

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
1日 (月)	牛乳	牛乳	米、麦	人参、玉葱、南瓜、ピーマン、にんにく	マドラスカレー、カレー粉、塩、ウスターソース、ケチャップ	沖縄東中 欠食
	煮ごぼん	豚肉	じゃがいも、小麦粉、マーガリン、米油	胡瓜、人参、しそ粉、シークワーサー液	塩、米酢、米酢	
	カレー	卵	三温糖	小松菜、人参、キャベツ、もやし 生姜	しょうゆ、みりん 酒、しょうゆ、みりん みそ	
2日 (火)	牛乳	牛乳	米、麦	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、白菜、こんにゃく		
	表ごぼん	豆腐、ツナフレーク	米油、切葱	きくらげ、人参、竹の子、長ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	野菜炒め	さんま	三温糖	キャベツ、玉葱	しょうゆ	
3日 (水)	魚の照焼	ツナフレーク	じゃがいも	大根葉、大根、きゅうり	豆板醤、米酢、塩	
	田舎汁			みかん		
	くだもの					
4日 (木)	牛乳	牛乳	米、もち米、麦、ごま油、米油	人参、大根、ごぼう、椎茸、こんにゃく	しょうゆ、みりん	
	わかめごぼん	わかめ	小麦粉、砂糖	ほうれん草、もやし、きゅうり、人参	しょうゆ、みりん、酒	
	焼きイカ(イカ)	イカ	米油、三温糖、でん粉	人参、玉葱	しょうゆ	
5日 (金)	魚フライ	豚肉、厚揚げ、ちくわ	三温糖	人参、玉葱、トマト、セロリ、白菜、かぶ	ケチャップ、塩	
	ポテトと野菜のスープ	ささみチャンク	三温糖、ごま油	ごぼう、大根、きゅうり、小松菜、人参	米酢	
	野菜のサラダ梅肉	チーズ	オリーブ油、三温糖	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
8日 (月)	スライスチーズ(乳)	牛乳	強力粉、砂糖、ショートニング	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	ケチャップ、塩	
	牛乳	牛乳	パン粉、でん粉、米粉、なたね油	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
	ゆかりごぼん	わかめ	じゃがいも、米油、でん粉	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	ケチャップ、塩	
9日 (火)	魚の塩麹焼き	鶏肉	米、麦、砂糖	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
	厚揚げと野菜のいため	ささみチャンク、かんでん	オリーブ油、三温糖	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	ケチャップ、塩	
	大根のすまし汁(あさり)	チーズ	強力粉、砂糖、ショートニング	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
10日 (水)	牛乳	牛乳	米、麦、砂糖	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	ケチャップ、塩	
	麦ごぼん	豚肉、イカ、エビ、うずら卵	米油、ごま油、でん粉	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
	八宝菜(エビ、イカ、卵)	小あじ	三温糖	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
11日 (木)	小あじの唐揚げ	無添加ハム	米、麦	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
	ごぼうの中華あえ	鶏肉、白いんげん豆	米油、ごま油、でん粉	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
	ベジタブルスープ	アーマモンド、植物油	じゃがいも、でん粉、 アーマモンド、植物油	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
12日 (金)	牛乳	牛乳	米、麦	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
	表ごぼん	豚肉、牛肉	米油、三温糖	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
	カレーそぼろ	鶏肉、白いんげん豆	じゃがいも、でん粉、 アーマモンド、植物油	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
15日 (月)	蒸し枝豆	鶏肉、白いんげん豆	米、麦	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
	ベジタブルスープ	アーマモンド	じゃがいも、でん粉、 アーマモンド、植物油	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	
	アーマモンド	鶏肉	米油、三温糖、オリーブ油	人参、玉葱、人参、椎茸、大根、きゅうり	米酢	

