

日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料
 <h1 style="text-align: center;">12月のこんだてひょう</h1> 																			
5	月	ごはん		6	火	きのこ ベーコンの スパゲティ	スパゲティ・ オリーブ油・ ベーコン・しめじ・ マッシュルーム・ 玉葱・人参・ にんにく・油・ 白ワイン・トマト缶・ トマトベースソース・ ウスターソース・ コンソメ・塩・ こしょう・三温糖	7	水	こぎつねごはん (混ぜごはん)	米・豚肉・油揚げ・ 人参・油・三温糖・ 酒・醤油	8	木	揚げパン	パン・油・ ミルクココア・塩	9	金	ごはん	
		みそ汁	キャベツ・玉葱・ 油揚げ・味噌・煮干し				白玉汁			白玉もち・豆腐・ 大根・ごぼう・人参・ ねぎ・味噌・煮干し	野菜スープ			玉葱・豚肉・人参・ えのきだけ・白菜・ コンソメ・醤油・ 塩・こしょう	みそ汁			水菜・玉葱・油揚げ・ 味噌・煮干し	
		さば味噌煮	(さば、大豆)			ハムエッグ	卵・ハム・塩・ こしょう			ささかまぼこ	(卵、小麦、大豆)			ミートボール	(豚、鶏、小麦、大 豆、りんご、ごま)			チーズチキン	鶏肉・三温糖・ にんにく・醤油・ 粉チーズ・パン粉・ パセリ・バター・ オリーブ油
		炒り豆腐	豆腐・鶏肉・人参・ 油・卵・酒・みりん・ 三温糖・醤油											じゃがいも ベーコン炒め	じゃがいも・ ベーコン・バター・ パセリ・塩・こしょう			ぴりから大根	大根・人参・ さつまいも・ こんにゃく・三温糖・ 酒・醤油・唐辛子・油
12	月	ごはん		13	火	カレーうどん	うどん・豚肉・人参・ 玉葱・油揚げ・ねぎ・ 椎茸・カレールウ・ 三温糖・醤油・ みりん・削り節	14	水	ごはん		15	木	食パン		16	金	二色ごはん	米・鶏肉・酒・ 三温糖・醤油・油・ いり卵(卵、大豆)
		貝だくさん みそ汁	玉葱・人参・ごぼう・ キャベツ・しめじ・ ねぎ・にんにく・ 生姜・味噌・ 削り節・昆布				もちもち シューマイ			豚肉・玉葱・椎茸・ たけのこ・醤油・酒・ 三温糖・にんにく・ 生姜・ごま油・塩・ でんぷん・もち米	ホワイト シチュー			豚肉・塩・こしょう・ 玉葱・人参・油・ バター・小麦粉・ スキムミルク・牛乳・ コンソメ・ 鶏ガラスープ	いももち団子汁			いももち団子・豆腐・ 油揚げ・大根・ ごぼう・人参・ねぎ・ 味噌・煮干し	
		白身魚フライ	白身魚フライ(小麦、 大豆)・油			コーンソテー	コーン・ウインナー・ ピーマン・油・塩・ こしょう			はるさめサラダ	はるさめ・きゅうり・ ハム・ごま・三温糖・ 醤油・ごま油・酢			ハムチーズカツ	ハムチーズカツ(卵、 乳、豚、鶏、小麦、大 豆)・油			もやし のからしあえ	もやし・きゅうり・ 三温糖・醤油・辛子
		じゃがいもの 辛味噌炒め	じゃがいも・人参・ 豚肉・ごま油・ にんにく・酒・ 三温糖・醤油・ 味噌・豆板醤											つけあわせ	キャベツ・Pソース				
19	月	ポーク カレーライス	米・豚肉・玉葱・ 人参・マーガリン・ スキムミルク・ カレールウ・りんご・ にんにく・ソース	20	火	塩ラーメン	ラーメン・豚肉・ もやし・人参・ねぎ・ 塩ラーメンスープ(小 麦、乳、大豆、豚、 鶏、りんご)・ こしょう・ラード だし(豚骨、鶏骨、人 参、玉葱、ねぎ、昆布)	21	水	ごはん		22	木	黒糖パン		23	金	ピラフ (混ぜごはん)	米・バター・豚肉・ 玉葱・人参・ マッシュルーム・塩・ コンソメ・こしょう
		みそ汁	かぼちゃ・玉葱・ 油揚げ・味噌・煮干し				いわしの生姜煮			(小麦、大豆)	人参ポタージュ			人参ペースト・玉葱・ パセリ・油・ クリームコーン・ バター・小麦粉・ 牛乳・コンソメ・塩・ こしょう・生クリーム	キャベツの スープ			キャベツ・ベーコン・ ねぎ・人参・ コンソメ・醤油・ 塩・こしょう	
		パンパンジー サラダ	鶏肉・きゅうり・ もやし・わかめ・ パンパンジードレッシ ング(小麦、大豆、 豚、鶏、ゼラチン、ご ま)			手羽元の ガーリック風味	手羽元・塩・ こしょう・にんにく・ オリーブ油・レモン汁			キムチトントン	白菜キムチ(リン ゴ)・豚肉・卵・ もやし・コンソメ・ 三温糖・キムチの素 (大豆、りんご)・ 塩・油			国産鶏豚ハン バーグ	(鶏、豚、大豆)			鶏肉と アーモンドの ソテー (アーモンド粉 使用)	鶏肉・生姜・醤油・ 酒・でんぷん・油・ フライドポテト・ アーモンド粉・ 三温糖・醤油
														野菜炒め	キャベツ・玉葱・ もやし・人参・ ピーマン・ベーコン・ 油・コンソメ・塩・ こしょう			デザート	クリスマスカップデ ザート(大豆)