

# なでしこ 献立予定表

◎現在お届けのお米は「栃木県産なすひかり」を使用しています。

	12月8日	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日
	月	火	水	木	金	土
	<b>きのこ釜めし</b> 明太チーズ入りハンバーグフライ さんまの塩焼き 小松菜と油揚げの煮浸し カリフラワーとポテトのツマヨサラダ ベイクドチーズケーキ	<b>えびかつサンド</b> <b>チキンサラダサンド</b> パンパーストトソース プレーンオムレツ 切干大根の煮付け ポテトサラダ シュークリーム  ロールパンの日	<b>五目チャーハン</b> 鶏肉の唐揚げ 豆腐ハンバーグ さつま芋のレモン煮 オクラの胡麻和え 杏仁豆腐	<b>かつサンド</b> <b>いちごジャムサンド</b> 黒酢あんかけ肉団子 えび入りシュウマイ さつま揚げと根菜の炒り煮 大根の酢の物 ぶどうゼリー	<b>ソース焼きそば</b> さつまいもコロッケ 粗挽きウインナー 五目金平 インゲンとツナのサラダ ピンク餅	<b>チキンライス</b> ハムステーキ うずら卵串フライ 大根の炒めナムル キャベツと竹輪の味噌マヨ和え コーヒーゼリー
	エネルギー 502kcal 蛋白質 17.7g 脂質 15.1g 食塩 3.1g	エネルギー 632kcal 蛋白質 21.8g 脂質 28.9g 食塩 2.5g	エネルギー 696kcal 蛋白質 27.9g 脂質 23.9g 食塩 2.3g	エネルギー 560kcal 蛋白質 18.2g 脂質 24.3g 食塩 2.9g	エネルギー 590kcal 蛋白質 19.8g 脂質 23.4g 食塩 3.1g	エネルギー 614kcal 蛋白質 18.8g 脂質 22.5g 食塩 3.3g
	12月15日	12月16日	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日
	月	火	水	木	金	土
昼食	<b>エビピラフ</b> 肉シュウマイ 白身魚磯辺フライ 枝豆 切干大根のごまマヨサラダ 果物	<b>ハムフライサンド</b> <b>ツナサンド</b> 海鮮チヂミ オムレツ 大根のそぼろ煮 酢の物 りんごゼリー	<b>スパゲティのミートソースかけ</b> 柚子香るタラのフライ ごぼう入りさつま揚げ ほうれん草とコーンのソテー インコンとツナのサラダ たい焼き	<b>ホットドッグ</b> <b>タマゴサンド</b> コーンクリームコロッケ 海鮮シュウマイ キャベツとゆの炒め物 マカロニサラダ ヨーグルトゼリー  ロールパンの日	<b>ビビンバ風ごはん</b> 竹輪の磯辺揚げ ししゃも天ぷら ブロッコリーとアサリのソテー オクラと梅ザーサイの和え物 わらび餅	<b>魚介とキノコの</b> <b>和風スパゲティ</b> チキンスターキ フランクフルト 筍の土佐煮 チンポソ風野菜炒め プチケーキ
	エネルギー 519kcal 蛋白質 19.9g 脂質 13.1g 食塩 2.7g	エネルギー 522kcal 蛋白質 19.2g 脂質 24.5g 食塩 2.9g	エネルギー 592kcal 蛋白質 22.3g 脂質 19.8g 食塩 2.4g	エネルギー 592kcal 蛋白質 18.6g 脂質 29.2g 食塩 2.2g	エネルギー 582kcal 蛋白質 22.2g 脂質 16.8g 食塩 1.5g	エネルギー 554kcal 蛋白質 30.2g 脂質 20.7g 食塩 2g

## ☆お願い☆

- 食品添加物を使用しない、からだにやさしい調理を行っています。  
品質保証の為、昼食は13時までにお召し上がりください。
- 仕入れの都合上、献立と異なる場合はご了承ください。

## ◇ご注意◇

工場内では「卵・乳・小麦・落花生・くるみ・そば・えび・かに」のアレルギー物質を含む食品を使用し調理しています。



ホームページはこちらから  
ご覧ください



なでしこの献立表はこちら

秦野給食センター協同組合  
TEL:0463-81-2316  
FAX:0463-81-2317