



# 令和4年 12月予定献立表



日	曜日	献立名	主食	乳卵ごまアレルギー	備考
AM	おやつ	せんべい 牛乳			
1	木	ハヤシライス カリブロサラダ フルーツポンチ	ごはん		ハヤシライスは子どもたちに大人気のメニューです。
PM	おやつ	ビスケット 麦茶			
AM	おやつ	ビスケット 麦茶			
2	金	カレーライス 福神漬 コールスローサラダ フルーツヨーグルト	ごはん		2022年最後の給食です。
PM	おやつ	ゼリー			
AM	おやつ	ビスケット 麦茶			
3	土	国産ぶりフライ 厚焼き玉子 野菜炒め 果物(バナナ)	ごはん		
PM	おやつ	ゼリー			
AM	おやつ	せんべい 麦茶			
5	月	オムレツのトマトソースかけ フライドポテト&いんげん 大根と油揚げの味噌汁 果物(りんご)	ごはん	焼き魚のトマトソース	卵には、ビタミンCを除く全てのビタミンが含まれています。
PM	おやつ	カスタードワッフル 牛乳		お菓子	
AM	おやつ	ビスケット 麦茶			
6	火	麻婆豆腐丼 春雨の中華サラダ じゃが芋の味噌汁 果物(パイナップル) (バナナ)	ごはん	ごま油抜き ごま油、ドレッシング抜き	日本で麻婆豆腐が一般的になったのは、1970年代です。50年ほど前になります。
PM	おやつ	トコニンの蒸しパン 牛乳			
AM	おやつ	ゼリー			
7	水	煮込みうどん カラフル野菜の甘辛揚げ 果物(りんご)	ごはん		Book de Lunch「うどんできた」
PM	おやつ	トガパオライス 牛乳		ごま油抜き	
AM	おやつ	せんべい 麦茶			
8	木	鮭のフレーク焼き 筑前煮 豆腐と麩ともやしの味噌汁 果物(バナナ)	ごはん		ボンテケーショは、ブラジル発祥のパンで、タピオカ粉で作りますが、給食では白玉粉を使って作ります。
PM	おやつ	トチーズのボンテケーショ 牛乳		お菓子	
AM	おやつ	ビスケット 牛乳			
9	金	ツナポテト パリパリサラダ 丸ごと野菜のポトフ 果物(スターカットりんご)	ごはん		SDGsメニュー
PM	おやつ	プリン		ゼリー	
AM	おやつ	ビスケット 麦茶			
10	土	ミートボール オムレツ カリブロサラダ 果物(バナナ)	ごはん		
PM	おやつ	ゼリー			
AM	おやつ	せんべい 麦茶			
12	月	点心3点セット ほうれん草の胡麻和え 味噌スープ 果物(みかん)	ごはん	成分確認 ごま抜き	点心セットは子どもたちに人気のメニューです。
PM	おやつ	ビスケット 牛乳			
AM	おやつ	ビスケット 麦茶			
13	火	豚肉のごま照り焼き れんこんとツナのサラダ きんぴら汁 果物(りんご)	ごはん	ごま抜き ごま油抜き	かみかみメニュー
PM	おやつ	トいもげんび 食べる煮干し 牛乳			
AM	おやつ	せんべい 麦茶			
14	水	オムライス パプリカとコーンのサラダ ポトフ 果物(オレンジ)	ごはん	卵抜き	寒くなってきたので、ポトフは体が温まりますね。
PM	おやつ	トバジクッキー 牛乳			

☆行事や材料の都合により、献立内容が変更になることがあります。

日	曜日	献立名	主食	乳卵ごまアレルギー	備考
AM	おやつ	クラッカー 麦茶			
15	木	魚のカレー焼き	ごはん	ごま抜き	ゴボウは古く、薬草として使われていた中国から伝来したと云われています。
		ごぼうの和え物			
		豆腐とわかめの味噌汁			
		果物（みかん）			
PM	おやつ	ビスケット 牛乳			
AM	おやつ	クッキー 麦茶			
16	金	ナシゴレン	ごはん	卵抜き	世界の料理「インドネシア」
		スパゲティーサラダ			
		トマトの田舎スープ			
		果物（バナナ）			
PM	おやつ	ヨーグルト		ゼリー	
AM	おやつ	せんべい 麦茶			
17	土	南瓜ひき肉サンドフライ	ごはん		
		鶏の照り焼き			
		もやしのおかか和え			
		果物（バナナ）			
PM	おやつ	ヨーグルト			
AM	おやつ	ビスケット 麦茶			
19	月	ぶり大根	ごはん	チキンナゲット ごま油抜き	郷土料理「富山県」
		厚焼き玉子			
		豚汁			
		果物（みかん）			
PM	おやつ	♪おからドーナツ 牛乳		お菓子	
AM	おやつ	クラッカー 麦茶			
20	火	大豆ミートのそぼろ丼	ごはん		SDGsメニュー
		豆腐ボール			
		真沢山汁			
		果物（スターカットりんご）			
PM	おやつ	ビスケット 牛乳			
AM	おやつ	ヨーグルト			誕生日会
21	水	お赤飯	ごはん	ごま塩抜き	
		鶏の唐揚げ			
		コーンソテー			
		白菜と油揚げの味噌汁			
		果物（ラ・フランス）			
PM	おやつ	♪お誕生日ケーキ 野菜ジュース		生クリーム抜き	
AM	おやつ	ビスケット 牛乳			
22	木	鯖の幽庵焼き	ごはん		冬至 
		南瓜のいとこ煮			
		運盛り味噌汁			
		果物（みかん）			
PM	おやつ	♪煮込みうどん ゆず湯（麦茶）			
AM	おやつ	せんべい 麦茶			Xmasメニュー
23	金	サンタライス	ごはん		
		ローストチキン			
		Xmasサラダ			
		カクテルゼリー入りフルーツポンチ			
PM	おやつ	クリスマスケーキ 牛乳			
AM	おやつ	せんべい 麦茶			
24	土	ハンバーグ	ごはん		
		オムレツ			
		野菜炒め			
		果物（バナナ）			
PM	おやつ	ビスケット 麦茶			
AM	おやつ	ビスケット 麦茶			
26	月	ジャーマンポテトエッグ	セルフおにぎり	ポテト、玉葱、ウインナー炒め ごま抜き	以上児さんは、毎月セルフおにぎりを作って、自分で作って食べる楽しみを体験しています。
		ごぼうとコーンのサラダ			
		豆腐となめこの味噌汁			
		果物（パイナップル）（バナナ）			
PM	おやつ	♪フルーツゼリー		ゼリー	
AM	おやつ	ヨーグルト			
27	火	大塚にんじんめし	ごはん	卵チーズ抜き	市川三郷町の特産物の大塚人参のごはんです。
		たらのタルタルグラタン			
		キャベツとオクラの和え物			
		大根と豚肉の味噌汁			
PM	おやつ	♪安納芋の焼き芋 牛乳			
AM	おやつ	ビスケット 麦茶			
28	水	カレーライス	ごはん		2022年最後の給食です。
		福神漬			
		彩りサラダ			
		フルーツカクテル			
PM	おやつ	ボンデドーナツ 牛乳		お菓子	