



## 令和7年12月 Aコース 献立予定表



市ホームページ  
に献立予定表・  
詳細献立表を掲  
載しています



# 今月の給食目標 寒さに負けない食事をしよう



〈月曜日と木曜日は持参ごはん〉 ふりかけなどをかけずにもってきてください。 給食には毎食牛乳がつきます。



月 (持参ごはん)	火	水	木 (持参ごはん)	金	
<p>じさん 持参ごはん たまご 卵とコーンのスープ たまご・コーン・★たまねぎ</p> <p>ぎゅうにく 牛肉コロッケソースかけ じゅかいも・たまねぎ・ぎゅうにく・はんこ・ちゅうのうソース</p> <p>せん切りサラダ だいこん・きゅべつ・すりおろしオニオンドレッシング</p> <p>おさかなふりかけ さばふし・ごま・いわし・かつお・あおのり</p>	<p>1 いたく ★委託ごはん はるさめ 春雨スープ はるさめ・わかめ・コーン</p> <p>とり 鶏レバー肉団子 (1人2ヶ) とりにく・たまねぎ・れんこん・にんじん</p> <p>パンサンスー もやし・にんじん・きゅうり</p>	<p>2 いたく バターパン コンソメスープ ★じゃがいも・★たまねぎ・はくさい</p> <p>きのこソースハンバーグ ハンバーグ (とりにく・たまねぎ・だいす・ふたにく・たまご)・エリンギ・えのき・★たまねぎ・デミグラスソース</p> <p>フルーツのヨーグルト和え フルーツかん (もも・りんご)・ヨーグルト・なまクリーム</p>	<p>3 ~ふるさと給食⑧~ じさん 持参ごはん サフォークカレー ★サフォークにく・★じゃがいも・★たまねぎ・にんじん・スキムミルク・バター・ヨーグルト</p> <p>コーンクリーミーサラダ きゅべつ・だいこん・きゅうり・コーンクリーミードレッシング</p> <p>かき 柿 こんねんどさいご 今年度最後の ふるさと給食です！</p>	<p>4 こがた 小型バターパン ミートソーススペゲティ スペゲティ・とりにく・ぶたにく・★たまねぎ・にんじん・エリンギ・とまとみずに・バター・こなチーズ</p> <p>グリーンサラダ きゅべつ・きゅうり・コールスロードレッシング</p> <p>チョコクリーム</p>	
<p>じさん 持参ごはん しる みそ汁 はくさい・だいこん・あつあげ・こまつな</p> <p>ほっけの塩焼き ほっけ しおや</p> <p>にく 肉じゃが ★じゃがいも・ぶたにく・★たまねぎ・にんじん・しらたき</p>	<p>8 いたく ★委託ごはん とうふ 豆腐の中華スープ とうふ・コーン・こまつな・★たまねぎ</p> <p>とりにく 鶏肉のスタミナ焼き とりにく</p> <p>マーボー春雨 はるさめ にんじん・★たまねぎ・ちんげんさい・とりにく・ぶたにく・たけのこ・しいたけ・はるさめ</p>	<p>9 いたく バターパン コーンクリームスープ ★じゃがいも・★たまねぎ・コーン・とりにく・きゅうり・ゆう・バター</p> <p>アンサンブルエッグ たまご・じゃがいも・たまねぎ・チーズ・ベーコン・きゅうり・ゆう</p> <p>シーザーサラダ ベーコン・きゅべつ・きゅうり・レタス・クルトン・シーザーサラダドレッシング</p>	<p>10 じさん 持参ごはん じる みそちゃんこ汁 とりにく・もやし・だいこん・はくさい</p> <p>たらの照り焼き たら て や</p> <p>あつあ ちゅうかいた 厚揚げの中華炒め あつあげ・★たまねぎ・きゅべつ・にんじん</p>	<p>11 こがた 小型バターパン しょうゆやさい 醤油野菜ラーメン らーめん・ぶたにく・ちんげんさい・にんじん・もやし・★たまねぎ・つと</p> <p>しお うま塩サラダ だいこん・きゅうり・うましおドレッシング</p> <p>ベビーチーズ</p>	
<p>じさん 持参ごはん しる みそ汁 とうふ・なめこ・だいこん</p> <p>しょうがに さばの生姜煮 さば</p> <p>こうや どうふ ふく に 高野豆腐含め煮 ★たまねぎ・★じゃがいも・とりにく・にんじん・こうやどうふ</p>	<p>15 いたく ★委託ごはん じる のっつい汁 ぶたにく・さといも・にんじん・ごぼう・だいこん</p> <p>しらすとわかめのたまご焼き たまご・しらす・わかめ</p> <p>みそおでん だいこん・にんじん・こんにゃく・がんも・さつまあげ</p>	<p>16 いたく バターパン ブラウンシチュー ★たまねぎ・にんじん・★じゃがいも・しめじ・とまとみずに・バター・きゅうり・ゆう</p> <p>チキンのチーズ焼き とりにく・チーズ・あかびーまん</p> <p>やさい 野菜とベーコンのサラダ きゅべつ・きゅうり・えだまめ・ベーコン・セバパレードレッシング</p> <p>★クリスマスケーキ たまご・こむぎこ・バター・きゅうり・ゆう・マーガリン・ココア・カカオマス・いちごジャム</p>	<p>17 こんだて ~クリスマス献立~ じさん 持参ごはん じる みぞれ汁 だいこん・しめじ・はくさい・あつあげ</p> <p>あづき かぼちゃの小豆かけ かぼちゃ・★つぶあん</p> <p>ふたにく 豚肉のオイスター炒め ふたにく・にんじん・★たまねぎ・こまつな</p>	<p>18 とうじ ~冬至献立~ じさん 持参ごはん じる みぞれ汁 だいこん・しめじ・はくさい・あつあげ</p> <p>あづき かぼちゃの小豆かけ かぼちゃ・★つぶあん</p> <p>いた 豚肉のオイスター炒め ふたにく・にんじん・★たまねぎ・こまつな</p> <p>りんごジャム</p>	
<p>じさん 持参ごはん やさい みそ野菜スープ ぶたにく・つと・にんじん・もやし・はくさい・ちんげんさい・★たまねぎ</p> <p>しょうろんぽう ひとり 小籠包 (1人2ヶ) ぶたにく・とりにく・きゅべつ・たまねぎ・たけのこ・はるさめ</p> <p>シーケアーサーサラダ だいこん・きゅべつ・シーケアーサードレッシング</p>	<p>22 いたく ★委託ごはん ごもく 五目中華スープ ★たまねぎ・にんじん・こまつな・コーン・とうふ</p> <p>しょう ヤンニョムチキン (小2ヶ : 中3ヶ) とりにく・ケチャップ・マヨネーズ・ごま</p> <p>レモンクリーミィサラダ きゅべつ・だいこん・きゅうり・レモンクリーミドレッシング</p>	<p>23 給食費の一部無償化が 実施されます。12月の児童手当からの引落し・JA口座振替は実施しません。 還付金が発生する方には 2月の精算通知に、還付(返金)に関する手続きについてのご案内を同封しますので、ご確認ください。</p>	<p>ことし とうじ 今年の冬至は22日です！ とうじ いちねん もっと たいよう ひく いち 冬至は一年のうちに最も太陽が低い位置に来るた ひる みじか よる なが め昼が短く夜が長くなります。昔はこの日を境に たいよう う か うん む 太陽が生まれ変わり、運が向いてくると考えられ ゆみ きよ てたので、ゆず湯で身を清め、邪気をはらう小豆 や「ん」(かぼちゃ→なんきん)のつく食べもの た うん よ を食べて「運」を呼びこむ風習があります。</p>		
1食あたりの予定平均摂取量	小学生 (中学年)	エネルギー 615kcal	たんぱく質 24.5g	脂質 20.4g	食塩相当量 3.5g

