

12/1 (月)				アレルギー	12/2 (火)				アレルギー	12/3 (水)				アレルギー	12/4 (木)				アレルギー	12/5 (金)				アレルギー					
1	ご飯				1	ご飯				1	玄米ご飯				1	中華めん			小麦	1	ご飯								
2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳					
3	ひよこ豆のチキンカレー(米粉)			豚肉 鶏肉	3	肉じゃが			小麦 豚肉 大豆	3	さつま芋とえのきのみそ汁			大豆	3	広東風ラーメンのスープ			鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆	3	みそ煮込みおでん			小麦 大豆					
4	ハンバーグ			鶏肉 豚肉 大豆	4	れんこんサンドフライ			鶏肉 小麦 大豆	4	さばの照り焼き			小麦 さば 大豆	4	子持ちししゃもフリッター			小麦 大豆	4	ごぼう入りつくね			鶏肉 豚肉 大豆					
5	ポテトとコーンのサラダ			大豆	5	元気サラダ			豚肉	5	彩りチーズ納豆			小麦 大豆 乳	5	ひじきの中華あえ			小麦 大豆 ごま	5	ほうれん草のいそ香あえ			小麦 大豆					
【◎スマイル給食◎】					6	ココア牛乳の素			大豆																				
No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g						
1	白飯	1.00	156.00	乳	1	白飯	1.00	156.00	乳	1	玄米ごはん	1.00	158.00	乳	1	○ 中華めん(ラーメン)	1.00	200.00	小麦	1	白飯	1.00	156.00	乳					
2	○ 牛乳	1.00	206.00		【ひよこ豆のチキンカレー(米粉)】	2	○ 牛乳	1.00		206.00	【肉じゃが】	2	○ 牛乳		1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2		○ 牛乳	1.00	206.00	乳	
3	オリーブ油		0.40			3	さとう (三温)			2.80		3	水			0.00		3	サラダ油		0.10		3		水		0.00		
4	おろしにんにく		0.30			4	○ 濃口しょうゆ			5.60	小麦 大豆	4	かつおぶし			2.00		4	おろししょうが		0.80		4		かつおぶし		1.00		
5	おろししょうが		0.30			5	みりん			1.10		5	さつまいも (2cm角) 皮付			20.00		5	おろしにんにく		0.10		5		だいこん		50.00		
6	○ 鶏肉		40.00	鶏肉	6	○ 豚肉		28.00	豚肉	6	たまねぎ		15.00		6	○ 豚肉		20.00	豚肉	6	こんにゃく		20.00						
7	たまねぎ		60.00	鶏肉 豚肉	7	糸こんにゃく		30.00	鶏肉 小麦 大豆	7	えのきたけ		8.00	大豆 大豆 大豆	7	にんじん		10.00	豚肉	7	さといも		30.00	大豆					
8	にんじん		15.00			8	にんじん			20.00		8	干ししいたけ			0.50		8		生揚げ		30.00			8	ちくわ		15.00	
9	○ チキンコンソメ		0.50			9	たまねぎ			50.00		9	豆腐			25.00		9		水		0.00			9	さとう (三温)		4.50	
10	水		0.00			10	じゃがいも			65.00		10	○ 豆みそ			8.00		10		○ 豚がらスープ		5.00	豚肉		10	○ 豆みそ		9.00	大豆
11	ひよこまめ		20.00			11	【れんこんサンドフライ】	1.00		40.00		11	ねぎ			6.00		11		○ 中華だし		1.00	鶏肉 ごま		11	みりん		2.00	
12	トマト水煮		10.00	鶏肉 豚肉 大豆	12	菜種白絞油		4.00		12	乾燥わかめ		0.20		12	はくさい		30.00	小麦 大豆 小麦 大豆 小麦 大豆 小麦 大豆 小麦 大豆	12	濃口しょうゆ		0.50	小麦 大豆					
