



幼稚園予定献立表



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|---|--|--|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 豚肉コロッケ 花しんじょう焼き フロッキーコーン人参ソテー 人参煮 パイナップル 玉子ふりかけご飯 | かじきまぐろ味噌漬け焼き 照り焼き肉団子 マロニー野菜炒め コーン焼売・フロッキー 金時豆 ご飯 | 豚焼肉 フロッキー コーンもやしキャベツソテー えび揚げ餃子 洋なし缶 鮭ふりかけご飯 | はんぺんチーズフライ どうもろこしつみみ揚げ焼き ほうれん草人参ソテー 焼売 りんごダイス缶 ご飯 | 南瓜挽肉フライ ミートボール 肉ニラもやし炒め 枝豆がんも煮 みかん缶 おかかふりかけご飯 |
| エネルギー 414kcal 蛋白質 8.2g | エネルギー 426kcal 蛋白質 15.8g | エネルギー 438kcal 蛋白質 15.3g | エネルギー 433kcal 蛋白質 10.8g | エネルギー 459kcal 蛋白質 12.7g |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| ハンバーグ 大豆ナゲット 小松菜コーンソテー 竹輪煮 ピーチ缶 ご飯 | ヒレカツ 鶏ごぼう巻き いんげん人参ソテー 豆腐焼売 パイナップル 野菜ふりかけご飯 | 焼きそば 揚げポテト・フロッキー 焼きウインナー 人参さつま煮 ブルーベリージャム 食パン | 揚げたご焼 野菜豆腐焼き 人参もやしキャベツソテー 野菜入鶏つくね 洋なし缶 のりごまふりかけご飯 | さわら照り焼き ハッシュドポテト ほうれん草コーンソテー ポーク焼売 アロエ缶 玉子ふりかけご飯 |
| エネルギー 420kcal 蛋白質 12.8g | エネルギー 408kcal 蛋白質 13.8g | エネルギー 355kcal 蛋白質 10.7g | エネルギー 402kcal 蛋白質 10.0g | エネルギー 435kcal 蛋白質 15.7g |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| えびフライ 野菜餃子・フロッキー マカロニコーンソテー がんも煮 うぐいす豆 ご飯 | チキンたれ焼き コロッケ もやしピーマンソテー 高野豆腐煮 みかん缶 菜めしご飯 | ミートボール 野菜あんかけ たら竜田揚げ 焼売 大学いも わかめご飯 | 白身魚カレー風味焼き 揚げ餃子・フロッキー ビーフソテー えびボール煮 ピーチ缶 ご飯 | メンチカツ 粉ふき芋・フロッキー スパゲティナポリタン どうもろこしつみみ揚げ焼き いちごジャム ロールパン |
| エネルギー 415kcal 蛋白質 11.5g | エネルギー 433kcal 蛋白質 14.0g | エネルギー 426kcal 蛋白質 12.3g | エネルギー 421kcal 蛋白質 15.1g | エネルギー 363kcal 蛋白質 11.0g |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| チキンカツ 焼きさつま揚げ ほうれん草人参ソテー 南瓜煮 りんごダイス缶 おかかふりかけご飯 | 鮭ササギ 鶏の唐揚げ フロッキーコーン人参ソテー キャベツボール アロエ缶 野菜ふりかけご飯 | 豚肉のトマト煮 揚げポテト フロッキー 魚肉ソーセージソテー 米粉のガトーショコラ ご飯 | じゃが芋カレーとほうろ煮 ウインナーソーセージソテー フロッキー 竹輪天ぷら 洋なし缶 ご飯 | 鶏の照り焼き 焼き栗コロッケ 小松菜コーンソテー 人参煮 パイナップル ご飯 |
| エネルギー 400kcal 蛋白質 11.4g | エネルギー 400kcal 蛋白質 16.6g | エネルギー 427kcal 蛋白質 15.8g | エネルギー 411kcal 蛋白質 11.8g | エネルギー 466kcal 蛋白質 12.9g |