16日 (火)	牛乳 メキシカンライス 豆腐のハンバーグ キャベツのサラダ くだもの	牛乳 鶏肉、ベーコン 豆腐(大豆)、鶏肉、豚肉、セチン ささみチャンク	米、麦、米油 パン粉 三温糖、オリーブ油 みかん	人参、玉葱、豚ビーマン、きくらげ、ビーマン 玉葱 人参、きゅうり、キャベツ、レモン、シーブリーサー みかん	カレー粉、酒、塩 塩、米酢、マスタード
17日 (水)	牛乳 五目ラーメン 魚のもずくあんかけ 中華いため くだもの	牛乳 豚肉、なると いわし、もずく	小麦粉、米油 小麦粉、でん粉、なたね油、砂糖	人参、キャベツ、きくらげ、もやし 生姜、ねぎ きゅうり 玉葱、小松菜、白菜、竹の子、クワ イ、椎茸 みかん	塩、しょうゆ、みりん 米酢 しょうゆ、キド中華、豆板醤
18日 (木)	牛乳 食パン(乳) ポトフ 彩り野菜のミンチカツ かぼちゃサラダ	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉、無添加ウインナー 鶏ひき肉、豚挽き肉、白いんげん豆 ささみチャンク、かんでん	強力粉、グラニュー糖、ショートニング じゃがいも、米油 なたね油、ノン粉、小麦粉、 コーンスターチ、でん粉 オリーブ油、三温糖	玉葱、人参、ブロッコリー、キャベツ かぶ、セロリ、にんにく 人参、枝豆、玉ねぎ、 がぼちや、人参、きゅうり、大根、 レモン、猪肉	ワイン、こしょう 米酢、塩
19日 (金)	牛乳 麦ごはん じゃが芋のそぼろ煮 トマトと魚のスープ 青菜のおかあえ	牛乳 豚肉、油揚げ、かまぼこ めばち、白いんげん豆 糸削り	米、麦 じゃがいも、米油、砂糖、ごま油、 でん粉 三温糖 上新粉、砂糖、つぶあん	人参、玉葱、椎茸、きくらげ、竹の子 マッシュルーム、セロリ、トマト 小松菜、切干大根、きゅうり、 シーブリーサー	しょうゆ、みりん、酒 ケチャップ、トマトソース しょうゆ、米酢
22日 (月)	牛乳 冬至ジュニー 魚の梅焼き 野菜のあもの あんころもち	牛乳 昆布、豚肉 さんま ちくわ、糸けすり	米、麦、田いも、米油 砂糖 三温糖 上新粉、砂糖、つぶあん	人参、竹の子、椎茸、ねぎ 梅肉、生姜 小松菜、大根、きゅうり よもぎ	しょうゆ、みりん、酒 塩、イースト、米酢
24日 (水)	牛乳 黒米パン(乳) チキンのからあげ さけと卵のスープ(卵) 豆と野菜のサラダ はちみつ	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 鮭、卵 レッドギトニー、ささみチャンク かんでん	強力粉、グラニュー糖、ショートニング 小麦粉、でん粉、なたね油 じゃがいも 三温糖 はちみつ	えのき茸、白菜、コーン、椎茸、長ね ぎ 青豆、きゅうり、キャベツ、レモン	塩、しょうゆ 塩、米酢
25日 (木)	牛乳 バジルスバゲイ 焼きじゃが芋のソースかけ ポイル野菜のサラダ クリスマスオムレツケーキ (卵、乳)	牛乳 無添加ベーコン ササミチャンク、かんでん 卵、牛乳	小麦粉、米油、オリーブ油 じゃがいも、マーガリン、三温糖 三温糖 水あめ、砂糖、小麦粉、植物油	人参、バジル、玉葱、マッシュルーム 大根、小松菜、きゅうり、レモン いちごジャム	バジル、こしょう ケチャップ、トマトソース 米酢、塩、

