



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】・ミックスみそ		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
	たくあん				たくあん			小麦 大豆
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 セラチン
	☆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	ウインナー		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	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	カレールー 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 パイナップル・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	
6金	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・しめじだけ・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
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
	＊みかん				みかん			
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		ホワイトルー 油	豚肉 大豆
	ハンバーグのトマトソースがけ	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
11水	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

・＊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、17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。



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	
12	木	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
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】 マグロフレーク			【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	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 (お好みソース)	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
		＊りんご				りんご			りんご
18	水	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・ちやし・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
19	木	ご飯					【米】		
		牛乳		【牛乳】					乳
		すきやき	牛肉・かまぼこ		にんじん	はくさい・えのきたけ・ねぎ	角ふ・こんにゃく 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
		味付けのり		【味付けのり】					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。

18日(水)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、17日のおかずには、調味料に乳・卵・小麦・えび・かきを含むことがあります。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。