冬至に食べるかぼちゃ

今月22日は「冬至」1年のうちで最も昼が短くなる日です。

昔から冬至の日にはかぼちゃを食べてゆず湯に入ると病気になるまいといわれてきました。

かぼちゃにはビタミン類が豊富に含まれているので病気にかかりにくいといわれています。

「冬至にはかぼちゃ」という昔ながらの風習を受け継いでいきましょう。



※ 骨を取り除いた魚を使用しておりますが、小さな骨が稀に残っている場合がございますので、お召し上がりの際十分にご注意ください。

※ 学期末デザートに 米粉のスイートポテト がつきます。

※ 当センターでは、玉子、乳を使用した製品も製造しております。

※ 調味料、サラダ油に小麦、大豆を含みます。

QRコードまたは下のURLから、その日の給食の写真をご覧いただけます。



お料理 むさしの

(協同組合武蔵野給食センター)
TELフリーダイヤル(0120)634-055
FAXフリーダイヤル(0120)634-056

お料理 武蔵野

検索

URL・・・ <http://oryouri-musashino.jp/>



12月1～5日 幼稚園予定献立明細表（アレルギー対象食品）

| 日 | 曜 | 献立名 | 卵 | 乳および乳製品 | 小麦 | そば | 落花生 | くるみ | えび | かに | 牛肉 | 豚肉 | 鶏肉 | ゼラチン | 大豆 | さば | さけ | いか | もも | キウイ | やまいも | りんご | オレンジ | ばなな | あわび | いくら | ごま | カシューナッツ | アーモンド | マカダミアナッツ | その他魚類 | 貝類 | |
|---|---|----------------|---|---------|----|----|-----|-----|----|----|----|----|----|------|----|----|----|----|----|-----|------|-----|------|-----|-----|-----|----|---------|-------|----------|-------|----|--|
| 1 | 月 | 豚肉コロッケ | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 花しんじょう焼き | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | ○ | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | ブロッコリーコーン人参ソテー | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 人参煮 | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | パイン缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 玉子ふりかけご飯 | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | ○ | | | ○ | |
| 2 | 火 | かじきまぐろ味噌漬け焼き | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | 照り焼き肉団子 | | | ○ | | | | | | | | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | マロニー野菜炒め | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | ○ | |
| | | コーン焼売・ブロッコリー | | | ○ | | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | 金時豆 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | 水 | 豚焼肉 | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ブロッコリー | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | コーンもやしキャベツソテー | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | えび揚げ餃子 | | | ○ | | | | ○ | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 洋なし缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 鮭ふりかけご飯 | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | ○ | |
| 4 | 木 | はんぺんチーズフライ | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | とうもろこしつまみ揚げ焼き | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | ほうれん草人参ソテー | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 焼売 | | | ○ | | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | りんごダイス缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | 金 | 南瓜挽肉フライ | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | |
| | | ミートボール | | | ○ | | | | | | | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 肉ニラもやし炒め | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 枝豆がんも煮 | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | みかん缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | おかかふりかけご飯 | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | ○ | |

◆ 本製品の製造ラインでは、特定原材料を使用した製品も製造しております。

◆ その他魚類には、出汁、すり身、魚介エキスなどを記しております。

12月8～12日 幼稚園予定献立明細表（アレルギー対象食品）

| 日 | 曜 | 献立名 | 卵 | 乳および乳製品 | 小麦 | そば | 落花生 | くるみ | えび | かに | 牛肉 | 豚肉 | 鶏肉 | ゼラチン | 大豆 | さば | さけ | いか | もも | キウイ | やまいも | りんご | オレンジ | ばなな | あわび | いくら | ごま | カシューナッツ | アーモンド | マカダミアナッツ | その他魚類 | 貝類 |
|----|---|-----------------|---|---------|----|----|-----|-----|----|----|-----|----|----|------|----|----|----|----|----|-----|------|-----|------|-----|-----|-----|----|---------|-------|----------|-------|----|
| 8 | 月 | ハンバーグ（ハンバーグソース） | | | ○ | | | | | | (○) | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | (○) | | | | | | | | | | |
| | | 大豆ナゲット | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 小松菜コーンソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 竹輪煮 | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | ピーチ缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | 火 | ヒレカツ | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 鶏ごぼう巻き | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | いんげん人參ソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 豆腐焼売 | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | パイン缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 野菜ふりかけご飯 | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | ○ | |
| 10 | 水 | 焼きそば | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 揚げポテト・ブロッコリー | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 焼きウインナー | | | ○ | | | | | | ○ | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 人參さつま煮 | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | ブルーベリージャム | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 食パン | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | 木 | 揚げたこ焼 | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | 野菜豆腐焼き | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | 人參もやしキャベツソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 野菜入鶏つくね | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | |
| | | 洋なし缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | のりごまふりかけご飯 | | ○ | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | ○ | |
| 12 | 金 | さわら照り焼き | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | ハッシュドポテト | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ほうれん草コーンソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | ボーク焼売 | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | アロエ缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 玉子ふりかけご飯 | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | ○ | |