○今月の調味料分解食材

- ※醤油 (大豆 小麦粉 食塩)
- ※米酢 (米 アルコール)
- ※酒 (米、米こうじ、糖類、酸味料)
- ※みりん (もち米 米麴 アルコール 糖類)
- ※ケチャップ (トマト たまねぎ 食塩 砂糖 酸味料 香辛料)
- ※トマトソース缶 (トマト、サラダ油)
- ※カレー粉 (ターメリック コリアンダー クミン)
- ※チャツネ (水あめ りんご ブドウ糖 香辛料 デーツ 食塩)
- ※チリミックス (小麦粉 トマト でん粉 菜 砂糖 玉葱 チリペッパー パプリカ粉)
- ※チリソース (トマト 玉葱 にんにく 砂糖 酢 香辛料)
- ※チリパウダー (赤唐辛子 蒸留酒 食塩)
- ※ウスターソース (玉葱 人参 にんにく りんご マッシュルームエキス みかん 醸造酢 砂糖 食塩 香辛料)
- ※本戸中華 (醤油 食塩 還元水あめ 玉葱 にんにく 肉エキス オイスターソース)
- ※バジル粉 (バジル乾燥)
- ※豆板醤 (とうがらし 空豆 食塩 大豆)

※みそ (大麦 大豆 食塩 酒かす)

※赤ワイン (果実酒)

※塩こうじ (米こうじ 食塩 酒かす)

※酸味料 香辛料

※カレー粉 (小麦粉 カレー粉 食用油)

※デーツ 食塩

※チリペッパー パプリカ粉)

※砂糖 酢 香辛料

※玉葱

※りんご

※マッシュルームエキス

※みかん

※醸造酢

※砂糖

平成26年度 12 月学校給食予定(アレルギー詳細)献立表 小学校

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
1日 (月)	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ごはん	豚肉	じゃがいも、小麦粉、マーガリン、米油	人参、玉葱、南瓜、ピーマン、にんにく		
	カレー	卵	三温糖	胡瓜、人参、しそ粉、シウワウーサー液	塩、米酢、米酢	
	ゆでたまご(卵)	ひじき、ツナフレーク				
2日 (火)	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ごはん	豆腐、ツナフレーク	米油、切葱	小松菜、人参、キャベツ、もやし	塩、しょうゆ、みりん	
	野菜炒め	さんま	三温糖	生薑	酒、しょうゆ、みりん	
	魚の照焼		じゃがいも	レンコン、人参、椎茸、大根、白菜、こんにやく	みそ	
3日 (水)	田舎汁			みかん		
	くだもの					
	牛乳	牛乳	米、もち米、麦、ごま油、米油	きくらげ、人参、竹の子、長ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	中華おこわ	鶏肉、ひよこ豆	小麦粉、砂糖、ラード、でん粉、春雨、パン粉、ごま油	キャベツ、玉葱	塩、しょうゆ	
4日 (木)	多菜包子	豚肉、鶏肉、ひじき	三温糖、ごま油	大根菜、大根、きゅうり	豆板醤、米酢、塩	
	大根の中華あえ	ツナフレーク		みかん		
	くだもの					
	牛乳	牛乳	米、麦、砂糖			
5日 (金)	わかめごはん	わかめ	米油、三温糖、でん粉	人参、大根、ごぼう、椎茸、こんにやく	しょうゆ、みりん	
