

12月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名
	塩分(g)							
1 水	606	鮭団子のみぞれあん						○ ☆銀鮭団子(さけ【さけ】 たら リン酸架橋澱粉 菜種サラダ油 食塩 清酒 砂糖 酵母エキス) 米油 大根 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 本みりん
		こんぶあえ						○ はくさい こまつな 塩昆布(昆布 しょうゆ【小麦 大豆】 たんぱく加水分解物【大豆】 砂糖 昆布エキス 食塩 調味料(アミノ酸等)) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 ごま油【ごま】 食塩
		油揚げのみそ汁						油揚げ(大豆【大豆】 塩化マグネシウム 消泡剤【大豆】 なたね油) 豚肉 たまねぎ にんじん えのきたけ 根深ねぎ 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) 味噌【大豆】 △印の対応はできません → △ △ ※カタクチイワシは、えび、いか、かにが混ざる漁法で採取
2 木	600	鶏ささみの香り焼き						○ 鶏肉 酒 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 本みりん にんにく いりごま
		おからサラダ						○ おから【大豆】 まぐろ水煮(きはだまぐろ 食塩 野菜エキス(キャベツ にんじん たまねぎ)) キャベツ ほうれんそう ノンエッグマヨネーズ(食用植物油 醸造酢 砂糖 粉末水あめ 食塩 増粘剤(加工デンプン 増粘多糖類) グルタミン酸ナトリウム 香辛料抽出物) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 米酢 三温糖
		里いものコンソメ煮						○ 豚肉 さといも だいこん にんじん たまねぎ ぶなしめじ さやいんげん コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 チキンエキスパウダー【鶏肉】 鶏脂【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 乳酸発酵トマトエキスパウダー にんじんエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩
3 金	609	かれのいの唐揚げ						☆エテカレイー夜干し(えてかれい 食塩) 馬鈴薯澱粉 米油
		ブロッコリーのきんぴら						○ 牛肉 ごぼう ブロッコリー にんじん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 ごま油【ごま】
		のっぺい汁						○ 鶏肉 冷凍豆腐(豆乳【大豆】 澱粉(コーンスターチ) 加工澱粉 凝固剤(塩化マグネシウム)) さといも にんじん だいこん ほうれんそう 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 食塩 馬鈴薯澱粉 △印の対応はできません → △ △ ※カタクチイワシは、えび、いか、かにが混ざる漁法で採取
6 月	607	さばの生姜煮						○ ☆さばの生姜煮(さば【さば】 しょうゆ【小麦 大豆】 砂糖 水あめ 発酵調味料 おろししょうが 着色料 調味料(アミノ酸等) 増粘剤) △印の対応はできません → △ ※さばの生姜煮は、乳成分を含む他商品と同工場製造
		たくあんあえ						○ たくあん刻み(大根 砂糖 果糖ぶどう糖液糖 塩 醤油【小麦 大豆】 醸造酢 酵母エキス) だいこん にんじん こまつな うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 いりごま
		いももちのすまし汁						○ 鶏肉 いももち(じゃがいも 加工でん粉 馬鈴薯でん粉 食塩 グルコマンナン) たまねぎ にんじん 根深ねぎ だしパック中厚削り(そうだがつお) 昆布だしパック うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩

12月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年 エネルギー(kcal))	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名
	塩分(g)							
7 火	687	ごはん 牛乳						牛肉 豚肉 こうや豆腐粉末(大豆【大豆】 炭酸カリウム 豆腐凝固剤) にんにく しょうが たまねぎ むき枝豆(枝豆【大豆】 食塩) トマト水煮(トマト トマトジュース 食塩 クエン酸) 米油 トマトケチャップ(トマト ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖 砂糖 醸造酢 食塩 たまねぎ 香辛料) ウスターソース(トマト たまねぎ にんじん ねぎ マッシュルーム にんにく シャロット 砂糖 ぶどう糖果糖液糖 醸造酢 食塩 香辛料 たん白加水分解物) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 カレー粉(ターメリック コリアンダー フェヌグリーク ブラックペパー パプリカ ジンジャー クミン フェネル 陳皮 カルダモン デイル ナツメグ シナモン 唐がらし クローブ スターアニス ホワイトペパー ローリエ アジワン オールスパイス セロリシード 甘草 タイム タラゴン オレガノ セージ ローズマリー) カレーフレーク(でん粉 パーム油・なたね油混合油脂 砂糖 食塩 カレー粉 オニオンパウダー 酵母エキスパウダー さつまいもパウダー 香辛料 トマトパウダー リン酸架橋デンプン カラメル I ショ糖脂肪酸エステル クエン酸 香料)
		除去食：ヨーグルトの除去						ヨーグルト(生乳【乳】 乳酸菌【乳】) みかんシロップ漬け(みかん 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 酸味料 香料) 黄桃シロップ漬け(黄桃【もも】 砂糖 クエン酸 ビタミンC) ナタデココ(ナタデココ 砂糖 難消化性デキストリン(水溶性食物繊維) ぶどう濃縮果汁 酸味料 香料)
		フルーツヨーグルト						※ヨーグルトは、ゼラチンを含む他商品と同一ラインで製造
	1.9	白ねぎの コンソメスープ					鶏肉 根深ねぎ にんじん じゃがいも ぶなしめじ コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンコンソメパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 チキンエキスパウダー【鶏肉】 鶏脂【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 乳酸発酵トマトエキスパウダー にんじんエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 食塩 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 こしょう	
8 水	611	ごはん						ごはん もち玄米
		あじの南蛮漬け						あじ開き 馬鈴薯澱粉 米油 米酢 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖
		△印の対応はできません △						※あじ開きは、小麦、卵、いか、さば、山芋、大豆を含む他商品と同工場で製造
		ひじきの炒り煮						鶏肉 ひじき ごぼう こんにやく(こんにやく勢粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) さやいんげん 干しいたけ こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 食塩 米油
	1.2	さつまいものみそ汁					刻み油揚げ(大豆【大豆】 菜種油 豆腐用凝固剤(塩化マグネシウム)) さつまいも えのきたけ こまつな 根深ねぎ 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) 味噌【大豆】	
		△印の対応はできません △					※カタクチイワシは、えび、いか、かにが混ざる漁法で採取	

