

12月分予定献立表



水		木		金	
1		2		3	
○牛乳		○牛乳		○牛乳	
ごはん		パン		ごはん	
※のりのつくだに		※マーシャルピンズ		おでん	
いながじる		ふゆやさいのポトフ		○とりにく ☆こんにゃく ○ちくわ しょうゆ ○がんもどき さとう ○うすらたまご みりん ★だいこん さけ	
○どうふ ☆にんじん ○あぶらあげ ☆ごぼう ○わかめ ☆こんにゃく ★はくさい ○みそ ★たまねぎ だしパック		○ウインナー ☆にんじん ○とりにく ☆えのきだけ ★だいこん □じゃがいも ★キャベツ コンソメ ★チンゲンサイ こしょう ★たまねぎ		なばなのごまじゃこあえ	
あじのからみみぞれがけ <small>※ほねまで使われます。</small>		※かぼちゃコロッケ		○ちりめんじゃこ □ごま ★なばな ごまあえのもと ★もやし しょうゆ ★キャベツ	
○あじ みりん ★だいこん トウバンジャン さとう さけ しょうゆ かたくりこ す 604kcal		787kcal		632kcal	
6		7		8	
○牛乳		○※ヨーグルト		○牛乳	
パン		※ごもくごはん		ジビエのハヤシライス	
やさいたっぷりマカロニスープ		あんかけうどん		○ごはん □じゃがいも ○いのにしく ハヤシルー ○ぶたにく コンソメ ★たまねぎ ウスターソース ★にんじん あかワイン ★しめじ さけ ★にんにく <small>わかやまけんから、ジビエのしにしくをいただきます。</small>	
○とりにく ☆もやし ★はくさい □さつまいも ★ごまつな □マカロニ ★たまねぎ コンソメ ★にんじん こしょう		○うどん ☆しいたけ ○とりにく ☆しょうが ○あぶらあげ しょうゆ ★にんじん みりん ★はくさい さけ ★たまねぎ だしパック ★ねぎ かたくりこ		はるさめとひじきのサラダ	
※やきウインナー(ドライカレーソース)		○※いかのてんぷら		○はるさめ □ごまあぶら ○ひじき す ★きゅうり さとう ★キャベツ しょうゆ ★コーン しお □ごま 723kcal	
○※ウインナー ☆ピーマン ○とりにく カレールウ ○ぶたにく ウスターソース ○だいす ケチャップ ★たまねぎ カレーこ 661kcal		721kcal		745kcal	
13		14		15	
○牛乳		○牛乳		○牛乳	
パン		カレーライス		※わかめごはん	
※ミルクココア		○ごはん □じゃがいも ○ぶたにく カレールウ ★たまねぎ ウスターソース ★にんじん コンソメ		どさんごじる	
キャベツとウインナーのスープ		フルーツヨーグルトあえ		○あぶらあげ □じゃがいも ○どうふ ○わかめ ★たまねぎ □バター <small>てづくり</small> ★にんじん ○みそ <small>みそ</small> ★コーン だしパック	
○ウインナー ☆だいこん ○とりにく ☆コーン ★キャベツ □じゃがいも ★クレソン コンソメ ★くるあわびだけ こしょう		★みかん ○かんてん ★パイナップル ○ヨーグルト ★もも ○ホイップクリーム		タッカンジョン(2こ)	
※ハンバーグ(デミグラスソース)		738kcal		○とりにく しょうゆ ★しょうが さとう ★にんにく す さけ コチュジャン かたくりこ 662kcal	
○※ハンバーグ トマトピューレ ★たまねぎ ウスターソース デミグラスソース さとう ケチャップ 699kcal		738kcal		662kcal	
20		21		22	
○牛乳		○※ジョア		○牛乳	
※チョコチップパン		ごはん		ごはん	
とうにゅうのクリームシチュー		とうじのうんもりじる		※かつおぶりかけ	
○ベーコン □マカロニ ★たまねぎ □バター ★にんじん ○とうにゅう ★ほうれんそう コンソメ □じゃがいも シチュールウ		★かぼちゃ □うどん ★れんこん みりん ★きんときにんじん しょうゆ ★たまねぎ だしパック ★ねぎ しお ○かんてん かたくりこ ○あぶらあげ <small>わかやまけんから、サバをいただきます。</small>		ぶたじる	
レモンサラダ		さばのゆずみそだれがけ		○ぶたにく ☆こんにゃく ○あぶらあげ ☆かんぴょう ★たまねぎ ☆ねぎ ★はくさい ○みそ ★だいこん だしパック ★ごぼう	
○とりにく しお ★キャベツ しょうゆ ★きゅうり さとう ★コーン こめあぶら ★レモン 701kcal		○さば みりん ★ゆず さけ ○みそ かたくりこ さとう 688kcal		○※ぎゅうにくコロッケ	
701kcal		688kcal		696kcal	
23		24		24	
○牛乳		○牛乳		○牛乳	
きゅうしよくは、ありません		※キャラットピラフ		マセドアンスープ	
トマトふうみのミートスパゲッティ		○スパゲッティ ○ごなチーズ ○とりにく ケチャップ ○ぶたにく トマトピューレ ★たまねぎ ガーリック ★にんじん しょうゆ ★しめじ コンソメ		○ベーコン ☆しめじ ★だいこん □じゃがいも ★にんじん □マカロニ ★たまねぎ コンソメ ★コーン こしょう	
ブロッコリーのサラダ		ツナとわかめのあえもの		○※チキンのオープンやき(チーズ)	
ハム キャベツ ブロッコリー コーン		○ツナ さとう ○わかめ す ★きゅうり しお しょうゆ 604kcal		○※クリスマスデザート(チョコムース)	
※ドレッシンググラス1ぼん 632kcal		744kcal		クリスマス	
632kcal		744kcal		744kcal	

