



12月のこんだて



	献立名 (材料名)	アレルギー代替食・栄養価 ※玉:たまごアレルギー・乳:牛乳・乳製品アレルギー		使用調味料等			お弁当箱の色	
12/1 (月)	カレーライス(牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、カレールウ、ホワイトルウ、ガーリック) 青りんごゼリー			醤油	和風だし	普通食	黄	
ごはん給食				マヨネーズ	中華だし	卵アレ	赤	
				ケチャップ	コンソメ	卵・乳アレ	赤	
				ソース	ごま油	その他アレ	赤	
		エネルギー: 455kcal / たんぱく質: 9.8g / 脂質: 10.5g						
12/4 (木)	炊込みご飯(鶏ミンチ、うすあげ、にんじん、こんにゃく、ごぼう) えびマヨネーズフライ オレンジ お浸し(ほうれん草、花かつお) 豚汁(豚肉、もやし、玉ねぎ、にんじん、青ねぎ、合わせみそ)	えびマヨフライ → えびかつ	玉	醤油	和風だし	普通食	黄	
ごはん給食				マヨネーズ	中華だし	卵アレ	赤	
				ケチャップ	コンソメ	卵・乳アレ	赤	
				ソース	ごま油	その他アレ	赤	
		エネルギー: 404kcal / たんぱく質: 13.1g / 脂質: 8.7g						
12/8 (月)	～ X'masセット～ チキンライス(鶏ミンチ、玉ねぎ、ミックスベジタブル) 鶏の唐揚(鶏もも肉、片栗粉、おろし生姜) ポテトサラダ(ポテトサラダベース、レタス、きゅうり) オレンジ クリスマスのいちごデザート	ポテトサラダ → アレルギー用マヨネーズ	玉	醤油	和風だし	普通食	使い捨て容器	
ごはん給食				マヨネーズ	中華だし	卵アレ		
				ケチャップ	コンソメ	卵・乳アレ		
				ソース	ごま油	その他アレ		
		エネルギー: 438kcal / たんぱく質: 11.4g / 脂質: 14.2g						
12/11 (木)	白身魚の甘辛ソース(ほき天ぷら、油淋鶏ソース) ポークウインナー グリンリーフ もやし炒め(豚肉、太もやし、にら、にんじん) パンプキンサラダ(南瓜、ポテトサラダベース) 含め煮(大根、うすあげ) 白桃缶	パンプキンサラダ → アレルギー用サラダ	玉	醤油	和風だし	普通食	紫	
ごはん給食				マヨネーズ	中華だし	卵アレ	赤	
				ケチャップ	コンソメ	卵・乳アレ	緑	
				ソース	ごま油	その他アレ	青	
		エネルギー: 425kcal / たんぱく質: 10.9g / 脂質: 14.4g						