令和4年12月分

給食献立表

兵庫教育大学附属幼稚園

月	火	水	木	金

1（木）

エネルギーkcal	たんぱくしつg	ししつg
341	14.1	5.3

ごはん

こめ	56.3	黄

たまねぎのみそしる

えのきたけ	4	緑
にんじん	8	緑
たまねぎ	24	緑
だいこん	8	緑
あおねぎ	1.6	緑
みそ	6.4	赤
かつおだし	0.8	
いりこだし	0.36	

しろみざかなのBBQソース

たら	40	赤
しろワイン	0.62	
しお	0.18	
こしょう	0.02	
でんぷん	6.4	黄
あげあぶら	2.9	黄
うすくちしょうゆ	1.54	
さけ	1.14	
さとう	1.11	黄
しろねぎ	2.9	緑
しょうが	0.62	緑
にんにく	0.1	緑
りんごピューレ	3.01	緑

こまつなのいためもの

ぶたにく	8	赤
こまつな	24	緑
にんじん	8	緑
あぶら	0.16	黄
さけ	0.4	
しお	0.24	
こしょう	0.01	
うすくちしょうゆ	0.4	

2（金）

384	9.9	8.5

ポークカレーライス

こめ	56.3	黄
ぶたにく	16	赤
あぶら	1.58	黄
にんにく	0.16	緑
しょうが	0.4	緑
たまねぎ	46.8	緑
にんじん	8.8	緑
かぼちゃ	17.6	緑
りんごピューレ	1.58	緑
トマトケチャップ	2.38	
ウスターソース	1.32	
ブイヨン	0.53	
しお	0.26	
こめこカレールウ	10.4	黄

うみとはたけのサラダ

ツナフレーク	8	赤
キャベツ	12	緑
にんじん	4.8	緑
ホールコーン	4	緑
ひじき	0.8	赤
あぶら	0.24	黄
うすくちしょうゆ	0.77	

ふくじんづけ

12 緑

5（月）

6（火）

348	8.3	5.5

ごはん

こめ	56.3	黄

わかめスープ

にんじん	4.66	緑
もやし	4.66	緑
ほししいたけ	0.16	緑
えのきたけ	4.66	緑
わかめ	0.26	赤
ちゅうかブイヨン	0.64	
しお	0.08	
こしょう	0.01	
うすくちしょうゆ	0.72	
さけ	0.4	

テジブルコギ

ぶたにく	20	赤
さけ	0.16	
にんにく	0.08	緑
あぶら	0.16	黄
にんじん	4	緑
たまねぎ	12	緑
ニラ	0.8	緑
りんごピューレ	0.4	緑
はっちょうみそ	0.72	赤
レモンじる	0.13	緑
こいくちしょうゆ	1.2	

ちゅうかポテト

さつまいも	37.6	黄
あぶら	1.6	黄
さとう	4.8	黄
みずあめ	0.8	黄
こいくちしょうゆ	0.4	
す	0.08	

幼稚園のみんなで育てたさつまいもをいただきました

ありがとう

7（水）

8（木）

368	11.5	7.0

ごはん

こめ	56.3	黄

スープカレー

ポークウインナー	8	赤
あぶら	0.4	黄
にんにく	0.08	緑
たまねぎ	28	緑
かぼちゃ	16	緑
にんじん	4	緑
ブロッコリー	8	緑
パセリ	0.02	緑
ブイヨン	0.24	
あかワイン	0.4	
トマトみずに	5.6	緑
トマトケチャップ	2.4	
こしょう	0.02	
こめこカレールウ	4	黄

郷土料理 スープカレー（北海道）

ハンバーグBBQソース

ハンバーグ	1こ	赤
あぶら	0.16	黄
トマトケチャップ	4.6	
ウスターソース	2.6	
あかワイン	1.8	
さとう	0.2	黄

ほうれんそうのソテーサラダ

ベーコン	4	赤
にんじん	3.2	緑
ほうれんそう	16.8	緑
ホールコーン	4	緑
あぶら	0.16	黄
さとう	0.12	黄
こしょう	0.01	
うすくちしょうゆ	0.4	

9（金）

421	12.3	11.4

はんりょうごはん

こめ	28.2	黄

ちゃんぽん

ちゅうかめん	52	黄
あぶら	1.6	黄

あわじたまねぎコロッケ

たまねぎコロッケ	1こ	黄緑
あげあぶら		黄

あじつけのり

1こ 赤

ぶたにく	13.4	赤
さけ	0.34	
にんじん	6.72	緑
もやし	23.4	緑
かまぼこ	6.72	赤
チンゲンサイ	23.4	緑
ブイヨン	0.64	
こしょう	0.02	
みりん	0.34	
うすくちしょうゆ	1.74	
ごまあぶら	0.4	黄
でんぷん	2	黄

郷土料理 ちゃんぽん（長崎県）

12（月）

348	12.8	6.3

ごはん

こめ	56.3	黄

ABCスープ

ハム	3.34	赤
たまねぎ	13.3	緑
にんじん	6.66	緑
キャベツ	16.7	緑
しめじ	3.34	緑
ABCマカロニ	3.34	黄
パセリ	0.02	緑
ブイヨン	0.64	
こしょう	0.02	
うすくちしょうゆ	0.48	
しろワイン	0.66	

ふりかけ

おかか	1こ	赤

ぶたにくのりんごソース

ぶたにく	33.3	赤
しょうが	0.14	緑
にんにく	0.14	緑
たまねぎ	13.3	緑
あぶら	0.14	黄
りんごピューレ	4.66	緑
さとう	1.34	黄
こしょう	0.02	
こいくちしょうゆ	2.66	
レモンじる	0.66	緑

