



令和元年12月分 学校給食献立予定表



冬の食生活について考えましょう



日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる27品目)
		1群(たんぱく質)	2群(カルシウム)	3群(カロテン)	4群(ビタミン)	5群(炭水化物)	6群(脂質)	
		魚・肉・卵 豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜 果物	米・パン・めん いも・砂糖	油脂 種実	
2月	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	呉汁	【豚肉】・大豆ペースト 【豆腐】・ミックスマソ		にんじん	だいこん・ねぎ・しょうが	さといも	油	豚肉 大豆
	さわらの照り焼き	さわら				砂糖	油	大豆 小麦
	味付けのり		【味付けのり】					大豆 小麦
3火	中華めん					【中華めん】		小麦
	牛乳		【牛乳】					乳
	しょうゆラーメン	【豚肉】・【焼き豚】		にんじん	もやし・ねぎ・とうもろこし		油	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン
	☆春巻	豚肉		にんじん・にら	キャベツ・もやし・エリンギ	でんぷん・砂糖 小麦粉	ごま油・油	豚肉 大豆 小麦 ごま
	◎きゅうりのナムル				きゅうり		ナムルの素	ごま 大豆 鶏肉 豚肉 小麦
4水	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	ポトフ	ウィンナー		にんじん・ブロッコリー	たまねぎ・キャベツ	じゃがいも	油	鶏肉 豚肉 大豆 小麦
	ポロニアステーキ	鶏肉・豚肉				でんぷん・砂糖	油	鶏肉 豚肉
	かつおふりかけ	かつお節	のり			砂糖		
5木	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	豆乳なべ	【豚肉】・かに団子 白みそ・豆乳		にんじん	はくさい・しめじたけ・ねぎ	しらたき	油	豚肉 かに 大豆 小麦
	さばの塩焼き	さば					油	さば
	*りんご				りんご			りんご
6金	麦ご飯					【米】・大麦		
	牛乳		【牛乳】					乳
	ポークカレー	【豚肉】		にんじん	たまねぎ・グリーンピース	じゃがいも	カレールウ 油	豚肉 大豆 小麦 りんご バナナ
	みかんゼリー和え				みかんゼリー・ナタデココ パイン・もも			もも
	アーモンド小魚		かたくちいわし			砂糖	アーモンド	
9月	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	豚汁	【豚肉】・【豆腐】 油揚げ・赤みそ		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	さといも	油	豚肉 大豆
	ひじきのいため煮	マグロフレーク	ひじき	にんじん	とうもろこし	砂糖	油	大豆 小麦
	たくあん				たくあん			小麦 大豆
10火	米粉パン					【米粉パン】		小麦 乳 豚肉 大豆
	牛乳		【牛乳】					乳
	かぼちゃのシチュー	ベーコン・豆乳		かぼちゃ・にんじん パセリ	たまねぎ		ホワイトルウ 油	豚肉 大豆
	ハンバーグのトマトソースかけ	鶏肉・豚肉		【トマト】	たまねぎ・にんにく・しょうが	砂糖	油	鶏肉 豚肉 大豆 りんご
	*みかん				みかん			
11水	わかめご飯		わかめ			【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	関東煮	鶏肉・はんぺん 【うすら卵】		にんじん	だいこん	さといも・砂糖 こんにゃく	油	鶏肉 大豆 卵 小麦
	☆れんこんサンドフライ	鶏肉			【れんこん】・たまねぎ しいたけ	パン粉・でんぷん 小麦粉	油	鶏肉 大豆 小麦
	◎ほうれんそうのツナ和え	マグロフレーク		【ほうれんそう】 にんじん			ドレッシング	大豆 小麦 りんご 鶏肉 豚肉

* 印のみかんの皮、りんごの空袋、クリスマスケーキの空容器・スプーンは業者が回収します。

- ◆は応募献立です。 ・サラダは、生野菜ではなく、すべてゆでて使用します。
- 【 】の食品は愛知県産のものを使用しています。(天候により、産地が変わることがあります。)
- 献立名に()で記載されている調味料は、小袋タイプです。
- ◎印はセンターでドレッシングなどで和えてあります。
- ☆印はセンターで揚げて調理してあります。



好評献立のレシピを公開しています。

・2日、9日、18日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがありますが、食材にはこれらのアレルゲンとそば・落花生を含んでいません。



