

	2024年 12月 16日(月)	12月 17日(火)	12月 18日(水)	12月 19日(木)	12月 20日(金)	12月 21日(土)	12月 22日(日)
朝	◆ごはん(学) 米 ◆鮭のポテト焼き 鮭(生) しお こしょう粉 じゃがいも ホールコーン(缶詰) マヨネーズ 全卵型 しお ピザ用チーズ 粉パセリ 乾 ◆キャベツと厚揚げの炒め物(学) キャベツ 厚揚げ もやし にんじん にら 食塩 こしょう 白 粉 顆粒和風だし こいくちしょうゆ 調合油 ◆納豆 納豆 青ネギ ◆かきたま汁(学) 卵 食塩 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし じゃがいもでん粉 みつば 生 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆魚のホイル焼き(学) 赤魚(60g) しお こしょう粉 えのきたけ 生 しめじ たまねぎ マーガリン にんにく おろし レモン 全果 生 ◆ひじきの五目煮(学) ひじき(乾) 乾しいたけ にんじん 油揚げ えだまめ 冷凍 めんつゆ ストレート 水 顆粒和風だし 白ごま 乾 ◆目玉焼き(学) 卵 しお こしょう粉 調合油 ◆ゆし豆腐(学) ゆし豆腐 葉ねぎ 葉 生 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆しゃも塩焼き しゃも 生干し 生 レモン 全果 生 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆ほうれん草のソテー ほうれん草(冷) しめじ にんじん ホールコーン(缶詰) ベーコン 有塩バター しお 顆粒コンソメ ◆かに玉風厚焼き玉子 卵 かに風味かまぼこ(令) 乾しいたけ 青ネギ 鳥がらだし ごま油 ◆すまし汁(もずく) もずく かいわれだいこん 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆牛乳 普通牛乳	◆ホットドッグ コッペパン チキンウィンナー スティックチーズ 調合油 トマトケチャップ 粒マスタード ◆スクランブルエッグ 卵 調合油 しお こしょう粉 トマトケチャップ ◆コールスローサラダ(学) キャベツ にんじん ホールコーン(缶詰) コールスローレッシング ◆コーンスープ コーンクリームスープ ホールコーン(缶詰) 普通牛乳 水 粉パセリ 乾 ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆白身魚のトマトバターソース ホキ 生 しお ブラックペッパー 小麦粉 有塩バター にんにく おろし トマト生 こいくちしょうゆ ◆小松菜炒め こまつな 葉 生 にんじん しめじ 豚コマ スライス 顆粒和風だし 食塩 こいくちしょうゆ 調合油 ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆ゆし豆腐(学) ゆし豆腐 葉ねぎ 葉 生 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆赤魚の梅煮(学) 赤魚(60g) しょうが おろし こいくちしょうゆ 砂糖 みりん うめ 梅干し 調味漬 しそ ◆炒り豆腐 沖縄豆腐 にんじん 乾しいたけ いんげん(冷) 調合油 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし しお ◆ほうれん草のしらす和え(学) ほうれん草(冷) しめじ しらす干し 半乾燥品 酢 グラニュー糖 こいくちしょうゆ ◆にゅうめん(学) そうめん・乾 赤かまぼこ カットわかめ カッタわかめ 卵 しお 調合油 こいくちしょうゆ 食塩 顆粒和風だし 青ネギ ◆くだもの(パイナップル) パイナップル 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆魚の香草パン粉焼き(学) ホキ 生 しお こしょう粉 パン粉 にんにく おろし バジル 粉 粉チーズ レモン 全果 生 ◆冬瓜ンブシー(学) とうがん にんじん ツナ缶 にら こいくちしょうゆ みりん 食塩 顆粒和風だし ◆さきみと胡瓜の梅和え(学) ほくし鶏 胡瓜 生 食塩 グラニュー糖 山海ぶし ◆みそ汁(高野豆腐/わかめ) 高野豆腐 カッタわかめ 顆粒和風だし 合わせ味噌 青ネギ ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳
