

12月1日(火)					12月2日(水)					12月3日(木)					12月4日(金)					12月7日(月)										
献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色								
		黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑	黄	赤	緑			
牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		利休汁	大根			○						
ご飯	ごはん	○			ご飯	ごはん	○			パン	コッペパン	○			ご飯	ごはん	○				にんじん			○						
さんまのさっぱり煮	さんま		○		豚もも肉 厚揚げ 白菜 にんじん ごぼう じゃがいも 白ねぎ おろしにんにく おろししょうが 油 カレールウ ウスターソース ケチャップ 鳥がらだし	鶏もも肉		○		小袋	チョコレートクリーム				鶏肉のケチャップ炒め	鶏ひき肉		○			ごぼう			○						
	酒	○		じゃがいも			○		塩			○		豆腐			○		干しいたけ				○							
	砂糖			玉ねぎ				○			こしょう			○			にんじん		○			白ねぎ			○					
	こいくちしょうゆ			にんじん				○			かたくり粉		○			白ねぎ		○			昆布			○						
	たまりしょうゆ			ごぼう				○			油		○			パン粉		○			削り節			○						
	みりん			じゃがいも			○		おろしにんにく			○		おろししょうが			○		みそ			○		ごま(ねり)			○			
	しょうが			白ねぎ				○			おろししょうが		○			玉ねぎ		○			おろししょうが		○		うすくちしょうゆ					
大根のきんぴら	大根			○	にんじん つきこんにゃく 油 砂糖 こいくちしょうゆ 酒 みりん	おろしにんにく			○	キャベツのピクルス	ブロッコリー			○	手作り豆腐ハンバーグ	塩														
	にんじん	おろししょうが				○	カレールウ				○	じゃがいも		○			こしょう			○					みそ		○			
	つきこんにゃく	みそ				○	ウスターソース					おろしにんにく		○			みそ		○						こいくちしょうゆ					
	油	みりん					ケチャップ				油		○			大根おろし			○	かたくり粉										
	砂糖	酒					鳥がらだし				ケチャップ			ウスターソース				砂糖							○	砂糖				
	こいくちしょうゆ	昆布					キャベツ				○	こいくちしょうゆ				酒			こいくちしょうゆ								みりん			
	みりん	削り節					酢					砂糖		○			砂糖		○						みりん					
わかめと白菜のみそ汁	油揚げ		○		蒸し野菜のゴマネーズ和え	ブロッコリー			○		白菜			○	白 菜 サ ラ ダ	白 菜			○											
	カットわかめ	さんどまめ				○	にんじん				○	キャベツ				○	きゅうり							○	削り節					
	白菜	大根				○	エッグケアドレッシング					白 菜				○	きゅうり							○	昆布					
	玉ねぎ	エッグケアドレッシング					こいくちしょうゆ					小袋	フレンチドレッシング					添え野菜	にんじん							○	とうもろこし			○
	みそ	こいくちしょうゆ					みりん										○	とうもろこし							○	有塩バター				
	昆布	ごま(すり)		○			ごま(ねり)		○							○	コンソメ								砂糖					
	削り節	ごま(ねり)				○											○	塩												
					フミツクツス	パイン缶			○	ミ ル フ ァ ン テ イ	玉ねぎ			○		にんじん			○											
					みかん缶			○	キャベツ				○	ぶなしめじ				○	パセリ											
					桃缶			○	パセリ				○	白ワイン				○	鳥がらだし											
									うすくちしょうゆ					○		うすくちしょうゆ														
									こいくちしょうゆ					○		こいくちしょうゆ														
									塩					○		塩														
									こしょう																					
エネルギー	863		kcal	エネルギー	873		kcal	エネルギー	701		kcal	エネルギー	886		kcal	エネルギー	830		kcal											
たんぱく質	32.1		g	たんぱく質	30.0		g	たんぱく質	22.5		g	たんぱく質	34.9		g	たんぱく質	33.9		g											
脂質	30.1		g	脂質	24.1		g	脂質	17.2		g	脂質	31.5		g	脂質	24.2		g											

