

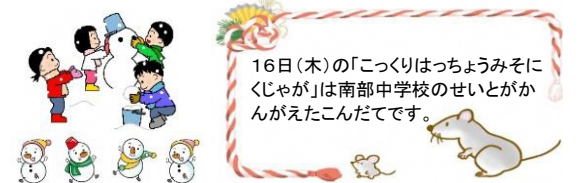


令和2年1月分 学校給食献立予定表

きゅうしょくについてかんがえましょう

日 曜	こんだてめい	おもにからだをつくるものになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		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ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
8 水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ちゃんむしスープ	とりにく・【たまご】 かまぼこ		にんじん・【みつば】	えのきたけ・ほししいたけ	でんぷん	あぶら	鶏肉 卵 小麦 大豆
	とうふのごまみそだれ	だいず・あかみそ				でんぷん・さとう	あぶら・ごま	大豆 ごま 小麦
9 木	サンドイッチロールパン					サンドイッチロールパン		小麦 乳 大豆 豚肉
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	キャロットポタージュ	とりにく	なまクリーム	にんじん・パセリ	たまねぎ		ホワイトルーフ あぶら	鶏肉 乳 豚肉 大豆
	★あげハンバーグデミグラスソース	とりにく・ぶたにく			たまねぎ・しょうが にんにく	さとう・でんぷん	あぶら	鶏肉 豚肉 大豆 小麦 りんご
	ポテトサラダ (マヨネーズふうちょうみりょう)			にんじん	きゅうり・とうもろこし	じゃがいも		
							マヨネーズふう ちょうみりょう	大豆
10 金	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ごじる	【ぶたにく】・ミックスみそ 【とうふ】・だいずペースト		にんじん	だいこん・ねぎ・しょうが	さといも	あぶら	豚肉 大豆
	ひじきのいために	マグロフレーク	ひじき	にんじん	とうもろこし	さとう	あぶら	大豆 小麦
	*りんご				りんご			りんご
14 火	わかめごはん		わかめ			【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	けんちんじる	とりにく・【とうふ】		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	こんにゃく	ごまあぶら あぶら	鶏肉 大豆 ごま 小麦
	さけのおろしだれ	さけ			だいこん	さとう	あぶら	さけ 大豆 小麦
	◎ほうれんそうのおひたし			【ほうれんそう】 にんじん		さとう		大豆 小麦
15 水	ちゅうかめん					【ちゅうかめん】		小麦
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	しょうゆラーメン	【ぶたにく】・【やきぶた】		にんじん	もやし・ねぎ・とうもろこし		あぶら	豚肉 小麦 大豆 鶏肉 ゼラチン
	★とりにくのからあげ	とりにく			にんにく・しょうが	でんぷん	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
16 木	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	◆こっくりはちょうみそにくじゃが ★あじのカレーふうみフライ	【ぶたにく】 【はちょうみそ】 あじ		にんじん・さやいんげん	たまねぎ	こんにゃく じゃがいも・さとう パンこ・こむぎこ でんぷん	あぶら あぶら	豚肉 大豆 小麦 小麦 大豆
17 金	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	はっぼうたん	とりにく・えび・いか 【うずらたまご】		にんじん	はくさい・ねぎ・ほししいたけ	でんぷん	あぶら	鶏肉 えび いか 卵 豚肉 大豆 小麦
	にくだんご・2こ	とりにく			たまねぎ	さとう・パンこ	ごまあぶら	鶏肉 小麦 大豆 ごま
	*ヨーグルト		ヨーグルト					乳 ゼラチン
20 月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ぶたじる	【ぶたにく】・【とうふ】 あぶらあげ・あかみそ		にんじん	ごぼう・だいこん・ねぎ	さといも	あぶら	豚肉 大豆
	めばるのしおやき	めばる					あぶら	
	◎ゆかりあえ			しそ	キャベツ			大豆 小麦
21 火	きんめロウカットげんまいごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ぎゅうどん	ぎゅうにく・かまぼこ		にんじん	しめじたけ・たまねぎ・ねぎ	しらたき・さとう	あぶら	牛肉 大豆 小麦
	★ミンチカツ	ぶたにく・ぎゅうにく			たまねぎ	パンこ・さとう こむぎこ・こめこ	あぶら	豚肉 牛肉 小麦
	ココアパウダー					ココアパウダー		大豆

- ・* _____ するのいいよかんのかわ・からぶくろ、りんご、フォカッチャのからぶくろ、ヨーグルト、あいちのみかんゼリー、パンナコッタのからぶくろ・スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。
- ・◆はおうぼこんだてです。 ・サラダは、なまやさいでではなく、すべてゆでてしゅうします。
- ・【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしゅうしています。(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ょうみりょうは、こぶくろタイプです。
- ・◎するしはセンターでドレッシングなどであえてあります。 ・☆するしはセンターであげてちょうりしてあります。
- ・10日、14日、20日、31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。