間	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(補)おにぎり(油みそ) 米 赤だしみそ 米みそ 甘みそ ツナ缶 グラニュー糖 ごま むき 焼きのり(10枚)	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり	◆(補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆(補)おにぎり(油みそ) 米 赤だしみそ 米みそ 甘みそ ツナ缶 グラニュー糖 ごま むき 焼きのり(10枚)	◆(補)鮭おにぎり 米 しお 鮭フレーク 焼きのり(10枚)	◆(補)小松菜とわかめの鉄分お 米 カッタわかめ 白ごま 乾 小松菜(冷) ごま油 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし
昼	◆ごはん(学) 米 ◆牛肉とセロリのオイスターソ 牛肉肩ロース 片栗粉 セロリ 生 赤ピーマン生 にんにく おろし しょうが おろし 料理酒 オイスターソース 調合油 しお ブラックペッパー ◆小籠包(学) 小籠包(30g) こいくちしょうゆ 酢 からし 練り ◆春雨サラダ(学) はるさめ 普通はるさめ ロースハム 胡瓜 生 白ごま 乾 卵 にんじん きくらげ 乾 和風ドレッシングタイプ調 ◆中華風スープ チンゲンサイ(冷) かに風味かまぼこ(令) 乾しいたけ 中華だし しお こしょう 白 粉 ◆くだもの(りんご) りんご生	◆ごはん(学) 米 ◆タンダリーチキン(学) 鶏もも肉 ヨーグルト 全脂無糖 カレー粉 トマトケチャップ ウスターソース はちみつ 食塩 こしょう粉 しょうが おろし にんにく おろし 調合油 ◆(付)なめらかマッシュポテト じゃがいも 有塩バター 生クリーム 顆粒コンソメ 粉パセリ 乾 ◆ブロッコリーのカレー炒め(学) ブロッコリー(冷) にんじん しめじ チキンウィンナー カレー粉 顆粒コンソメ 有塩バター ◆イカのマリネ(学) こういか 生 にんじん 胡瓜 生 黄ピーマン たまねぎ生 酢 オリーブ油 砂糖 粒入りマスタード しお ◆クラムチャウダースープ(学) たまねぎ生 むきあさり(冷) じゃがいも mixベジタブル(令) ベーコン スライス 顆粒コンソメ ホワイトソース 水 粉パセリ 乾 ◆くだもの(みかん) 温州みかん	◆ごはん(学) 米 ◆ピーマンの肉詰め(学) 青ピーマン生 小麦粉 豚ひき肉 大豆水煮 たまねぎ 食塩 清酒 純米酒 こいくちしょうゆ しょうが おろし 卵 調合油 こいくちしょうゆ 砂糖 みりん 料理酒 レタス トマト生 ◆千切りリチー 切干しだいこん 乾 刻み昆布 切こんにやく カステラかまぼこ 三枚肉スライス 調合油 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし 清酒 純米酒 ◆もずくの酢の物(学) もずく 胡瓜 生 かに風味かまぼこ(令) 酢 グラニュー糖 うすくちしょうゆ ◆キムチチゲ(学) 豚コマ スライス はくさい(生) たまねぎ生 もやし 絹ごし豆腐 にら にんにく おろし 顆粒中華味 こいくちしょうゆ 白ごま 乾 コチュジャン 合わせ味噌 ◆BDケーキ(学) ショートケーキ(カット)	◆カレーうどん(学) うどん(冷) 豚コマ スライス はくさい(生) にんじん 油揚げ 乾しいたけ 青ネギ かつおだし汁 顆粒和風だし うすくちしょうゆ みりん しお カレー粉 ウスターソース ◆ジャーマンポテト(学) じゃがいも たまねぎ生 ベーコン 顆粒コンソメ 食塩 こしょう 白 粉 パセリ 葉 生 ◆さきみとブロッコリーのサラダ ブロッコリー(冷) ほくし鶏 ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング ◆フルーツポンチ(学) 白玉団子(冷) パイナップル 缶詰 みかん 缶詰 サイダー	