

平成27年度 12月 給食献立予定表 ジャラロ あゅのさと



	W. 3.5			1000		<u> </u>		
8	牛乳	献立	赤	材 料 名 	黄	午後のおやつ	下段	
曜 1		チキンカレー	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの 玉ねぎ 人参 しめじ	熱と力になるもの 米 麦 じゃがいも カレールウ	麦茶	エネルギー	たんぱく
<u>.</u>	0	みかんヨーグルト	ヨーグルト いわし	あがん(缶)	米 麦 じゃがいも カレールウ 砂糖	ポップコーン	576	23.9
火		小魚	いわし				588	23.4
2		ロールバン 果物 マカロニグラタン フレンチサラダ 白菜たっぷりベーコンスープ	鶏もも肉 牛乳 チーズ バター	玉ねぎ しめじ ブロッコリー	ロールバン マカロニ 小麦粉 パン粉 油	麦茶	514	19.9
水	0	フレンチサラダ		きゅうし 人参 コーン キャベツ	1万小半年 《山	ふかし十	539	19.7
		<u>白菜たっぷりベーコンスープ</u> 単菜で鶴、単物	ベーコン	<u>自菜</u> ====================================	业 	享 茨		
3	0	黒米ご飯 集物 たらの野菜あんかけ	たら	日菜 果物 玉ねぎ ピーマン 椎茸 人参 ブロッコリー 人参	米 黒米 油 砂糖 片栗粉	麦茶 プリン	539	26.9
木		ブロッゴリーのおかか和え かぶと油揚げのみそ汁		1711.53			598	27.3
4		麦ご飯 果物 いが蒸しブロッコリー		集物 下なぎ、椎茸	米 麦	麦茶	550	19.8
金	0	<u>いか蒸し ノロッコリー</u> 大豆のいそ者	豆腐 豚ひき肉 ひじき 大豆 油揚げ		パン粉 片栗粉 もち米 ごま油 砂糖 油	コーン蒸しハン		
		大豆のいそ煮 大根のみそ汁	 みそ				582	19.6
5	\sim	中華丼 チーズ	<u>豚もも肉 なると</u> チーズ	大根 ねぎ 人参 いんげん 白菜 たけのこ 椎茸 果物	木 麦 <u> </u>	<u>友余</u> せんべい	540	22.5
土	0	集物 みそ汁	豆腐 わかめ カス	果物		ミニゼリー	555	23.3
7		表二飯 果物	豆腐 わかめ みそ	<u>果物</u>	米 麦	麦茶	529	25.5
	\sim	カラスカレイの胡麻昭り焼き	カラスカレイ	切干大根 人参 いんげん	米 麦 砂糖 ごま 油 砂糖	麦茶 ステックパン	529	
月		切千大根の煮物 えのきだけのみそ汁	油揚げる	えのき キャベツ			555	26.7
8		麦ご飯 果物 厚揚げの中華風うま煮	豚もも肉 厚揚げ	果物 人参 白菜 玉ねぎ 椎茸 たけのこ	米 麦 油 片栗粉	麦茶 みたらし団子	524	18.7
火	0	 グリーンボテト	青のり		じゃがいも	かだりし四十	550	18.2
		中華スープ 麦ご飯 小魚 果物		コーン 青梗菜 玉ねぎ 果物	米麦	要 조		
9	0	鶏肉のマーマレード焼き	いわし 鶏もも肉	フロッコリー	マーマレード	麦茶 ラスク	553	27.5
水		キャベツの塩昆布和え コンソメスープ	臣布ベーコン	キャベツ 小松菜 人参 玉ねぎ 人参	じゃがいも		579	28.3
10		表二飯 果物		果物 一	米 麦 片栗粉 小麦粉 油	麦茶 シリアルバー	540	21.0
木	0	18)かいざの亩田場に	かじきマグロ	ブロッコリー	万果粉 小麦粉 油	シリアルバー		
•		ゆでブロッコリー トマトシチュー	豚もも肉	人参 玉ねぎ コーン トマト	ハヤシルウ		555	20.8
11	×	生 活 角	表 会	乳児のみ給食あります	ハヤシライス 果物			
金	^		ーパン オレンジジュース	孔元のか和長の9より	マンローサフタ			
12		マーボー豆腐丼	豚もも肉	玉ねぎ 人参 しめじ いんげん	米 麦 ごま油 片栗粉	麦茶	550	22.
土	0	 	チーズ わかめ	玉ねぎ ねぎ	<u>'</u>	グッキー	500	
		すまし汁 果物。	11770	玉ねぎ ねぎ 果物	\\\/ =	-	560	23.0
14	0	麦ご飯 果物 つくね焼き	豚ひき肉	果物 玉ねぎ れんこん ごぼう セロリー	米 麦 砂糖	麦茶 焼き芋	533	19.9
月		切主犬根のサラダ 白菜と油揚げのみそ汁	ツナ	切干大根 人参 いんげん 白菜	ごま油 砂糖 ごま		568	19.9
15					まち (のり・きなこ)	麦茶	540	21.6
	×		きも ち	つ き	もち(のり・きなこ) 豚汁 チーズ みかん	ヨーグルト	540	
<u>火</u> 16				果物		ウエハース	552	21.