13	米粉のカレールウ		11.00			13	【元気サラダ】				13	★ さばの照り焼き (40g)	1.00	40.00	小麦 大豆 さば	14	清酒			1.00		14	【ごぼう入りつくね】						
14	○ ハンバーグ	1.00	40.00			14	○ 無塩せきボンレスハム		5.00	豚肉	14	【彩りチーズ納豆】				15	○ 濃口しょうゆ			4.00	小麦 大豆	14	○ ごぼう入りつくね	2.00	40.00	鶏肉 豚肉 大豆			
15	【ポテトとコーンのサラダ】					15	糸切り昆布		0.16		15	にんじん		7.00		16	オイスターソース			1.00		15	【ほうれん草のいそ香あえ】						
16	じゃがいも		43.00		大豆	16	にんじん		5.00		16	ほうれんそう		9.00		17	食塩			0.10		16	にんじん		6.00				
17	○ えだまめ		7.00	大豆	17	キャベツ		25.00		17	○ 糸引納豆		26.00	大豆	18	こしょう		0.02		17	もやし		18.00						
18	ホールコーン		10.00			18	きゅうり		10.00		18	○ ダイスチーズ		5.00	乳	19	チンゲンサイ		20.00		18	キャベツ		20.00					
19	食塩		0.15			19	ホールコーン		5.00		19	濃口しょうゆ		2.30	小麦 大豆	20	でんぶん		1.50		19	ほうれんそう		8.00					
20	こしょう		0.01			20	サラダ油		2.40		20	さとう (上白)		0.40		21	○ ごま油		0.50	ごま	20	濃口しょうゆ		2.50	小麦 大豆				
21	コーンクリーミードレッシング		5.00			21	酢		1.40		21					22	【子持ちししゃもフリッター】				21	レモン果汁		0.50					
					22	さとう (上白)		0.10							23	○ 子持ちししゃもフリッター	2.00	50.00	小麦 大豆		焼きのり (せん切り)		0.60						
					23	食塩		0.20								菜種白絞油		5.00											
					24	こしょう		0.01								【ひじきの中華あえ】													
					25	花かつお		0.20							24	キャベツ		20.00											
						【ココア牛乳の素】									25	きゅうり		15.00											
					25	★ ココア牛乳の素	1.00	13.00	大豆						26	ひじき (水煮)		3.00											
															27	○ 蒸し大豆		10.00	大豆										
															28	酢		3.00											
															29	○ 濃口しょうゆ		3.00	小麦 大豆										
															30	○ ごま油		0.50	ごま										
															31	○ すりごま		1.00	ごま										

12/8 (月)				アレルギー	12/9 (火)				アレルギー	12/10 (水)				アレルギー	12/11 (木)				アレルギー	12/12 (金)				アレルギー		
1	わかめごはん				1	ご飯				1	ご飯				1	ミルクロールパン			小麦 乳 大豆	1	麦ご飯					
2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳		
3	具だくさん汁			小麦 鶏肉 大豆	3	野菜と生揚げのそぼろ煮			豚肉 小麦 大豆	3	豚汁			豚肉 大豆	3	白菜とブロッコリーの豆乳シチュー (米粉)			豚肉 鶏肉 大豆	3	中華飯の具 (うずら卵入り)			鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆 卵		
4	ソースカツ			小麦 豚肉 大豆	4	たらの銀紙焼き			大豆	4	ぶりの竜田揚げ			小麦 大豆	4	ポロニアソーセージ			豚肉 鶏肉	4	コーンしゅうまい			小麦 豚肉 大豆		
5	切り干し大根と小松菜のツナあえ			小麦 大豆 ごま	5	キャベツの赤じそあえ				5	ごぼうの五目きんぴら			小麦 ごま 大豆	5	コールスローサラダ				5	フルーツのいちごゼリーあえ			りんご		
