



平成28年12月分 学校給食献立予定表

ア：アレルギーを起こしやすい原材料

1日ごとのアレルギーが表示してありますので、各献立につきましては各学校にお問い合わせください。



かぜにまけないしよくしましろう

	月	火	水	木	金				
赤	<p>こどものきほんてきせいかつしゅうかんのいけせい 「はやね・はやおき・あさごはん」</p>	<p>～とうじ～ とうじは1ねんのうちでもっともひるがみじかく、よるがながい日です。 にほんではむかしから、とうじにゆずゆにはいり、かほちやをたべてむびょうそくさい(びょうきをせずけんこうでいられること)をいのるふうしゅうががあります。 ことしのとうじは21日(水)です。</p>	<p>1日 むぎごはん ぎゅうにゅう ぎゅうどん さばのしおやき *みかん</p>	<p>2日 わかめごはん ぎゅうにゅう かんとくに かほちやひきにフライ *みかん</p>					
緑					<p>まいつき19日は「しよくいくの日～おうちでごはんの日～」これをきかいにきゅうしよくじかんやかていでるしよくじかんに「しよく」についているいろはなしあってみましょう。</p> <p>毎月19日</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 ぎゅうにく かまぼこ さば しらたき たまねぎ にんじん 【ねぎ】 しめじたけ みかん</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 とりにく 【うずらたまご】 はんぺん こんぶ だいこん こんにやく にんじん かほちやひきにフライ</p>		
黄					<p>5日 ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ とりにくのからあげ</p>	<p>6日 ごはん ぎゅうにゅう はくさいとベーコンのスープ ◆きりほしだいこんのやきそばふう◆ たくあん</p>	<p>7日 りんごパン ぎゅうにゅう ハヤシチュウ フルーツクリームヨーグルト</p>	<p>8日 ソフトめん ぎゅうにゅう ソフトめんマーボーソース はるまき *りんご</p>	<p>9日 ごもくごはん ぎゅうにゅう かきたまじる あじフライ(ソース) ◎いちいげんのごまあえ</p>
ア					<p>【ぎゅうにゅう】 ベーコン 【とうふ】 わかめ とりにく</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 ベーコン ふたにく</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 ふたにく ヨーグルト なまクリーム</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 ふたひきに はるまき</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 とりにく かまぼこ あじフライ 【たまご】</p>
赤	<p>もやし ホールコーン 【ねぎ】 にんにく しょうが</p>	<p>たまねぎ はくさい にんじん ホールコーン パセリ キャベツ ビーマン 【きりほしだいこん】 たくあん</p>	<p>たまねぎ にんじん グリンピース みかん パイン もも ナタデココ</p>	<p>たまねぎ にんじん たけのこ ほししいたけ 【ねぎ】 しょうが にんにく りんご</p>	<p>にんじん えのきたけ ほししいたけ きやいんげん 【みつば】</p>				
緑	<p>【ごはん】 ごまあぶら あぶら でんぶん</p>	<p>【ごはん】 あぶら</p>	<p>りんごパン じゃがいも あぶら さとう</p>	<p>ソフトめん さとう ごまあぶら あぶら でんぶん</p>	<p>【ごもくごはん】 あぶら ごま でんぶん</p>				
黄	<p>乳 豚肉 大豆 鶏肉 ごま 小麦</p>	<p>乳 豚肉 大豆 小麦</p>	<p>乳 小麦 大豆 豚肉 りんご 鶏肉 バナナ もも</p>	<p>乳 小麦 豚肉 大豆 鶏肉 ゼラチン ごま りんご</p>	<p>乳 鶏肉 小麦 大豆 卵 さば りんご ごま</p>				
ア	<p>12日 ごはん ぎゅうにゅう すましじる てまきごはん・いかスティック・2こ ツナ&コーン(※マヨネーズふうちようみりよう) てまきのり</p>	<p>13日 むぎごはん ぎゅうにゅう ごじる ぶりのてりやき のりふりかけ</p>	<p>14日 ごはん ぎゅうにゅう さわにわん てりどり</p>	<p>15日 ちゅうかめん ぎゅうにゅう しょうゆラーメン いかにキャベツやき</p>	<p>16日 ごはん ぎゅうにゅう ひきずり いちみんのたまごやき ◎だいこんサラダ *ヨーグルト</p>				