給食費の一部無償化が実施されます。12月の児童手当からの引落し・JA口座振替は実施しません。還付金が発生する方には2月の精算通知に、還付（返金）に関する手続きについてのご案内を同封しますので、ご確認ください。

ことし とうじ にち  
とうじ いちねん もっと たいよう ひく いち く  
冬至は一年のうちで最も太陽が低い位置に来るた  
ひる みじか よる なが むかし ひ さかい  
め暁が短く夜が長くなります。昔はこの日を境に たいよう う か うん む かんが  
太陽が生まれ変わり、運が向いてくると考えられ てたので、ゆず湯で身を清め、邪気をはらう小豆 や「ん」（かぼちゃ→なんきん）のつく食べもの た うん よ ふうしゅう  
を食べて「運」を呼びこす風習があります。

中学生 インルキー 819kcal にんじん  
こんだてよていひょう おも しょくざいりょう きさい すべ しょくざいりょう しょうさい こんだてひょう きさい  
献立予定表には主な食材料を記載しています。全ての食材料は詳細献立表に記載しています。  
こんだて よこく へんこう ばあい りょうしょう こんだてよていひょう かくこう じょうき  
献立予定表には主な食材料を記載しています。全ての食材料は詳細献立表に記載しています。

献立は予告なしに変更になる場合がありますのでご了承ください。献立予定表は各校の状況により電子化または紙での配布となります。

士別市・和寒町でとれた食材は★印がついています。（クリスマスケーキは毎年、士別市内のお菓子屋さんが特別に作ってくれています。）

十別市学校給食センター 23-4195



さかなや肉の骨に気をつけて、ゆっくりよくかんで食べましょう。

# 令和7年度 ▲コース 12月1週 詳細献立表

\*献立は、材料の都合により予告しないで一部を変更することがありますのでご承知下さい。

\*藻類・魚介類はえび・かにの生息域で採取されています。

\*うどん・ラーメン・スパゲティ・そうめんは小麦粉を使用し、製造工場では、そばを製造しています。

\*大豆製品（豆腐・油揚げ・生揚げ）・つきこん・白滝・こんにゃくの製造工場では、そばを製造しています。

\*パン・委託ご飯の製造工場では、くるみ・オレンジ・ごま・落花生・バナナ・キウイフルーツを使用しています。

\*主な調味料に含まれるもの（原材料名の記入を省略しています）

日	南大立表	食材 下線：特定原材料（8品目）、特定原材料に準ずるもの（20品目）
1 (月)	持参ご飯 <u>牛乳</u> ①卵とコーンのスープ ②牛肉コロッケソースかけ ③せん切りサラダ ④おさかなぶりかけ	①液卵・コーン・玉葱 <調味料>食塩 チンタヌースープ：豚肉・鶏肉エキス（豚骨・鶏骨・鶏肉・豚足・野菜）・香味オイル（動物油脂・野菜）・食塩・鰹エキス ボタージュエースコーン：コーンパウダー・デキストリン・加工油脂・澱粉・小麦粉・食塩・脱脂粉乳・動物油脂（豚）・砂糖・全粉乳・乳糖・酵母エキス・鶏コンソメ・チーズ（乳）・帆立エキス・乳製品・香辛料・香料（乳） ②焼いて牛肉入りコロッケ：じゃが芋・玉葱・砂糖・醤油（小麦・大豆）・植物油脂（大豆）・ビーフオイル（生肉）・発酵調味料・ <u>大豆</u> たん白・生肉・アミノ酸液（大豆）・肉エキス（大豆・鶏肉・豚肉）・食塩・香辛料・パン粉（小麦・乳・大豆）・澱粉（大豆）・乳化剤（大豆）・コンタミ：卵・スプレー油（菜種油） 中濃ソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・りんご・酢・食塩・トマトペースト・香辛料・澱粉・調味料 ③大根・キャベツ <調味料>すりおろしオニオンドレッシング：食用植物油脂（大豆）・玉葱酢漬け（りんご）・砂糖類・醤油（大豆・小麦）・ソテーガーリック（豚肉）・ごま・人参・酢・食塩・鶏エキス（乳成分・小麦・大豆）・香味食用油・玉葱 ④おさかなぶりかけ：ドロマイド・混合削節粉末（鰯・鰯・ムロアジ）・砂糖・ごま・食塩・醤油（小麦・大豆）・みりん・鰯風味調味料（小麦）・鰯削節・酵母エキス・乾燥マッシュボテト・澱粉・青海苔・南瓜・水飴・昆布エキス・コンタミ：えび・かに
2 (火)	委託ご飯 <u>牛乳</u> ①春雨スープ ②鶏レバー肉団子 ③パンサンス	①春雨・コーン・わかめ <調味料>酒・ショウガ・食塩・こしょう チンタヌースープ：豚肉・鶏肉エキス（豚骨・鶏骨・鶏肉・豚足・野菜）・香味オイル（動物油脂・野菜）・食塩・鰹エキス 中華ベース：食塩・豚エキス・砂糖・玉葱粉末・にんにく粉末・鶏肉粉末・調味料・香料（一部に小麦・卵・大豆を含む） ②鶏レバー肉団子：鶏肉・玉葱・れんこん・人参・パン粉（小麦・乳・大豆）・澱粉・鶏レバー・醤油（小麦・大豆）・砂糖・食塩・香辛料・ <u>大豆</u> たん白・卵たん白・砂糖・食塩・ <u>大豆</u> 油・タレ（果糖ブドウ糖液糖・砂糖・醤油（小麦・大豆）・酢・澱粉） ③もやし・人参・きゅうり <調味料>酢・醤油（小麦・大豆）・砂糖・ごま油