6	わらびもち			大豆																						
No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g			
1	わかめごはん	1.00	161.00	乳	1	白飯	1.00	156.00	乳	1	白飯	1.00	156.00	乳	1	○ ミルクロール	1.00	103.00	小麦 乳 大豆	1	麦ごはん	1.00	159.00	乳		
2	○ 牛乳	1.00	206.00		2	○ 牛乳	1.00	206.00		2	○ 牛乳	1.00	206.00		2	○ 牛乳	1.00	206.00	2	○ 牛乳	1.00	206.00				
	【具だくさん汁】					【野菜と生揚げのそぼろ煮】					【豚汁】					【白菜とブロッコリーの豆乳シチュー (米粉)】				【中華飯の具 (うずら卵入り)】						
3	水		0.00		3	○ 豚挽肉		17.00		豚肉	3	水			0.00	3	サラダ油		0.20	鶏肉	3	サラダ油			0.40	
4	かつおぶし		1.00		4	おろししょうが		0.80			4	かつおぶし			2.00	4	○ 鶏肉		15.00		4	おろししょうが			1.00	
5	いりこ		1.00		5	にんじん		15.00			5	○ 豚肉			20.00	豚肉	5	おろしにんにく		0.10	豚肉	5	○ 豚肉			15.00
6	○ 鶏肉		15.00		6	だいこん		43.00			6	だいこん			15.00		6	食塩		0.02		6	食塩			0.05
7	干しいたけ		0.40		7	水		0.00			7	にんじん			8.00		7	こしょう		0.01		7	こしょう			0.02
8	にんじん		10.00		8	かつおぶし		1.00			8	はくさい			12.00		8	たまねぎ		30.00		8	たまねぎ			30.00
9	だいこん		20.00		9	さとう (三温)		2.00			9	○ 油揚げ			4.00	大豆	9	にんじん		15.00		9	にんじん			15.00
10	さといも		12.00		10	○ 濃口しょうゆ		6.50		小麦 大豆	10	さといも			15.00		10	じゃがいも		25.00		10	干しいたけ			0.80
11	○ 油揚げ		4.00		11	みりん		1.00			11	○ 豆腐			15.00	大豆	11	水		40.00		11	たけのこ			5.00
12	清酒		2.00		12	はくさい		40.00			12	○ あわせみそ			8.00	大豆	12	○ チキンコンソメ		1.20	鶏肉 豚肉	12	○ チキンブイヨン			2.00
13	○ 濃口しょうゆ		4.50		13	○ 生揚げ		30.00		大豆	13	こまつな			6.00		13	はくさい		50.00		13	水			0.00
14	○ 豆腐		25.00		14	さやいんげん		5.00			14	★ ぶりの竜田揚げ	1.00		40.00	小麦 大豆	14	○ 豆乳 (無調整)		25.00	大豆	14	○ 中華だし			1.50
15	食塩		0.04		15	でんぶん		1.50			15	菜種白絞油			4.00		15	ローレル		0.01		15	○ 豚がらスープ			3.00
16	ねぎ		6.00	16	【たらの銀紙焼き】				16	○ ごま油		0.30	ごま	16	米粉のホワイトルウ		9.00		16	○ うずら卵		20.00				
	【ソースカツ】				○ たらの銀紙焼き	1.00	50.00	大豆		【ごぼうの五目きんぴら】				17	食塩		0.02		17	はくさい		25.00				
17	○ 一口カツ	1.00	40.00	小麦 豚肉	17	もやし		20.00		17	ごぼう		12.00		18	ブロッコリー		10.00		18	もやし		20.00			
18	菜種白絞油		4.00		18	キャベツ		30.00		18	にんじん		10.00		19	【ポロニアソーセージ】				19	○ 濃口しょうゆ		4.20			
19	ウスターソース (1.8L)		3.50		19	赤じそ		0.75		19	ちくわ		8.00		20	○ ポロニアステーキ	1.00	40.00	鶏肉 豚肉	20	チンゲンサイ		10.00			