12月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名
	塩分(g)							
9 木	613	中華風豆腐ハンバーグ						☆豆腐ハンバーグ(たまねぎ 豆腐【大豆】 鶏肉【鶏肉】 おから【大豆】 植物油 粒状植物性たん白【大豆】 にんじん 粉末状植物性たん白【大豆】 砂糖 食塩 水溶性食物繊維 小麦不使用しょうゆ【大豆】 酵母エキス にんにくペースト 液状混合調味料 しょうがペースト 香辛料 加工デンプン 炭酸カルシウム 凝固剤 安定剤(グァーガム) ピロリン酸第二鉄) 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 本みりん 馬鈴薯澱粉
		ツナとれんこんのサラダ						まぐろ水煮(きはだまぐろ 食塩 野菜エキス(キャベツ にんじん たまねぎ)) れんこん水煮スライス(れんこん 酸化防止剤(ビタミンC)) キャベツ にんじん うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 食塩 ごま油【ごま】 米酢
		春雨スープ						豚肉 春雨(甘藷でん粉 馬鈴薯でん粉) 根深ねぎ ふなしめじ チンゲンサイ カットわかめ(わかめ 食塩) 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) 食塩 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】
	2.1	みかんゼリー						☆国産温州みかんゼリー(みかん果汁 ぶどう糖 果糖ぶどう糖液糖 砂糖 果糖 ゲル化剤 乳酸カルシウム 香料 酸味料 ビタミンC クエン酸鉄ナトリウム) △印の対応はできません → △ △ △ ※国産温州みかんゼリーは、小麦、卵、乳成分を含む他商品と同工場製造
10 金	602	せいごの磯辺揚げ						せいご 上新粉(うるち米) 馬鈴薯澱粉 食塩 青のり(アナアオサ) 米油 △印の対応はできません → △ △ ※青のりは、えび、さばを含む他商品と同工場製造 ※アナアオサは、エビ、カニが生息する河川で採取
		赤しそあえ						だいこん こまつな にんじん うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 赤しそごはんの素(赤しそ 食塩 梅酢 砂糖 酵母エキス 酸味料)
	1.6	除去食：鶏卵の除去 高野豆腐の卵とじ					○ ○ 高野豆腐(大豆【大豆】 炭酸カリウム 塩化カルシウム) 鶏肉 鶏卵はくさい たまねぎ にんじん 干しいたけ さやいんげん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 本みりん 酒 米油	
13 月	646	はまちの照り焼き						○ ☆ハマチみりん干し(ハマチ 濃口醤油【小麦 大豆】 ぶどう糖果糖液糖 食塩 コーンスターチ 醸造酢 調味料(アミノ酸) ステビア)
		のりあえ						○ ほうれんそう にんじん キャベツ 焼きのり(乾のり) こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 △印の対応はできません → △ △ △ ※乾のりは、えび、かきが生息している海域で採取 ※焼きのりは、小麦、海老、大豆、鯖を含む他商品と同一ラインで製造
	1.5	さつま汁						○ 鶏肉 さつまいも ごぼう にんじん 根深ねぎ 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) 味噌【大豆】 △印の対応はできません → △ △ ※カタクチイワシは、えび、いか、かきが混ざる漁法で採取