	焼きイカ(イカ)	イカ	三温糖	ほうれん草、もやし、きゅうり、人参	しょうゆ、みりん、酒	
	五目煮	豚肉、厚揚げ、ちくわ	三温糖、ごま油		塩、米酢	
	青菜のあえもの	ツナフレーク				
8日 (月)	牛乳	牛乳	米、麦、砂糖	しそ粉		
	ゆかりごはん	ささみ	米油、砂糖	人参、キャベツ、小松菜、玉葱、切干大根	塩、しょうゆ、みりん	
	魚の塩焼	ささみ、かまぼこ、あさり	でん粉、三温糖	大根、こんにやく、椎茸、生姜、ねぎ	しょうゆ、みりん	
	厚揚げと野菜のいため	厚揚げ、ツナフレーク				
9日 (火)	大根のすまし汁(あさり)	あさり				
	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ごはん	豚肉、イカ、エビ、うずら卵	米油、ごま油、でん粉	にんにく、人参、玉葱、竹の子、白葱、きくらげ、椎茸、チンゲン菜、生姜	しょうゆ、みりん、酒、キド中華	
	八宝菜(エビ、イカ、卵)	小あじ、無添加ハム	なたね油、パン粉、小麦粉、コーンスターチ、でん粉	ごぼう、人参、きゅうり、切干大根	塩	
10日 (水)	小あじの唐揚げ		三温糖		みそ、米酢、豆板醤	
	ごぼうの中華あえ					
	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ごはん	豚肉、牛肉	米油、三温糖	きくらげ、玉葱、にんにく	かじり粉、かじり粉、塩、ウスターソース	
11日 (木)	カレーそば	卵、生クリーム	マーガリン、米油、三温糖、小麦粉	人参、玉葱、セロリ、マッシュルーム、トマト、かぶ	トマトソース、ケチャップ	
	手作りクリスマスケーキ(卵、乳)	鶏肉、白いんげん豆	じゃがいも、でん粉、小麦粉	みかん		
	ベジタブルスープ	牛乳	米、麦			
	くだもの	牛乳	米油、三温糖、オリーブ油	トマト、玉葱、人参、マッシュルーム、ニンニク	塩	
12日 (金)	牛乳	鶏肉	米油、マーガリン	とうもろこし	こしょう	
	麦ごはん	牛肉	アーモンド、植物油	人参、玉葱、小松菜、キャベツ、ニンニク	塩	
	トマトリゾット					
	蒸しコーン					
15日 (月)	牛肉と野菜のソテー	牛肉	強力粉、ショートニング、砂糖	玉葱、人参、マッシュルーム、しめじ、えのき草	塩、こしょう	
	アーモンド		じゃがいも、小麦粉、マーガリン、米油	パパイヤ、人参、きゅうり、大根、レモン	塩、米酢	
	牛乳	牛乳	砂糖、オリーブ油	トマトソース、ケチャップ、ウスターソース		
	コッペパン	脱脂粉乳	三温糖、でん粉			
15日 (月)	きのこシチュー	牛乳	米、麦			
	パパイヤのサラダ	牛肉、豚肉	米油、小麦粉、三温糖、でん粉	人参、玉葱、にんにく、トマト	タバスコ、パプリカ、しょうゆ、チリパウダー、ケチャップ、トマトソース、チリソース	高 原 小
	焼きウインナー	ささみチヤンク、かんでん	三温糖、オリーブ油	きゅうり、白菜、人参、梅肉、シーイグリーン	塩、米酢	美 東 小
	牛乳	昆布、あさり、わかめ、絹ごし豆腐	でん粉	椎茸、コーン、えのき草、人参	しょうゆ、塩	欠 食

