

令和5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 (金)	麦ごはん	米、大麦
	さばのトマみそ煮	さばのトマみそ煮(さば、砂糖、みそ、みりん、トマトケチャップ、トマトピューレ、増粘剤(加工でん粉)、水)
	磯辺和え	もやし、チンゲンサイ、にんじん、のり、薄口しょうゆ
	鶏ちゃんこ汁	鶏肉、米油、にんじん、だいこん、はくさい、ぶなしめじ、ねぎ、油揚げ(大豆、植物油(菜種油、大豆油)、凝固剤、消泡剤)、みそ、濃口しょうゆ、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば)、一味唐辛子粉
	牛乳	牛乳
4日 (月)	ごはん	米
	いわて純情メンチカツ	いわて純情メンチカツ(豚肉、豚脂肪、たまねぎ、ドライパン粉、砂糖、ウスターソース、小麦粉加工品、食塩、酵母エキス、香辛料、炭酸カルシウム、加水、バター(加工でん粉、増粘多糖類、加水)、パン粉)、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン)
	レモンドレッシングサラダ	きゃべつ、きゅうり、とうもろこし、レモン果汁、オリーブオイル、ひまわり油、砂糖、食塩、こしょう、濃口しょうゆ
	チンゲンサイとあさりのスープ	チンゲンサイ、にんじん、もやし、じゃがいも、あさり、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
	牛乳	牛乳
5日 (火)	ごはん	米
	だし巻き玉子	鶏卵、砂糖、みりん、醸造酢、しょうゆ、食用植物油、かつおだし、こんぶだし、食塩、加工でん粉、トレハロース、炭酸カルシウム、リン酸塩(Na)、ピロリン酸鉄、ビタミンB1、清水
	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、米油、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	大根とわかめのみそ汁	豆腐、わかめ、だいこん、にんじん、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	チーズ 牛乳	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
6日 (水)	麦ごはん	米、大麦
	鶏肉の黒酢ソースかけ	鶏肉、にんにく、濃口しょうゆ、酒、でん粉、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン)、【タレ】黒酢、三温糖、濃口しょうゆ、みりん
	大根サラダ	だいこん、きゅうり、にんじん、わかめ、ツナフレーク(かつお、めばちまぐろ、大豆油、野菜エキス、食塩、調味料(アミノ酸)、水)、酢、砂糖、濃口しょうゆ、食塩、米油、白いりごま
	きゃべつスープ	きゃべつ、ベーコン(豚肉、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))、たまねぎ、みずな、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)、酒、こしょう
	牛乳	牛乳
7日 (木)	ごはん	米
	和風きんぴら包み焼き	鶏肉、たまねぎ、ごぼう、豆腐、鶏皮、粒状植物性たん白、小麦不使用しょうゆ、にんじん、砂糖、みりん、植物油、ぶどう糖、しょうが、食塩、豚ゼラチン、酵母エキス、液状混合調味料、ごま、香辛料、水、加工でん粉、セルロース、凝固剤、安定剤(グァーガム)、ピロリン酸第二鉄
	うずらの卵と野菜の煮物	うずらの卵、だいこん、にんじん、絹揚げ(豆乳(大豆、消泡剤、水)、植物油、安定剤(加工でん粉)、豆腐用凝固剤製剤、酵素製剤、水)、こんにゃく、しいたけ、さやいんげん、濃口しょうゆ、みりん、三温糖、食塩、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	じゃがいもと白菜のみそ汁	じゃがいも、はくさい、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
8日 (金)	麦ごはん	米、大麦
	あじフライ	あじフライ(あじ、小麦粉(小麦粉、加工でん粉、ピロリン酸第二鉄、植物油)、パン粉、食塩、こしょう)、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン)
	野菜のゆかり和え	きゃべつ、もやし、にんじん、茎わかめ、ゆかり(塩蔵赤しそ(赤しそ、食塩、梅酢)、砂糖、食塩、酵母エキス、酸味料)、かつお節、薄口しょうゆ
	豚汁	豚肉、米油、豆腐、にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ、酒、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ、濃口しょうゆ
	牛乳	牛乳
11日 (月)	ごはん	米
	ほうれんそうと大根のサラダ	ほうれんそう、だいこん、にんじん、ハム(豚肉、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))、米油、薄口しょうゆ、食塩、こしょう、砂糖
	チキンと豆のカレー	鶏肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、米油、にんにく、生姜、大豆ミート(大豆、クエン酸鉄)、大豆(黄大豆、青大豆)、いんげんまめ(手亡、金時豆)、はちみつ、ウスターソース(醸造酢、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、トマト、ブルー、たまねぎ、にんじん、食塩、たん白加水分解物(とうもろこし)、酵母エキス、香辛料、水)、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)、①スペシャルカレーフレーク(小麦粉、加工油脂、砂糖、食塩、カレー粉、コーンスターチ、粉末水あめ、トマトペースト、オニオンパウダー、ポークエキス、チキンエキス、たん白加水分解物、調味料(アミノ酸等)、カラメル色素)②カレールクFe(小麦粉、パーム油、食塩、砂糖、カレー粉、チキンエキス、にんにく、香辛料、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、たん白加水分解物(小麦、大豆)、カラメル色素、調味料(アミノ酸等)、酸味料、ピロリン酸鉄、カラメル、L-グルタミン酸ナトリウム、クエン酸、ピロリン酸第二鉄、5'-リボヌクレオチドカルシウム、5'-リボヌクレオチドナトリウム)、③NSカレーフレーク(小麦粉、加工油脂、砂糖、カレー粉、ぶどう糖、コーンスターチ、オニオンパウダー、たん白加水分解物、酵母エキス、カラメル色素)、濃口しょうゆ