12月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料理名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
14 火	579	焼きはた						☆ハタハター夜干し(はたはた 食塩 酸化防止剤) 米油
		ブロッコリーのごまあえ					○	ブロッコリー キャベツ にんじん すりごま こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖
1.9	ごはん 牛乳	給食おでん					○	豚肉 いか団子(いか【いか】 えそ すけそうだら 米粉 たまねぎ 食塩 砂糖 魚醤) がんもどき(豆腐【大豆】 なたね油 にんじん ながいも【やまいも】 粉状大豆たん白【大豆】 ごま【ごま】) こんにやく(こんにやく精粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) 平天(助宗だらすり身 イトヨリダイすり身 馬鈴薯澱粉 本みりん 昆布だし 砂糖 食塩 菜種白絞油) だいこん さといも にんじん さやいんげん こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 食塩 ※こんにやくは、大豆、オレンジ、もも、りんごを含む他商品と同工場 で製造 ※平天は、小麦、卵、乳、えび、かに、いか、大豆、ごまを含む他商品 と同工場 で製造
15 水	675	豚肉の生姜炒め					○	豚肉 たけのこ水煮(たけのこ グルコノデルタラクトン) たまねぎ さやいんげん しょうが こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 酒 本みりん 三温糖 食塩 馬鈴薯澱粉 ※たけのこ水煮は、牛肉、鶏肉、りんご、ごまを含む他商品と同工場 で製造
		さつまいもと大豆のあめがらめ					○	さつまいも 米油 蒸し大豆【大豆】 いりごま 三温糖 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 本みりん
2.0	ごはん 牛乳	白菜と鶏団子のスープ					○	ノンフライつくね(鶏肉【鶏肉】 玉ねぎ でん粉 砂糖 食塩 発酵調味料 香辛料(オニオン ペパー ガーリック) 酵母エキス) はくさい にんじん こまつな 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】) 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 ※ノンフライつくねは、小麦、卵、乳、牛肉、大豆、豚肉、もも、りんご、ごまを含む他商品と同工場 で製造
16 木	613	いわしのトマト煮					○	☆いわしトマトソース煮(いわし トマトケチャップ 砂糖 みりん しょう油【小麦 大豆】 米でん粉 香辛料(ガーリック ジンジャー ホワイトペッパー)) ※いわしの一部に、魚卵が残存している場合あり
		かぶのサラダ						かぶ にんじん ほうれんそう 米酢 三温糖 食塩 こしょう 米油
1.7	ごはん 牛乳	ビーンズスープ					○	鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん むき枝豆(枝豆【大豆】 食塩) 蒸し大豆【大豆】 いんげんまめ コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキンコンソメパウダー【鶏肉】) ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 チキンエキスパウダー【鶏肉】 鶏脂【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 乳酸発酵トマトエキスパウダー にんじんエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 こしょう
17 金	578	ねぎ入り玉子焼き ※ 除去食できません	○				○	☆厚焼玉子(鶏卵【卵】 白ねぎ 砂糖 食塩 蜂蜜 醤油【小麦 大豆】) こんぶだし みりん 蛋白質加水分解物 醸造酢 コーンスターチ
		濱田さんげの白菜と いかのナムル					○	するめいか【いか】 はくさい にんじん ほうれんそう 韓国ナムルドレッシング(醸造酢 果糖ぶどう糖液糖 砂糖 食用植物油【ごま】) たん白加水分解物【大豆 鶏肉 豚肉】 しょうゆ【小麦 大豆】 食塩 香味食用油 にんにく ごま【ごま】 こんぶエキスパウダー こしょう 調味料(アミノ酸等) 酒精 増粘剤(キサンタンガム)) いりごま
2.0	ごはん 牛乳	いわしつみれの中華煮					○	いわしミンチ ごぼう 根深ねぎ しょうが 食塩 馬鈴薯澱粉 豚肉 だいこん 干しいたけ 中華だし(食塩 デキストリン ポークエキスパウダー【大豆 豚肉】) 砂糖 チキンエキスパウダー【鶏肉】 ジンジャーパウダー 調味動物油脂【鶏肉】 オニオンパウダー チキンパウダー【鶏肉】 こしょう ガーリックパウダー 発酵酵母エキスパウダー 調味料(アミノ酸等) pH調整剤) うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩 こしょう ※いわしミンチは、小麦、卵、いか、さば、山芋、大豆を含む他商品と同工場 で製造

