



12月の献立表



なかよし給食センター
那覇市古波蔵3-3-15
TEL:098-835-9501
FAX:098-835-9488

2017年12月 (3品 産地限定)

	献立名	食品名			手作りおやつ (50円)
		かや体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
12月1日(金)	肉じゃが 和風マカロニサラダ ちくわとお豆さんの甘辛煮 わかめと豆腐のみそ汁 雑穀米	じゃがいも マカロニ(小麦)、ごま 白ごま 米、黒米、麦、きび	豚肉 ツナ(マグロ) ちくわ(魚、卵)、大豆 豆腐(大豆)、味噌(大豆)	玉ねぎ、人参、こんにゃく、インゲン キャベツ、きゅうり、トマト 玉ねぎ、ピーマン わかめ、万能ネギ	黒糖サターアンダギー
					小麦、乳、大豆、卵
12月2日(土)	豚ミンチと白菜あんかけ キャベツのカニカマサラダ 酢豚風肉だんご 中華スープ 白米 果物	片栗粉 米	鶏ミンチ カニカマ(卵) 鶏だんご(卵、大豆)	白菜、人参、大根 キャベツ、きゅうり、玉ねぎ 玉ねぎ、グリーンピース 季節の野菜	スイートポテト
					卵、乳、大豆
12月4日(月)	挽き肉とナスのミート煮 ブロッコリーとツナサラダ パンブキンチーズ 大根と人参のコンソメスープ 麦ごはん	片栗粉 米、麦	鶏ミンチ ツナ(マグロ) チーズ(乳)	なす、玉ねぎ、人参、グリーンピース ブロッコリー、人参、コーン かぼちゃ、玉ねぎ、えのき、しめじ 大根、人参、パセリ	野菜ゼリー
					野菜ジュース
12月5日(火) ★うちなー料理★	アーサそば ごぼうサラダ クープイリチー アーサ汁 麵 果物	マヨネーズ(卵) 小麦	ハム(乳)、味噌(大豆) 豚肉	ごぼう、人参、パプリカ 干切大根、昆布、人参、こんにゃく アーサ、万能ネギ	アガラサー
					小麦、乳
12月6日(水)	ソーセージの和風ポトフ ひじきとささみサラダ パパイア炒め 白菜と人参のみそ汁 わかめごはん	じゃがいも 米	ソーセージ(乳) 鶏ささみ ツナ(マグロ)	キャベツ、人参、玉ねぎ、大根 ひじき、枝豆、人参、コーン、ブロッコリー パパイア、人参、ニラ 白菜、人参、万能ネギ わかめ	スコーン
					小麦、乳、大豆
12月7日(木)	マーボー豆腐 わかめとカニカマの中華和え もやしのニラ玉 中華スープ 雑穀米 果物	片栗粉 ごま ごま 米、黒米、麦、きび	豚ミンチ、豆腐(大豆) カニカマ(卵) 卵 卵	玉ねぎ、ニラ、人参 わかめ、玉ねぎ、きゅうり もやし、ニラ、人参、しめじ キャベツ、人参	ミルククッキー
					小麦、乳、大豆
12月8日(金)	ハヤシライス コールスロー チキンナゲット オニオンスープ 白米	マヨネーズ(卵) 小麦 米	牛肉 鶏肉(乳、卵)	人参、玉ねぎ、えのき、しめじ、グリーンピース キャベツ、人参、コーン、きゅうり 玉ねぎ、パセリ	フレンチトースト
					小麦、大豆、乳、卵
12月9日(土)	豚肉と根菜のみそ煮 ソークワサーなます ほうれん草とツナ炒め お味噌汁 白米 果物	じゃがいも、さつまいも 米	鶏肉 ツナ(マグロ) 味噌(大豆)	人参、玉ねぎ、ごぼう 大根、人参、きゅうり ほうれん草、玉ねぎ、人参、コーン 季節の野菜	シナモンロール
					小麦、卵、乳、大豆
12月11日(月)	照り焼きハンバーグ ひじきと豆のマヨサラダ ブロッコリーとベーコン炒め 玉ねぎとわかめのみそ汁 きびごはん 果物	マヨネーズ(卵) 麵(小麦) きび、米	牛、鶏(乳、大豆) おなか(カツオ) ベーコン(乳、卵) 味噌(大豆)	万能ネギ ひじき、枝豆、人参、コーン ブロッコリー、人参、えのき 玉ねぎ、わかめ	チョコパン
					小麦、大豆、乳、卵
12月12日(火)	回鍋肉 キャベツとカニカマサラダ ぎょうざ 白菜と人参の中華スープ 麦ごはん	片栗粉 小麦粉 ごま 麦、米	豚肉、味噌(大豆) カニカマ(卵) 豚肉	キャベツ、人参、玉ねぎ、ピーマン キャベツ、人参、きゅうり、コーン キャベツ、ニラ 白菜、人参	味噌クッキー
					大豆、小麦、乳
12月13日(水)	洋風肉じゃが シーザーサラダ ソーセージとベジタブル炒め 春雨スープ 白米 果物	じゃがいも 春雨、白ゴマ 米	豚肉 ソーセージ(乳)	白菜、人参、玉ねぎ、インゲン キャベツ、人参、きゅうり 人参、コーン、グリーンピース 人参、玉ねぎ、えのき、ニラ	ひらやーちー
					小麦、魚、ニラ
12月14日(木)	チキンシチュー 厚揚げサラダ マカロニナポリタン 肉団子(照り焼きソース) 白米	小麦 小麦 米	鶏肉 豆腐(大豆)、ツナ(マグロ) チーズ(乳) 鶏だんご(卵、大豆)	白菜、人参、玉ねぎ、枝豆 ブロッコリー、人参、キャベツ 玉ねぎ、ピーマン、コーン	フルーツ豆乳 プリン
					大豆
12月15日(金)	野菜たっぷり生姜炒め わかめときゅうりの酢の物 かぼちゃ煮 ゆし豆腐 ひじきごはん 果物	片栗粉 米、ごま	豚肉 鶏ミンチ 豆腐(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、しめじ、パプリカ、ニラ わかめ、きゅうり、大根 かぼちゃ 万能ネギ ひじき	ちんぴん
					小麦