	0	タンドリーチキン トマト	鶏もも肉 ヨーグルト	トクト	7N	麦茶 サンドパン	545	23.
水		コールスローサラダ マカロニ入り野菜スープ		キャベツ 人参 きゅうり コーン 玉ねぎ 人参 小松菜	油砂糖マカロニ		588	24.
17		麦ご飯 果物 鮭の西京焼き	A+ 1. 7	】 果物	米 麦	麦茶 源氏パイ	530	23.
ォ┃	0	駐の四京焼き ヤーコンのマヨネーズ和え	鮭 みそ ロースハム	プロッコリー ヤーコン キャベツ 小松菜 コーン	マヨネーズ ごま油 ごま	源氏ハイ	557	
·		ヤーコンのマヨネーズ和え 図南おざく風根菜汁	油揚げ	大根 人参 しいたけ	しゃかいも こんにやく	- -	557	23.
18		食パン ゼリー ミートローフ ブロッコリー	豚ひき肉	ゼリー 玉ねぎ 人参 コーン グリンピース ブロッコリー	食パン パン粉	麦茶 おにぎり	574	24.
金	0	スパゲティーソテー コーン豆乳スープ	豆乳	玉ねぎ コーン 玉ねぎ	スパゲティー 油		598	25.
19		<u>コーノサミスー</u> ノ 焼きそは	<u> </u>	キャベッ・もやし 人参	中華蒸し麺 ごま油	麦茶	516	21.
	0	焼きそは 小魚 果物 中華スープ	いわし	i i		麦茶 せんべい	516	
土		革催スープ	豆腐	果物 玉ねぎ 椎茸 青梗菜			544	21.
21	_	麦ご飯 果物 鶏肉のから揚げ ブロッコリー	鶏もも肉	果物 ブロッコリー	米 麦 片栗粉 油 油 砂糖	麦茶 きな粉団子	540	23.
月	0	ひじきとハムのサラダ	ロースハム ひじき	大根 きゅうり	油砂糖	では初四丁	570	24.
		<u>小松菜と豆腐コンソメスープ</u> ゆかりご飯 単物	豆腐	<u>小松菜 人参</u> ゆかり粉 果物	米 麦	手 苾		
22	0	きばのみりん焼き	さば、これである。	·	i	麦茶 人参クッキー	547	22.
火		さばのみりん焼き かぼちゃのそぼろ煮 大根とわかめのみそ汁	鶏ひき肉 わかめ みそ	枝豆 かぼちゃ 大根	油砂糖片栗粉		595	24.
24		ロールバン 果物	'	里物	ロールパン	麦茶 ババロア	535	21.
- 1	0	豆腐ハンバーグ ポテトサラダ	豆腐 豚ひき肉	里物 玉ねぎ 人参 人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜	油 じゃがいも 油 砂糖	ババロア		
→ l		コンツメズープ		玉ねぎ 人参 チンゲン菜	i		564	21.
					1木 麦 さつまいも	一天 本	566	24.
		さつまいもごはん	鮮 チーズ	果物コーン	パン粉マヨネーズ	条約	300	
25	0	さつまいもごはん 鮭のコーンマヨネーズ焼き キャベツともやしのお湯し	かつを節	コーン キャベツ もやし 人参	米 麦 さつまいも パン粉 マヨネーズ	麦茶 米粉 カップケーキ		25
25 金		さつまいもごはん 鮭のコーンマヨネーズ焼き キャベツともやしのお浸し みそ汁 聖丼	駐ナー人 かつを節 わかめ みそ	コーン キャベツ もやし 人参 えのき 人参 しいたけ 玉ねぎ 筍	 麥夫	カップケーキ	601	
25 金 26		さつまいもごはん 鮭のコーンマヨネーズ焼き キャベツともやしのお浸し みそ汁 聖丼	かつを節	コーン キャベツ もやし 人参 えのき 人参 しいたけ 玉ねぎ 筍		条務 カップケーキ 麦茶 せんべい		26.
25 金 26	0	さつまいもごはん 鮭のコーンマヨネーズ焼き キャベツともやしのお浸し みそ汁 鶏丼 茹でブロッコリー 果物 みそ汁	駐 ナー人 かつを節 わかめ みそ 鶏もも肉 凍り豆腐	コーン キャベツ もやし 人参 えのき 人参 しいたけ 玉ねぎ 筍 ブロッコリー 果物	 麥夫	カップケーキ	601	26.