12月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料理名	卵	乳	えび	かに	小麦	使用材料名
	塩分(g)							
20 月	672	薄焼き玉子 ※ 除去食できません	○					☆オムライスシート(液卵【卵】 植物油脂【大豆】 砂糖 食塩 加工でん粉 グリシン 調味料(アミノ酸) pH調整剤)
		みかん						みかん
20 月	2.0	ごはん 牛乳 ハヤシシチュー						牛肉 たまねぎ エリンギ さやいんげん にんじん 蒸し大豆【大豆】 ハヤシルウ(コーンフラワー 砂糖 デキストリン 食塩 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 酵母エキスパウダー コーンスターチ 発酵トマトエキスパウダー 馬鈴しょでん粉 食用植物油脂 香辛料 カラメル色素 香料) トマト水煮(トマト トマトジュース 食塩 クエン酸) トマトケチャップ(トマト ぶどう糖果糖液糖 ぶどう糖 砂糖 醸造酢 食塩 たまねぎ 香辛料) ウスターソース(トマト たまねぎ にんじん ねぎ マッシュルーム にんにく シャロット 砂糖 ぶどう糖果糖液糖 醸造酢 食塩 香辛料 たん白加水分解物) 酒 食塩
21 火	656	さばのごま焼き					○	☆さばごま衣焼き(さば【さば】 ごま【ごま】 砂糖 しょうゆ【小麦 大豆】 本みりん でん粉(馬鈴薯) 食塩) ※さばごま衣焼きは、さけを含む他商品と同工場と製造
		大根の柚子風味漬け					○	だいこん にんじん こまつな ゆず 米酢 三温糖 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 食塩
	1.6	除去食：うどんの除去 ほうとう風みそ汁 △印の対応はできません					○	カットうどん(小麦粉【小麦】) 豚肉 刻み油揚げ(大豆【大豆】 菜種油 豆腐用凝固剤(塩化マグネシウム)) かぼちゃ はくさい 根深ねぎ 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) 酒 味噌【大豆】 ※カットうどんは、卵を含む他商品と同工場と製造 ※カタクチイワシは、えび、いか、かにが混ざる漁法で採取
22 水	716	照り焼きチキン △印の対応はできません					△	☆若鶏漬け込み(若鶏肉(もも)【鶏肉】 漬込ダレ【大豆】 食塩 こしょう) ※若鶏漬け込みは、小麦、乳、えび、いか、オレンジ、牛肉、さけ、さば、豚肉、りんご、ゼラチン、アーモンドを含む他商品と同工場と製造
		もみの木サラダ					○	とうもろこし ブロッコリー キャベツ にんじん 米酢 うすくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 食塩 こしょう
	1.4	ごはん 牛乳 ホワイトスープ クリスマスデザート						豚肉 ミックスビーンズ(黄大豆【大豆】 青大豆【大豆】 手亡 金時豆) たまねぎ 根深ねぎ にんじん ほうれんそう ぶなしめじ いんげんまめ 豆乳【大豆】 コンソメ(食塩 デキストリン 麦芽糖 チキン コンソメパウダー【鶏肉】 ぶどう糖 酵母エキスパウダー たん白加水分解物【鶏肉 豚肉】 チキンエキスパウダー【鶏肉】 鶏脂【鶏肉】 砂糖 魚醤パウダー 香辛料 トマトパウダー オニオンエキスパウダー 乳酸発酵トマトエキスパウダー にんじんエキスパウダー 香辛料抽出物 酸味料) 食塩 こしょう ☆お米deクリスマスケーキ(豆乳【大豆】 砂糖 加工油脂 米粉 水 あめ ココアパウダー 植物油 調整豆乳粉末【大豆】 清涼飲料水 粉砂糖 発酵調味料 加工デンプン トレハロース 増粘剤(カドラン アルギン酸エステル) カラメル色素 乳化剤【大豆】 炭酸カルシウム 膨張剤 安定剤(増粘多糖類) 香料 凝固剤 ピロリン酸第二鉄 メタリン酸ナトリウム)

12月分 詳細献立表

日 曜	(小学校中学年) エネルギー(kcal)	料 理 名	卵	乳	え び	か に	小 麦	使 用 材 料 名
	塩分(g)							
23 木	630	だし煮干しの揚げ煮 △印の対応はできません						○ 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) 馬鈴薯澱粉 米油 こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 本みりん ※カタクチイワシは、えび、いか、かにが混ざる漁法で採取
		ごはん 牛乳	おからの炒り煮					○ 刻み油揚げ(大豆【大豆】 菜種油 豆腐用凝固剤(塩化マグネシウム)) 牛肉 おから【大豆】 こんにやく(こんにやく精粉 海藻粉末 水酸化カルシウム) ごぼう むき枝豆(枝豆【大豆】 食塩) にんじん 根深ねぎ こいくちしょうゆ【小麦 大豆】 三温糖 酒 食塩 ※こんにやくは、大豆、オレンジ、もも、りんごを含む他商品と同工場 で製造
	2.1	エコのみそ汁 △印の対応はできません						鶏肉 だいこん さつまいも はくさい ほうれんそう 煮干し(カタクチイワシ ビタミンE) 味噌【大豆】 ※カタクチイワシは、えび、いか、かにが混ざる漁法で採取