赤	<p>【ぎゅうにゅう】 かまぼこ 【とうふ】 いかスティック マグロフレーク 【てまきのり】</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 ふたにく だいず 【とうふ】 ぶりのてりやき ミックスみそ</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 ふたにく とりにく</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 ふたにく やきふた いかにキャベツやき</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 とりにく 【いちみんのたまごやき】 ヨーグルト かまぼこ マグロフレーク</p>				
緑	<p>はくさい にんじん えのきたけ 【みつば】 ホールコーン</p>	<p>にんじん だいこん 【ねぎ】 しょうが</p>	<p>こんにやく だいこん にんじん ごぼう 【ねぎ】 しょうが</p>	<p>にんじん もやし 【ねぎ】 ホールコーン</p>	<p>こんにやく 【はくさい】 にんじん えのきたけ 【ねぎ】 【だいこん】 きゅうり</p>				
黄	<p>【ごはん】 あぶら マヨネーズふうちようみりよう</p>	<p>【むぎごはん】 あぶら さとちも</p>	<p>【ごはん】 あぶら さとう</p>	<p>【ちゅうかめん】 あぶら</p>	<p>【ごはん】 あぶら ドレッシング さとう かくふ</p>				
ア	<p>乳 大豆 小麦 さば いか りんご</p>	<p>乳 豚肉 大豆 小麦</p>	<p>乳 豚肉 小麦 大豆 鶏肉</p>	<p>乳 小麦 豚肉 大豆 ゼラチン 鶏肉 いか</p>	<p>乳 鶏肉 小麦 大豆 卵 りんご 豚肉</p>				
赤	<p>19日 ごはん ぎゅうにゅう ぶたじる やきハム ◎ブロッコリーのおかかあえ</p>	<p>20日 ごはん ぎゅうにゅう のっぺいじる さけのごまよごし *かほちやプリン</p>	<p>21日 ごはん ぎゅうにゅう ビーフカレー ひじきサラダ(ごまドレッシング) *クリスマスケーキ</p>	<p>22日 こめコパン ぎゅうにゅう コーンスープ ハンバーグのレモンソース ココアパウダー</p>	<p>6日(火)の「きりほしだいこんのやきそばふう」は、大志小学校のじどうがかんがえたこんだてです。</p>				
緑	<p>【ぎゅうにゅう】 ふたにく 【とうふ】 あぶらあげ あかみそ やきハム かつおぶし</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 とりにく あぶらあげ さけ かほちやプリン</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 ぎゅうにく ひじき マグロフレーク</p>	<p>【ぎゅうにゅう】 ベーコン とうにゅう ハンバーグ</p>					
黄	<p>【ごはん】 さとちも あぶら ドレッシング</p>	<p>【ごはん】 さとちも でんぶん あぶら ごま さとう</p>	<p>【ごはん】 じゃがいも あぶら さとう ごまドレッシング クリスマスケーキ</p>	<p>【こめコパン】 あぶら さとう ココアパウダー</p>					
ア	<p>乳 豚肉 大豆 鶏肉 小麦 りんご</p>	<p>乳 鶏肉 大豆 小麦 さけ ごま 卵 ゼラチン</p>	<p>乳 牛肉 小麦 大豆 豚肉 りんご バナナ ごま 卵 ゼラチン</p>	<p>乳 小麦 大豆 豚肉 鶏肉</p>					

* 赤：おもにからだをつくるもとになる * 緑：おもにからだのちようしをとのえる * 黄：おもにエネルギーのもとになる

* * するしのりんごのほうそうし、みかんのかわ、ヨーグルト、かほちやプリン、クリスマスケーキのからようき・スプーンなどはぎょうしゃがかいしゅうします。

◆ おうぼこんだて

* サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでつかいます。

好評献立のレシピを公開しています

..ちさんちしよう..【 】のしよくひんはあひけんさんのものをしよくしています。

* てんこうによりさんちがかわることがあります。

* こんだてめいに()できさいされているちようみりようは、こぶろタイプです。

◎しるしはセンターでドレッシングなどであえてあります。

※しるしの「マヨネーズふうちようみりよう」は、たまごをつかっています。

* 6日、14日、19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、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。



いちのみやを たべる がっこうきゅうしよくの日

16日(金)は、いちのみやでさいばい・しゅうかくされたしよくさいをつかってきゅうしよくをつくります。

いちのみやのあじをじっくりあじわってください。