高原小、美穂小

16日 (火)	牛乳 メキンランライス 豆腐のハンバーグ キャベツのサラダ ヨーグルト(乳)	牛乳 鶏肉、ベーコン 豆腐(大豆)、鶏肉、豚肉、セブソ ささみチヤンク 脱脂粉乳、全粉乳	米、麦、米油 パン粉 三温糖、オリーブ油 砂糖	人参、玉葱、鶏皮、まくらげ、ピーマン 玉葱 人参、きゅうり、キャベツ、レモン、シーワーカーサー、海苔	カレー粉、酒、塩 塩、米酢、マスタード
17日 (水)	牛乳 五目ラーメン 魚のもずくあんかけ 中華いため くだもの	牛乳 豚肉、なると いわし、もずく	小麦粉、米油 小麦粉、でん粉、なたね油、砂糖 小麦粉、オリーブ油、三温糖	人参、キャベツ、まくらげ、もやし 生姜、ねぎ きゅうり 玉葱、小松菜、白菜、竹の子、クワイ、椎茸 みかん	塩、しょうゆ、みりん 米酢 しょうゆ、キド中華、豆板醤
18日 (木)	牛乳 食パン(乳) ポトフ 彩り野菜のミンチカツ かぼちゃサラダ	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉、無添加ウインナー 鶏ひき肉、豚挽き肉、白いんげん豆 ささみチヤンク、かんでん	強力粉、グラニュー糖、ショートニング じゃがいも、米油 なたね油、パン粉、小麦粉、コーンスターチ、でん粉 オリーブ油、三温糖	玉葱、人参、ブロッコリー、キャベツ、かぶ、セロリ、にんにく 人参、枝豆、玉ねぎ、がぼちや、人参、きゅうり、大根、レモン、梅肉	ワイン、こしょう 米酢、塩
19日 (金)	牛乳 麦ごはん じゃが芋のそぼろ煮 トマトと魚のスープ 青菜のおかかあえ	牛乳 豚肉、油揚げ、かまぼこ めばち、白いんげん豆 糸割り	米、麦 じゃがいも、米油、砂糖、ごま油、でん粉 三温糖	人参、玉葱、椎茸、まくらげ、竹の子 マッシュルーム、セロリ、トマト 小松菜、切干大根、きゅうり、シーワーカーサー、海苔	しょうゆ、みりん、酒 ケチャップ、トマトソース しょうゆ、米酢
22日 (月)	牛乳 冬至ジュシー 魚の種餅き 野菜のあもの あんころもち	牛乳 昆布、豚肉 さんま ちくわ、糸けずり	米、麦、田いも、米油 砂糖 三温糖 上新粉、砂糖、つぶあん	人参、竹の子、椎茸、ねぎ 梅肉、生姜 小松菜、大根、きゅうり よもぎ	しょうゆ、みりん、酒 塩、イースト、米酢
24日 (水)	牛乳 黒米パン(乳) チキンのからあげ さけと卵のスープ(卵) 豆と野菜のサラダ はちみつ	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 鮭、卵 レッドキドニー、ささみ、チヤンク、かんでん	強力粉、グラニュー糖、ショートニング 小麦粉、でん粉、なたね油 じゃがいも 三温糖 はちみつ	えのき草、白菜、コーン、椎茸、長ねぎ 青豆、きゅうり、キャベツ、レモン	しょうゆ、みりん、酒 塩、しょうゆ 塩、米酢
25日 (木)	牛乳 バジルスバゲタイ 焼きじゃが芋のソースかけ ポイル野菜のサラダ クリスマスいちごゼリー	牛乳 無添加ベーコン ササミチヤンク、かんでん かんでん	小麦粉、米油、オリーブ油 じゃがいも、マーガリン、三温糖 砂糖	人参、バジル、玉葱、マッシュルーム 大根、小松菜、きゅうり、レモン いちご果汁、クランベリー果汁	バジル、こしょう ケチャップ、トマトソース 米酢、塩

○今月の調味料分解食材

- ※醤油 (大豆、小麦粉、食塩)
- ※米酢 (米、アルコール)
- ※酒 (米、米こうじ、糖類、酸味料)
- ※みりん (もち米、米麴、アルコール、糖類)
- ※ケチャップ (トマト、たまねぎ、食塩、砂糖、酸味料、香辛料)
- ※トマトソース缶 (トマト、サラダ油)
- ※カレー粉 (ターメリック、コリアンダー、クミン)
- ※チヤンク (水あめ、りんご、ブドウ糖、香辛料、デーツ、食塩)
- ※チリミックス (小麦粉、トマト、でん粉、菜、砂糖、玉葱、チリペッパー、パプリカ粉)
- ※チリソース (トマト、玉葱、にんにく、砂糖、酢、香辛料)
- ※チリパウダー (赤唐辛子、蒸留酒、食塩)
- ※ウスターソース (玉葱、人参、にんにく、りんご、マッシュルームエキス、みかん、醸造酢、砂糖、食塩、香辛料)
- ※木戸中華 (醤油、食塩、還元水あめ、玉葱、にんにく、肉エキス、オイスターソース)
- ※バジル粉 (バジル乾燥)
- ※豆板醤 (とうがらし、空豆、食塩、大豆)

※みそ (大麦、大豆、食塩、酒かす)

※赤ワイン (果実酒)

※塩こうじ (米こうじ、食塩、酒かす)

※カレー粉 (小麦粉、カレー粉、食用油)

※チリペッパー (パプリカ粉)

※マッシュルームエキス (みかん、醸造酢、砂糖)

※肉エキス (肉エキス、オイスターソース)