◆おろしポン酢牛丼(学) 米 牛肉スライス たまねぎ生 砂糖 料理酒 こいくちしょうゆ みりん しょうが おろし 大根おろし(冷) ぼん酢しょうゆ 青ネギ ◆水菜としらすのサラダ みずな 葉 生 だいこん 生 しらす 白ごま 乾 きざみのり ゆずドレッシング ◆日本そば汁(学) 日本そば(乾) なると 乾燥わかめ 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆くだもの(りんご) りんご生	◆トウジンジージュシー(学) 米 にんじん 三枚肉スライス 乾しいたけ よもぎ 葉 生 かつおだし汁 うすくちしょうゆ しままーす 料理酒 ◆ひれカツ ヒレカツ(豚)100 調合油 とんかつソース キャベツ ミニトマト 果実 生 ◆蒸しとうもろこし スイートコーン 未熟種 ◆厚焼き卵(学) 卵 しお 調合油 ◆からし菜炒め(学) からしな 葉 生 にんじん ツナ缶 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆沖縄風みそ汁(学) 豚コマ スライス 沖縄豆腐 卵 だいこん 生 にんじん 青ネギ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	◆中身そば(学) 沖縄そば麺 豚中身 豚ロース1cmスライス 乾しいたけ 切こんにやく こいくちしょうゆ 鳥がらだし しままーす しょうが おろし 青ネギ ◆野菜炒め(学) キャベツ にんじん たまねぎ ぶたバラスライス にら 調合油 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆三色なます(学) だいこん 生 かに風味かまぼこ(令) 胡瓜 生 しままーす 酢 砂糖 ◆くだもの(みかん) 温州みかん
夜	◆(補)ひじき豆おにぎり 米 ひじき(乾) むき枝豆 顆粒和風だし こいくちしょうゆ	◆(補)やみつきおにぎり 米 天かす しらす干し 半乾燥品 しそ めんつゆ 三倍濃厚 白ごま 乾	◆(補)あんぱん あんぱん ◆ザバス(200ml)ココア ザバス(乳飲料)200ml	◆(補)ピザまん ピザまん	◆焼きいも 焼きいも ◆牛乳 普通牛乳	◆(補)うめおにぎり 米 種ぬきかつお梅 白ごま 乾 焼きのり(10枚) ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(補)枝豆塩昆布おにぎり 米 むき枝豆 塩昆布 ごま油 ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml
タ	◆クファジュシー(学) 米 豚ロース1cmスライス にんじん 蒸しかまぼこ ひじき(乾) 青ネギ こいくちしょうゆ 料理酒 みりん風調味料 しお 調合油 ◆ソーキの煮付け(学)	◆ごはん(学) 米 ◆すき焼き(学) 牛肉スライス はくさい(生) 長ネギ えのきたけ 生 生しいたけ しらたき 木綿豆腐 すき焼きのたれ ◆豆乳茶碗蒸し(学) 卵	◆ごはん(学) 米 ◆ビーフシチューオムライス 牛肉スライス じゃがいも たまねぎ生 にんじん マッシュルーム 水煮缶 卵 調合油 しお こしょう粉	◆ごはん(学) 米 ◆チキンソテーのきのこソテー(学) 鶏もも肉 しお こしょう粉 小麦粉 調合油 しめじ えのきたけ 生 まいたけ 生 有塩バター ぼん酢しょうゆ	◆ごはん(学) 米 ◆鶏肉となすの味噌炒め(学) 鶏もも肉 しお こしょう粉 片栗粉 なす たまねぎ にんじん 青ピーマン生 調合油 乾しいたけ	◆ほうれん草とベーコンの和風 スパゲッティ(乾) ほうれん草(生) たまねぎ ベーコン しめじ 有塩バター しそ きざみのり 白ごま 乾 めんつゆ 三倍濃厚 顆粒和風だし ◆チーズトースト	◆うこんライス(学) 米 ターメリック ◆Wボークカレー 豚ロース1cmスライス ボークランチョンミート にんじん じゃがいも たまねぎ しめじ 青ピーマン生 カレールウ 調合油

	2024年 12月 16日(月)	12月 17日(火)	12月 18日(水)	12月 19日(木)	12月 20日(金)	12月 21日(土)	12月 22日(日)