令和元年12月分 学校給食献立予定表



冬の食生活について考えましょう



日 曜	献立名	主に体の組織を作る食品		主に体の機能を調節する食品		主に体の熱源となる食品		献立に含まれるアレルギー表示 (特定原材料及びそれに準ずる27品目)
		1群(たんぱく質) 魚・肉・卵 豆・豆製品	2群(カルシウム) 牛乳・乳製品 小魚・海そう	3群(カロテン) 緑黄色野菜	4群(ビタミン) その他の野菜 果物	5群(炭水化物) 米・パン・めん いも・砂糖	6群(脂質) 油脂 種実	
12 木	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	ビーフンスープ	【豚肉】		にんじん	はくさい・ねぎ・干しいたけ	ビーフン	油	豚肉 鶏肉 大豆 小麦
	☆鶏肉の甘酢あん	鶏肉		ピーマン・赤パプリカ	しょうが・たまねぎ	でんぷん・砂糖	油	鶏肉 大豆 小麦
13 金	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	かきたま汁	【卵】・鶏肉 かまぼこ		にんじん	えのきたけ・【ねぎ】 干しいたけ	でんぷん	油	卵 鶏肉 小麦 大豆
	☆なすのミンチカツ	豚肉・みそ			たまねぎ・【なす】	砂糖・パン粉・小麦粉 でんぷん	油	豚肉 大豆 小麦
	◎だいこんとお豆のサラダ	【大豆】 マクロフレーク			【だいこん】		ドレッシング	大豆 ごま 小麦
16 月	ソフトめん					ソフトめん		小麦
	牛乳		【牛乳】					乳
	カレー南蛮ソフトめん	鶏肉・かまぼこ		にんじん	たまねぎ・ねぎ・干しいたけ	でんぷん	カレールウ 油	鶏肉 大豆 小麦
	☆あじフリッター・3個	あじ	オキアミ・あおさ			小麦粉・でんぷん 砂糖・米粉	油	大豆 小麦
	ココアパウダー					ココアパウダー		大豆
17 火	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	すき焼き	牛肉・かまぼこ		にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ	角ふ・こんにやく 砂糖	油	牛肉 小麦 大豆
	☆和風コロッケ			にんじん	れんこん・たまねぎ	じゃがいも・砂糖 パン粉・米粉・小麦粉	油	小麦 大豆
18 水	三河赤鶏五目ご飯	【鶏肉】・油揚げ		にんじん	ごぼう・しいたけ	【米】	油	鶏肉 大豆 小麦
	牛乳		【牛乳】					乳
	ちゃんこ汁	【豚肉】・たこ団子		にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ 干しいたけ	しらたき	油	豚肉 大豆 小麦
	キャベツ入りつくね	鶏肉・豚肉・かつお節			【キャベツ】・しょうが	でんぷん・砂糖	油	鶏肉 豚肉
	(お好みソース)							もも りんご 大豆 小麦 鶏肉 豚肉
19 木	ご飯					【米】		
	牛乳		【牛乳】					乳
	中華コーンスープ	【豚肉】		にんじん	たまねぎ・もやし・ねぎ とうもろこし・干しいたけ		油	豚肉 鶏肉 大豆 小麦
	◆マゼマーゼライス	【豚肉】・赤みそ		にんじん	【切干しいたけ】・しょうが 【れんこん】	砂糖	油	豚肉 大豆 小麦
20 金	りんごパン				りんご	パン		小麦 乳 大豆 豚肉 りんご
	牛乳		【牛乳】					乳
	冬野菜のコンソメスープ	ベーコン		にんじん・パセリ	はくさい・たまねぎ・かぶ		油	豚肉 牛肉 小麦 大豆
	チキンソテーのカレークリームソース	鶏肉					ホワイトルウ 油	大豆 鶏肉 豚肉
	◎ブロッコリーのドレッシング和え			ブロッコリー			ドレッシング	小麦 大豆 りんご 鶏肉 豚肉
	*クリスマスケーキ	クリスマスケーキ						乳 大豆 卵 小麦

・ * 印のみかんの皮、りんごの空袋、クリスマスケーキの空容器・スプーンは業者が回収します。

- ・ ◆は応募献立です。 ・ サラダは、生野菜ではなく、すべてゆでて使用します。
- ・ 【 】の食品は愛知県産のものを使用しています。(天候により、産地が変わることがあります。)
- ・ 献立名に () で記載されている調味料は、小袋タイプです。
- ・ ◎印はセンターでドレッシングなどで和えてあります。
- ・ ☆印はセンターで揚げて調理してあります。



13日(金)は、「一宮を食べる学校給食の日」です。
一宮市で生産された野菜がたくさん使用されています。感謝の気持ちを忘れずに味わって食べましょう。

19日(木)の「マゼマーゼライス」は、西成小学校の児童が考えた献立です。



・ 2日、9日、18日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かにを含むことがありますが、食材にはこれらのアレルギーとそば・落花生を含んでいません。