※パプリカ粉 (パプリカ)

平成26年度 12 月学校給食予定(アレルギー詳細)献立表 小学校

曜日	献立名	赤の食品 (血や肉、骨を作る)	黄の食品 (熱や力になる)	緑の食品 (体の調子を整える)	調味料	欠食
1日 (月)	牛乳	牛乳	米、麦	人参、玉葱、南瓜、ピーマン、にんにく	ケチャップ、マヨネーズ	
	麦ごはん		じゃがいも、小麦粉、マーガリン、米油			
	カレー	豚肉				
	ゆでたまご(卵)	卵				
	ひじきの酢の物	ひじき、ツナフレーク				
2日 (火)	牛乳	牛乳	米、麦	小松菜、人参、キャベツ、もやし	塩、米酢、米酢	
	麦ごはん		米、麦			
	野菜炒め	豆腐、ツナフレーク	米油、切麩	生姜	塩、しょうゆ、みりん	
	魚の照焼	さんま	三温糖	レンコン、人参、椎茸、大根、白菜、こんにゃく	酒、しょうゆ、みりん	
	田舎汁		じゃがいも	みかん	みそ	
3日 (水)	牛乳	牛乳	米、もち米、麦、ごま油、米油	さくらげ、人参、竹の子、長ねぎ	しょうゆ、みりん、酒、塩	
	中華おこわ	鶏肉、ひよこ豆	小麦粉、砂糖、ラード、でん粉、春雨、パン粉、ごま油	キャベツ、玉葱	塩、しょうゆ	
	多菜包子	豚肉、鶏肉、ひじき	三温糖	大根菜、大根、きゅうり	豆板醤、米酢、塩	
	大根の中華あえ	ツナフレーク	三温糖、ごま油	みかん		
	くだもの					
4日 (木)	牛乳	牛乳	米、麦、砂糖	人参、大根、ごぼう、椎茸、こんにゃく	しょうゆ、みりん	
	わかめごはん	わかめ	米油、三温糖、でん粉	ほうれん草、もやし、きゅうり、人参	しょうゆ、みりん、酒	
	焼きイカ(イカ)	イカ	三温糖		塩、米酢	
	五目煮	豚肉、厚揚げ、ちくわ	三温糖、ごま油			
	青菜のあえもの	ささみチャンク				
5日 (金)	牛乳	牛乳	強力粉、砂糖、ショートニング	人参、玉葱、トマト、セロリ、白菜、かぶ	ケチャップ、塩	
	ハツカーハウスパン(乳)	脱脂粉乳	パン粉、でん粉、米粉、なたね油	ごぼう、大根、きゅうり、小松菜、人参、シーワーカー、液、椎茸	米酢	
	魚フライ	タラ				
	ポテトと野菜のスープ	鶏肉	じゃがいも、米油、でん粉			
	野菜のサラダ梅肉	ささみチャンク、かんでん	オリーブ油、三温糖			
8日 (月)	牛乳	牛乳	米、麦、砂糖	しそ粉	塩麴液	
	ゆかりごはん		米、麦、砂糖		塩、しょうゆ、みりん	
	魚の塩麹焼き	さば	米油	人参、キャベツ、小松菜、玉葱、切干大根		
	厚揚げと野菜のいため	厚揚げ、ツナフレーク	でん粉、三温糖	大根、こんにゃく、椎茸、生姜、ねぎ	しょうゆ、塩、みりん	
