



令和3年12月分

## 学校給食献立表(幼稚園)

深谷市立花園学校給食センター

日	献立名	牛乳	赤の仲間 (+牛乳) 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギー たんぱく質	予定 地場産物
1 水	ご飯			白飯		541 kcal	こめ にんじん
	キャベツメンチカツ (ソース)		キャベツメンチカツ	油		18.5 g	
	もやしのナムル		ハム	三温糖, 油, ごま	もやし, きゅうり, ほうれんそう		
	かき玉汁		なると巻き, 卵	かたくり粉	にんじん, 玉葱, 干し椎茸, こまつな		
2 木	きつねうどん		油揚げ, 豚肉	地粉うどん, 三温糖	にんじん, ねぎ, ほうれんそう	534 kcal	キャベツ にんじん ねぎ
	ウインナーの香味揚げ		ウインナー	小麦粉, ごま, 油		20.3 g	
	小松菜とジャコの炒り煮		ちりめんじゃこ	油	にんじん, キャベツ, とうもろこし, こまつな		
3 金	ハヤシライス		豚肉, 牛乳, チーズ	白飯, 油, じゃがいも	にんにく, しょうが, にんじん, 玉葱, トマト 缶	502 kcal	こめ キャベツ にんじん ブロッコリー
	ハートオムレツ		オムレツ			17.4 g	
	花野菜のサラダ			油, 上白糖, ごま	ブロッコリー, カリフラワー, キャベツ		
6 月	カレー風味かつ丼		鶏肉	白飯, 小麦粉, パン粉, 油, 三温糖		501 kcal	こめ キャベツ だいこん にんじん ねぎ
	切り干し大根とツナのサラダ		まぐろ水煮	油, 上白糖	切干しだいこん, にんじん, キャベツ, きゅうり	22.7 g	
	大根のみそ汁		豆腐, みそ		だいこん, にんじん, ねぎ, こまつな		
7 火	はちみつパン			はちみつパン		448 kcal	キャベツ にんじん
	たらのアヒージョ風		たら	油	にんにく, 玉葱, えのきたけ	19.6 g	
	ほうれん草のソテー		ベーコン	油	ほうれんそう, キャベツ, にんじん		
	豆乳コーンスープ		調製豆乳	油, じゃがいも	玉葱, にんじん, とうもろこし, コーンペースト, パセリ		
8 水	ご飯			白飯		482 kcal	こめ キャベツ だいこん にんじん ねぎ
	豚肉とレバーのごまだれ		豚肉, レバー	かたくり粉, 油, 三温糖, ごま		18.5 g	
	骨まるごとおかかあえ		骨丸ごと味付けおかか		ほうれんそう, キャベツ, にんじん		
	けんちん汁		豆腐	油, こんにゃく, さといも	ごぼう, にんじん, だいこん, ねぎ		
9 木	タンタンメン		豚肉, みそ	中華めん, 油, ねりごま, ごま	にんじん, しょうが, 干し椎茸, たけのこ, ねぎ, にら	554 kcal	キャベツ にんじん ねぎ
	オレンジパンケーキ		牛乳, 卵, ヨーグルト	ホットケーキミックス	にんじん, みかんジュース	20.8 g	
	海藻サラダ		海藻サラダミックス	上白糖, 油	きゅうり, キャベツ		
10 金	冬野菜のカレーライス		鶏肉, チーズ, 牛乳	白飯, 油, じゃがいも, 油	にんにく, しょうが, 玉葱, にんじん, トマト 缶, ほうれんそう, ごぼう	516 kcal	こめ だいこん にんじん
	大豆のかりかり揚げ		大豆	油, 上白糖		17.2 g	
	手作り福神漬け			三温糖, ごま	きゅうり, だいこん, れんこん, しょうが		
13 月	ご飯			白飯		476 kcal	こめ だいこん にんじん ねぎ はくさい
	ハンバーグきのこソース		ハンバーグ	油, 上白糖	玉葱, えのきたけ, しめじ	19.0 g	