3 (水)	バターパン（小麦・卵・乳） <u>牛乳</u> ①コンソメスープ ②きのこソースハンバーグ ③フルーツのヨーグルト 和え	①じゃが芋・玉葱・白菜 <調味料>醤油（小麦・大豆）・食塩・こしょう・米油 コンソメ：乳糖・食塩・鶏肉・砂糖・鰯脂・バーム油・醤油（小麦・大豆）・玉葱・乳たん白・香辛料（小麦）・澱粉がらフレッシュユチキン：鶏骨・鰯脂・たんぱく酵素分解物 ②エリンギ・えのき・玉葱 ハンバーグ：鶏肉・玉葱・ <u>大豆</u> たん白・パン粉（乳・小麦・大豆）・生脂・醤油（小麦・大豆）・砂糖・ <u>大豆</u> 油・豚肉・生肉エキス・食塩・ウスターソース（りんご・大豆）・発酵調味料・香辛料・酵母エキス・ <u>大豆</u> たん白・卵白・澱粉・ココア <調味料>酒・こしょう・砂糖・オリーブオイル ケチャップ：トマト・砂糖・食塩・玉葱・酢 デミグラスソース：小麦粉・生脂豚脂混合油・トマトペースト・砂糖・食塩・ゼラチン・ショウガ・玉葱（大豆）・にんにく（大豆）・調味油（豚脂・生脂・小麦・大豆・鶏肉）・香辛料・野菜エキス・香味油（大豆・小麦）・豚エキス・酵母エキス（大豆・小麦・豚脂）・生エキス（鶏肉・豚肉・小麦・大豆） ③白桃水煮・りんご水煮（コンタミ桃）・生クリーム：植物油脂・乳製品・乳化剤（大豆）・ヨーグルト・乳製品・ゼラチン・寒天<調味料>砂糖
4 (木)	持参ご飯 <u>牛乳</u> ①サフォークカレー ②コーンクリーミーサラダ ③柿	①羊肉・じゃが芋・玉葱・人参・脱脂粉乳・バター（乳）・ヨーグルト：乳製品・ゼラチン・寒天 <調味料>こしょう・ターメリック・ガラムマサラ・ロリエ粉・ショウガ・にんにく・米油・醤油（小麦・大豆） カレールウ： <u>小麦</u> 粉・豚脂・砂糖・食塩・カレー粉・澱粉・玉葱・脱脂粉乳・トマト粉末・チーズ（乳）・乳C a・バナナ・醤油（大豆・小麦）・はちみつ・粉乳小麦粉・小麦発酵調味料・ソース（大豆・小麦）・脱脂大豆・ココア・バター（乳）・昆布・りんご・にんにく粉末（大豆）・豚エキス（小麦・大豆）・トマト調味料（小麦粉）・乳化剤（大豆） ケチャップ：トマト・砂糖・食塩・玉葱・酢 中濃ソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・りんご・酢・食塩・トマトペースト・香辛料・澱粉・調味料 ウスターソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・酢・食塩・玉葱・香辛料・トマトエキス・調味料 ②キャベツ・大根・きゅうり <調味料>こしょう コーンクリーミードレッシング：植物油脂・酢・砂糖・食塩・コーンパウダー・発酵調味料・玉葱・酵母エキス・ブルーン・人参・レモン果汁・乳化剤 ③柿
5 (金)	小型バターパン（小麦・卵・乳） <u>牛乳</u> ①ミートソーススパゲティ ②グリーンサラダ ③チョコクリーム	①スパゲティ・豚肉・鶏肉・玉葱・人参・エリンギ・トマト水煮・粉チーズ <調味料>赤ワイン・醤油（小麦・大豆）・にんにく・オリーブ油・米油・バター（乳）・砂糖・食塩・こしょう 中濃ソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・りんご・酢・食塩・トマトペースト・香辛料・澱粉・調味料 ウスターソース：果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・酢・食塩・玉葱・香辛料・トマトエキス・調味料 ケチャップ：トマト・砂糖・食塩・玉葱・酢 トマトピューレ：トマト・コンタミ：小麦・卵・乳・生肉・ごま・鰯・ <u>大豆</u> ・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン・ミートップ：玉葱・人参・ <u>大豆</u> たん白・豚肉・ケチャップ・植物油脂（大豆）・動物油脂・トマト・にんにく・ショウガ・鶏肉・香辛料 デミグラスソース：小麦粉・生脂豚脂混合油・トマトペースト・砂糖・食塩・ゼラチン・ショウガ・玉葱（大豆）・にんにく（大豆）・調味油（豚脂・生脂・小麦・大豆・鶏肉）・香辛料・野菜エキス・香味油（大豆・小麦）・豚エキス・酵母エキス（大豆・小麦・豚脂）・生エキス（鶏肉・豚肉・小麦・大豆） ②キャベツ・きゅうり <調味料>こしょう シーザードレッシング：植物油脂・酢・砂糖・食塩・チーズ（乳）・卵黄・にんにく・香辛料・ <u>小麦</u> たん白・乳化剤（大豆）・香料・パブリカ色素・コールスロードレッシング：植物油脂・砂糖・果糖ぶどう糖液糖・醸造酢・りんご・酢・食塩・レモン果汁・液全卵・玉葱エキス ③チョコクリーム：水飴・砂糖・小麦粉・ショートニング・ココア・カカオマス・乳化剤（大豆）・コンタミ：乳・落花生・オレンジ・ごま・桃・りんご