キャベツとコーンのサラダ

キャベツ	32	緑
ホールコーン	4	緑
さとう	1.24	黄
りんごす	1.24	
しお	0.16	
うすくちしょうゆ	0.25	

13（火）

317	8.5	5.8

ごはん

こめ	56.3	黄

すましじる

だいこん	16	緑
にんじん	4	緑
はくさい	24	緑
しめじ	4	緑
あおねぎ	2.4	緑
ふ	0.8	黄
しお	0.04	
みりん	0.34	
うすくちしょうゆ	2.64	
かつおだし	0.48	
だしこんぶ	0.4	
いりこだし	0.36	

けいちゃん

とりにく	16	赤
さけ	0.4	
しょうが	0.16	緑
にんにく	0.08	緑
あぶら	0.16	黄
キャベツ	24	緑
にんじん	2.4	緑
ニラ	2.4	緑
みりん	0.26	
こいくちしょうゆ	0.4	
はっちょうみそ	2.8	赤

郷土料理 けいちゃん（岐阜県）

れんこんチップス

れんこん	32	緑
でんぷん	1.6	黄
あげあぶら	2.52	黄
しお	0.08	

14（水）

15（木）

390	11.5	7.8

ごはん

こめ	56.3	黄

トックスープ

ぶたにく	16	赤
にんじん	4	緑
たまねぎ	20	緑
だいこん	16	緑
トック	16	黄
チンゲンサイ	16	緑
ちゅうかブイヨン	0.8	
こしょう	0.02	
うすくちしょうゆ	1.2	
さけ	0.4	

ごもくいため

ぶたにく	8	赤
しょうが	0.24	緑
ほししいたけ	0.16	緑
にんじん	5.6	緑
ホールコーン	5.6	緑
キャベツ	20	緑
はるさめ	2.4	黄
しお	0.04	
こしょう	0.02	
さけ	0.24	
こいくちしょうゆ	0.8	
オイスターソース	1.6	
ごまあぶら	0.16	黄

あげぎょうざ

こめこぎょうざ	1こ	赤黄
あげあぶら		

16（金）

551	20.7	17.4

トマトピラフ

こめ	56.3	黄
しお	0.56	
トマトケチャップ	4	
トマトピューレ	2.4	緑
ブイヨン	0.72	
マーガリン	1.9	
ハム	5.6	赤
ミックスベジタブル	4	緑

ジャーマンポテト

ベーコン	4.32	赤
にんにく	0.08	緑
マーガリン	0.58	黄
たまねぎ	12	緑
じゃがいも	28	黄
しお	0.08	
こしょう	0.02	
パセリ	0.01	緑

クリスマスデザート

いちご	1こ	黄

コーンポタージュ

たまねぎ	40	緑
にんじん	8	緑
ブロッコリー	8	緑
コーンクリーム	20	緑
ホールコーン	8	緑
かぼちゃ	16	緑
しろいんげんペースト	8	緑
ブイヨン	0.64	
マーガリン	2	黄
こめこ	2	黄
とうにゅう	16	赤
とうにゅうクリーム	4	赤
パセリ	0.02	緑
こしょう	0.02	
しろワイン	0.4	

クリスマスチキン

とりにく	44	赤
しお	0.04	
さけ	0.8	
たまねぎ	3.2	緑
りんごピューレ	4	緑
さとう	1.6	黄
こいくちしょうゆ	1.6	
みりん	0.8	
でんぷん	0.24	黄

19（月）

362	10.0	3.7

ごはん

こめ	56.3	黄

にこみうどん

ぶたにく	8	赤
ほししいたけ	0.4	緑
にんじん	8	緑
はくさい	20	緑
だいこん	8	緑
うどん	24	黄
あおねぎ	4	緑
かつおだし	0.48	
いりこだし	0.36	
みりん	0.8	
うすくちしょうゆ	2.8	
こいくちしょうゆ	0.4	

冬至献立

かぼちゃとなすのいために

ぶたひきにく	8	赤
かぼちゃ	48	緑
なす	24	緑
あぶら	0.4	黄
さとう	3.52	黄
みりん	1.23	
うすくちしょうゆ	2.82	
こいくちしょうゆ	2.82	
でんぷん	0.88	黄

ゆずぽんずあえ

えのきたけ	4	緑
はくさい	32	緑
こんぶパウダー	0.01	赤
さとう	0.64	黄
みりん	0.4	
しお	0.32	
ゆずじる	0.66	緑

「あか」のたべものからだをつくるもと

「きいろ」のたべものげんきいっぱい！！エネルギーのもと

「みどり」のたべものびょうきにまけないからだのちょうしをととのえる

給食費

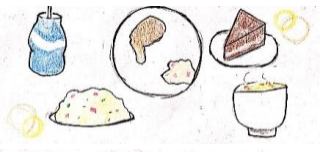
幼稚園	給食費	手数料	合計
	2,600	55	2,655円

12月分の振替日は12日(月)です。(再振替日は20日(火)です。)

未納者「0」にご協力願います。

中学校 厚生部考案

チキチキ☆クリスマスランチ



みんなが好きそうなメニューを考えました。クリスマス＝チキンというところがあるのでチキンがPRポイントです。年に1度のクリスマスという楽しい日をいつもより給食でも楽しんで味わえるように考えたので美味しく食べてもらえると嬉しいです。

※仕入れ食材の都合により、献立を変更する場合があり、材料の重量は目安となります。
※幼稚園では「牛乳」の提供はなく、水曜日は午前中のみのため給食はございません。

はばたんマークがついている食材は兵庫県産です。