12月の献立表



なかよし給食センター
那覇市古波蔵3-3-15
TEL:098-835-9501
FAX:098-835-9488

2017年12月 (3品 産地限定)

	献立名	食品名			手作りおやつ (50円)
		かや体温となる	血・肉・骨をつくる	からだの調子を整える	
12月16日(土)	麻婆なす ハンパンジーサラダ ちぢみ 中華スープ 白米	ごま 小麦粉 米	豚ミンチ 鶏ささみ、味噌(大豆) 卵、エビ、イカ 味噌(大豆)	なす、玉ねぎ、人参、ニラ キャベツ、もやし、きゅうり、トマト 人参、玉ねぎ、ニラ 季節の野菜	おかずクロック 小麦、大豆、魚
12月18日(月)	豚肉と野菜の甘酢あん 白和え クロック(肉入り) 大根とえのきのみそ汁 麦ごはん 果物	片栗粉 じゃがいも、パン粉、小麦 米、ごま	豚肉 豆腐、味噌(大豆) 牛肉 豆腐(大豆)、味噌(大豆)	キャベツ、人参、玉ねぎ、枝豆 ひじき、ほうれん草、人参 大根、えのき、万能ネギ	ジャムサンド (ブルーベリー) 小麦、大豆
12月19日(火)	鮭とじゃが芋のコンソメ炒め 洋風サラダ 白菜のクリーム煮 ミネストローネ 雑穀米	じゃがいも ホワイトソース(乳、小麦) 米、黒米、麦、きび	鮭 鶏肉 ベーコン(乳、卵)	ブロッコリー、玉ねぎ、しめじ、えのき キャベツ、きゅうり、人参、玉ねぎ、コーン 白菜、人参、コーン 玉ねぎ、人参、セロリ、カットトマト	チーズスコーン 小麦、大豆、乳
12月20日(水)	カラフルもずく煮 ちくわのゴマサラダ にんじんしりしり そーめん汁 きびごはん 果物	片栗粉 白ゴマ 小麦 米、きび	豚ミンチ ちくわ(魚、卵) 卵 味噌(大豆)	もずく、人参、玉ねぎ、ピーマン、パプリカ、コーン キャベツ、人参、ごぼう、 人参 万能ネギ	蒸しパン 小麦、大豆、乳、卵
タイ 12月21日(木) ☆国際料理☆	鶏ひき肉とタイ風炒め 野菜と鶏のタイ風サラダ タイ風揚げ炒め 肉入りスープ 麦ごはん	春雨、白ゴマ 春雨 米、麦	鶏ミンチ 鶏ささみ 豆腐(大豆)、卵 豚ミンチ、豆腐(大豆)	人参、玉ねぎ、パプリカ、インゲン 人参、玉ねぎ、キャベツ、水菜 もやし、ピーマン、パプリカ 大根、人参、白菜	さつまいものおやき さつま芋
12月22日(金) お楽しみメニュー	チキンライス マカロニサラダ テータースティック オニオンスープ 白米 ヨーグルト	マカロニ(小麦)、マヨネーズ(卵) じゃがいも 米	鶏肉	玉ねぎ、人参、コーン、グリーンピース 人参、きゅうり、玉ねぎ パジャル 玉ねぎ、パセリ	お楽しみケーキ 小麦、卵、乳、大豆
12月23日(土)	☆☆生活発表会☆☆				
12月25日(月) クリスマス	デミハンバーグ ポテトサラダ クリーミークロック キャベツのコンソメスープ 白米 プリン	片栗粉 じゃがいも、マヨネーズ(卵) 小麦粉、パン粉 米	鶏肉 ハム(乳)	えのき、しめじ、玉ねぎ、グリーンピース 人参、きゅうり、コーン コーン キャベツ、玉ねぎ、パセリ	クリームパン 小麦、卵、乳、大豆
12月26日(火)	歩け歩け大会★お弁当会				豆乳フレンチトースト 小麦、大豆、卵
12月27日(水)	キーマカレー おからサラダ 一口とんかつ 野菜スープ 白米 果物	小麦粉 じゃがいも 小麦粉、パン粉 米	合挽ミンチ おから(大豆) 豚肉	玉ねぎ、人参、コーン、枝豆、カットトマト キャベツ、人参、玉ねぎ、コーン 白菜、人参、ほうれん草	ヨーグルトケーキ 小麦、乳、卵、大豆
12月28日(木)	肉団子の酢豚 わかめときゅうりの中華サラダ 中華風ポパイ炒め えのきと卵スープ しそごはん	片栗粉 ごま 米	鶏だんご(乳、卵) カニカマ(卵) ソーセージ(乳、卵)、卵 卵	人参、玉ねぎ、ヤングコーン、ピーマン、しいたけ わかめ、きゅうり 玉ねぎ、人参、ほうれん草 えのき、玉ねぎ、人参 しそ	ジャムサンド (いちご) 小麦、大豆
12月29日(金)	☆☆お休み☆☆				
12月30日(土)	☆☆お休み☆☆				

※天候または仕入れ事情等により、食材またはメニューが変更することがあります。予めご了承願います。