1		和風ゆず醤油ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ4
食塩0.3		穀物酢0.3
こしょう混合0.01		食塩0.1

12月17日	12月18日	12月19日
【献立名】 食品名 1人分量	【献立名】 食品名 1人分量	【献立名】 食品名 1人分量
【ご飯】	【ご飯】	【担々丼】ごはん
水稲穀粒(精白米) 80	水稲穀粒(精白米) 80	水稲穀粒(精白米) 80
強化米(鉄分プラス) 0.24	強化米(鉄分プラス) 0.24	強化米(鉄分プラス) 0.24
		【担々丼】具1
【牛乳】	【牛乳】	豚ひき肉 35
牛乳 1	牛乳 1	まめプラスM(ミンチ) 8
		たまねぎ 15
【鮭のメンチカツ】	【鶏肉のねぎ塩焼き】	豆乳 10
鮭メンチカツ 1	鶏モモ肉 55	ねりごま 3
揚げ油 5	たまねぎ 5	すりごま 1
	中ねぎ 1.5	国産おろししょうが 0.2
	ノオイルでうま塩R 3	国産おろしにんにく 0.2
	うすくちしょうゆ 0.8	ガラスープチキンゴールド 2
【茎わかめの炒め煮】	食塩 0.02	オイスターソース 2
豚モモ 10	すりごま 0.55	三温糖 0.6
冷 細切りくきわかめ 4		コチジャン 0.5
突きこんにやく(黒) 15	【小松菜のおかかあえ】	調合赤だしみそ 4
冷凍ごぼう 8	国産小松菜カット 18	こいくちしょうゆ 0.5
にんじん 10	キャベツ 16	清酒(上撰) 1
こいくちしょうゆ 2	りよくとうもやし 12	食塩 0.1
うすくちしょうゆ 0.3	にんじん 5	三温糖 0.2
清酒(上撰) 0.6	かつお節(碎片) 0.8	こしょう混合 0.01
本みりん 0.4	こいくちしょうゆ 1.3	サラダ油 0.3
三温糖 0.6	三温糖 0.4	かたくり粉 0.15
サラダ油 0.3	本みりん 0.4	【担々丼】具2
	食塩 0.1	冷凍チンゲンサイ 15
【じゃがいもの味噌汁】	【魚そうめんのすまし汁】	りよくとうもやし 15
じゃがいも 20	魚そうめん 12	キャベツ 15
たまねぎ 12	冷凍細切り蒲鉾天着10F 5	青じそドレッシング 4
中ねぎ 2	冷凍豆腐 8	食塩 0.1
国産カット油揚げ 4	中ねぎ 1.5	
いりこ 未選別 1	だし昆布 1	【牛乳】
花かつお 1	花かつお 1	牛乳 1
合わせみそ 8	清酒(上撰) 1	
	食塩 0.3	【春雨スープ】
	うすくちしょうゆ 1.2	無塩せき 焼き豚 4
	こいくちしょうゆ 0.3	たまねぎ 18
		にんじん 10
		きくらげ(スライス) 0.5
		緑豆はるさめ 8
		ガラスープチキンゴールド 3
		食塩 0.3
		うすくちしょうゆ 1.8
		清酒(上撰) 0.5
		こしょう混合 0.0

[illegible]

[illegible]

12月4日

12月5日

12月8日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稲穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【いわしのフライ】		
	まいわしフライ	1
	揚げ油	6
【タルタルソース】		
	トッピングエッグ	25
	きゅうり	5
	たまねぎ	8
	ホールコーン・粒(スパー・スイート)	5
	たまごなしマヨネーズ	6
	うすくちしょうゆ	0.2
	りんご酢	0.5
	食塩	0.1
【ほうれん草のトマトスープ】		
	冷凍 カットベーコン	5
	はくさい	20
	たまねぎ	12
	カットほうれん草	15
	ガラスープチキンゴールド	3
	白ワイン	0.5
	トマトピューレ	5
	トマトケチャップ	8
	こいくちしょうゆ	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油	0.3
	かたくり粉	0.5
【果物(みかん)】		
	温州みかん	1

