

12月 献立表

太字:新富産 18日:新富町地産地消の日

日曜	献立名 ◇:加工品	おもにエネルギーとなる食品【きいろ】	おもに体をつくる食品【あか】	おもに体の調子を整える食品【みどり】	おもな調味料	エスルギー たんぱく質 脂質
1 月 火	コッペパン 牛乳	コッペパン	牛乳			703
	スープスパゲティ	スパゲティ サラダ油	ベーコン 鶏肉	玉ねぎ にんじん しめじ ほうれん草	おろしにんにく 洋風スープストック 塩 こしょう	31.0
	ひよこ豆のサラダ	ひよこ豆 サラダ油 砂糖	鶏ささみ	きゅうり もやし	レモン汁 醤油 酢 こしょう	25.4
2 火 水	麦ご飯 牛乳	米 大麦	牛乳			732
	さばみそ煮◇【ゆかり和え】	砂糖 米粉	さば 味噌	【もやし にんじん】	みりん【ゆかり 醤油】	28.9
	根菜汁	里いも でん粉	厚揚げ	にんじん れんこん ごぼう しいたけ 竹の子 ねぎ	煮干だし 醤油 塩	20.4
3 水	コッペパン 牛乳	コッペパン	牛乳			728
	チリコンカン	白いんげん豆 ジャガイモ サラダ油 砂糖	豚肉	玉ねぎ にんじん グリンピース トマト	赤ワイン おろしにんにく 塩 チリソース チャーピー ウスターソース トマトピューレ こしょう	31.4
	玉ねぎドレッシングサラダ	玉ねぎドレッシング		ブロッコリー キャベツ にんじん コーン		22.5
4 木	麦ご飯 ◇ 牛乳	米 大麦	牛乳			798
	豚キムチ丼	サラダ油 砂糖 ごま油	豚肉	玉ねぎ にんじん もやし 白菜キムチ えのき にら	おろししょうが おろしにんにく 酒 醤油 コショウ	29.4
	さつまいもと大豆の甘辛揚げ	さつまいも でん粉 大豆油 ごま 砂糖	大豆		醤油 みりん	22.7
5 金	麦ご飯 牛乳	米 大麦	牛乳			683
	大根のそぼろ煮	サラダ油 砂糖 でん粉	豚肉 鶏肉 厚揚げ	玉ねぎ 太根 にんじん しいたけ いんげん	酒 おろししょうが 醤油 塩	23.8
	白菜のおひたし	砂糖 ごま		白菜 にんじん きゅうり	醤油	18.7
8 月	コッペパン 牛乳	コッペパン	牛乳			766
	コーンラーメン	中華麺 ごま油	焼豚 わかめ	コーン にんじん もやし ねぎ	おろしにんにく こしょう 豚骨スープ 醤油 中華スープストック	27.7
	ごぼうサラダ	ノンエッグマヨネーズ ごま	ハム 味噌	ごぼう きゅうり にんじん	レモン汁 醤油	27.7
9 火	麦ご飯 牛乳	米 大麦	牛乳			797
	シラフライ◇【二色和え】【タルタルソース◇】	大豆油 パン粉 でん粉 【ノンエッグタルタルソース】	シラフ(魚)	【キャベツ にんじん】	塩 こしょう【醤油 塩】	30.7
	さつまいものみそ汁	さつまいも	わかめ 味噌 油揚げ 豆腐	玉ねぎ ねぎ	煮干だし	22.4
10 水	黒糖パン 牛乳	黒糖パン	牛乳			742
	白菜のクリーム煮	じゃがいも サラダ油 バター 米粉	鶏肉 牛乳 生クリーム	玉ねぎ にんじん 白菜	鶏ガラスープ 塩 こしょう	29.3
	アーモンドサラダ	アーモンド 砂糖 サラダ油	ハム	キャベツ きゅうり にんじん	醤油 酢 塩 こしょう	28.6
11 木	麦ご飯 牛乳	米 大麦	牛乳			691
	芋煮	サラダ油 里いも 砂糖	牛肉 厚揚げ	ごぼう にんじん こんにゃく しめじ ねぎ	おろししょうが 酒 塩 醤油	26.1
	たくあん和え	砂糖	かつお節	たくあん キャベツ きゅうり にんじん	醤油	17.0
