

月間予定献立表 - 12月 -

栄養士 渡會 勲

月	火	水	木	金
<p>★印はリクエスト給食です</p>  <p>今月はたくさんのリクエスト給食を取り入れました。 高等部1年生、2年生のリクエストです。★印をつけてあります。 リクエスト給食のほか、グローバルゲートウェイ給食を実施します。 18日と19日の2回、フランス共和国、南フランスをイメージして献立をたてました。</p>				<p>日</p> <p>献立名</p> <p>使用する主な食材 だし、調味料は含まず</p> <p>(形態食に毎日、さといも・くず粉・寒天を使用)</p>
<p>2牛乳</p> <p>かき玉けんちんうどん</p> <p>蒸し鶏ときゅうりの梅肉和え</p> <p>ホワイトゼリー</p> <p>牛乳、うどん(冷麦)、寒天、大根、にんじん、カルピス、長ねぎ(たまねぎ)、干し椎茸、油揚げ(豆腐)、でんぶ、鶏肉、きゅうり、梅干し、大豆もやし(はくさい)、卵、砂糖、ごぼう、ヨーグルト</p>	<p>3牛乳</p> <p>★ツナ菜飯</p> <p>沢煮わん</p> <p>山形も煮</p> <p>★クリームあんみつ</p> <p>牛乳、米、ツナ、こまつなごま、ごぼう、にんじん、砂糖、大根、長ねぎ(たまねぎ)、干し椎茸、豚肉、さといも、こんにゃく(×)、わけぎ(×)、寒天、みかん缶、黄桃缶、あんこ、生クリーム</p>	<p>4牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>きのこ汁</p> <p>揚げだし豆腐野菜あんかけ</p> <p>ひじきと昆布の梅おかか和え</p> <p>牛乳、米、にんじん、えのきごぼう、長ねぎ(たまねぎ)、干し椎茸、しめじ、豆腐、小麦粉、油、しょうが、鶏肉、たまねぎ、はくさい、ひじき、キャベツ、でんぶ、昆布、梅干し、鰹節</p>	<p>5牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>呉汁</p> <p>鯨のチーズつくね</p> <p>カレーピクルス</p> <p>フルーツ和え</p> <p>牛乳、米、にんじん、大根、長ねぎ(たまねぎ)、ごぼう、じゃがいも、大豆、鶏肉、鰹、豆腐、しょうが、チーズ、小ねぎ(×)、パン粉(×)、卵(×)、砂糖、でんぶ、カリフラワー、赤パプリカ、油、りんご、パイン缶</p>	<p>6牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>吉野汁</p> <p>鱈の南蛮漬け</p> <p>ごま和え</p> <p>★和風抹茶パフェ</p> <p>牛乳、米、にんじん、かぶ、はくさい、長ねぎ(たまねぎ)、でんぶ、鱈(+鶏肉)、小麦粉、しょうが、こまつな大豆もやし(かぶ)、ごま、キャベツ、さつまいも、寒天、パイン缶、生クリーム、砂糖、抹茶、油</p>
<p>9★ジョア</p> <p>セサミパン</p> <p>野菜スープ</p> <p>マカロニのクリーム煮</p> <p>キャベツとりんごのサラダ</p> <p>ジョア、牛乳、セサミパン、たまねぎ、はくさい、鶏肉もやし(かぶ)、にんじん、にんにく、バター、小麦粉、じゃがいも、グリーンピース、油、マカロニ、キャベツ、りんご、レーズン、砂糖、赤パプリカ</p>	<p>10牛乳</p> <p>海鮮中華丼</p> <p>中華スープ</p> <p>さつまいものオレンジ煮</p> <p>牛乳、米、油、しょうが、にんにく、豚肉、たまねぎ、にんじん、はくさい、いか、えび(+鶏肉)、でんぶ、枝豆、春雨(×)、干し椎茸、ごま、きくらげ(×)、レーズン、さつまいも、オレンジジュース、砂糖</p>	<p>11牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>みそ汁</p> <p>酢豚</p> <p>はちみつレモンゼリー</p> <p>牛乳、キャベツ、こまつなもやし(かぶ)、しょうが、油、豚肉、でんぶ、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、砂糖、たけのこ缶、干し椎茸、はちみつ、寒天、レモン</p>	<p>12牛乳</p> <p>★さつまいものかわりごはん</p> <p>かみなり汁</p> <p>白いんげん豆のマリネ</p> <p>おかかマヨネーズ和え</p> <p>牛乳、米、さつまいも、油、鶏肉、にんじん、だいこん、油揚げ(豆腐)、しょうが、グリーンピース、豆腐、ごぼう、長ねぎ(たまねぎ)、トマト、白いんげん豆、赤パプリカ、黄パプリカ、枝豆、コーン、レモン、油、こまつな、砂糖、キャベツ、マヨネーズ、ごま</p>	<p>13牛乳</p> <p>車ふの玉子丼</p> <p>みそ汁</p> <p>なすと鶏肉のごまドレッシング</p> <p>牛乳、米、たまねぎ、卵、にんじん、車ふ、でんぶ、油揚げ(豆腐)、砂糖、油、長ねぎ(×)、キャベツもやし(かぶ)、こまつな、なす、鶏肉、赤パプリカ、黄パプリカ、きゅうり、ごま、しょうが</p>