タ	豚ソーキ(40g) だいこん 生 にんじん まこんぶ 素干し 板こんにやく チンゲンサイ 葉 生 こいくちしょうゆ みりん風調味料 料理酒 顆粒和風だし 食塩 ◆ささみとブロッコリーのサラダ ブロッコリー(冷) ほぐし鶏 ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング ◆すまし汁(もずく) もずく 絹ごし豆腐 かいわれだいこん 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	豆乳 めんつゆ 三倍濃厚 鶏もも肉 むきエビ(冷) 蒸しかまぼこ 乾しいたけ みつば 生 ◆中華もやし和え(学) もやし 胡瓜 生 ロースハム こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 顆粒中華味 白ごま 乾 ◆根菜のみそ汁 れんこん 生 さつまいも(生) ごぼう 根 生 だいこん 生 にんじん 葉ねぎ 葉 生 麦みそ 顆粒和風だし ◆フルーツ盛り合わせ(学) オレンジ(生) りんご 生 いちご 生	◆ささみとブロッコリーのサラダ ブロッコリー(冷) レタス ほぐし鶏 ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング ◆ワタンスープ(学) ワンタン 冷凍 豆苗 乾しいたけ 顆粒中華だし ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	青ネギ ◆エビチリ(学) むきエビ(冷) 料理酒 しょうが おろし 片栗粉 調合油 長ネギ トマトケチャップ 料理酒 砂糖 ごま油 こいくちしょうゆ 鳥がらだし オイスターソース しょうが おろし にんにく おろし トウバンジャン 水 ◆蒸し鶏の梅ヨーグルトサラダ(学) ほぐし鶏 レタス にんじん しそ かいわれだいこん プレーンヨーグルト(400g) めんつゆ 三倍濃厚 山海ぶし ◆具だくさんもずく汁(学) もずく 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ しめじ 卵 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 みつば 生 ◆くだもの(いちご) いちご 生	にんにく おろし (学) しょうが みりん 合わせ味噌 砂糖 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆ほうれん草とひじきの鉄分強 ほうれん草(冷) ひじき(乾) ツナ ホールコーン(缶詰) マヨネーズ 全卵型 こいくちしょうゆ 白すりごま ◆ソーキ汁(学) 豚ソーキ(40g) とうがん にんじん 蒸し昆布 乾しいたけ 顆粒和風だし 料理酒 こいくちしょうゆ しお かつおだし汁 青ネギ ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生)	食パン スライスチーズ ブラックペッパー ◆コブサラダ(学) レタス 胡瓜 生 トマト生 アボカド 生 ほぐし鶏 卵 コブドレッシング ◆具だくさんコンソメスープ(学) キャベツ たまねぎ にんじん 黄ピーマン ホールコーン(缶詰) チキンウィンナー 顆粒コンソメ しょうが しままーす ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	福神漬 らっきょう 甘酢漬 ◆パンパンジーサラダ(学) ほぐし鶏 もやし 胡瓜 生 セロリ 生 トマト生 ごまドレッシング ◆ヨーグルト和え(学) パナナ 生 バインアップル 缶詰 黄桃缶 プレーンヨーグルト(400g)

	2024年 12月 23日(月)	12月 24日(火)	12月 25日(水)	12月 26日(木)	12月 27日(金)	12月 28日(土)