	大根のすまし汁(あさり)	ささみ、かまぼこ、あさり				
9日 (火)	牛乳	牛乳	米、麦	ごぼう、人参、きゅうり、切干大根	みそ、米酢、豆板醤	
	麦ごはん		米油、ごま油、でん粉	にんじん、人参、玉葱、竹の子、白菜、きくらげ、椎茸、かつお節、醤油	しょうゆ、みりん、酒、キド中華	
	八宝菜(エビ、イカ、卵)	豚肉、イカ、エビ、うずら卵	なたね油、パン粉、小麦粉、コーンスターチ、でん粉		塩	
	小あじの唐揚げ	小あじ、無添加ハム	三温糖			
	ごぼうの中華あえ					
10日 (水)	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ごはん		米油、三温糖	さくらげ、玉葱、にんにく	卵、小麦粉、加工シロ、塩、ウスターソース	
	カレーそば	豚肉、牛肉	米油、三温糖	枝豆		
	蒸し枝豆					
	ベジタブルスープ	鶏肉、白いんげん豆	じゃがいも、でん粉、小麦粉	人参、玉葱、セロリ、マッシュルーム、トマト、かぶ	トマトソース、ケチャップ	
11日 (木)	牛乳	牛乳	アーモンド、植物油		塩	
	麦ごはん		米、麦			
	カレーそば	豚肉、牛肉	米油、三温糖	トマト、玉葱、人参、マッシュルーム、ニンニク	ケチャップ、トマトソース、ワイン、トマトピューレ	
	蒸し枝豆					
	手作りクリスマスケーキ(卵、乳)	卵、生クリーム	マーガリン、米油、三温糖、小麦粉			
12日 (金)	牛乳	牛乳	米油、マーガリン	人参、玉葱、小松菜、キャベツ、ニンニク	こしょう	
	牛乳	牛乳	強力粉、ショートニング、砂糖	みかん		
	コッペパン	脱脂粉乳	じゃがいも、小麦粉、マーガリン、米油	玉葱、人参、マッシュルーム、しめじ、えのき茸	塩、こしょう	
	きのこシチュー	脱脂粉乳、生クリーム、鶏肉	砂糖、オリーブ油	パパイヤ、人参、きゅうり、大根、レモン	塩、米酢	
	パパイヤのサラダ	ツナフレーク	三温糖、でん粉		トマトソース、ケチャップ、ウスターソース	
15日 (月)	牛乳	牛乳	米、麦			
	麦ごはん	牛肉、豚肉	米油、小麦粉、三温糖、でん粉	人参、玉葱、にんにく、トマト	タバスコ、パプリカ、しょうゆ、チリパウダー、ケチャップ、トマトソース、チリソース	高原小
	タコスミート	ささみチャンク	三温糖、オリーブ油	きゅうり、白菜、人参、梅肉、シーワーカー	塩、米酢	美栄小
	白菜と胡瓜のサラダ	昆布、あさり、わかめ、絹ごし豆腐	でん粉	椎茸、コーン、えのき茸、人参	しょうゆ、塩、	
	あさりの中華スープ(あさり)	チーズ		みかん		

