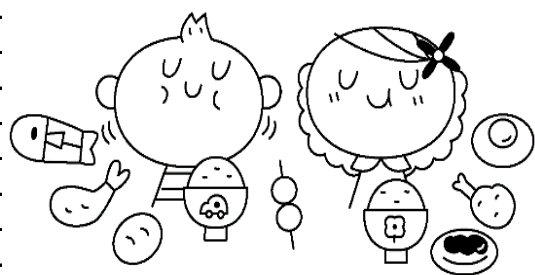


2022年12月献立表

材料の都合により変更になる場合があります

	日	曜日	献立	材料
	1	木	キーマカレー 切り干し大根サラダ バナナ	合挽き肉 茄子 南瓜 大豆水煮 ビーマン 人参 玉葱 カレールウ 切り干し大根 胡瓜 ロースハム バナナ
	2	金	豆乳汁 ししゃも天ぷら 豚肉と昆布の炒め煮	鶏肉 豆乳 豆腐 白菜 大根 人参 椎茸 ししゃも 豚肉 糸昆布
	3	土		
	4	日		
	5	月	ミネストローネ グリルチキン スパゲティサラダ (ツナ)	ベーコン ジャガ芋 キャベツ エリンギ 人参 玉葱 鶏肉 シーチキン スパゲティ 胡瓜 卵 りんご コーン
	6	火	(もちつき大会) おにぎり弁当 餅 大根漬物 みかん	もち米 小豆 きざみのり きな粉 大根 みかん
	7	水	弁当日	
	8	木	なめこ汁 サバ塩焼き わかめサラダ さつま芋オレンジ煮	なめこ 豆腐 小葱 大根 鯖 ロースハム 乾燥わかめ 胡瓜 人参 さつま芋 オレンジジュース
	9	金	(なわとび大会) なかよしうどん さつまいもと栗のタルト	うどん 鶏肉 白菜 大根 人参 小葱 カマボコ 椎茸 天かす さつまいもと栗のタルト
	10	土		
	11	日		
	12	月	鮭マヨネーズ焼き 鶏玉そぼろ 竹輪とキャベツの和え物	鮭 鶏ひき肉 卵 竹輪 キャベツ ごま 胡瓜 人参 乾燥わかめ
	13	火	すき焼き 春雨酢の物 納豆味噌	牛肉 しらたき 白菜 人参 椎茸 白ネギ 豆腐 豚挽き肉 納豆 小葱 春雨 カニカマ 胡瓜 乾燥わかめ
	14	水	弁当日	
	15	木	(クリスマス会) もみの木ハンバーグ 星型コロッケ ナポリタン ほうれん草ソテー クリスマスデザート	もみの木ハンバーグ 星型コロッケ ベーコン しめじ コーン ほうれん草 スパゲティ ビーマン 人参 玉葱 クリスマスデザート
	16	金	(誕生会) とり天 エビフライ 野菜サラダ 誕生日ケーキ	鶏肉 エビフライ レタス 胡瓜 パプリカ 人参 水菜 モンブラン
	17	土		
	18	日		
	19	月	八宝菜 焼き餃子 中華サラダ	豚肉 キャベツ 椎茸 筍水煮 人参 木耳 ロースハム もやし 春雨 胡瓜 コーン 餃子
	20	火	(終業式) Ca強化の日	牛乳焼きドーナツ
	21	水		
	22	木		
	23	金		
	24	土		
	25	日		
	26	月	冬休み	
	27	火		
	28	水		
	29	木		
	30	金		
	31	土		



★9日は完全給食です！

問い合わせが多かったメニューを載せています

(レンコンチップス) 材料：レンコン(水煮可) 薄切りにして水にさらしておく

米粉 青海苔 塩 ゆかりも人気です！

レンコンの水気をとり米粉を全体にしっかりまぶして油でカラッと揚げる。お好みで味付けしてください。

ポイントは米粉を使うことです！油の吸油率少なくカリッと感が長く続きます。