朝	◆ごはん(学) 米 ◆鮭のちゃんちゃん焼き風(学) 鮭(生) しお たまねぎ生 青ピーマン生 赤ピーマン生 しめじ しお 顆粒和風だし 調合油 合わせ味噌 料理酒 ピザ用チーズ ◆もやしピリ辛炒め(学) もやし にんじん にら 豚ひき肉 調合油 顆粒和風だし うすくちしょうゆ トウバンジャン 食塩 こしょう 白粉 ◆納豆 納豆(チューブ入) こねぎ(令) ◆味噌汁(卵/ねぎ) 卵 青ネギ 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(りんご) りんご生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆サバの塩焼き(学) サバ(120) だいこん 生 しそ こいくちしょうゆ ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆キャベツ炒め(学) キャベツ にんじん もやし にら 豚肩ロース(細切り) 顆粒和風だし 食塩 うすくちしょうゆ 調合油 ◆胡瓜の浅漬け(学) 胡瓜 生 しお 昆布だし 砂糖 白ごま 乾 ◆味噌汁(もやし) もやし にんじん 青ネギ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 加工乳 濃厚	◆ごはん(学) 米 ◆魚のホイル焼き(学) ホキ 生 しお こしょう粉 えのきたけ 生 しめじ たまねぎ マーガリン にんにく おろし レモン 全果 生 ◆野菜の炊き合わせ(学) とうがん 里芋 (令) にんじん 鶏だんご(冷) いんげん(冷) 顆粒和風だし グラニュー糖 みりん こいくちしょうゆ ◆キムチ納豆(学) 納豆 はくさいキムチ 青ネギ ◆あさりのすまし汁(学) あさり 生 根みつば 葉 生 顆粒和風だし うすくちしょうゆ みりん 食塩 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ピザトースト(学) 食パン ピザソース たまねぎ生 青ピーマン生 ホールコーン(缶詰) チキンウィンナー ピザ用チーズ ◆目玉焼き(学) 卵 しお こしょう粉 ◆サラダ(学) レタス トマト生 ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング ◆クラムチャウダースープ(学) たまねぎ生 むきあさり(冷) じゃがいも mixベジタブル(令) ベーコン スライス 顆粒コンソメ ホワイトソース 水 粉パセリ 乾 ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆餅入りみぞれうどん うどん(冷) なると もち 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 大根おろし(冷) 卵 青ネギ ◆人参とほうれん草のゴマ和え ほうれんそう(生) にんじん ほぐし鶏 白ごま 乾 こいくちしょうゆ 酢 砂糖 ◆フルーツ盛り合わせ(学) オレンジ(生) キウイフルーツ(ゴールド) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん(学) 米 ◆鮭の塩焼き(学) べにざけ 生 食塩 こしょう粉 調合油 だいこん 生 しそ こいくちしょうゆ ◆納豆(学) 納豆 青ネギ ◆じゃが芋と豚肉の炒め物(学) じゃがいも 豚コマ スライス にら 調合油 顆粒和風だし めんつゆ 三倍濃厚 ◆味噌汁(豆腐) 絹ごし豆腐 乾燥わかめ 青ネギ 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳
間	◆(補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆(補)うめおにぎり 米 種ぬめかつお梅 白ごま 乾 焼きのり(10枚)	◆(補)ゆかりたくあんおにぎり 米 ゆかり たくあん漬 めんつゆ 三倍濃厚 ごま油	◆(補)おにぎり(油みそ) 米 赤だしみそ 米みそ 甘みそ ツナ缶 グラニュー糖 ごま むき 焼きのり(10枚) ◆ザバス(200ml)/パナラ ザバス(乳飲料)200ml	◆(補)おにぎり(油みそ) 米 赤だしみそ 米みそ 甘みそ ツナ缶 グラニュー糖 ごま むき 焼きのり(10枚) ◆ザバス(200ml)/パナラ ザバス(乳飲料)200ml	◆(補)大根葉おにぎり 米 葉だいこん 葉 生 しらす めんつゆ 三倍濃厚 ごま油 白ごま 乾
