

# 12月のきゅうしょくこんだて予定表

(平成27年度)  
(調理場)

日 曜日	献立名	給食なし	おもに 血や肉・骨になるもの	おもに 体の調子を整えるもの	おもに 熱や力になるもの	その他	(kg/Bq)セシウム134・137
1 (火)	ソフトめん、ぎゅうにゅう カレーうどんのしる おんやさいのバターソテー		ぎゅうにゅう とりにく、なると	たまねぎ、ほうれんそう しょうが、ほししいたけ はくさい、にんじん	ソフトめん あぶら、かたくりこ じゃがいも、バター	カレーフレーク しょうゆ、みりん 酒、だしの素 塩、コショウ	ND
2 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう やきざかな じゃがいものにも こまつなのみそしる		ぎゅうにゅう さけ とうふ、みそ	にんじん、ごぼう、えだまめ ほししいたけ、こまつな だいこん、はくさい	ごはん じゃがいも、こんにゃく あぶら、さとう	しょうゆ だしの素 かつおぶし	
3 (木)	しよくパン、ぎゅうにゅう ミートサンドのぐ コーンサラダ やさいスープ		ぎゅうにゅう ぶたにく、だいず	たまねぎ、にんじん、トマト キャベツ、きゅうり、こまつな	しよくパン オリーブオイル、こむぎこ とうもろこし じゃがいも	ケチャップ、酢 ソース 塩、コショウ スープストック	
4 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう みそやきにくどんのぐ ごまあえ キムチスープ	幼稚園	ぎゅうにゅう ぶたにく、みそ あぶらあげ	たまねぎ、にんじん、ごぼう キャベツ、ほうれんそう はくさい、もやし、にら はくさいキムチ	ごはん ごまあぶら、かたくりこ ごま、さとう、あぶら	みりん、しょうゆ かつおぶし	
7 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう とりにくのてりやき きんぴらごぼう はくさいのみそしる		ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ みそ、あぶらあげ	しょうが、ごぼう、にんじん はくさい、ねぎ ほししいたけ	ごはん こんにゃく、ごま、あぶら さとう、じゃがいも	しょうゆ、みりん 酒、かつおぶし	
8 (火)	ちゅうかめん、ぎゅうにゅう タンメンのスープ あげじゃがあんかけ		ぎゅうにゅう ぶたにく とりにく、あおだいず、みそ	キャベツ、もやし、にんじん こまつな、ほししいたけ たまねぎ、しょうが	ちゅうかめん ごまあぶら、かたくりこ じゃがいも、あぶら、さとう	しょうゆ、酒 塩、コショウ 中華スープの素	
9 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう さばのたつたあげ だいこんサラダ さつまいのみそしる		ぎゅうにゅう さば みそ	しょうが、だいこん、にんじん キャベツ、はくさい、ごぼう ねぎ	ごはん さとう、かたくりこ、あぶら オリーブオイル さつまいも	しょうゆ、酒 酢、塩 かつおぶし	
10 (木)	こくとうパン、ぎゅうにゅう マカロニのチーズに ポトフ くだもの		ぎゅうにゅう チーズ ウインナー	たまねぎ、キャベツ、にんじん パセリ、みかん	こくとうパン マカロニ、じゃがいも とうもろこし	塩、コショウ スープストック	
11 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう シーフードカレー かいそうサラダ ヨーグルト		ぎゅうにゅう えび、いか、ぶたにく かいそうミックス ヨーグルト	たまねぎ、にんじん、しょうが にんにく、グリーンピース キャベツ、もやし、きゅうり	ごはん じゃがいも、オリーブオイル ごまあぶら、さとう、ごま	カレーフレーク コショウ、ソース ケチャップ、酢 しょうゆ	
14 (月)	ごはん、ぎゅうにゅう ぶたにくのみそふうみやき やさしいため わかめのみそしる		ぎゅうにゅう ぶたにく、みそ わかめ、とうふ	しょうが、キャベツ、たまねぎ もやし、にんじん	ごはん さとう ごまあぶら じゃがいも	みりん、酒 塩、コショウ かつおぶし	
15 (火)	ちゅうかめん、ぎゅうにゅう みそラーメンのスープ ぶたにくとさつまいものあまずあえ		ぎゅうにゅう なると、みそ ぶたにく、だいず	キャベツ、たまねぎ、もやし にんじん、ほししいたけ	ちゅうかめん ごまあぶら かたくりこ、さつまいも あぶら、さとう	しょうゆ、酢 中華スープの素 七味唐辛子	
16 (水)	ごはん、ぎゅうにゅう とりにくのごまだれあえ ひじきのにも キャベツのみそしる	幼稚園	ぎゅうにゅう とりにく ひじき、さつまあげ とうふ、みそ	しょうが、にんにく、ごぼう にんじん、ほししいたけ キャベツ、たまねぎ	ごはん さとう、ねりごま、ごまあぶら じゃがいも、あぶら	しょうゆ、酢 みりん かつおぶし	
17 (木)	コッペパン、ぎゅうにゅう、ジャム コーンシチュー やさしいサラダ		ぎゅうにゅう とりにく、チーズ	たまねぎ、にんじん、キャベツ きゅうり、だいこん	コッペパン、いちごジャム じゃがいも、とうもろこし バター、こむぎこ オリーブオイル	スープストック 塩、コショウ 酢	
18 (金)	ごはん、ぎゅうにゅう さけフライ わふうサラダ たまねぎのみそしる	中妻小5・6年	ぎゅうにゅう さけ、たまご なまあげ、みそ	キャベツ、もやし、にんじん えだまめ、たまねぎ	ごはん パンこ、こむぎこ、あぶら さとう じゃがいも	ソース、酢 しょうゆ かつおぶし	
21 (月)	☆クリスマスこんだて☆ チキンライス、ぎゅうにゅう チーズサラダ コンソメスープ クリスマスケーキ		ぎゅうにゅう とりにく チーズ	たまねぎ、にんじん、しょうが にんにく、キャベツ、きゅうり こまつな	ごはん、とうもろこし オリーブオイル、さとう じゃがいも ケーキ	ケチャップ、酢 塩、コショウ レモン果汁 スープストック	
22 (火)	☆とうじこんだて☆ ソフトめん、ぎゅうにゅう きつねうどんのしる とうじかぼちゃ くだもの	中妻小6年	ぎゅうにゅう とりにく、あぶらあげ、なると	こまつな、にんじん、たまねぎ ほししいたけ、かぼちゃ みかん	ソフトめん あずき、さとう	しょうゆ、みりん 酒、塩 かつおぶし	

\* 三春町の米(コシヒカリ)

\* 材料の都合により、献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。