# Aコース 12月2週 詳細献立表

日	南大立表	食材 下線: 特定原材料 (8品目)、特定原材料に準ずるもの (20品目)
8 (月)	持参ご飯 <u>牛乳</u> ①みそ汁 ②ほっけの塩焼き ③肉じゃが	①白菜・大根・小松菜・厚揚げ ( <u>大豆</u> ) <調味料>鰹節・鰯節・煮干・昆布・みそ ( <u>大豆</u> ・米) 昆布液体だし: 水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒精 コンタミ: <u>えび</u> ・ <u>かに</u> ・ <u>小麦</u> ・ <u>乳</u> ・ <u>いか</u> ・ <u>鮭</u> ・ <u>大豆</u> ・ <u>鶏肉</u> ・ <u>ゼラチン</u> ②ほっけ・食塩 ③じゃが芋・豚肉・玉葱・人参・白滝 <調味料>醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・砂糖・みりん・酒・ショウガ・米油
9 (火)	委託ご飯 <u>牛乳</u> ①豆腐の中華スープ ②鶏肉のスタミナ焼き ③マーボー春雨	①豆腐 ( <u>大豆</u> )・コーン・小松菜・玉葱 <調味料>醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・ <u>ごま</u> 油・澱粉・塩・こしょう 中華ベース: 食塩・豚エキス・砂糖・玉葱粉末・にんにく粉末・鶏肉粉末・調味料・香料 (一部に <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>大豆</u> を含む) ②鶏肉 <調味料>やわらかい焼き肉を作るたれ: 醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・砂糖・果糖ぶどう糖液糖・植物油脂 ( <u>ごま</u> )・食塩・ <u>りんご</u> ・発酵調味料・ねぎ・にんにく・清酒・レモン果汁・コチュジャン ( <u>大豆</u> )・豚エキス・洋梨果汁・香辛料・澱粉・酒精・カラメル色素・酸味料・乳化剤 ③人参・玉葱・チンゲン菜・鶏肉・豚肉・細竹・椎茸・春雨 <調味料>ショウガ・にんにく・砂糖・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・みりん・酒・みそ ( <u>大豆</u> ・米)・米油 甜麵醤: みそ ( <u>大豆</u> )・食塩・米麹・香煎 (麦)・砂糖・植物油脂 ( <u>ごま</u> 油・なたね油)・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ) 豆板醤: 唐辛子・食塩・みそ ( <u>大豆</u> )・酸味料 中華ベース: 食塩・豚エキス・砂糖・玉葱粉末・にんにく粉末・鶏肉粉末・調味料・香料・(一部に <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>大豆</u> を含む)
10 (水)	バターパン ( <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>乳</u> ) <u>牛乳</u> ①コーンクリームスープ ②アンサンブルエッグ ③シーザーサラダ	①じゃが芋・玉葱・コーン・鶏肉・ <u>牛乳</u> クリームコーン: とうもろこし・食塩 <調味料>パセリ・米油・食塩・こしょう・バター ( <u>乳</u> ) コンソメ: 乳糖・食塩・鶏肉・砂糖・鶏脂・バーム油・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・玉葱・乳たん白・香辛料 ( <u>小麦</u> )・澱粉 ホワイトルウ: 小麦粉・豚脂・砂糖・食塩・玉葱・にんにく・こしょう コーンポタージュルウ: デキストリン・コーンパウダー・小麦粉・ <u>大豆</u> 油・脱脂粉乳・砂糖・食塩・澱粉・玉葱・ <u>鶏エキス</u> ・小麦たん白・ <u>大豆</u> たん白 ②アンサンブルエッグ: 鶏卵・フライドポテト・玉葱・プロセスチーズ ( <u>乳</u> )・ベーコン ( <u>卵</u> ・ <u>乳</u> ・ <u>豚肉</u> )・ <u>生乳</u> ・砂糖・澱粉・食物油・食酢・食塩・酵母エキス ③きゅうり・レタス・キャベツ クルトン: 食パン ( <u>小麦</u> )・ <u>大豆</u> 油 ベーコン: 豚肉・水飴・食塩・ <u>大豆</u> たん白 コンタミ: <u>卵</u> ・ <u>乳</u> ・ <u>小麦</u> ・生肉・鶏肉・ <u>ゼラチン</u> ・ <u>ごま</u> ・ <u>りんご</u> <調味料>こしょう シーザードレッシング: 植物油脂・酢・砂糖・食塩・チーズ ( <u>乳</u> )・ <u>卵黄</u> ・にんにく・香辛料・ <u>小麦</u> たん白・乳化剤 ( <u>大豆</u> )・香料・パブリカ色素 コールスロードレッシング: 植物油脂・砂糖・果糖ぶどう糖液糖・醸造酢・ <u>りんご</u> 酢・食塩・レモン果汁・液全卵・玉葱エキス