※食材購入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

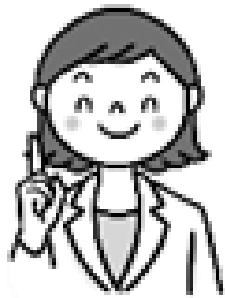
12月8日(火)					12月9日(水)					12月10日(木)					12月11日(金)					12月14日(月)					12月15日(火)				
献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色							
		黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑					
牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○						
ご飯	ごはん	○			鶏 ごぼ う ま ぜ ご 飯	ごはん	○			ご飯	ごはん	○			パン	キャロットパン	○			ご飯	ごはん	○							
鶏 の 青 の り 風 味	鶏もも肉		○			鮭 の 幽 庵 焼 き	鶏もも肉		○		鶏 肉 の レ モ ン バ ジ ル 焼 き	鶏もも肉		○		み そ チ ゲ	豚もも肉		○		筑 前 煮	鶏むね肉		○					
	塩						干しいたけ			○		塩			○		豆腐		○			にんじん			○				
	砂糖	○					ごぼう			○		酒					塩			○		白菜			○				
	こいくちしょうゆ						つきこんにゃく			○		ゆず果汁			○		こしょう			○		白菜キムチ			○				
	酒						高野豆腐			○		うすくちしょうゆ					玉ねぎ			○		大根			○				
	みりん						油	○				酒					おろしにんにく			○		にんじん			○				
	たまりしょうゆ						塩					みりん					レモン果汁			○		にら			○				
	ごま(すり)	○					こいくちしょうゆ					砂糖	○				バジル			○		じゃがいも		○					
	青のり		○				砂糖	○				かたくり粉	○				オリーブ油	○				油		○					
	揚 げ 出 し 豆 腐 の あ ん か け	揚げ出し豆腐		○				揚 か げ き	野菜かきあげ(えび入り)	○				野 菜 炒 め	キャベツ				○	切 り 干 し 大 根 の ナ ム ル		切り干し大根			○	野 菜 サ ラ ダ	キャベツ		
油		○			油	○				昆布		○			にんじん			○	にんじん				○						
削り節					豚もも肉		○			にんじん			○		豚もも肉		○		油			○							
昆布					豆腐		○			干しいたけ			○		塩				ごま油			○							
にんじん				○	玉ねぎ				○	つきこんにゃく			○		こしょう				にんじん				○						
葉ねぎ				○	にんじん				○	れんこん			○		こいくちしょうゆ				小松菜				○						
えのきたけ				○	白ねぎ				○	ちくわ		○			こいくちしょうゆ				きゅうり				○						
ぶなしめじ				○	チンゲン菜				○	砂糖	○				カレー粉				小松菜				○						
竹の子				○	干しいたけ				○	酒					ベーコン		○		ごま油			○							
おろししょうが				○	おろしにんにく				○	こいくちしょうゆ					じゃがいも		○		ごま(いり)			○							
こいくちしょうゆ					おろししょうが				○	うすくちしょうゆ					にんじん			○	砂糖			○							
うすくちしょうゆ					油				○	みりん					おおふくまめ		○		うすくちしょうゆ										
みりん					こいくちしょうゆ					削り節					オリーブ油		○		酢										
酒					酒					昆布			○		トマト缶		○		りんご缶			○							
塩					鳥がらだし					小 松 菜 の す ま し 汁	小松菜				○	砂糖		○											
かたくり粉		○			塩						豆腐		○			塩													
				こしょう				昆布					こしょう																
				かたくり粉			○	削り節					うすくちしょうゆ																
				ごま油			○	うすくちしょうゆ				鳥がらだし																	
				デザート	野菜ゼリー			○	酒																				
エネルギー	834	kcal		エネルギー	812	kcal		エネルギー	768	kcal		エネルギー	738	kcal		エネルギー	773	kcal		エネルギー	777	kcal							
たんぱく質	32.4	g		たんぱく質	31.9	g		たんぱく質	36.9	g		たんぱく質	34.6	g		たんぱく質	28.5	g		たんぱく質	32.5	g							
脂質	31.2	g		脂質	22.2	g		脂質	20.2	g		脂質	30.1	g		脂質	16.8	g		脂質	20.2	g							