	りんご	りんご
	牛乳	牛乳

令和5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 (火)	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(きゃべつ、たまねぎ、にんじん、豚肉、難消化性デキストリン、春雨、ポークオイル、ねぎ、ポークミートペースト、ひじき、生姜、小麦粉、植物油脂、みりん、還元水あめ、でん粉、水、しょうゆ、グラニュー糖、食塩、オイスターソース、酵母エキス、乾燥パン酵母、香辛料、加工でん粉、ピロリン酸鉄、増粘剤、乳化剤、アミノ酸等)、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン)
	もやしと春雨の中華和え	きゅうり、もやし、春雨、ハム(豚肉、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))、ごま油、酢、三温糖、濃口しょうゆ、白いりごま
	みそラーメンスープ	豚肉、米油、にんじん、たまねぎ、きゃべつ、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、砂糖、動植物油脂、食塩、香辛野菜、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、(一部に小麦・ごま・さば・大豆・豚肉を含む))
	レモンソーダゼリー	異性化液糖、砂糖、濃縮レモン果汁、濃縮りんご果汁、香料、ゲル化剤(増粘多糖類)、pH調整剤、ビタミンC、酸味料、水
	牛乳	牛乳
13日 (水)	麦ごはん	米、大麦
	ますの南部焼き	ます、みそ、濃口しょうゆ、みりん、白いりごま、白すりごま、黒いりごま、酒
	じゃがいもの塩麹炒め	鶏肉、生姜、米油、酒、じゃがいも、にんじん、こんにゃく、枝豆、液体塩麹(米麹、食塩、酒精)、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、絹揚げ(豆乳(大豆、消泡剤、水)、植物油、安定剤(加工でん粉)、豆腐用凝固剤製剤、酵素製剤、水)、こまつな、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
14日 (木)	ごはん	米
	ちくわの磯辺揚げ	ちくわの磯辺揚げ(魚肉すり身、でん粉、食塩、発酵調味料、砂糖、植物油、調味料(アミノ酸等)、キシロース、てんぷら粉(小麦粉、でん粉、膨張剤製剤、着色料製剤)、アオサ、水)、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン)
	白菜と豚肉の煮物	豚肉、はくさい、にんじん、たまねぎ、こんにゃく、えのきだけ、酒、三温糖、濃口しょうゆ、みりん、米油、だし汁(かつお、煮干し、さば)
	チンゲンサイのみそ汁	チンゲンサイ、だいこん、にんじん、豆腐、ねぎ、だし汁(かつお、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳
15日 (金)	ターメリックライス	米、ターメリック
	ハニーマスタードチキン	鶏肉、ワイン、食塩、粒マスタード(醸造酢、からし、植物油脂、食塩、ぶどう発酵調味料、ソテーオニオン、香辛料、ポークエキスパウダー、にんにく、調味料(アミノ酸等)、香辛料抽出物、水)、はちみつ、濃口しょうゆ
	フレンチサラダ	きゃべつ、きゅうり、にんじん、とうもろこし、酢、米油、食塩、砂糖、こしょう
	野菜のカレースープ	ベーコン(豚肉、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))、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、みずな、カレールウKFe(小麦粉、パーム油、食塩、砂糖、カレー粉、チキンエキス、にんにく、香辛料、粉末しょうゆ(小麦、大豆)、たん白加水分解物(小麦、大豆)、カラメル色素、調味料(アミノ酸等)、酸味料、ピロリン酸鉄、カラメル、Lグルタミン酸ナトリウム、クエン酸、ピロリン酸第二鉄、5'リボヌクレオチドカルシウム、5'リボヌクレオチドナトリウム)、コンソメゴールド(食塩、デキストリン、ぶどう糖、麦芽糖、食用植物油脂、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
	なかよしクリスマスケーキ(ホワイト)	豆乳ホイップ、豆乳、いちご、砂糖、米粉、タピオカ粉、豆乳加工食品、ショートニング、製菓用油脂、膨張剤、寒天加工食品、香料、増粘製剤(増粘多糖類)、オリーブオイル、食塩、イチゴソース、クエン酸
	なかよしクリスマスケーキ(ショコラ)	豆乳ホイップ、豆乳、いちご、砂糖、米粉、タピオカ粉、豆乳加工食品、ココアパウダー、製菓用油脂、ショートニング、膨張剤、オリーブオイル、食塩、寒天加工食品、香料、増粘製剤(増粘多糖類)、クエン酸
	牛乳	牛乳
18日 (月)	麦ごはん	米、大麦
	大豆ミート入り鶏そぼろ	鶏肉、大豆ミート(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、米油、酒
	野菜のみそマヨ和え	こまつな、きゃべつ、にんじん、ノンエッグマヨネーズ(食用植物油脂、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、水)、みそ、濃口しょうゆ、白すりごま
	わかめのかきたま汁	わかめ、鶏卵、豆腐、はくさい、にんじん、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
19日 (火)	ごはん	米
	さばの南蛮漬け	さば、でん粉、揚げ油(大豆油、菜種油、シリコーン)、ねぎ、濃口しょうゆ、酢、三温糖、みりん、酒、一味唐辛子粉
	白菜のゆず和え	はくさい、にんじん、きゅうり、砂糖、食塩、ゆず果汁
	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ、だいこん、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、煮干し、さば)、みそ
	牛乳	牛乳