

令和4年度 12月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

日	献立名	材料名
1日 (木)	麦ごはん	米、大麦
	さばの塩焼き	さば、食塩
	大根のそぼろ煮	だいこん、にんじん、こんにゃく、鶏肉、グリーンピース、油、生姜、濃口しょうゆ、三温糖、みりん、酒、でん粉、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	きゃべつと生揚げのみそ汁	きゃべつ、にんじん、たまねぎ、冷凍ミニ絹揚げ(豆乳(大豆、消泡剤、水)、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
2日 (金)	中華麺	小麦粉、小麦たん白、かん水、食塩、クチナシ色素
	春巻き	春巻き(イヌリン、きゃべつ、もやし、にんじん、たまねぎ、鶏肉、たけのこ水煮、でん粉、豚脂、しょうゆ、粒状大豆たん白、はるさめ、大豆油、酵母エキス、食塩、香辛料、貝カルシウム、ピロリン酸鉄、水、【皮】小麦粉、食塩、ぶどう糖、大豆油、水)、揚げ油(大豆油、なたね油、シリコーン)
	白菜の中華和え	はくさい、にんじん、ほうれんそう、さとう、酢、濃口しょうゆ、ごま油
	みそラーメンスープ	豚肉、油、にんじん、たまねぎ、きゃべつ、もやし、とうもろこし、なると(魚肉(スケソウダラ)加工でん粉、還元水あめ、調味料(アミノ酸)、発酵調味料、食塩、炭酸カルシウム、着色料(紅麹)、水)、ねぎ、味噌ラーメンスープ(みそ、畜肉エキス、さとう、動植物油脂、食塩、香味野菜、ごま、たん白加水分解物、香辛料、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素)
	お米の豆乳プリンタルト	豆乳、砂糖、米粉、ショートニング、加工油脂、コーンフラワー、でん粉、植物油、調整豆乳粉末、発酵調味料、水、ゲル化剤(増粘多糖類)、加工でん粉、カラメル色素、キシロース、貝カルシウム、乳化剤、香料、凝固剤、増粘剤(キサンタンガム)、メタリン酸ナトリウム、安定剤(キサンタンガム)、ピロリン酸第二鉄、カロチノイド色素
牛乳	牛乳	
5日 (月)	ごはん	米
	大豆ミート入り鶏そぼろ	鶏肉、大豆ミート(脱脂大豆、クエン酸鉄)、たまねぎ、グリーンピース、濃口しょうゆ、生姜、三温糖、油、酒
	ごぼうサラダ	ごぼう、にんじん、きゅうり、きゃべつ、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油、水あめ、さとう、酢、食塩、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、粉末状大豆たんぱく、香辛料、酵母エキス、水)、酢、濃口しょうゆ、三温糖、ごま
	かきたま汁	鶏卵、豆腐、はくさい、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、濃口しょうゆ、薄口しょうゆ、食塩、でん粉
	牛乳	牛乳
6日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	ひじきと枝豆の豆腐カツ	ひじきと枝豆の豆腐カツ(豆腐、魚肉すり身、植物油、たまねぎ、えだまめ、粉末状大豆たん白、砂糖、食塩、酵母エキス、加工でん粉、乾燥ひじき、香辛料、クエン酸鉄、水、【衣】パン粉、小麦粉、でん粉、増粘剤、でん粉、食塩、香辛料、加工でん粉製剤、トレハロース、増粘多糖類、水)、揚げ油(大豆油、なたね油、シリコーン)
	肉じゃが	豚肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、さやいんげん、酒、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、油、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	白菜と油揚げのみそ汁	はくさい、にんじん、えのきだけ、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
7日 (水)	ごはん	米、
	さわらの西京焼き	さわらの西京味付け(さわら、みそ、砂糖、発酵調味料、酒)
	ひじき炒め	ひじき、にんじん、きゃべつ、こまつな、ライトツナフレーク(カツオ、メバチマグロ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料(アミノ酸)、水)、油、濃口しょうゆ、酒、三温糖
	どさんこ汁	豚肉、油、生姜、にんにく、にんじん、とうもろこし、豆腐、たまねぎ、じゃがいも、みそ、無塩バター、一味唐辛子粉、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	牛乳	牛乳