	もやし中華あえ			油, 上白糖, ごま	こまつな, もやし, にんじん		
	豚汁		豚肉, 豆腐, みそ	油, こんにゃく	ごぼう, にんじん, だいこん, はくさい, ねぎ		
14 火	黒パン			黒パン		519 kcal	キャベツ だいこん にんじん ねぎ はくさい ブロッコリー
	煮ぼうとう		鶏肉, 油揚げ	油, ひもかわ	にんじん, だいこん, はくさい, しめじ, ねぎ, こまつな	18.5 g	
	のり塩ポテトビーンズ		大豆, あおのり	フレンチフライポテト, 油			
	冬野菜のごまマヨネーズ和え		糸かまぼこ	上白糖, ごま, ノンエッグマヨネーズ	キャベツ, ブロッコリー, にんじん		
15 水	ご飯			白飯		494 kcal	こめ にんじん ねぎ
	さばのねぎみそ焼き		さば, みそ	三温糖	ねぎ, しょうが	22.6 g	
	大豆の燗煮		大豆, さつま揚げ, 干ひじき	油, こんにゃく, 三温糖	にんじん, さやいんげん		
	沢煮焼		豚肉, 生揚げ	油, かたくり粉	ごぼう, にんじん, たけのこ, 干し椎茸		
16 木	こしねうどん		豚肉, 油揚げ, みそ	地粉うどん, 油, こんにゃく	ごぼう, にんじん, だいこん, しいたけ, ねぎ, こまつな	495 kcal	キャベツ だいこん にんじん ねぎ
	ちくわの石垣揚げ		焼き竹輪, あおのり	小麦粉, ごま, 油		17.8 g	
	和風サラダ		わかめ, 糸かまぼこ	上白糖, 油	キャベツ, きゅうり, にんじん, 玉葱		
17 金	ご飯			白飯		481 kcal	こめ にんじん ねぎ アレッタ
	白身魚の南蛮漬け		たら	かたくり粉, 油, 三温糖, ごま	ねぎ, にんにく, しょうが	20.9 g	
	豚肉とアレッタのオスターソース炒め		豚肉	油	にんにく, にんじん, ねぎ, アレッタ		
	わかめスープ		ベーコン, わかめ		にんじん, 玉葱, ねぎ, こまつな		
20 月	ご飯			白飯		470 kcal	こめ だいこん にんじん ねぎ
	大根と豚肉の煮込み		豚肉, さつま揚げ	油, こんにゃく, 三温糖	にんじん, だいこん, ねぎ, しょうが	19.9 g	
	厚焼き玉子		厚焼き卵				
	ほうれん草とひじきのサラダ		まぐろ水煮, 干ひじき	油, 上白糖	ほうれんそう, きゅうり, にんじん, 玉葱		
21 火	子どもパン			子供パン		455 kcal	キャベツ だいこん にんじん ブロッコリー
	フライドチキン		鶏肉	かたくり粉, 油	しょうが, にんにく	19.4 g	
	クリスマスサラダ			ドレッシング	ブロッコリー, だいこん, 赤ピーマン		
	野菜コンソメスープ		ウインナー	油, じゃがいも	にんじん, 玉葱, とうもろこし, キャベツ, こまつな		
22 水	キムタクご飯		豚肉	白飯, 油, 上白糖, ごま	白菜キムチ, つぼ漬け, こねぎ	505 kcal	こめ にんじん ねぎ はくさい
	かぼちゃひき肉コロケ (ソース)		かぼちゃ挽肉フライ	油		16.4 g	
	まるごと玄米のポカポカ汁		鶏肉, 生揚げ	まるごと玄米, かたくり粉	にんじん, 干し椎茸, はくさい, ねぎ, こまつな, しょうが		
今月の地場産物				こめ キャベツ だいこん にんじん はくさい ブロッコリー		※材料入荷等の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。 ※給食に関する行事については、園のおたよりで確認してください。 給食回数 16回 ご飯10回、パン3回、めん3回	