11 (木)	持参ご飯 <u>牛乳</u> ①みそちゃんこ汁 ②たらの照り焼き ③厚揚げの中華炒め	①鶏肉・もやし・大根・白菜 <調味料>醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・鰹節・鰯節・煮干・昆布・みそ ( <u>大豆</u> ・米) 昆布液体だし: 水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒精 コンタミ: <u>えび</u> ・ <u>かに</u> ・ <u>小麦</u> ・ <u>乳</u> ・ <u>いか</u> ・ <u>鮭</u> ・ <u>大豆</u> ・ <u>鶏肉</u> ・ <u>ゼラチン</u> ②たら <調味料> ぶりの照り焼きたれ: 醤油・砂糖・米発酵調味料・黒糖蜜・食塩・本みりん・清酒・蛋白加水分解物・鰹エキス・澱粉 (一部に小麦・大豆を含む) ③厚揚げ ( <u>大豆</u> )・玉葱・キャベツ・人参 <調味料>ショウガ・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・砂糖・酒・食塩・こしょう・米油 豆板醤: 唐辛子・食塩・みそ ( <u>大豆</u> )・酸味料 中華ベース: 食塩・豚エキス・砂糖・玉葱粉末・にんにく粉末・鶏肉粉末・調味料・香料・(一部に <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>大豆</u> を含む) オイスターソース: オイスターエキス・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・食塩・動物性たん白・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・米発酵調味液・小麦発酵調味液
12 (金)	小型バターパン ( <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>乳</u> ) <u>牛乳</u> ①醤油野菜ラーメン ②うま塩サラダ ③ベビーチーズ	①ラーメン・豚肉・チンゲン菜・人参・もやし・玉葱 つと: 魚肉 (すけとうだら)・澱粉・食塩・調味料 ( <u>大豆</u> ・ <u>豚肉</u> ・ <u>生肉</u> ) <調味料>ショウガ・にんにく・こしょう ラーメンスープ (醤油): 醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・食塩・豚脂・玉葱・菜種油・ビーフエキス ( <u>生肉</u> ・ <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・香辛料 ( <u>小麦</u> )・だんばく加水分解物 ( <u>大豆</u> ・ <u>小麦</u> )・酵母エキス ( <u>りんご</u> )・寒天・もやしパウダー (一部に豚肉を含む) チンタヌースープ: 豚肉・鶏肉エキス (豚骨・鶏骨・鶏肉・豚足・野菜)・香味オイル (動物油脂・野菜)・食塩・鰹エキス 合わせ本仕込み醤油味: 醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・豚エキス・食塩・玉葱・にんにく・ガラスープ (鶏肉・豚肉)・異性化液糖・砂糖・豚肉・豚脂・香辛料・にんにくエキス・ <u>ごま</u> ・調味料 (鶏肉・ <u>大豆</u> ) ②大根・きゅうり <調味料>くせになるうま塩ドレッシング: 醸造酢・砂糖・食塩・にんにく・鶏肉エキス・ <u>ごま</u> ・香辛料・昆布・発酵酵母エキス・酒精・酸味料・澱粉・香味料 ③毎日骨太MBPベビーチーズ: ナチュラルチーズ ( <u>乳</u> )・ミルクカルシウム ( <u>乳</u> )・乳たんぱく質・乳化剤