令和2年1月分 学校給食献立予定表


きゅうしょくについてかんがえましょう

日曜	こんだてめい	おもにからだをつくるもとになる		おもにからだのちょうしをととのえる		おもにエネルギーのもとになる		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ぐん	2ぐん	3ぐん	4ぐん	5ぐん	6ぐん	
22水	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	B・Bカレー	ぎゅうにく・【だいず】		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 あぶら	牛肉 大豆 小麦 りんご 豚肉 バナナ
	フルーツのミルクゼリーあえ		ぎゅうにゅう		みかん・パイン・もも	ミルクゼリーのもと		もも 乳 りんご
23木	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	たらちりなべ	たら・たこだんご 【とうふ】		にんじん	はくさい・だいこん・ねぎ	しらたき	あぶら	大豆 小麦
	てりどり	とりにく			しょうが	さとう	あぶら	鶏肉 大豆 小麦
24金	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ひきずり	とりにく・かまぼこ		にんじん	【はくさい】・えのきだけ 【ねぎ】	かくふ・こんにやく さとう	あぶら	鶏肉 小麦 大豆
	いちのみやのあつやきたまご	【たまご】				さとう・でんぷん	あぶら	卵 小麦 大豆
	◎きゅうりのこんぶあえ		こんぶ		きゅうり			小麦 大豆
	*あいちのみかんゼリー				【あいちのみかんゼリー】			
27月	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	すましじる	かまぼこ・【とうふ】		にんじん	えのきだけ・ねぎ ほししいたけ			大豆 小麦
	☆みそカツ・2こ	ぶたにく				パンこ・こむぎこ さとう・でんぷん こめこ	あぶら	小麦 豚肉 大豆
	(あまみそ)	みそ				さとう	ごま	大豆 ごま
	◎いんげんのごまあえ			さやいんげん		さとう	ごま	ごま 小麦 大豆 さば 乳 鶏肉
28火	むぎごはん					【こめ】・おおむぎ		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	みそおでん	【ぶたにく】・はんぺん 【うずらたまご】・あかみそ		にんじん	だいこん	こんにやく さといも・さとう	あぶら	豚肉 卵 大豆
	キャベツいりつくね	とりにく・ぶたにく かつおぶし			【キャベツ】・しょうが	でんぷん・さとう	あぶら	鶏肉 豚肉
	(おこのみソース)							もも りんご 大豆 小麦 鶏肉 豚肉
	ういろろ					ういろろ		小麦
29水	きしめん					【きしめん】		小麦
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	ごもきしめん	とりにく・あぶらあげ かまぼこ		にんじん	はくさい・ほししいたけ・ねぎ		あぶら	鶏肉 大豆 小麦
	☆かいせんかきあげ	えび・いか		にんじん	たまねぎ・しゅんぎく・ごぼう	こむぎこ	あぶら	えび 小麦 いか 大豆
	(てんつゆ)							小麦 大豆
30木	*フォカッチャ					フォカッチャ		小麦 大豆
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	シーフードリゾット	いか・えび・【たまご】		にんじん・パセリ	たまねぎ	【こめ】		いか えび 卵 大豆 小麦 豚肉
	ポークピカタ	たまご・ぶたにく				でんぷん	あぶら	卵 豚肉
	(トマトケチャップ)							
*パンナコッタ		パンナコッタ					卵 乳 大豆	
31金	ごはん					【こめ】		
	ぎゅうにゅう		【ぎゅうにゅう】					乳
	とりだんごじる	とりだんご		にんじん	はくさい・ねぎ・えのきだけ	しらたき		鶏肉 豚肉 大豆 小麦
	さばのみそに	さば・みそ				さとう		さば 大豆
	*いよかん				いよかん			

- ・* _____ するのいよかんのかわ・からぶくろ、りんご、フォカッチャのからぶくろ、ヨーグルト、あいちのみかんゼリー、パンナコッタのからぶくろ、スプーンはぎょうしゃがかいしゅうします。
- ・◆はおうほこんだてです。 ・サラダは、なまやさいではなく、すべてゆでてしようします。
- ・【 】のしょくひんはあいちけんさんのものをしようしています。(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()でささいされているちょうみりょうは、こぶくろタイプです。
- ・◎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 ・☆しるしはセンターであげてちょうりしてあります。
- ・10日、14日、20日、31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。



24日から31日は、ぜんこくがっこうきゅうしょくしゅうかんです。
24日はいちのみやをたべるがっこうきゅうしょくのひになっています。



好評献立のレシピを公開しています。

小学校家庭配布表 (一宮市教育委員会学校給食課 南部)