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稲穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【さばのごまみりん焼き】		
	さば	1
	国産おろししょうが	0.2
	こいくちしょうゆ	1
	清酒(上撰)	0.5
	本みりん	0.8
	三温糖	0.2
	ごま(いり)	1.5
【れんこんきんぴら】		
	豚モモ	5
	すりれんこん	20
	突きこんにやく(黒)	10
	にんじん	10
	こいくちしょうゆ	1
	三温糖	0.5
	清酒(上撰)	0.5
	サラダ油	0.3
	ごま(いり)	1.55
【かぼちゃの味噌汁】		
	かぼちゃ	15
	たまねぎ	20
	国産カット油揚げ	2
	冷凍ほぐしめじ かつ	3
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	合わせみそ	8
【果物(みかん)】		
	温州みかん	1

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稲穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【肉じゃが】		
	豚モモ	28
	じゃがいも	50
	たまねぎ	30
	しらたき	12
	にんじん	10
	凍り豆腐	5
	清酒(上撰)	1
	こいくちしょうゆ	4
	本みりん	1
	三温糖	1
	サラダ油	0.3
【白菜のアーモンド和え】		
	はくさい	25
	りょくとうもやし	16
	カットほうれん草	14
	にんじん	5
	アーモンド(ロースト 粉)	1.5
	アーモンド(ロースト 粒)	1
	三温糖	0.5
	こいくちしょうゆ	1.5
	食塩	0.3
【果物(みかん)】		
	温州みかん	1

[illegible][illegible]

12月17日	12月18日	12月19日
【献立名】 食品名 1人分量	【献立名】 食品名 1人分量	【献立名】 食品名 1人分量
【担々丼】ごはん	【ご飯】	【ご飯】
水稲穀粒(精白米) 80	水稲穀粒(精白米) 80	水稲穀粒(精白米) 80
強化米(鉄分プラス) 0.24	強化米(鉄分プラス) 0.24	強化米(鉄分プラス) 0.24
【担々丼】具1		
豚ひき肉 35	【牛乳】	【牛乳】
まめプラスM(ミンチ) 8	牛乳 1	牛乳
たまねぎ 15		
豆乳 10	【鮭のメンチカツ】	【鶏肉のねぎ塩焼き】
ねりごま 3	鮭メンチカツ 1	鶏モモ肉 55
すりごま 1	揚げ油 5	たまねぎ 5
国産おろししょうが 0.2		中ねぎ 1.5
国産おろしにんにく 0.2		ハオールドレウま塩R 3
ガラスープチキンゴールド 2		うすくちしょうゆ 0.8
オイスターソース 2	【茎わかめの炒め煮】	食塩 0.02
三温糖 0.6	豚モモ 10	すりごま 0.55
コチジャン 0.5	冷 細切りくきわかめ 4	
調合赤だしみそ 4	突きこんやく(黒) 15	【小松菜のおかかあえ】
こいくちしょうゆ 0.5	冷凍ごぼう 8	国産小松菜カット 18
清酒(上撰) 1	にんじん 10	キャベツ 16
食塩 0.1	こいくちしょうゆ 2	りょくとうもやし 12
三温糖 0.2	うすくちしょうゆ 0.3	にんじん 5
こしょう混合 0.01	清酒(上撰) 0.6	かつお節(碎片) 0.8
サラダ油 0.3	本みりん 0.4	こいくちしょうゆ 1.3
かたくり粉 0.15	三温糖 0.6	三温糖 0.4
【担々丼】具2	サラダ油 0.3	本みりん 0.4
冷凍チンゲンサイ 15		食塩 0.1
りょくとうもやし 15	【じゃがいもの味噌汁】	
キャベツ 15	じゃがいも 20	【魚そうめんのすまし汁】
青じそドレッシング 4	たまねぎ 12	魚そうめん 12
食塩 0.1	中ねぎ 2	冷凍細切り蒲鉾天着IQF 5
	国産カット油揚げ 4	冷凍豆腐 8
【牛乳】	いりこ 未選別 1	中ねぎ 1.5
牛乳 1	花かつお 1	だし昆布 1
	合わせみそ 8	花かつお 1
【春雨スープ】		清酒(上撰) 1
無塩せき 焼き豚 4		食塩 0.3
たまねぎ 18		うすくちしょうゆ 1.2
にんじん 10		こいくちしょうゆ 0.3
きくらげ(スライス) 0.5		
緑豆はるさめ 8		
ガラスープチキンゴールド 3		
食塩 0.3		
うすくちしょうゆ 1.8		
清酒(上撰) 0.5		
こしょう混合 0.01		

[illegible]