



日	献立名	主 な 材 料		
		血や肉になる	働く力になる	体の調子をととのえる
1 (月)	豚肉とじゃがいもの釜煮	ぶたにく	じゃがいも いとこんにやく	たまねぎ にんじん ごぼう
	ほうれん草のごまあえ		ごま	ほうれんそう もやし
	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	
2 (火)	炊き込みご飯	とりにく あぶらあげ	こんにやく こめ	にんじん ほししいたけ
	ちくわの天ぷら	ちくわ たまご	こむぎこ あぶら	
	すまし汁 牛乳	とうふ ぎゅうにゅう		ねぎ えのき
3 (水)	ぶりの照り焼き	ぶり		
	キャベツのゆかりあえ			キャベツ
	のっぺい汁 牛乳 ごはん	ちくわ とうふ ぎゅうにゅう	さといも ごはん	はくさい だいこん
4 (木)	酢豚	ぶたにく	かたくりこ あぶら	にんじん たまねぎ ピーマン しょうが ほししいたけ
	春雨スープ	わかめ	はるさめ	にんじん もやし
	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	
5 (金)	カレーライス	ぶたにく	じゃがいも こめ	にんじん たまねぎ
	フレンチサラダ	ハム		キャベツ きゅうり
	フルーツポンチ 牛乳	ぎゅうにゅう		みかん パイン パナナ
8 (月)	鶏肉の香草焼き	とりにく こなチーズ あおのり	パンこ	
	ふかし芋		さつまいも	
	五目スープ ごはん 牛乳	ベーコン とうふ ぎゅうにゅう		にんじん キャベツ たまねぎ
9 (火)	サツマイモのかき揚げ	たまご	さつまいも こむぎこ あぶら	にんじん たまねぎ
	ブロッコリーのおかかあえ	かつおぶし		ブロッコリー
	みそ汁 ごはん 牛乳	とうふ ぎゅうにゅう	こめ	しめじ だいこん
10 (水)	サバのみそ煮	サバ		しょうが
	大豆ツナサラダ	だいず ツナ	マヨネーズ	キャベツ にんじん
	すまし汁 ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	たまねぎ えのき
11 (木)	おでん	とりにく うずらたまご ひらてん ちくわ	こんにやく	だいこん
	酢の物	わかめ		きゅうり もやし
	みかん ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	みかん
12 (金)	イカのサササ揚げ	いか	かたくりこ あぶら	しょうが
	和風サラダ	ツナ		きゅうり にんじん キャベツ
	かき玉汁 ごはん 牛乳	たまご ぎゅうにゅう	こめ	もやし ねぎ
15 (月)	厚揚げのみそ炒め	あつあげ ぶたにく		にんじん キャベツ ピーマン たまねぎ もやし
	ポテトサラダ	ハム	じゃがいも マヨネーズ	きゅうり にんじん
	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	
16 (火)	チキンピラフ	とりにく	こめ	たまねぎ にんじん コーン グリンピース
	コンソメスープ	ベーコン		もやし にんじん たまねぎ
	ゼリー 牛乳	ぎゅうにゅう	ゼリーのおと	
17 (水)	サケフライ	さけ たまご	こむぎこ パンこ あぶら	
	粉ふきいも		じゃがいも マヨネーズ	
	豚汁 ごはん 牛乳	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	こんにやく こめ	にんじん はくさい だいこん ごぼう
18 (木)	柳川風煮	ぶたにく たまご		たまねぎ にんじん ごぼう
	ひじきとキャベツのさっぱり和え	ひじき あぶらあげ		キャベツ にんじん
	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	
19 (金)	ベニスのミートスパゲッティ	シカミンチ こなチーズ	スパゲッティ	にんじん たまねぎ グリンピース
	フレンチサラダ	ハム		キャベツ きゅうり
	牛乳	ぎゅうにゅう		
22 (月)	八宝菜	ぶたにく うずらたまご イカ		はくさい たまねぎ にんじん ピーマン
	春雨サラダ	ハム たまご	はるさめ	きゅうり もやし
	わかめスープ ごはん 牛乳	わかめ ぎゅうにゅう	こめ	もやし ねぎ
23 (火)	鶏肉のから揚げ ブロッコリー	とりにく	マヨネーズ	ブロッコリー
	ポトフ クリスマスケーキ	ウインナー	じゃがいも ケーキ	たまねぎ キャベツ にんじん
	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	



献立名のところにこのイラストのどちらかが入っている日は古座川ジビエを使用しています。

※仕入れの都合により献立が変更する場合があります。