比屋根小、泡瀬小

16日 (火)	牛乳 メキシカンライス 豆腐のハンバーグ キャベツのサラダ ヨーグルト(乳)	牛乳 鶏肉、ベーコン 豆腐(大豆)、鶏肉、豚肉、ゼラチン ささみチヤンク 脱脂粉乳、全粉乳	米、麦、米油 パン粉 三温糖、オリーブ油 砂糖	人参、玉葱、黄ピーマン、きくらげ、ピーマン 玉葱 人参、きゅうり、キャベツ、レモン、シークアカーサー、 塩、米酢、マスタード	カレー粉、酒、塩 塩、米酢、マスタード
17日 (水)	牛乳 五日ラーメン 魚のもずくあんかけ 中華いため くだもの	牛乳 豚肉、なると いわし、もずく	小麦粉、米油 小麦粉、でん粉、なたね油、砂糖 でん粉	人参、キャベツ、きくらげ、もやし 生姜、ねぎ きゅうり 玉葱、小松菜、白菜、竹の子、クワ イ、椎茸 みかん	塩、しょうゆ、みりん 米酢 しょうゆ、キド中華、豆板醤
18日 (木)	牛乳 食パン(乳) ポトフ 彩り野菜のミンチカツ かぼちゃサラダ	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉、無添加ウインナー 鶏ひき肉、豚挽き肉、白いんげん 豆 ささみチヤンク、かんでん	強力粉、グラニュー糖、ショートニング じゃがいも、米油 なたね油、パン粉、小麦粉、 コーンスターチ、でん粉 オリーブ油、三温糖	玉葱、人参、プロッコリー、キャベツ かぶ、セロリ、にんにく 人参、枝豆、玉ねぎ、 かぼちゃ、人参、きゅうり、大根、 レモン、梅肉	ワイン、こしょう 米酢、塩
19日 (金)	牛乳 麦ごはん じゃが芋のそぼろ煮 トマトと魚のスープ 青菜のおかかあえ	牛乳 豚肉、油揚げ、かまぼこ めばち、白いんげん豆 糸削り	米、麦 じゃがいも、米油、砂糖、ごま油、 でん粉 三温糖	人参、玉葱、椎茸、きくらげ、竹の子 マッシュルーム、セロリ、トマト 小松菜、切干大根、きゅうり、 シークアカーサー、落	しょうゆ、みりん、酒 ケチャップ、トマトソース しょうゆ、米酢
22日 (月)	牛乳 冬至ジュシー 魚の梅焼き 野菜のあもの あんころもち	牛乳 昆布、豚肉 さんま ちくわ、糸げずり	米、麦、田いも、米油 砂糖 三温糖 上新粉、砂糖、つぶあん	人参、竹の子、椎茸、ねぎ 梅肉、生姜 小松菜、大根、きゅうり よもぎ	しょうゆ、みりん、酒 塩、イースト、米酢
24日 (水)	牛乳 黒米パン(乳) チキンのからあげ さけと卵のスープ(卵) 豆と野菜のサラダ はちみつ	牛乳 脱脂粉乳 鶏肉 鮭、卵 レッドキドニー、ささみ、ヤング かんてん	強力粉、グラニュー糖、ショートニング 小麦粉、でん粉、なたね油 じゃがいも 三温糖 はちみつ	えのき茸、白菜、コーン、椎茸、長ね ぎ 青豆、きゅうり、キャベツ、レモン	しょうゆ、みりん、酒 塩、しょうゆ 塩、米酢
25日 (木)	牛乳 バジルスパゲティ 焼きじゃが芋のソースかけ ポイル野菜のサラダ クリスマスいちごゼリー	牛乳 無添加ベーコン ササミチヤンク、かんでん かんでん	小麦粉、米油、オリーブ油 じゃがいも、マーガリン、三温糖 砂糖	人参、バジル、玉葱、マッシュルーム 大根、小松菜、きゅうり、レモン いちご果汁、クランベリー果汁	バジル、こしょう ケチャップ、トマトソース 米酢、塩、

○今月の調味料分解食材

- ※醤油 (大豆 小麦粉 食塩)
- ※米酢 (米 アルコール)
- ※酒 (米、米こうじ、糖類、酸味料)
- ※みりん (もち米 米麴 アルコール 糖類)
- ※ケチャップ (トマト たまねぎ 食塩 砂糖 酸味料 香辛料)
- ※トマトソース缶 (トマト、サラダ油)
- ※カレー粉 (ターメリック コリアンダー クミン)
- ※チヤツネ (水あめ りんご ブドウ糖 香辛料 デーツ 食塩)
- ※チリミックス (小麦粉 トマト でん粉 菜 砂糖 玉葱 チリペッパー パプリカ粉)
- ※チリソース (トマト 玉葱 にんにく 砂糖 酢 香辛料)
- ※チリパウダー (赤唐辛子 蒸留酒 食塩)
- ※ウスターソース (玉葱 人参 にんにく りんご マッシュルームエキス みかん 醸造酢 砂糖 食塩 香辛料)
- ※木戸中華 (醤油 食塩 還元水あめ 玉葱 にんにく 肉エキス オイスターソース)
- ※バジル粉 (バジル乾燥)
- ※豆板醤 (とうがらし 空豆 食塩 大豆)
- ※みそ (大麦 大豆 食塩 酒かす)
- ※赤ワイン (果実酒)
- ※塩こうじ (米こうじ 食塩 酒かす)
- ※カレールウ (小麦粉 カレー粉 食用油)
- ※デーツ 食塩
- ※チリペッパー パプリカ粉)
- ※砂糖 香辛料)