8日 (木)	麦ごはん	米、大麦
	カミカミたこメンチ	カミカミたこメンチ(たら、きゃべつ、たこ、馬鈴薯でん粉、砂糖、食塩、発酵調味料、生姜、アオサ、【衣】パン粉、小麦粉、大豆たん白、とうもろこしでん粉、菜種油、食塩、水)、揚げ油(大豆油、なたね油、シリコーン)
	切干大根のはりはり漬け	切干大根、にんじん、もやし、きゅうり、三温糖、酢、濃口しょうゆ、ごま油、食塩
	鶏ごぼうスープ	鶏肉、ごぼう、人参、たまねぎ、豆腐、チンゲンサイ、じゃがいも、薄口しょうゆ、こしょう、食塩、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	牛乳	牛乳
9日 (金)	ごはん	米
	彩り野菜玉子焼き	彩り野菜玉子焼き(液卵、植物油、砂糖、にんじん、豚肉、たまねぎ、米・でん粉発酵調味料、しょうゆ、ほうれんそう、食塩、かつお節だし、ゼラチン、こんぶ、魚介エキスパウダー、水)
	きんぴら大豆	豚肉、さつま揚げ(魚肉、植物油(大豆)、発酵調味液、大豆たん白、砂糖、食塩、魚介エキス、ぶどう糖、加工でん粉(馬鈴薯)、水)、大豆、ごぼう、にんじん、ピーマン、こんにゃく、油、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	大根のみそ汁	だいこん、にんじん、ぶなしめじ、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳

令和4年度 12月詳細献立 (ご家庭、学校での確認をお願いします。)

日	献立名	材料名
12日 (月)	キャロットピラフ	米、キャロットピラフの素(にんじん、食用植物油、とうもろこし、鶏肉、赤ピーマン、食塩、にんじん濃縮汁、チキンエキス、デキストリン、酵母エキス、白身魚エキス、香辛料、野菜エキス、トレハロース、大豆多糖類、水)
	星のハンバーグ	ハンバーグ(鶏肉、たまねぎ、豚脂、粒状植物性たん白、豚肉、水溶性食物繊維、粉末状植物性たん白、酵母エキス、トマトペースト、ぶどう糖、食塩、にんにくペースト、香辛料、しょうがペースト、水、加工でん粉、セルロース、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄)
	フレンチサラダ	きゃべつ、ブロッコリー、にんじん、とうもろこし、酢、オリーブオイル、食塩、上白糖、こしょう
	ポトフ	ベーコン(豚かた肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、にんじん、じゃがいも、たまねぎ、だいこん、セロリ、食塩、こしょう、ワイン、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)
	セレクトクリスマスケーキ(いちご)	植物性脂肪食品、豆乳、グラニュー糖、米粉、食用加工油脂、いちごジャム、調整豆乳粉末、豆乳加工品、粗糖、菜種油、食用乳化油脂、ばれいしよでん粉、ぶどう糖果糖液糖、食物繊維、水あめ、果糖、増粘剤、膨張剤、香料、着色料(モナスカス、クチナン、カロテノイド)、ゲル化剤、酸味料
	セレクトクリスマスケーキ(チョコ)	豆乳、豆乳加工品、グラニュー糖、米粉、食用加工油脂、ココアパウダー、調整豆乳粉末、植物性脂肪食品、ぶどう糖、果糖液糖、水あめ、食物繊維、ばれいしよでん粉、食用乳化油脂、増粘剤、膨張剤、香料、着色料(カラメル、モナスカス、カロテノイド)
	牛乳	牛乳
13日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	揚げ餃子	きゃべつ、たまねぎ、にら、豚肉、豚脂、でん粉加工食品、香味油、しょうゆ、酵母エキス、食塩、さとう、生姜ペースト、香辛料、小麦粉、小麦たん白、食塩、水、加工でん粉、炭酸カルシウム、ピロリン酸鉄、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン、米白絞油)
	茎わかめと野菜のサラダ	きゃべつ、にんじん、茎わかめ、ごま、濃口しょうゆ、上白糖、酢、ごま油
	中華風コーン卵スープ	クリームコーン(水、とうもろこし、コーンスターチ、食塩)、とうもろこし、たけのこ、にんじん、しいたけ、鶏卵、ヘルシーファーム中華スープの素(食塩、デキストリン、砂糖、たん白加水分解物(大豆、鶏肉、豚肉)、オニオンパウダー、ガーリックパウダー、魚醤パウダー、酵母エキスパウダー、食用植物油(ごま)、ジンジャーパウダー、調味動物油脂(豚肉)、こしょう、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵トマトエキスパウダー、チキンパウダー、カラメル色素 ※一部にごま・大豆・鶏肉・豚肉を含む)、酒、塩、こしょう、でん粉、万能ねぎ、ごま油
	牛乳	牛乳
14日 (水)	ごはん	米