# Aコース 12月3週 詳細献立表

日	南大立表	食材 下線: 特定原材料 (8品目)、特定原材料に準ずるもの (20品目)
15 (月)	持参ご飯 <u>牛乳</u> ①みそ汁 ②さばの生姜煮 ③高野豆腐含め煮	①豆腐 ( <u>大豆</u> )・なめこ・大根 <調味料>鰹節・鰆節・煮干・昆布・みそ ( <u>大豆</u> ・米) 昆布液体だし: 水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒精 コンタミ: <u>えび</u> ・ <u>かに</u> ・ <u>小麦</u> ・ <u>乳</u> ・ <u>いか</u> ・ <u>鮭</u> ・ <u>大豆</u> ・ <u>鶏肉</u> ・ <u>ゼラチン</u> ②国産さば生姜煮: 鮭・水飴・砂糖・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・発酵調味料・ショウガ・醸造酢・昆布だし・澱粉 コンタミ: <u>乳成分</u> ③玉葱・じゃが芋・鶏肉・人参・高野豆腐 ( <u>大豆</u> ) <調味料>砂糖・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・酒・みりん・米油 鰹の素リッキー: 食塩・鰹エキス・鰹節・煮干鰯・鰆節・たん白加水分解物・砂糖・昆布エキス
16 (火)	委託ご飯 <u>牛乳</u> ①のっぺい汁 ②しらすとわかめのたまご焼き ③みそおでん	①豚肉・里芋・人参・ごぼう・大根 <調味料>酒・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・鰹節・鰆節・煮干・昆布・澱粉・食塩 めんつゆ: 果糖ぶどう糖液糖・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・食塩・昆布・鰹節 和風だし・みやこ: 醤油・食塩・砂糖・鰹節・うるめ鰯・発酵調味料・煮干・酵母エキス・昆布・調味料・(一部に <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> を含む) ②しらす・わかめ入り厚焼玉子: 鶏卵・しらす・砂糖・食酢 ( <u>小麦</u> )・わかめ・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・発酵調味料・食塩・昆布だし・鰹だし・ <u>大豆油</u> ・澱粉 コンタミ: <u>かに</u> ・ <u>乳成分</u> ・ <u>ごま</u> ・ <u>鯖</u> ・ <u>鶏肉</u> ・ <u>豚肉</u> ・ <u>りんご</u> ③大根・人参・こんにゃく さつまあげ: 魚肉(すけそうだら)・澱粉・みりん・食塩・ブドウ糖・調味料 ( <u>大豆</u> ・食塩・ <u>豚肉</u> ・ <u>生肉</u> )・乳化剤 おとうふがんも: 豆腐 ( <u>大豆</u> )・豆腐用凝固剤・植物油脂・菜種油・ <u>大豆</u> たん白・人参・澱粉・糖類・食塩 コンタミ: <u>ごま</u> <調味料>みそ ( <u>大豆</u> ・米)・砂糖・酒・ショウガ・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・みりん 鰹の素リッキー: 食塩・鰹エキス・鰹節・煮干鰯・鰆節・たん白加水分解物・砂糖・昆布エキス
17 (水)	バターパン ( <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>乳</u> ) <u>牛乳</u> ①プラウンシチュー ②チキンのチーズ焼き ③野菜とベーコンのサラダ ④クリスマスケーキ	①玉葱・人参・じゃが芋・しめじ・バター (乳)・ <u>牛乳</u> ・トマト水煮 <調味料>にんにく・ショウガ・砂糖・米油・食塩・こしょう ケチャップ: トマト・砂糖 (とうもろこし)・玉葱・酢 ウスターソース: 果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・酢・食塩・玉葱・香辛料・トマトエキス・調味料 中濃ソース: 果糖ブドウ糖液糖・砂糖液糖・ <u>りんご</u> ・酢・食塩・トマトペースト・香辛料・澱粉・調味料 ハヤシルゥソフト: 小麦粉・パーム油・砂糖・食塩・トマトペースト・トマトケチャップ・たん白加水分解物・香辛料・酵母エキス・酸味料 ビーフシチュー: 小麦粉・澱粉・植物油脂・砂糖・食塩・ <u>プラウンルウ</u> ・ <u>鶏エキス</u> (鶏肉・ <u>大豆</u> ・ <u>小麦</u> ・ <u>豚脂</u> )・調味油 (豚肉・鶏肉・ <u>鶏骨</u> ・ <u>大豆</u> ・ <u>小麦</u> )・玉葱・トマトペースト・香辛料・酵母エキス ( <u>大豆</u> ・ <u>小麦</u> ・ <u>豚肉</u> )・ <u>豚エキス</u> (豚肉・鶏肉)・パブリカ色素・乳化剤・酸味料 ②チキンのオーブン焼きチーズ: 鶏肉・植物油脂・パン粉 ( <u>小麦</u> )・チーズ (乳)・砂糖・ <u>大豆</u> たん白・醤油 ( <u>大豆</u> ・ <u>小麦</u> )・食塩・ <u>乳</u> たん白・酵母エキス・赤ピーマン・パセリ・香辛料・塩麹・乳化剤・重曹・澱粉 ③キャベツ・きゅうり・枝豆 ( <u>大豆</u> ) ベーコン: 豚肉・水飴・食塩・ <u>大豆</u> たん白 コンタミ: <u>卵</u> ・ <u>乳</u> ・ <u>小麦</u> ・ <u>生肉</u> ・ <u>鶏肉</u> ・ <u>ゼラチン</u> ・ <u>ごま</u> ・ <u>りんご</u> <調味料>セバレーントドレッシング: 食用植物油脂 ( <u>大豆</u> )・醸造酢・ぶどう糖果糖液糖・食塩・ <u>鶏エキス</u> ・増粘剤・香辛料 ④ <u>卵</u> ・砂糖・ <u>小麦粉</u> ・バター (乳)・生乳・マーガリン・ショートニング・プランデー・バニラ・植物油脂・砂糖・ココアパウダー・カ力オマス・脱脂粉乳・香料・いちごジャム (砂糖・水飴・いちご・ゲル化剤 (加工澱粉・ <u>りんご</u> )・酸味料 ( <u>りんご</u> 酢)・野菜色素) ※原材料の一部に <u>大豆</u> を含む
18 (木)	持参ご飯 <u>牛乳</u> ①みぞれ汁 ②かぼちゃの小豆かけ ③豚肉のオイスター炒め	①大根・しめじ・白菜・厚揚げ ( <u>大豆</u> ) <調味料>澱粉・酒・鰹節・鰆節・煮干・昆布・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・食塩 めんつゆ: 果糖ぶどう糖液糖・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・食塩・昆布・鰹節 和風だし・みやこ: 醤油・食塩・砂糖・鰹節・うるめ鰯・発酵調味料・煮干・酵母エキス・昆布・調味料・(一部に <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> を含む) ②かぼちゃ・つぶあん: あずき・砂糖・食塩 <調味料>砂糖・食塩・澱粉 ③ <u>豚肉</u> ・人参・玉葱・小松菜 <調味料>米油・酒・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・ショウガ・砂糖・ <u>ごま</u> 油・澱粉 オイスターソース: オイスターエキス・ぶどう糖果糖液糖・砂糖・食塩・動物性たん白・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・米発酵調味液・ <u>小麦</u> 発酵調味液
19 (金)	小型バターパン ( <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>乳</u> ) <u>牛乳</u> ①京風うどん ②大根の和風サラダ ③りんごジャム	①うどん・鶏肉・油揚げ ( <u>大豆</u> )・玉葱・長葱・人参・白菜 つと: 魚肉 (すけとうだら)・澱粉・食塩・調味料 ( <u>大豆</u> ・ <u>豚肉</u> ・ <u>生肉</u> ) <調味料>ショウガ・鰹節・鰆節・煮干・昆布・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・食塩 めんつゆ: 果糖ぶどう糖液糖・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・食塩・昆布・鰹節 昆布液体だし: 水飴・食塩・酵母エキス・昆布・酒精 コンタミ: <u>えび</u> ・ <u>かに</u> ・ <u>小麦</u> ・ <u>乳</u> ・ <u>いか</u> ・ <u>鮭</u> ・ <u>大豆</u> ・ <u>鶏肉</u> ・ <u>ゼラチン</u> 白だし: 水飴・かつお節・塩・昆布・調味料 (一部に <u>小麦</u> ・ <u>鮭</u> ・ <u>大豆</u> を含む) ②大根・キャベツ <調味料>ノンオイルドレッシングおろししょうゆ: 醤油 ( <u>大豆</u> ・ <u>小麦</u> )・生醤油 ( <u>大豆</u> ・ <u>小麦</u> )・大根 (酢)・ぶどう糖果糖液糖・醸造酢・食塩・鰹節エキス・昆布エキス・椎茸エキス・ゆず果汁・澱粉 ③りんごジャム: 水飴・砂糖・ <u>りんご</u> ・ペクチン・酸味料 コンタミ: <u>小麦</u> ・ <u>乳</u> ・落花生・オレンジ・ <u>ごま</u> ・ <u>大豆</u> ・桃