20	○ 濃口しょうゆ		3.00	小麦 大豆	20	食塩		0.15		20	糸こんにゃく		15.00		21	【コールスローサラダ】				21	でんぶん		3.70			
21	みりん		2.00							21	さとう (三温)		2.00		22	キャベツ		35.00		22	【コーンしゅうまい】					
22	さとう (上白)		3.20							22	みりん		0.50		23	きゅうり		10.00		23	○ コーンしゅうまい	1.00	30.00			
	【切り干し大根と小松菜のツナあえ】									23	○ 濃口しょうゆ		3.50	小麦 大豆	24	ホールコーン		10.00		24	【フルーツのいちごゼリーあえ】					
23	切り干し大根		3.00							24	ピーマン		3.00		25	食塩		0.03		25	いちごゼリー (ダイスカット)		25.00			
24	もやし		20.00							25	○ すりごま		0.50	ごま		こしょう		0.01		26	○ りんごシロップ漬け		15.00			
25	こまつな		15.00													コールスロードレッシング		5.00			パインチビット (袋詰)		25.00			
26	まぐろオイル漬		5.00																							
27	さとう (上白)		1.00																							
28	○ 濃口しょうゆ		2.50	小麦 大豆																						
29	○ いりごま		1.00	ごま																						
30	○ すりごま		1.00	ごま																						
	【わらびもち】																									
31	★ わらびもち	1.00	40.00	大豆																						

12/15 (月)				アレルギー	12/16 (火)				アレルギー	12/17 (水)				アレルギー	12/18 (木)				アレルギー	12/19 (金)				アレルギー				
1	ご飯				1	白玉うどん			小麦	1	ご飯				1	ご飯				1	ご飯							
2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳	2	牛乳			乳				
3	野菜のコンソメ煮			豚肉 鶏肉	3	五目あんかけうどんの汁			小麦 鶏肉 大豆	3	きのこのハヤシ (米粉)			豚肉 鶏肉	3	だまこ汁			小麦 鶏肉 大豆	3	かぼちゃの豆乳みそ汁			大豆				
4	ミートボール			鶏肉 小麦 大豆 ごま	4	わかさぎの唐揚げ				4	スペイン風オムレツ			卵 豚肉 乳	4	ハムフライ			小麦 豚肉 大豆	4	帯広風豚丼の具			小麦 豚肉 大豆				
5	チキンライスの具			小麦 鶏肉 大豆	5	五色あえ			豚肉 小麦 大豆	5	みかん				5	れんこんサラダ			大豆 ごま	5	白菜のゆず香あえ			小麦 大豆				
No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g					
1	白飯	1.00	156.00	鶏肉 豚肉	1	○ 白玉うどん	1.00	200.00	小麦	1	白飯	1.00	156.00	乳	1	白飯	1.00	156.00	乳	1	白飯	1.00	156.00	乳				
2	○ 牛乳	1.00	206.00		乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00		206.00	乳	2	○ 牛乳		1.00	206.00	乳						
	【野菜のコンソメ煮】						【五目あんかけうどんの汁】					【きのこのハヤシ (米粉) 】						【だまこ汁】					【かぼちゃの豆乳みそ汁】					
3	水		0.00			3	水		0.00		3	サラダ油			0.50		3	水			0.00		3		水		0.00	
4	○ チキンコンソメ		1.50			4	かつおぶし		2.00		4	おろしにんにく			0.30		4	かつおぶし			2.00		4		いりこ		1.00	