※食材購入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。

12月16日(水)					12月17日(木)					12月18日(金)					12月21日(月)					12月22日(火)					12月23日(水)				
献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色							
		黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑			黄	赤	緑					
牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○						
ご飯	ごはん	○			ご飯	ごはん	○			パン	オリーブパン	○			ご飯	ごはん	○			ご飯	ごはん	○							
ロタッ ッ ケコ	泉だこロツケ 油		○		油 淋 鶏	鶏もも肉 塩 こしょう 薄力粉 かたくり粉 油 おろししょうが おろしにんにく 白ねぎ パセリ 酢 酒 こいくちしょうゆ 砂糖 ごま油		○		豚 肉 の バ ー ベ キ ュ ー ソ ー ス 炒 め	豚もも肉 塩 玉ねぎ ピーマン 酒 おろしにんにく おろししょうが りんごピューレ かたくり粉 砂糖 こいくちしょうゆ		○		貝 柱 と 野 菜 の 中 華 風 炒 め 煮	貝柱(イタヤ貝) 酒 チンゲン菜 にんじん 竹の子 玉ねぎ 干しいたけ コンソメ 中華だし かたくり粉 ごま油 油 こしょう うすくちしょうゆ		○		豚 肉 の し ょ う が 焼 き	豚肩肉 玉ねぎ おろししょうが 砂糖 みりん こいくちしょうゆ 酒 油		○		回 鍋 肉	豚ばら肉 ピーマン 白ねぎ 玉ねぎ キャベツ おろしにんにく おろししょうが ごま油 テンメンジャン オイスターソース トウバンジャン 赤みそ 砂糖 塩 こいくちしょうゆ		○	
小袋	とんかつソース																												
ほ う れ ん 草 の 和 え 物	ほうれん草 もやし ごま(いり) こいくちしょうゆ 削り節 みりん 砂糖			○																									
	さといも 牛もも肉 酒 にんじん 玉ねぎ 板こんにゃく 白ねぎ 干しいたけ さんどまめ みりん 砂糖 こいくちしょうゆ 赤みそ 削り節	○		○																									
				○																									
				○																									
				○																									
				○																									
				○																									
				○																									
				○																									
				○																									
					冬 野 菜 ス ー プ	ベーコン 白菜 玉ねぎ にんじん かぶ 鳥がらだし コンソメ うすくちしょうゆ 塩 こしょう		○		コ ー ン ク リ ー ム ス ー プ	鶏もも肉 油 玉ねぎ にんじん とうもろこし缶 とうもろこし パセリ 塩 コンソメ 牛乳 鳥がらだし アレルゲンフリーシチューフレーク		○		大 阪 し ろ な の み そ 汁	油揚げ わかめ 大阪しろな にんじん みそ 昆布 削り節		○						豆 腐 の ス ー プ	豆腐 チンゲン菜 にんじん カットわかめ うすくちしょうゆ 塩 こしょう 中華だし 鳥がらだし ごま油		○		
エネルギー	840	kcal		エネルギー	834	kcal		エネルギー	875	kcal		エネルギー	738	kcal		エネルギー	853	kcal		エネルギー	765	kcal							
たんぱく質	28.2	g		たんぱく質	29.1	g		たんぱく質	39.9	g		たんぱく質	28.9	g		たんぱく質	29.7	g		たんぱく質	23.9	g							
脂質	19.2	g		脂質	28.5	g		脂質	28.9	g		脂質	12.8	g		脂質	28.7	g		脂質	27.1	g							