◆ 本製品の製造ラインでは、特定原材料を使用した製品も製造しております。

◆ その他魚類には、出汁、すり身、魚介エキスなどを記しております。

12月15～19日 幼稚園予定献立明細表（アレルギー対象食品）

| 日 | 曜 | 献立名 | 卵 | 乳および乳製品 | 小麦 | そば | 落花生 | くるみ | えび | かに | 牛肉 | 豚肉 | 鶏肉 | ゼラチン | 大豆 | さば | さけ | いか | もも | キウイ | やまいも | りんご | オレンジ | ばなな | あわび | いくら | しほ | カシューナッツ | アーモンド | マカダミアナッツ | その他魚類 | 貝類 |
|-----|---|---------------|---|---------|----|----|-----|-----|----|----|----|----|----|------|----|----|----|----|----|-----|------|-----|------|-----|-----|-----|----|---------|-------|----------|-------|----|
| 15 | 月 | えびフライ | | | ○ | | | | ○ | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 野菜餃子・ブロッコリー | | | ○ | | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | マカロニコーンソテー | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | がんも煮 | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | うぐいす豆 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | 火 | チキンたれ焼き | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | ○ | | | | | ○ | | | | | |
| | | コロッケ | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | もやしビーマンソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 高野豆腐煮 | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | みかん缶 | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | 菜めしご飯 | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| 17 | 水 | ミートボール | | | ○ | | | | | | | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | 野菜あんかけ | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | たら竜田揚げ | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | 焼売 | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 大学いも | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | わかめご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18 | 木 | 白身魚カレー風味焼き | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | 揚げ餃子・ブロッコリー | | | ○ | | | | | | | | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ビーフンソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | ○ |
| | | えびボール煮 | | | ○ | | | | ○ | | | | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | ピーチ缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | 金 | メンチカツ | | | ○ | | | | | | | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 粉ふき芋・ブロッコリー | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | スパゲティナポリタン | | | ○ | | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | とうもろこしつまみ揚げ焼き | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | いちごジャム | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ロールパン | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 学期末 | | 米粉のスイートポテト | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

- ◆ 本製品の製造ラインでは、特定原材料を使用した製品も製造しております。
- ◆ その他魚類には、出汁、すり身、魚介エキスなどを記しております。

12月22～26日 幼稚園予定献立明細表（アレルギー対象食品）

| 日 | 曜 | 献立名 | 卵 | 乳 および 乳製品 | 小麦 | そば | 落花生 | くるみ | えび | かに | 牛肉 | 豚肉 | 鶏肉 | ゼラチン | 大豆 | さば | さけ | いか | もも | キウイ | やまいも | りんご | オレンジ | ばなな | あわび | いくら | ごま | カシューナッツ | アーモンド | マカダミアナッツ | その他魚類 | 貝類 | | |
|----|---|----------------|---|-----------------|----|----|-----|-----|----|----|----|----|----|------|----|----|----|----|----|-----|------|-----|------|-----|-----|-----|----|---------|-------|----------|-------|----|---|--|
| 22 | 月 | チキンカツ | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 焼きさつま揚げ | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | |
| | | ほうれん草人参ソテー | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | |
| | | 南瓜煮 | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | |
| | | りんごダイス缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | |
| | | おかかふりかけご飯 | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | ○ | | |
| 23 | 火 | 鮭汐焼き | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 鶏の唐揚げ | | | ○ | | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ブロッコリーコーン人参ソテー | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | |
| | | キャベツボール | | | ○ | | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | アロエ缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 野菜ふりかけご飯 | ○ | ○ | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | ○ | | |
| 24 | 水 | 豚肉のトマト煮 | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 揚げポテト | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ブロッコリー | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | 魚肉ソーセージソテー | | | ○ | | | | | ○ | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 米粉のガトーショコラ | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 25 | 木 | じゃが芋カレーそぼろ煮 | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ウインナーソーセージソテー | | | | | | | | | ○ | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | |
| | | ブロッコリー | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 竹輪天ぷら | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | 洋なし缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 26 | 金 | 鶏の照り焼き | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 焼き栗コロッケ | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 小松菜コーンソテー | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | |
| | | 人参煮 | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | |
| | | パイン缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