5	だいこん		50.00	豚肉	5	○ 鶏肉		15.00	鶏肉	5	○ 豚肉		35.00	豚肉	5	○ 鶏肉		18.00	鶏肉	5	かつおぶし		1.00					
6	にんじん		15.00			6	清酒		1.00		6	食塩		0.08		6	ごぼう		6.00		6	だいこん		20.00				
7	じゃがいも		45.00			7	にんじん		10.00		7	ごしょう		0.02		7	はくさい		20.00		7	にんじん		10.00				
8	○ ウインナー		12.00			8	干しいたけ		0.80		8	赤ぶどう酒		1.00		8	にんじん		10.00		8	えのきたけ		8.00				
9	チンゲンサイ		15.00			9	○ 油揚げ		6.00	大豆	9	たまねぎ		65.00		9	○ チキンブイヨン		2.00	鶏肉	9	○ 生揚げ		22.00	大豆			
10	ローレル		0.01	小麦 大豆	10	はくさい		28.00		10	にんじん		15.00		10	突きこんにゃく		8.00		10	かぼちゃ		20.00					
11	食塩		0.10			11	かまぼこ (カット)		6.00		11	エリンギ		7.00		11	えのきたけ		5.00		11	○ 麦みそ		4.00	大豆			
12	ごしょう		0.01			12	○ 濃口しょうゆ		5.00	小麦 大豆	12	マッシュルーム		5.00		12	だまこもち		20.00		12	○ 米みそ		4.00	大豆			
13	【ミートボール】					13	○ 薄口しょうゆ		4.00	小麦 大豆	13	○ チキンコンソメ		0.50	鶏肉 豚肉	13	みりん		1.00		13	○ 豆乳 (無調整)		20.00	大豆			
13	★ ミートボール (味付) 30g	1.00	30.00		鶏肉 小麦 大豆 ごま	14	みりん		3.00		14	水		0.00		14	○ 薄口しょうゆ		3.00	小麦 大豆	14	【帯広風豚丼の具】						
	【チキンライスの具】				15	食塩		0.05		15	トマト水煮		12.00		15	○ 濃口しょうゆ		1.50	小麦 大豆	15	さとう (上白)		1.50					
14	サラダ油		0.40	鶏肉	16	ねぎ		8.00		16	ローレル		0.02		16	食塩		0.05		16	○ 濃口しょうゆ		5.00	小麦 大豆				
15	○ 鶏肉		35.00			17	でんぷん		2.00		17	トマトケチャップ (3kg)		7.00		17	ねぎ		5.00		17	みりん		4.00				
16	食塩		0.05				【わかさぎの唐揚げ】				18	中濃ソース		5.00			【ハムフライ】				17	おろししょうが		1.00				
17	たまねぎ		40.00			18	わかさぎの唐揚げ		30.00		19	米粉のハヤシルウ		9.00		18	○ ハムカツ	1.00	50.00	小麦 豚肉 大豆	18	○ 豚肉		45.00	豚肉			
18	エリンギ		5.00			19	菜種白絞油		3.00		20	【スペイン風オムレツ】				19	菜種白絞油		5.00		19	たまねぎ		50.00				
19	○ 濃口しょうゆ		1.40	小麦 大豆		【五色あえ】				20	○ 無塩せきボンレスハム		3.00	豚肉	20	【れんこんサラダ】				20	【白菜のゆず香あえ】							
20	トマトピューレ		4.00			20	○ 濃口しょうゆ		2.20	小麦 大豆	21	【みかん】				21	れんこん		15.00		21	もやし		15.00				
21	トマトケチャップ (3kg)		14.00			21	にんじん		8.00		21	みかん	1.00	87.00	卵 豚肉 乳	22	○ えだまめ		10.00	大豆	22	にんじん		5.00				
22	食塩		0.25			22	だいこん		20.00							23	キャベツ		25.00		23	はくさい		30.00				
23	ごしょう		0.03			23	こまつな		10.00							23	○ ごまクリーミードレッシング		6.00	大豆 ごま	24	ほうれんそう		10.00				
24	ピーマン		6.00			24	ホールコーン		8.00												25	○ 濃口しょうゆ		2.50	小麦 大豆			