12 金	チキンライス 牛乳	米 大麦 サラダ油	鶏肉 牛乳	にんじん 玉ねぎ グリンピース	ケチャップ ウスターソース 塩	816
	ミートハンバーグ◇	でん粉	豚肉 鶏肉	玉ねぎ	塩	32.2
	ビーンズスープ	白いんげん豆 サラダ油	ベーコン 大豆	キャベツ にんじん しめじ	塩 こしょう 洋風スープストック 醤油	30.7
15 月	コッペパン 牛乳	コッペパン	牛乳			707
	肉団子の中華スープ	マロニー でん粉 パン粉 砂糖 ごま油 大豆油	鶏肉	しめじ 白菜 玉ねぎ にんじん きくらげ にら	鶏ガラスープ 塩 こしょう 醤油 中華スープストック オイスターソース おろしにんにく	29.7
	コロネーションサラダ	じゃがいも ノンエッグマヨネーズ	鶏ささみ	にんじん 枝豆	カレー粉 塩 こしょう	26.4
16 火	麦ご飯 牛乳	米 大麦	牛乳			832
	鶏肉のみぞ風味【きゅうり】	でん粉 大豆油 砂糖 ごま	鶏肉 味噌	にら 【きゅうり】	塩 こしょう みりん【塩 醤油】	33.4
	すまし汁		かまぼこ わかめ 豆腐	にんじん しいたけ 小松菜 ねぎ	煮干だし 醤油 塩	31.0
17 水	米粉パン 牛乳	米粉パン 上新田中学校 リクエスト献立	牛乳			842
	鶏肉のトマト煮	サラダ油 白いんげん豆 マカロニ 砂糖	鶏肉	玉ねぎ にんじん しめじ トマト	おろしにんにく ウスターソース ケチャップ デミグラスソース 赤ワイン 塩 こしょう	38.2
	ツナサラダ【さつまポテト◇】	サラダ油 砂糖【さつまポテト】	ツナ(まぐろ)	ブロッコリー カリフラワー キャベツ にんじん	醤油 酢	24.5
18 木	減量麦ご飯 牛乳	米 大麦	牛乳			687
	うどんすき	うどん サラダ油 砂糖	豚肉 厚揚げ	糸こんにゃく 玉ねぎ しいたけ 白菜 にんじん ねぎ	酒 醤油	28.1
	もやしのごまあえ	砂糖 ごま	鶏ささみ	もやし にんじん ほうれん草	醤油	18.5
19 金	麦ご飯 ◇ 牛乳	米 大麦	牛乳			747
	ポークカレー	じゃがいも サラダ油	豚肉	玉ねぎ にんじん グリンピース	鶏ガラスープ ケチャップ カレールウ ウスターソース おろしにんにく 塩	23.9
	日向夏ドレッシングサラダ	日向夏ドレッシング		キャベツ ブロッコリー コーン にんじん		21.7
22 月	ホットドッグパン ◇ 牛乳	ホットドッグパン	牛乳			767
	【ソーセージ◇・キャベツ・一食ケチャップ◇】		ウインナー	キャベツ	-一食ケチャップ	31.8
	ポトフ	じゃがいも	鶏肉 ベーコン	玉ねぎ にんじん キャベツ	洋風スープストック 醤油 塩 こしょう	34.4
23 火	麦ご飯 牛乳	米 大麦	牛乳			750
	ぶり大根	砂糖	ぶり(魚)	太根	かつおぶし おろししょうが 酒 醤油 みりん	35.5
	かぼちゃのみぞ汁		わかめ 味噌 油揚げ 豆腐	かぼちゃ 玉ねぎ ねぎ しめじ	煮干だし	24.1
24 水	ミルクパン 牛乳	米 大麦	牛乳			823
	ビーフシチュー	じゃがいも サラダ油	牛肉	玉ねぎ にんじん しめじ グリンピース	赤ワイン おろしにんにく 鶏ガラスープ バヤシフレーク ケチャップ こしょう トマトピューレ デミグラスソース 塩 ウスターソース	33.5
	フレンチサラダ【クリスマスデザート】	サラダ油 砂糖 【クリスマスデザート】	ハム	キャベツ きゅうり にんじん	酢 レモン汁 塩 こしょう	28.3

※ 入荷の都合により、材料等が変更になる場合があります。あらかじめ、御了承ください。