- ◆ 本製品の製造ラインでは、特定原材料を使用した製品も製造しております。
- ◆ その他魚類には、出汁、すり身、魚介エキスなどを記しております。



五子・乳除去食予定献立表



| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|--|---|--|--|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 豚肉コロッケ 花しんじょう焼き フロッキーコーン人参ソテー 人参煮 パイン缶 ご飯 | かじきまぐろ味噌漬け焼き 照り焼き肉団子 マロニー野菜炒め コーン焼売・フロッキー 金時豆 ご飯 | 豚焼肉 フロッキー コーンもやしキャベツソテー えび揚げ餃子 洋なし缶 ご飯 | かつおかツ どうもろこしつまみ揚げ焼き ほうれん草人参ソテー 焼売 りんごダイス缶 ご飯 | 南瓜挽肉フライ ミートボール 肉ニラもやし炒め 枝豆がんも煮 みかん缶 ご飯 |
| エネルギー 411kcal 蛋白質 8.0g | エネルギー 426kcal 蛋白質 15.8g | エネルギー 435kcal 蛋白質 15.2g | エネルギー 405kcal 蛋白質 11.2g | エネルギー 455kcal 蛋白質 12.5g |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| ハンバーグ 大豆ナゲット 小松菜コーンソテー 竹輪煮 ピーチ缶 ご飯 | ヒレカツ 鶏ごぼう巻き いんげん人参ソテー 豆腐焼売 パイン缶 ご飯 | 焼きそば 揚げポテト・フロッキー 焼きウインナー 人参さつま煮 ブルーベリージャム 食パン | 揚げたご焼 野菜豆腐焼き 人参もやしキャベツソテー 野菜入鶏つくね 洋なし缶 ご飯 | さわら照り焼き ハッシュポテト ほうれん草コーンソテー ポーク焼売 アロエ缶 ご飯 |
| エネルギー 420kcal 蛋白質 12.8g | エネルギー 405kcal 蛋白質 13.7g | エネルギー 355kcal 蛋白質 10.7g | エネルギー 398kcal 蛋白質 9.9g | エネルギー 432kcal 蛋白質 15.5g |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| えびフライ 野菜餃子・フロッキー マカロニコーンソテー がんも煮 うぐいす豆 ご飯 | チキンたれ焼き コロッケ もやしピーマンソテー 高野豆腐煮 みかん缶 菜めしご飯 | ミートボール 野菜あんかけ たら電田揚げ 焼売 大学いも わかめご飯 | 白身魚カレー風味焼き 揚げ餃子・フロッキー ビーフソテー えびボール煮 ピーチ缶 ご飯 | メンチカツ 粉ふき芋・フロッキー スパゲティナポリタン どうもろこしつまみ揚げ焼き いちごジャム ロールパン |
| エネルギー 415kcal 蛋白質 11.5g | エネルギー 431kcal 蛋白質 13.9g | エネルギー 426kcal 蛋白質 12.3g | エネルギー 421kcal 蛋白質 15.1g | エネルギー 363kcal 蛋白質 11.0g |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| チキンカツ 焼きさつま揚げ ほうれん草人参ソテー 南瓜煮 りんごダイス缶 ご飯 | 鮭ソ焼き 鶏の唐揚げ フロッキーコーン人参ソテー キャベツボール アロエ缶 ご飯 | 豚肉のトマト煮 揚げポテト フロッキー 魚肉ソーセージソテー 米粉のガトーショコラ ご飯 | じゃが芋カレーそぼろ煮 ウインナーソーセージソテー フロッキー 竹輪天ぷら 洋なし缶 ご飯 | 鶏の照り焼き 焼き栗コロッケ 小松菜コーンソテー 人参煮 パイン缶 ご飯 |
| エネルギー 396kcal 蛋白質 11.2g | エネルギー 397kcal 蛋白質 16.5g | エネルギー 427kcal 蛋白質 15.8g | エネルギー 411kcal 蛋白質 11.8g | エネルギー 466kcal 蛋白質 12.9g |

