

日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料	日	曜	献立	材料
				1	火	スープ スパゲティ	スパゲティ・人参・玉葱・しめじ・ベーコン・パセリ・オリーブ油・バター・にんにく・コンソメ・塩・こしょう	2	水	ごはん		3	木	揚げパン	パン・油・ミルクココア(乳)・塩
						ハムエッグ	卵・ハム・塩・こしょう			おでん	こんにゃく・大根・人参・焼き豆腐・ウズラ卵・がんも・竹輪・昆布・削り節・みりん・三温糖・醤油・塩			キャベツのスープ	キャベツ・豚肉・ねぎ・人参・コンソメ・醤油・塩・こしょう
										いわしの梅煮	(小麦、大豆)			ミートボール	(小麦、大豆、鶏、豚、りんご、こま)
										もやしのステー	もやし・ベーコン・塩・こしょう・油			ジャーマンポテト	じゃがいも・玉葱・ベーコン・パセリ・シュレットチーズ・油・塩・こしょう
7	月	ごはん		8	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、玉ねぎ、ねぎ、昆布]	9	水	ごはん		10	木	黒糖パン	
		豚汁	豚肉・じゃがいも・大根・人参・ごぼう・こんにゃく・豆腐・ねぎ・油・生姜・みりん・味噌・削り節・昆布			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			みそ汁	キャベツ・玉葱・油揚げ・味噌・煮干し			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
		タラフライ	釧路産タラフライ(小麦、大豆)・油							鶏肉の味噌からめ	鶏肉・醤油・酒・でんぶん・油・赤味噌・三温糖・みりん			国産ポークのハンバーグ	(大豆、豚)
		五目野菜炒め	さつまいも・人参・ほうれん草・もやし・たけのこ・はるさめ・油・いり卵・醤油・酒・三温糖・塩・こしょう							茎わかめのきんぴら	くきわかめ・豚肉・ごぼう・人参・油・こま・醤油・三温糖・酒・とうがらし			えだまめサラダ	えだまめ・キャベツ・コーン・ゴマドレッシング(小麦、大豆、豚、鶏、ゼラチン、こま)
14	月	ビビンバ風	米・豚肉・人参・椎茸・生姜・にんにく・ごま油・赤味噌・豆板醤・みりん・三温糖・醤油・もやし・炒り卵(卵、大豆)・ほうれん草	15	火	カレーうどん	うどん・豚肉・人参・玉葱・油揚げ・ねぎ・椎茸・カレールー・三温糖・醤油・みりん・削り節	16	水	ごはん		17	木	コッパン	
		わかめスープ	わかめ・豆腐・ねぎ・ゴマ・コンソメ・醤油・塩・こしょう			コーンソテー	コーン・ウィンナー・ピーマン・油・塩・こしょう			みそ汁	じゃがいも・玉葱・わかめ・味噌・煮干し			人参ポタージュ	人参ペースト・玉葱・パセリ・クリームコーン・バター・小麦粉・油・牛乳・コンソメ・塩・こしょう・生クリーム
		春巻き	中華春巻き(大豆、小麦、鶏)・油							鯖味噌煮	(大豆、さば)			かれいの香草焼き	北海道産かれいの香草焼き(小麦、乳、大豆)・油
21	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・カレールー・りんご・にんにく・ソース	22	火	豚骨ラーメン	ラーメン・豚肉・コーン・もやし・玉葱・キャベツ・人参・ねぎ・こま・豚骨ラーメンスープ(小麦、大豆、豚、鶏)・だし[豚骨、鶏骨、人参、玉ねぎ、ねぎ、昆布]	23		鯖味噌煮	(大豆、さば)			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
		鶏肉のごま風味サラダ	鶏肉・きゅうり・もやし・いんげん・ごま・三温糖・ごま油・酢・豆板醤・醤油・塩			国産若鶏と野菜のつくね	(小麦、大豆、鶏)			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・コンソメ・塩・こしょう				
										コンソメスープ	じゃがいも・人参・玉葱・ベーコン・コーン・パセリ・コンソメ・塩・こしょう				
										クリスピーチキン	クリスピーチキン(鶏肉、小麦、大豆)・油				
										デザート	クリスマスカップデザート(大豆)				

