

# R 7 12 月 給 食 献 立 表

|       | 1日 (月)                                                                                                                                        | 2日 (火)                                                                                                                                                                                                                                                                          | 3日 (水)                                                                                                                                     | 4日 (木)                                                                                                                                                                                       | 5日 (金)                                                                                                                                               | 11日 (木)                                                                                                                                                                              |
|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 献立名   | のっぺい煮<br>ほうれん草お浸し<br>ぱりんこ                                                                                                                     | 【パン食】<br>ウインナーコルネ<br>ミニストロベリーツイスト<br>(いちごジャムを練りこんだもの)<br>牛乳                                                                                                                                                                                                                     | 冬野菜のシチュー<br>白菜のおかか和え<br>バナナ                                                                                                                | とりそばろご飯<br>みそ汁<br>海藻サラダ<br>動物園ゼリー                                                                                                                                                            | 中華スープ<br>小松菜中華炒め<br>パイン缶                                                                                                                             | ごぼう汁<br>里芋とひじきの煮物<br>三幸の揚げせん (塩味)                                                                                                                                                    |
| 備考    | は し 携 行                                                                                                                                       | ※果物持参<br>果物のみ可                                                                                                                                                                                                                                                                  | は し 携 行<br>スプーン携行                                                                                                                          | は し 携 行<br>スプーン携行                                                                                                                                                                            | は し 携 行                                                                                                                                              | は し 携 行                                                                                                                                                                              |
| 商 品 名 | 精白米<br>とり肉<br>さといも<br>あつあげ<br>ちくわ<br>板こんにゃく<br>にんじん<br>だいこん<br>しょうゆ・みりん・砂糖<br>片栗粉<br>削り節 (だし)<br>ほうれんそう<br>にんじん<br>もやし<br>しょうゆ<br>みりん<br>ぱりんこ | ★【ウインナーコルネ】<br>小麦粉、ウインナー<br>☆砂糖、トマトケチャップ<br>★発酵風味料、マーガリン<br>☆ミックス粉、パン酵母<br>☆食塩、調味酢<br>◇※一部に小麦、乳成分、<br>◇大豆、鶏肉、豚肉を含む<br>◇※工場では卵・<br>くるみを含む製品を<br>製造しています<br>【ミニストロベリーツイスト】<br>◇小麦粉、イチゴジャム<br>◇卵、砂糖<br>◇マーガリン<br>食塩、乳化剤<br>乳、大豆<br>乳等を主要原料とする食品<br>※工場では卵・<br>くるみを含む製品を<br>製造しています | 精白米<br>とり肉<br>さといも<br>だいこん<br>れんこん水煮<br>たまねぎ<br>にんじん<br>しめじ<br>コーン<br>シチューミックス<br>豆乳<br>はくさい<br>いんげん<br>にんじん<br>花かつお<br>しょうゆ<br>みりん<br>バナナ | 精白米<br>とりひき肉<br>☆むきえだ豆・しょうが<br>★砂糖・しょうゆ・みりん<br>◇油<br>◇とうふ・うすあげ<br>◇ほうれんそう<br>◇たまねぎ・にんじん<br>◇白ねぎ<br>みそ<br>☆削り節・煮干し (だし)<br>◇海藻ミックス<br>◇ツナ<br>◇にんじん<br>☆ブロッコリー<br>砂糖<br>酢・塩・しょうゆ<br>◇どうぶつえんゼリー | 精白米<br>☆とうふ<br>とり肉<br>たまねぎ<br>にんじん<br>☆もやし・ねぎ<br>◇わかめ<br>◇丸鶏ガラスープの素<br>◇しお・しょうゆ<br>こまつな<br>ぶた肉<br>★はるさめ<br>☆たまねぎ・にんじん<br>◇ごま油・ごま<br>◇砂糖・しょうゆ<br>パイン缶 | 精白米<br>☆ぶた肉・うすあげ<br>☆ささがきごぼう<br>◇だいこん・にんじん<br>◇板こんにゃく<br>◇しいたけ<br>◇ねぎ<br>◇しょうゆ・しお<br>削り節 (だし)<br>◇さといも<br>☆ひじき<br>◇とり肉<br>◇うすあげ<br>◇にんじん<br>削り節し (だし)<br>砂糖・しょうゆ・みりん<br>三幸の揚げせん (塩味) |
|       | カロリー 475 kcal<br>蛋白質 15.9 g                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                 | カロリー 488 kcal<br>蛋白質 15.2 g                                                                                                                | カロリー 475 kcal<br>蛋白質 15.0 g                                                                                                                                                                  | カロリー 480 kcal<br>蛋白質 14.6 g                                                                                                                          | カロリー 472 kcal<br>蛋白質 15.6 g                                                                                                                                                          |

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもととなる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕

# R 7 12 月 給 食 献 立 表

|     |                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
|     | 12日(金)                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |  |  |
| 献立名 | お誕生献立<br>チキンライス<br>オニオンスープ<br>チキンナゲット<br>みかん                                                                                                                                                                          |  |  |  |  |  |
| 備考  | はし携行<br>スプーン携行                                                                                                                                                                                                        |  |  |  |  |  |
| 商   | 精白米 ★<br>とり肉 ☆<br>たまねぎ・にんじん ◇<br>グリーンピース ◇<br>ウスターソース<br>ケチャップ・塩・油<br><br>たまねぎ・にんじん ◇<br>コーン ◇<br>削り節(だし) ◇<br>しょうゆ・塩<br><br>チキンナゲット<br>鶏肉・卵<br>小麦粉・大豆蛋白<br>乳化剤・揚げ油<br>アレルギー品目<br>【小麦・卵・乳・大豆】<br>ミニトマト・レタス<br><br>みかん |  |  |  |  |  |
| 品   |                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |
| 名   |                                                                                                                                                                                                                       |  |  |  |  |  |
|     | カロリー 479 kcal                                                                                                                                                                                                         |  |  |  |  |  |
|     | 蛋白質 14.6 g                                                                                                                                                                                                            |  |  |  |  |  |

☆印は赤色の食品〔血や肉のもととなる〕 ★印は黄色の食品〔熱や力のもとになる〕 ◇印は緑色の食品〔体の調子をととのえる〕