# Aコース 12月4週 詳細献立表

日	南大立表	食材 下線: 特定原材料 (8品目)、特定原材料に準ずるもの (20品目)
22 (月)	持参ご飯 <u>牛乳</u> ①みそ野菜スープ ②小籠包 ③シークアーサーサラダ	① <u>豚肉</u> ・人参・もやし・白菜・チンゲン菜・玉葱 つと: 魚肉 (すけとうだら)・澱粉・食塩・調味料 ( <u>大豆</u> ・ <u>豚肉</u> ・ <u>生肉</u> ) <調味料>ショウガ・にんにく・米油 チンタヌースープ: <u>豚肉</u> ・ <u>鶏肉</u> エキス ( <u>豚骨</u> ・ <u>鶏骨</u> ・ <u>鶏肉</u> ・ <u>豚足</u> ・野菜)・香味オイル (動物油脂・野菜)・食塩・ <u>鰹エキス</u> 合わせ本仕込み味噌味: 味噌 ( <u>大豆</u> )・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・玉葱・にんにく・砂糖・ <u>豚エキス</u> ( <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>大豆</u> ・ <u>豚肉</u> )・植物油脂 ( <u>ごま</u> )・食塩・異性化液糖・ <u>豚肉</u> ・ <u>豚脂</u> ・ <u>ごま</u> ・香辛料 ( <u>小麦</u> ) にんにく・ <u>鶏ハラウダー</u> ・調味料 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> ・ <u>鶏肉</u> ) ②小籠包: <u>豚肉</u> ・ <u>鶏肉</u> ・キャベツ・玉葱・ <u>豚脂</u> ・筍・春雨・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・澱粉・牡蠣エキス・砂糖・ショウガ・発酵調味料・植物油脂 ( <u>ごま</u> )・食塩・香辛料・皮 ( <u>小麦粉</u> ・ <u>小麦グルテン</u> ・食塩) ③大根・キャベツ <調味料>こしょう 琉球シークアーサードレッシング: 釀造酢・糖類 (砂糖・水飴)・発酵調味料・食塩・シークアーサー果汁・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・みそ ( <u>大豆</u> )・ホタテエキス・ <u>鰹エキス</u> ・酸味料・香料
23 (火)	委託ご飯 <u>牛乳</u> ①五目中華スープ ②ヤンニョムチキン ③レモンクリーミィサラダ	①玉葱・人参・小松菜・コーン・豆腐 ( <u>大豆</u> ) <調味料>酒・ショウガ・食塩・こしょう・澱粉 チンタヌースープ: <u>豚肉</u> ・ <u>鶏肉</u> エキス ( <u>豚骨</u> ・ <u>鶏骨</u> ・ <u>鶏肉</u> ・ <u>豚足</u> ・野菜)・香味オイル (動物油脂・野菜)・食塩・ <u>鰹エキス</u> 中華ベース: 食塩・ <u>豚エキス</u> ・砂糖・玉葱粉末・にんにく粉末・ <u>鶏肉</u> 粉末・調味料・香料 (一部に <u>小麦</u> ・ <u>卵</u> ・ <u>大豆</u> を含む) がらフレッシュ: <u>豚骨</u> ・ <u>鶏骨</u> ・魚介エキス・ <u>豚骨油</u> ② <u>ごま</u> 唐揚げ: <u>鶏肉</u> ・醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・ショウガ・みりん・砂糖・食塩・ <u>小麦粉</u> ・コーングリット・でん粉・ <u>大豆</u> たんぱく・香辛料・食塩・葉種油・とうもろこし油 コンタミ: <u>卵</u> ・ <u>乳</u> <調味料>醤油 ( <u>小麦</u> ・ <u>大豆</u> )・酒・みりん・砂糖・にんにく・ショウガ・米油 ケチャップ: トマト・砂糖・食塩・玉葱・酢 コチュジャン: みそ ( <u>大豆</u> ・米・食塩・そらまめ)・砂糖・麦芽エキス・米麹調味料 (米・釀造アルコール・食塩・米麹・発酵調味料)・唐辛子・植物油脂 ( <u>大豆油</u> )・パブリカ・酒精・調味料 マヨネーズ: 植物油脂 ( <u>大豆</u> )・ <u>卵黄</u> ・酢 ( <u>小麦</u> )・食塩・砂糖 ③キャベツ・大根・きゅうり <調味料>こしょう レモンクリーミィドレッシング: 食用植物油脂 ( <u>大豆</u> )・ぶどう糖果糖液糖・釀造酢・食塩・レモン果汁・ライム果汁・ <u>卵黄</u> ・香辛料・澱粉 フレンチドレッシング: 食用植物油脂 ( <u>大豆</u> )・釀造酢 ( <u>小麦</u> )・砂糖・食塩・ <u>卵</u> ・増粘剤 (澱粉)・香辛料・ゼラチン