						25	酢		0.50												26	ゆず果汁		0.50				
						26	○ 濃口しょうゆ		2.20	小麦 大豆												26	焼きのり (せん切り)		0.50			
						27	サラダ油		1.50																			
						28	さとう (上白)		0.60																			

12/22 (月)				アレルギー	12/23 (火)				アレルギー
1	ご飯				1	米粉パン			小麦 乳 大豆
2	牛乳			乳	2	牛乳			乳
3	マーボー大根			ごま 鶏肉 豚肉 小麦 大豆	3	ミネストローネ			豚肉 鶏肉
4	揚げぎょうざ			小麦 豚肉 大豆	4	もみの木ハンバーグの玉ねぎソースかけ			鶏肉 ごま 豚肉 小麦 大豆
5	チンゲンサイのごまソースあえ			小麦 大豆 ごま	5	野菜とささみのサラダ			鶏肉
					6	クリスマスデザート			大豆
No	食 品 名	個数	純使用 g		No	食 品 名	個数	純使用 g	
1	白飯	1.00	156.00		1	○ 米粉パン	1.00	102.00	小麦 乳 大豆
2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳	2	○ 牛乳	1.00	206.00	乳
	【マーボー大根】					【ミネストローネ】			
3	○ ごま油		0.50	ごま	3	オリーブ油		0.50	
4	○ 豚挽肉		28.00	豚肉	4	おろしにんにく		0.50	
5	おろししょうが		1.00		5	セロリ		2.00	
6	おろしにんにく		0.60		6	○ 無塩せきショルダーベーコン		4.00	豚肉
7	たまねぎ		30.00		7	たまねぎ		40.00	
8	干しいたけ		1.00		8	水		0.00	
9	○ 豆板醤		0.15	大豆	9	○ チキンブイヨン		8.00	鶏肉
10	○ 豚がらスープ		2.00	豚肉	10	○ チキンコンソメ		1.80	鶏肉 豚肉
11	○ チキンコンソメ		1.00	鶏肉 豚肉	11	じゃがいも		25.00	
12	さとう（三温）		2.00		12	しめじ		8.00	
13	清酒		2.00		13	トマト水煮		25.00	
14	○ 濃口しょうゆ		4.00	小麦 大豆	14	白いんげん豆		10.00	
15	だいこん		70.00		15	ごまつな		7.00	
16	○ 生揚げ		20.00	大豆	16	食塩		0.05	
17	○ 豆みそ		2.50	大豆	17	こしょう		0.01	
18	オイスターソース		1.00			【もみの木ハンバーグの玉ねぎソースかけ】			
19	ねぎ		8.00		18	○ もみの木ハンバーグ	1.00	40.00	鶏肉 豚肉 大豆
20	でんぶん		2.20		19	水		0.00	
	【揚げぎょうざ】				20	かつおぶし		0.30	
21	○ ぎょうざ	2.00	36.00	小麦 豚肉 大豆	21	たまねぎ		8.00	
22	菜種白絞油		3.60		22	おろししょうが		0.04	
	【チンゲンサイのごまソースあえ】				23	おろしにんにく		0.02	
23	にんじん		5.00		24	○ 濃口しょうゆ		1.50	小麦 大豆
24	キャベツ		20.00		25	みりん		1.50	
25	チンゲンサイ		25.00		26	清酒		1.20	
26	まぐろオイル漬		5.00		27	さとう（三温）		0.80	
27	さとう（上白）		0.90		28	でんぶん		0.60	
28	○ 濃口しょうゆ		1.90	小麦 大豆	29	○ ごま油		0.15	ごま
29	酢		1.70			【野菜とささみのサラダ】			
30	○ ねりごま		3.00	ごま	30	にんじん		5.00	
					31	キャベツ		25.00	
					32	きゅうり		8.00	
					33	ホールコーン		5.00	
					34	○ ささみオイル漬		6.00	鶏肉
					35	食塩		0.05	
					36	こしょう		0.01	
					37	フレンチドレッシング白		5.50	
						【クリスマスデザート】			
					38	★ クリスマスデザート	1.00	40.00	大豆