	ほきのみそマヨ焼き	ほき、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油、水あめ、さとう、酢、食塩、増粘剤(加工でん粉、増粘多糖類)、粉末状大豆たんぱく、香辛料、酵母エキス、水)、みそ
	白菜と豚肉の煮物	豚肉、はくさい、にんじん、たまねぎ、糸こんにゃく、えのきだけ、酒、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、油、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	大根とわかめのみそ汁	冷凍ミニ絹揚げ(豆乳(大豆、消泡剤、水)、なたね油、安定剤(加工デンプン)、豆腐用凝固剤製剤、酵素製剤、水)、わかめ、だいこん、にんじん、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
15日 (木)	麦ごはん	米、大麦
	ドライカレー	豚肉、鶏肉、大豆ミート(脱脂大豆、クエン酸鉄)、大豆、たまねぎ、ピーマン、油、砂糖、カレー粉、トマトケチャップ(トマト、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖、醸造酢、食塩、たまねぎ、香辛料)、中濃ソース(酢、トマト、プルーン、たまねぎ、にんじん、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、食塩、コーンスターチ、たん白加水分解物(とうもろこし)、酵母エキス、香辛料、水)、食塩、こしょう
	ポテトサラダ	じゃがいも、にんじん、きゅうり、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油、醸造酢、食塩、砂糖、粉末状植物性たん白、香辛料、酵母エキスパウダー、増粘剤(加工でん粉、キサンタンガム)、調味料(有機酸等)、香辛料抽出物)、食塩、こしょう
	チンゲンサイと卵のスープ	ベーコン(豚かた肉、食塩、砂糖、香辛料(ナツメグ、コリアンダー、カルダモン、オールスパイス))、チンゲンサイ、はくさい、えのきだけ、鶏卵、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、野菜パウダー、チキンエキスパウダー、チキンパウダー、香辛料、ポークエキスパウダー、酵母エキス、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素、酸味料)、食塩、こしょう、でん粉
	チーズ	ナチュラルチーズ、ミルクカルシウム、乳タンパク質、乳化剤、水
	牛乳	牛乳
16日 (金)	ごはん	米
	鶏のから揚げ	鶏肉、しょうが、にんにく、濃口しょうゆ、でん粉、揚げ油(大豆油、なたね油、シリコーン)
	白菜のゆず和え	はくさい、にんじん、こまつな、ゆず果汁、薄口しょうゆ
	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ、だいこん、にんじん、ねぎ、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、だし汁(かつお、にぼし、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
19日 (月)	麦ごはん	米、大麦
	いなだのみりん醤油焼き	いなだのみりん醤油味付け(いなだ、しょうゆ、還元水あめ、みりん風調味料、ザラメ、食塩)
	すき昆布のうま煮	すき昆布、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、にんじん、さつま揚げ(魚肉、植物油(大豆)、発酵調味液、大豆たん白、砂糖、食塩、魚介エキス、ぶどう糖、加工でん粉(馬鈴薯)、水)、しらす、さやいんげん、油、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、だし汁(昆布)
	みそけんちん汁	じゃがいも、だいこん、にんじん、ごぼう、こんにゃく、しいたけ、豆腐、だし汁(昆布)、みそ、ごま油
	花みかん	みかん
	牛乳	牛乳
20日 (火)	麦ごはん	米、大麦
	豆腐ハンバーグ	豆腐ハンバーグ(植物性たん白、たまねぎ、鶏肉、豆腐、豚脂、でん粉、みりん、水、調味料(砂糖、食塩、酵母エキス、香辛料、加工でん粉、セルロース、炭酸カルシウム、ピロリン酸鉄、豆腐凝固剤)、濃口しょうゆ、みりん、三温糖、だし汁(かつお、煮干し、昆布)、でん粉
	野菜のごま酢和え	こまつな、にんじん、はくさい、もやし、とうもろこし、ごま、濃口しょうゆ、酢、三温糖
	すいとん	小麦粉、鶏肉、にんじん、だいこん、ごぼう、ぶなしめじ、油揚げ(大豆、植物油(菜種油)、凝固剤、消泡剤、水)、ねぎ、濃口しょうゆ、酒、食塩、だし汁(かつお、煮干し、さば)、
	牛乳	牛乳