冬至に食べるかぼちゃ

今月22日は「冬至」1年のうちで最も昼が短くなる日です。

昔から冬至の日にはかぼちゃを食べてゆず湯に入ると病気になるまいといわれてきました。

かぼちゃにはビタミン類が豊富に含まれているので病気にかりにくいといわれています。

「冬至にはかぼちゃ」という昔ながらの風習を受け継いでいきましょう。



※ 骨を取り除いた魚を使用しておりますが、小さな骨が稀に残っている場合がございますので、お召し上げの際十分にご注意ください。

※ 学期末デザートに 米粉のスイートポテト がつきます。

※ 当センターでは、五子、乳を使用した製品も製造しております。

※ 調味料、サラダ油に小麦、大豆を含みます。

QRコードまたは下のURLから、その日の給食の写真をご覧いただけます。



お料理 むさしの

(協同組合武蔵野給食センター)
TELフリーダイヤル(0120)634-055
FAXフリーダイヤル(0120)634-056



お料理 武蔵野 検索

URL... <http://oryouri-musashino.jp/>

12月1～5日 玉子・乳除去食予定献立明細表（アレルギー対象食品）

| 日 | 曜 | 献立名 | 卵 | 乳および乳製品 | 小麦 | そば | 落花生 | くるみ | えび | かに | 牛肉 | 豚肉 | 鶏肉 | ゼラチン | 大豆 | さば | さけ | いか | もも | キウイ | やまいも | りんご | オレンジ | ばなな | あわび | いくら | ごま | カシューナッツ | アーモンド | マカダミアナッツ | その他魚類 | 貝類 |
|---|---|----------------|---|---------|----|----|-----|-----|----|----|----|----|----|------|----|----|----|----|----|-----|------|-----|------|-----|-----|-----|----|---------|-------|----------|-------|----|
| 1 | 月 | 豚肉コロッケ | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 花しんじょう焼き | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | ○ | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | ブロッコリーコーン人参ソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | |
| | | 人参煮 | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | パイン缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | 火 | かじきまぐろ味噌漬け焼き | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | 照り焼き肉団子 | | | ○ | | | | | | | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | マロニー野菜炒め | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | ○ | |
| | | コーン焼売・ブロッコリー | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | 金時豆 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | 水 | 豚焼肉 | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ブロッコリー | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | コーンもやしキャベツソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | えび揚げ餃子 | | | ○ | | | | ○ | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 洋なし缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | 木 | かつおカツ | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | とうもろこしつまみ揚げ焼き | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | ほうれん草人参ソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 焼売 | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | りんごダイス缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | 金 | 南瓜挽肉フライ | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | |
| | | ミートボール | | | ○ | | | | | | | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 肉ニラもやし炒め | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 枝豆がんも煮 | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | みかん缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

◆ 本製品の製造ラインでは、特定原材料を使用した製品も製造しております。

◆ その他魚類には、出汁、すり身、魚介エキスなどを記しております。

12月8～12日 玉子・乳除去食予定献立明細表（アレルギー対象食品）

| 日 | 曜 | 献立名 | 卵 | 乳および乳製品 | 小麦 | そば | 落花生 | くるみ | えび | かに | 牛肉 | 豚肉 | 鶏肉 | ゼラチン | 大豆 | さば | さけ | いか | もも | キウイ | やまいも | りんご | オレンジ | ばなな | あわび | いくら | ごま | カシューナッツ | アーモンド | マカダミアナッツ | その他魚類 | 貝類 |
|----|---|-----------------|---|---------|----|----|-----|-----|----|----|-----|----|----|------|----|----|----|----|----|-----|------|-----|------|-----|-----|-----|----|---------|-------|----------|-------|----|
| 8 | 月 | ハンバーグ（ハンバーグソース） | | | ○ | | | | | | (○) | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | (○) | | | | | | | | | | |
| | | 大豆ナゲット | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 小松菜コーンソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 竹輪煮 | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | ピーチ缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | 火 | ヒレカツ | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 鶏ごぼう巻き | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | いんげん人参ソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 豆腐焼売 | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | パイン缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | 水 | 焼きそば | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 揚げポテト・ブロッコリー | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 焼きウインナー | | | ○ | | | | | | ○ | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 人参さつま煮 | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | ブルーベリージャム | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 食パン | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | 木 | 揚げたこ焼 | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | 野菜豆腐焼き | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | 人参もやしキャベツソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 野菜入鶏つくね | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | |
| | | 洋なし缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | 金 | さわら照り焼き | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | ハッシュドポテト | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ほうれん草コーンソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | ボーク焼売 | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | アロエ缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