<p>16牛乳</p> <p>★カレーそばろちらし寿司</p> <p>★豚汁</p> <p>ごまサラダ</p> <p>フルーツカスタード</p> <p>牛乳、米、砂糖、干し椎茸、鶏肉、ごぼう、しめじ、油、豚肉、にんじん、じゃがいも、大根、長ねぎ(たまねぎ)、豆腐、こまつな、キャベツ、コーン、レモン、パイン缶、ごま、砂糖、小麦粉、卵、生クリーム、きゅうり</p>	<p>17牛乳</p> <p>★スパゲッティミートソース</p> <p>野菜スープ</p> <p>ジャーマンポテト</p> <p>牛乳、スパゲッティ、油、しょうが、にんにく、にんじん、たまねぎ、豚肉、キャベツ、ホールトマト缶、グリーンピースもやし(かぶ)、コーン、ベーコン、パセリ、チーズ、じゃがいも</p>	<p>18牛乳</p> <p>★ガーリックライス</p> <p>ガルビュール</p> <p>鯖のソテーラタトゥイユソース</p> <p>りんごの赤ワインコンポート</p> <p>牛乳、米、にんにく、油、セロリ、ベーコン、パセリ、キャベツ、たまねぎ、なす、白いんげん豆、じゃがいも、鯖(+鶏肉)、黄パプリカ、ホールトマト缶、りんご、ヨーグルト、砂糖、赤ワイン</p>	<p>19牛乳</p> <p>ごはん(スープ炊き)</p> <p>つみれと根菜の和風ボフ</p> <p>キャロットラペ</p> <p>★ヨーグルトプリン</p> <p>牛乳、米、鰹、鶏肉、砂糖、パン粉(×)、でんぶ、油、しょうが、たまねぎ、にんじん、ウインナー、みかん缶、卵、かぶ、じゃがいも、ヨーグルト</p>	<p>20牛乳</p> <p>ごはん</p> <p>かぼちゃのけんちん汁</p> <p>かぼちゃの玉子焼きハヤシソース</p> <p>かぼちゃようかん</p> <p>牛乳、米、にんじん、砂糖、ごぼう、大根、かぼちゃ、油揚げ(豆腐)、さといも、長ねぎ(たまねぎ)、ツナ、卵、牛肉(+鶏肉)、寒天、デミグラスソース、油、たまねぎ</p>
<p>グローバルゲートウェイ給食です。南フランスをイメージしました。</p>				<p>冬至献立です。★リクエスト給食でもあります。</p>
<p>23牛乳</p> <p>カレーライス</p> <p>野菜スープ</p> <p>カッターチーズサラダ</p> <p>牛乳、米、しょうが、バター、にんにく、豚肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、油、小麦粉、はくさい、きゅうりもやし(かぶ)、キャベツ、コーン、レモン、砂糖</p>	<p>24牛乳</p> <p>★おかか茶飯</p> <p>沢煮わん</p> <p>鱈とじゃがいもの揚げ煮</p> <p>梅のり和え</p> <p>牛乳、米、鰹節、さといも、ごぼう、大根、にんじん、干し椎茸、鰹(+鶏肉)、長ねぎ(たまねぎ)、コーン、でんぶ、油、砂糖、のり、こまつな、キャベツ、梅干し、じゃがいも</p>	<p>25★ジョアストロベリー</p> <p>★パセリライス</p> <p>魚介のスープ煮</p> <p>コーンサラダ</p> <p>★本格ガトーショコラ</p> <p>ジョア、米、パセリ、えび、ベーコン、いか(+鶏肉)、にんにく、油、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、枝豆、きゅうり、きゃべつ、トマト、コーン、砂糖、チョコレート、卵、生クリーム、小麦粉</p>	<p>★普通食に使用する食材は形態食でも使用しますが、形態食にすることにより、良い状態が保てないもの、味が著しく低下するもの等は代替食材を使用します。代替食材は、使用する食材に()で表示、追加で食材を使用する場合は(+○)と表示します。また、普通食で使用するが形態食で使用しない食材は(×)と表示します。使用しない食材に変え、量の調整をします。</p>	