25 金 26 土	0	さつまいもごはん 鮭のコーンマヨネーズ焼き キャベツともやしのお浸し みそ汁 鶏丼 茹でブロッコリー 果物 みそ汁	度 ナー人 かつを節 わかめ みそ 鶏もも肉 凍り豆腐	コーン キャベツ もやし 人参 えのき 人参 しいたけ 玉ねぎ 筍 ブロッコリー 果物 白菜 ねぎ	数 米 麦油 砂糖 片栗粉	カップケーキ 麦茶 せんべい	601 560 571	26. 28.
25 金 26 土 28	0	さつまいもごはん 鮭のコーンマヨネーズ焼き キャベツともやしのお浸し みそ汁 鶏丼 茹でブロッコリー 果物 みそ汁	駐 ナー人 かつを節 わかめ みそ 鶏もも肉 凍り豆腐	コーン キャベツ もやし 人参 えのき 人参 しいたけ 玉ねぎ 筍 ブロッコリー 果物 日菜 ねぎ 日菜 人参 しいたけ ねぎ	麩 米 麦油 砂糖 片栗粉	カップケーキ	601 560 571 546	26. 28. 22.
大 25 金 26 土 28 月	0	さつまいもごはん 鮭のコーンマヨネーズ焼き キャベツともやしのお浸し みそ汁 鶏丼 茹でフロッコリー 果物 みそ汁 まつわうどん 竹輪の磯辺揚げ 果物 チーズ	胜 ナー人 かつを節 わかめ みそ 鶏もも肉 凍り豆腐 わかめ みそ 油揚げ ちくわ 青のり	コーン キャベツ もやし 人参 えのき 人参 しいたけ 玉ねぎ 筍 ブロッコリー 果物 白菜 ねぎ 白菜 人参 しいたけ ねぎ	麩 米 麦 油 砂糖 片栗粉 干しうどん 砂糖 小麦粉 油	カップケーキ 麦茶 せんべい 麦茶 おにぎり	601 560 571	26. 28. 22.
25 金 26 土 28	0 0 0	さつまいもごはん 鮭のコーンマヨネーズ焼き キャベツともやしのお浸し みそ汁 ^{鶏丼} 如物 カぞフロッコリー 果を まつねっどん 竹輪の磯辺揚げ 果物 チーズ アカロニサラダ	度 ナー人 かつを節 わかめ みそ 鶏もも肉 凍り豆腐 わかめ みそ 油揚げ ちくわ 青のり	コーン キャベツ もやし 人参 えのき 人参 しいたけ 玉ねぎ 筍 ブロッコリー 果物 白菜 ねぎ 白菜 人参 しいたけ ねぎ	麩 米 麦 油 砂糖 片栗粉 干しうどん 砂糖 小麦粉 油	カップケーキ 麦茶 せんべい 麦茶 おにぎり	601 560 571 546	26. 28. 22. 21.
25 金 26 土 28 月	0 0 0	さつまいもごはん 鮭のコーンマヨネーズ焼き キャベツともやしのお浸し みそ汁 ^{鶏丼} 如物 カぞフロッコリー 果を まつねっどん 竹輪の磯辺揚げ 果物 チーズ アカロニサラダ	胜 ナー人 かつを節 わかめ みそ 鶏もも肉 凍り豆腐 わかめ みそ 油揚げ ちくわ 青のり	コーン キャベツ もやし 人参 えのき 人参 しいたけ 玉ねぎ 筍 ブロッコリー 果物 白菜 ねぎ 白菜 人参 しいたけ ねぎ 果物 玉ねぎ 人参 しめじ きゅうり 人参 コーン	数 米 麦油 砂糖 片栗粉	カップケーキ 麦茶 せんべい	601 560 571 546 569	25. 26. 28. 22. 21. 21.
25 金 26 土 28 月 29	0 0 0	さつまいもごはん 鮭のコーンマヨネーズ焼き キャベツともやしのお浸し みそ汁 鶏が カーンマリー みそ汁 鶏が カーンマリー よっとうした。 大きつねっとん 竹輪の磯辺揚げ 果物 チーズ ハヤシライス マカロニサラダ 小魚	胜 ナー人 かつを節 わかめ みそ 鶏もも肉 凍り豆腐 わかめ みそ 油揚げ ちくわ 青のり チーズ 豚もも肉	コーン キャベツ もやし 人参 えのき 人参 しいたけ 玉ねぎ 筍 ブロッコリー 果物 白菜 ねぎ 白菜 人参 しいたけ ねぎ	数 米 麦 油 砂糖 片栗粉 十しうどん 砂糖 小麦粉 油 米 麦 ハヤシルウ マカロニ マヨネーズ	カップケーキ 麦茶 せんべい 麦茶 おにぎり	601 560 571 546 569 548	26. 28. 22. 21.