◆ 本製品の製造ラインでは、特定原材料を使用した製品も製造しております。

◆ その他魚類には、出汁、すり身、魚介エキスなどを記しております。

12月15～19日 玉子・乳除去食予定献立明細表（アレルギー対象食品）

| 日 | 曜 | 献立名 | 卵 | 乳 および乳製品 | 小麦 | そば | 落花生 | くるみ | えび | かに | 牛肉 | 豚肉 | 鶏肉 | ゼラチン | 大豆 | さば | さけ | いか | もも | キウイ | やまいも | りんご | オレンジ | ばなな | あわび | いくら | ごま | カシューナッツ | アーモンド | マカダミアナッツ | その他魚類 | 貝類 |
|-----|---|---------------|---|-------------|----|----|-----|-----|----|----|----|----|----|------|----|----|----|----|----|-----|------|-----|------|-----|-----|-----|----|---------|-------|----------|-------|----|
| 15 | 月 | えびフライ | | | ○ | | | | ○ | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 野菜餃子・ブロッコリー | | | ○ | | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | マカロニコンソテー | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | がんも煮 | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | うぐいす豆 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 16 | 火 | チキンたれ焼き | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | ○ | | | | | ○ | | | | | |
| | | コロッケ | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | もやしビーマンソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 高野豆腐煮 | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | みかん缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 菜めしご飯 | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| 17 | 水 | ミートボール | | | ○ | | | | | | | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | 野菜あんかけ | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | たら竜田揚げ | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | 焼売 | | | ○ | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | |
| | | 大学いも | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | わかめご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 18 | 木 | 白身魚カレー風味焼き | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | 揚げ餃子・ブロッコリー | | | ○ | | | | | | | | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ビーフソテー | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | ○ |
| | | えびボール煮 | | | ○ | | | | ○ | | | | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | ピーチ缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 | 金 | メンチカツ | | | ○ | | | | | | | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 粉ふき芋・ブロッコリー | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | スパゲティナポリタン | | | ○ | | | | | | | | ○ | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | とうもろこしつまみ揚げ焼き | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ |
| | | いちごジャム | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ロールパン | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 学期末 | | 米粉のスイートポテト | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

◆ 本製品の製造ラインでは、特定原材料を使用した製品も製造しております。

◆ その他魚類には、出汁、すり身、魚介エキスなどを記しております。

12月22～26日 玉子・乳除去食予定献立明細表（アレルギー対象食品）

| 日 | 曜 | 献立名 | 卵 | 乳および乳製品 | 小麦 | そば | 落花生 | くるみ | えび | かに | 牛肉 | 豚肉 | 鶏肉 | ゼラチン | 大豆 | さば | さけ | いか | もも | キウイ | やまいも | りんご | オレンジ | ばなな | あわび | いくら | しほ | カシューナッツ | アーモンド | マカダミアナッツ | その他魚類 | 貝類 | | |
|----|---|----------------|---|---------|----|----|-----|-----|----|----|----|----|----|------|----|----|----|----|----|-----|------|-----|------|-----|-----|-----|----|---------|-------|----------|-------|----|---|--|
| 22 | 月 | チキンカツ | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 焼きさつま揚げ | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | |
| | | ほうれん草人参ソテー | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | |
| | | 南瓜煮 | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | |
| | | りんごダイス缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 23 | 火 | 鮭汐焼き | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 鶏の唐揚げ | | | ○ | | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ブロッコリーコーン人参ソテー | | | ○ | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | |
| | | キャベツボール | | | ○ | | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | アロエ缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 24 | 水 | 豚肉のトマト煮 | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 揚げポテト | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ブロッコリー | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 魚肉ソーセージソテー | | | ○ | | | | | | ○ | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | ○ | | |
| | | 米粉のガトーショコラ | | | | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 25 | 木 | じゃが芋カレーそぼろ煮 | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ウインナーソーセージソテー | | | | | | | | | | ○ | ○ | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | |
| | | ブロッコリー | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 竹輪天ぷら | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | |
| | | 洋なし缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 26 | 金 | 鶏の照り焼き | | | ○ | | | | | | | | ○ | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 焼き栗コロッケ | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 小松菜コーンソテー | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | |
| | | 人参煮 | | | ○ | | | | | | | | | | | ○ | | | | | | | | | | | | | | | | ○ | | |
| | | パイン缶 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ご飯 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

◆ 本製品の製造ラインでは、特定原材料を使用した製品も製造しております。
◆ その他魚類には、出汁、すり身、魚介エキスなどを記しております。