12月の献立表

建国幼・小・中・高等学校

日付	献立	主な材料名
1日(火)	ポークチャップ 南瓜サラダ スパゾテー 味噌汁	豚肉 玉葱 ピーマン キャベツ 南瓜 人参 胡瓜 卵 スパゲティー 素麺 うす揚げ 青ねぎ
2日(水)	十六穀米 白身魚の竜田揚げ ミニおでん 青梗菜ナムル 味噌汁 キムチ	十六穀米 骨なしホキ 土生姜 小麦粉 卵 太もやし 大根 (冷)竹輪 卵 青梗菜 人参 白ごま わかめ(国) うす揚げ キムチ
3日(木)	チキン南蛮タルタルソースかけ フライドポテト 白菜ごま和え 味噌汁	鶏むね肉 小麦粉 卵 玉ねぎ 人参 ピーマン 卵 キャベツ (冷)フレンチポテト 白菜 白ごま 玉葱 うす揚げ
4日(金)	煮込みハンバーグ コロコロポテトサラダ 大根のカレー風味煮 味噌汁	合挽ミンチ 玉ねぎ 低脂肪牛乳 卵 パン粉 玉ねぎ スパゲティー ビーフシチュールー じゃが芋 胡瓜 人参 卵 大根 カレー粉 豆腐 青ねぎ
5日(土)	鶏の唐揚げ マカロニサラダ けんちん汁 ≪小学校 節食給食≫ おにぎり けんちん汁 牛乳	鶏もも肉 卵 土生姜 にんにく 片栗粉 小麦粉 キャベツ マカロニ 卵 胡瓜 人参 大根 人参 さつま芋 つきこんにゃく(国) (冷)竹輪 うす揚げ 青ねぎ 白ごま 大根 人参 さつま芋 つきこんにゃく(国) (冷)竹輪 うす揚げ 青ねぎ 牛乳
7日(月)	十六穀米 さばの塩焼き かき揚げ 白菜のお浸し すまし汁 キムチ	十六穀米 塩さば 南瓜 玉葱 青ねぎ 小麦粉 卵 白菜 (冷)竹輪 豆腐 みつ葉 キムチ
8日(火)	鶏肉のチンジャオロース 千切り大根の炒り煮 ｷｬﾍﾞﾂの塩昆布和え 味噌汁	鶏むね肉 にんにく 片栗粉 水煮筍 玉葱 ピーマン 土生姜 千切り大根 人参 うす揚げ キャベツ 細切塩吹き昆布 素麺 青ねぎ
9日(水)	ビビンバ 竹輪の磯辺揚げ わかめスープ キムチ	牛ミンチ ぜんまい ほうれん草 人参 大根 胡瓜 豆もやし 卵 竹輪 小麦粉 卵 青のり粉 わかめ 白ごま 出し昆布 キムチ
10日(木)	揚げ鶏のさっぱり煮 南瓜の胡麻天 春雨の和え物 味噌汁	鶏もも肉 小麦粉 卵 にんにく 土生姜 南瓜 卵 白ごま 春雨 ピーマン 人参 豆腐 青ねぎ
11日(金)	肉じゃがコロッケ 和風スパゲティー 白菜のぽん酢和え 味噌汁	じゃが芋 玉ねぎ 人参 合ミンチ つきこん(国) 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ スパゲティー 本しめじ ちりめん 白菜 貝割れ大根 わかめ(国) うす揚げ
14日(月)	白身魚のフライ チャプチェ 大根のナムル 味噌汁 キムチ	骨なしホキ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ 韓国春雨 牛肉 玉ねぎ 干し椎茸 人参 ピーマン 大根 白ごま 豆腐 青ねぎ キムチ
15日(火)	カレーライス ミモザサラダ	牛肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 バーモンドカレールー ジャワカレールー インドカレールー キャベツ 胡瓜 人参 卵
16日(水)	きのこの炊込みご飯 あんかけ鶏卵うどん	えのき茸 しめじ えりんぎ うす揚げ 人参 細うどん 卵 鶏もも肉 青ねぎ 出し昆布 土生姜 片栗粉
17日(木)	キムチロールカツ ポテ卵サラダ 味噌汁	豚ロース薄切り肉 キムチ 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ スパゲティー 玉葱 じゃが芋 人参 胡瓜 卵 小松菜 うす揚げ
18日(金)	炒飯 油淋鶏 オニオンｽｰﾌﾟ	豚ミンチ 玉葱 青ねぎ 人参 卵 鶏もも肉 にんにく 土生姜 玉葱 キャベツ 玉葱 人参
19日(土)	≪パン給食≫ パン パンプキンシチュー 一口カツ リンゴジュース	バターロール 鶏もも肉 南瓜 玉葱 人参 低脂肪牛乳 クリームシチュールー 豚カツ肉 小麦粉 卵 パン粉 フレンチポテト キャベツ リンゴジュース
21日(月)	マーボー野菜 蒸し鶏の中華和え 冬至:南瓜フライ すまし汁	豚ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 茄子 人参 青ねぎ 鶏むね肉 キャベツ パプリカ(赤) わかめ(国) 南瓜 えのき茸 青ねぎ
22日(火)	ケチャップライス チキンカツデミグラスソース 野菜スープ	鶏肉 玉葱 ピーマン 本しめじ バター 鶏むね肉 小麦粉 卵 パン粉 キャベツ ビーフシチュールー じゃが芋 玉葱 人参 大根 青ねぎ
23日(水)	キムチチゲ れんこんの挟み揚げ	豚肉 白菜 玉ねぎ にら 大根 えのき茸 豆腐 白菜キムチ にんにく 土生姜 金平れんこん 鶏ももミンチ 玉ねぎ 土生姜 小麦粉 卵 パン粉 白ごま
24日(木)	カレーピラフ フライドチキン フライドポテト オニオンｽｰﾌﾟ	牛ミンチ 玉葱 人参 パプリカ(赤) (冷)コーン 鶏もも肉 土生姜 にんにく ハーブミックス 小麦粉 卵 キャベツ (冷)フレンチポテト 玉ねぎ 人参
25日(金)	肉団子の甘酢あんかけ 千切り大根の金平 スパゲティサラダ 味噌汁	豚ミンチ 玉葱 卵 パン粉 玉葱 人参 ピーマン 水煮筍 干椎茸 にんにく 千切り大根 人参 (冷)竹輪 白ごま スパゲティー 胡瓜 人参 卵 わかめ(国) 青ねぎ
26日(土)	きつねうどん 牛そぼろの混ぜご飯	細うどん 色板 すし揚げ わかめ(国) 青ねぎ 出し昆布 牛挽肉 土生姜 牛蒡(国) 人参 みつ葉

都合により献立が変更になる場合があります。

こども園
12日(土) 醤油ラーメン バンバンジー おにぎり
中華そば 焼豚 太もやし 青ねぎ 醤油ラーメンスープ 鶏むね肉 胡瓜 人参
キャベツ 白ごま

こども園
28日(月) 麻婆豆腐 大学芋 春雨のマヨ和え
キャベツのスープ
豚挽肉 玉葱 干椎茸 木綿豆腐 青ねぎ 土生姜 さつま芋 黒ごま
わかめ(国) 人参 ポークハム キャベツ 玉葱