12月24日(木)					12月25日(金)				
献立	使用材料	栄養3色			献立	使用材料	栄養3色		
		黄	赤	緑			黄	赤	緑
牛乳	牛乳		○		牛乳	牛乳		○	
ご飯	ごはん	○			ピラフ	ごはん	○		
白身魚のオーロラソース	たら		○			コンソメ			
	塩					塩			
	こしょう					有塩バター	○		
	かたくり粉	○				ベーコン		○	
	油	○				玉ねぎ			○
	エッグケアドレッシング	○				ピーマン			○
塩昆布佃煮	ケチャップ					赤ピーマン			○
	ウスターソース					とうもろこし			○
						マッシュルーム			○
豚汁	キャベツ			○		油	○		
	塩昆布		○			がらスープ			
	ごま油	○				おろしにんにく			○
	豚もも肉		○		鶏のもも焼き	白ワイン			
	さといも	○				コンソメ			
	玉ねぎ			○		塩、こしょう			
	にんじん			○		鶏もも肉		○	
	ごぼう			○		酒			
	大根			○	コンソメスープ	ガーリックパウダー			
	白ねぎ			○		塩			
	油	○				こしょう			
	みそ					コンソメ			
	酒					キャベツ			○
	昆布					にんじん			○
	削り節					玉ねぎ			○
						じゃがいも	○		
						ブロッコリー			○
						パセリ			○
						油	○		
						コンソメ			
エネルギー		819		kcal	エネルギー		753		kcal
たんぱく質		31.3		g	たんぱく質		29.7		g
脂質		24.9		g	脂質		28.8		g

※食材購入等の都合により献立を変更する場合があります。ご了承ください。



はや早いものでもう1年が終わろうとしています。寒くなり空気が乾燥する冬になると、心配なのが

かぜやインフルエンザなどの流行です。新型コロナウイルスとあわせて、しっかり予防しましょう。

そして新しい年を元気に迎えましょう。

12月25日 クリスマス セレクトデザート

今年もセレクトデザートを行います。いちご味のプリンの「クリスマスカップデザート」と米粉を使った「クリスマス米粉の

カップケーキ」から各学部、学年、クラスで好きな方を選んでもらいました。結果は以下の通りです。

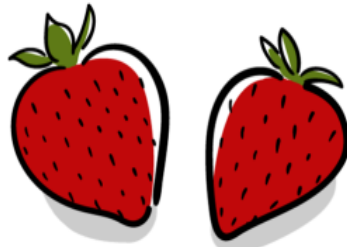
「クリスマスカップデザート」

幼稚部、小学部2組、中学部1、2年生、普通科3年生、理療科1～3年生

「クリスマス米粉のカップケーキ」

小学部1組、3組、中学部3年生、普通科1、2年生

※段階食(ペースト食)は食品衛生の関係により、「クリスマスカップデザート」になります。



1月のおしらせ リクエストメニュー

先日行いましたリクエストメニューの結果をお知らせします。この中からいくつかを1月の給食に出します。お楽しみに！

油淋鶏、わかめごはん、大学いも、牛丼、きゅうり料理、ホットケーキ、厚揚げ(生姜)、スイートポテト、ジャージャーめん、餃子、カレーパン、コロッケ

ココアドーナツ、ハンバーグ(背割りコッペでサンド)、生姜の佃煮、チキンカレー、焼き肉定食、ばら寿司、きのこカレー、まいたけごはん、じゃこ豆

マカロン、ステーキ、オムライス、から揚げ、えびフライ、フライドポテト、さんま、なすのあげびたし、麻婆春雨、白身魚の塩焼き、クリームシチュー

カツ丼、スコッチエッグ、うなぎ、ふかひれ、オムライスなどの洋食系、さんまの塩焼き、コーンスープ、ステーキ丼、あんかけチャーハン、ロコモコ丼