昼	◆ちゃんぽん麺(学) 中華麺 ゆで 豚コマ スライス シーフードmix キャベツ 生 赤かまぼこ にんじん きくらげ 乾 ホールコーン(缶詰) 青ネギ ごま油 しょうが おろし にんにく おろし 鳥からだし 顆粒中華味 こいくちしょうゆ オイスターソース 普通牛乳 水 しお こしょう粉 ◆スコップコロッケ(学) じゃがいも 牛乳(大) たまねぎ にんじん あいびき肉 むき枝豆 ホールコーン(缶詰) しお うすくちしょうゆ みりん 砂糖 顆粒コンソメ マーガリン マヨネーズ 全卵型 パン粉 粉チーズ 粉パセリ 乾 ◆豆苗ともやしのナムル(学) 豆苗 もやし にんじん ごま油 うすくちしょうゆ 酢 砂糖 白ごま 乾 ◆アイスクリーム アイスクリーム 普通脂	◆シーフードピラフ(学) 米 シーフードmix たまねぎ 赤ピーマン生 ホールコーン(缶詰) 顆粒コンソメ しお にんにく おろし 有塩バター ◆スパニッシュオムレツ(学) 卵 ベーコン スライス じゃがいも トマト生 ミックスベジタブル(冷) ピザ用チーズ 顆粒コンソメ こいくちしょうゆ 有塩バター ◆ささみとブロッコリーのサラダ ブロッコリー(冷) ほぐし鶏 ごまドレッシング ◆コーンスープ コーンクリームスープ ホールコーン(缶詰) 普通牛乳 水 粉パセリ 乾 ◆くだもの(いちご) いちご 生	◆スパゲティミートソース(学) スパゲッティ(乾) 粉パセリ 乾 豚ひき肉 大豆水煮 たまねぎ にんじん 青ピーマン生 トマトケチャップ トマトソース ミートソース 調合油 ◆ピザトースト(学) 食パン ピザソース たまねぎ生 青ピーマン生 ホールコーン(缶詰) チキンウィンナー ピザ用チーズ ◆フライドチキン(学) 鶏手羽元 食塩 ブラックペッパー こいくちしょうゆ しょうが おろし にんにく おろし 小麦粉 卵 調合油 レモン 全果 生 ◆サラダ(学) レタス トマト生 ホールコーン(缶詰) ツナ ごまドレッシング ◆コーンスープ コーンクリームスープ ホールコーン(缶詰) 普通牛乳 水 粉パセリ 乾 クルトン ◆クリスマスケーキ ショートケーキ(カット) フローズンホイップ いちご 生	◆ごはん(学) 米 ◆チキンの照り焼き(学) とりむね(皮なし) こいくちしょうゆ みりん 砂糖 清酒 純米酒 調合油 ◆ポテトフライ(増量) フライドポテト 調合油 しお 粉パセリ 乾 ◆かんぴょうイリチー(学) かんぴょう 乾 刻み昆布 豚ロース1cmスライス カステラかまぼこ 乾しいたけ 調合油 グラニュー糖 みりん風調味料 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆もやしとわかめの酢の物(学) もやし 胡瓜 生 かに風味かまぼこ(令) カットわかめ 酢 砂糖 うすくちしょうゆ しょうが おろし ◆イナムルチ汁(学) 豚ロース1cmスライス 切こんにやく 乾しいたけ カステラかまぼこ イナムドゥチ味噌 顆粒和風だし ◆くだもの(りんご) りんご生	◆タコライス(学) 米 あいびき肉 鶏ミンチ 大豆水煮 たまねぎ生 青ピーマン生 にんじん タコライスソース ピザ用チーズ レタス トマト生 チリソース ◆ゆで卵 卵 しお ◆マッシュルームスープ マッシュルームスープ 水 しめじ 生 ◆くだもの(みかん) 温州みかん	◆三色丼(学) 米 鶏ミンチ 調合油 めんつゆ 三倍濃厚 しょうが おろし 卵 しお こしょう粉 調合油 ほうれん草(冷) しお 顆粒和風だし こいくちしょうゆ きざみのり ◆エビフライ えびフライ フライ用 冷 調合油 ◆いんげんと竹輪の和え物 いんげん(冷) にんじん しめじ 生 焼きちくわ 糸カツオ 和風ドレッシングタイプ調 ◆アーサ汁(学) あおさ 素干し 絹ごし豆腐 こいくちしょうゆ 食塩 顆粒和風だし ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生)
夜	◆(補)チキンライスおにぎり 米 鶏もも肉 たまねぎ生 ミックスベジタブル(冷) トマトケチャップ ウスターソース しお 有塩バター	◆(補)しそ昆布おにぎり 米 しそ昆布	◆(補)豚まん 豚まん	◆(補)辛子高菜おにぎり 米 辛子高菜漬け ◆ザバス(200ml)/パナラ ザバス(乳飲料)200ml	◆(補)塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり
タ	◆ごはん(学) 米 ◆牛肉とセロリのオイスターソ 牛肉スライス 片栗粉 セロリ 生 赤ピーマン生 にんにく おろし しょうが おろし 料理酒 オイスターソース 調合油 しお ブラックペッパー	◆ごはん(学) 米 ◆チキングラタン(学) 鶏もも肉 たまねぎ生 マッシュルーム 水煮缶 じゃがいも ホールコーン(缶詰) マカロニ 乾 マーガリン しお こしょう粉 ホワイトソース 水	◆ごはん(学) 米 ◆豚肉のスタミナにら玉炒め(学) 豚肉(もも) たまねぎ にら 卵 顆粒和風だし めんつゆ 三倍濃厚 ごま油 ◆水菜としらすの豆腐サラダ みずな 葉 生 だいこん 生 しらす	◆アスリート用ビビンバ丼(学) 米 豚肩ロース(細切り) にんにく おろし しょうが おろし 料理酒 砂糖 こいくちしょうゆ コチュジャン ほうれん草(冷) ごま油 鳥がらだし もやし ごま油	◆ごはん(学) 米 ◆鶏肉のおろしポン酢 鶏むね肉 料理酒 しょうが おろし しお だいこん 生 しそ ぼん酢しょうゆ ◆千切イリチー(学) 切干しいたけ 乾 刻み昆布 イナムルチコンニャク	◆焼きうどん(学) うどん(冷) キャベツ 生 にんじん たまねぎ 豚肩ロース(細切り) 長ネギ しめじ 生 葉ねぎ 葉 生 めんつゆ ストレート 食塩 紅しょうが きざみのり ◆蒸しゆうまい(学)

	2024年 12月 23日(月)	12月 24日(火)	12月 25日(水)	12月 26日(木)	12月 27日(金)	12月 28日(土)
タ	◆きびなごの南蛮漬け(学) きびなご 生 食塩 小麦粉 調合油 たまねぎ にんじん 青ピーマン生 かつお・昆布だし 酢 グラニュー糖 みりん風調味料 こいくちしょうゆ 鷹の爪 ◆ゴボウサラダ(学) ごぼう 根 生 にんじん 胡瓜 生 ほぐし鶏 マヨネーズ 全卵型 白すりごま ◆赤だし汁(学) なめこ 生 絹ごし豆腐 顆粒和風だし 赤だしみそ 青ネギ ◆きなこ団子(学) 白玉団子(冷) きな粉 黒蜜	顆粒コンソメ ピザ用チーズ パン粉 マヨネーズ 全卵型 粉パセリ 乾 ◆ほうれん草のソテー(学) ほうれん草(冷) しめじ ベーコン ホールコーン(缶詰) 有塩バター こいくちしょうゆ こしょう粉 顆粒和風だし ◆カプレーゼサラダ(学) トマト生 モッツアレラ イタリアンドレッシング バジル 粉 ◆かきたまうどん汁(学) うどん(冷) 卵 カットわかめ 青ネギ 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生)	絹ごし豆腐 白ごま 乾 ゆずドレッシング ◆鶏塩そうめん(学) そうめん・乾 ほぐし鶏 キャベツ 青ネギ 鳥がらだし にんにく おろし しお こしょう粉 ごま油 白すりごま ◆くだもの(GF) グレープフルーツ	ラダ 鳥がらだし にんじん ごま油 しお はくさいキムチ 卵 ◆レバーのカレー唐揚げ(学) 豚レバー 普通牛乳 しお こしょう粉 こいくちしょうゆ にんにく おろし カレー粉 片栗粉 調合油 キャベツ ◆もずくの酢の物(学) もずく 胡瓜 生 かに風味かまぼこ(冷) 酢 グラニュー糖 うすくちしょうゆ ◆もやしとひき肉の坦々豆乳ス もやし いら 絹ごし豆腐 豚ひき肉 豆乳 ごま油 白すりごま ラー油 みりん こいくちしょうゆ 合わせ味噌 しょうが おろし にんにく おろし ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	チキアギ 三枚肉スライス 調合油 うすくちしょうゆ 顆粒和風だし 清酒 純米酒 ◆中華もやし和え(学) もやし 胡瓜 生 ロースハム こいくちしょうゆ 砂糖 酢 ごま油 顆粒中華味 白ごま 乾 ◆お雑煮風すまし汁(学) 鶏もも肉 小松菜(冷) 乾しいたけ 板かまぼこ(赤) 顆粒和風だし うすくちしょうゆ しお みつば 生 ◆くだもの(キウイ) キウイフルーツ(ゴールド)	しゅうまい 冷凍 こいくちしょうゆ 酢 からし 練り ◆パンバンジーサラダ(学) ほぐし鶏 もやし 胡瓜 生 セロリ 生 トマト生 ごまドレッシング ◆キムチチゲ(学) 豚コマ スライス はくさい(生) たまねぎ生 もやし 絹ごし豆腐 いら にんにく おろし 顆粒中華味 こいくちしょうゆ 白ごま 乾 コチュジャン 合わせ味噌 ◆くだもの(りんご) りんご生