1月分予定献立表

7(金)	
○牛乳	
カレーライス	
○ごはん ☆にんじん	○とりにく カレールウ
★たまねぎ ウスターソース	□じゃがいも コンソメ
ごまつなサラダ	
○ツナ しょうゆ	★ごまつな さとう
★キャベツ □ごま	★コーン
697kcal	

~ 岩出市でとれる野菜の紹介 ~

なばな



なばなは、岩出市の特産物で、12月~3月が旬の春の訪れを告げる野菜の1つです。この期間中は、給食でも毎月使っています。かすかな苦みはありますが、ゆでると甘みが出て、おひたしや和え物にすると、とてもおいしく食べられます。

また、成長期の子どもたちに特にとってほしいビタミンや鉄分、カルシウムがたくさん含まれています。

ぜひ、お家でも食べてみてください。

□・・・き (ねつやちからのもとになる) ○・・・あか (ち、にく、ほねをつくる) ☆・・・みどり (からだのちようしをととのえる)

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。
* 12月分の給食費引き落としは、1月11日(火)になりますので、よろしくお願ひします。
* 未納の方については、和歌山簡易裁判所に支払督促申立を行いますので、ご注意ください。

日 曜	献立名	
1 水	ごはん のりの佃煮 牛乳 田舎汁 あじの辛味みぞれがけ	のりの佃煮(小麦 大豆) 田舎汁[豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] あじの辛味みぞれがけ[調味料(小麦 大豆)]
2 木	パン マーシャルビンズ 牛乳 冬野菜のポトフ かぼちゃコロッケ	パン(小麦) マーシャルビンズ(大豆 乳) 冬野菜のポトフ[ウインナー(豚 鶏 大豆) 鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] かぼちゃコロッケ(乳 小麦 大豆)
3 金	ごはん 牛乳 おでん なばなのごまじゃこあえ みかん	おでん[鶏 がんも(大豆) うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆)] なばなのごまじゃこあえ[ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)]
6 月	コッペパン 牛乳 野菜たっぷりマカロニスープ 焼きウインナー(ドライカレーソース)	パン(小麦) 野菜たっぷりマカロニスープ[鶏 マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 焼きウインナー[ウインナー(鶏 豚 小麦 大豆 卵 乳) 鶏 豚 大豆 調味料(小麦 大豆)]
7 火	五目ごはん ヨーグルト あんかけうどん いかの天ぷら	五目ごはん(小麦 大豆 鶏) ヨーグルト(乳 ゼラチン) あんかけうどん[うどん(小麦) 鶏 油揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)] いかの天ぷら(いか 小麦)
8 水	ジビエのハヤシライス 牛乳 春雨とひじきのサラダ	ジビエのハヤシライス[豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] 春雨とひじきのサラダ[ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)]
9 木	パン みかんジャム 牛乳 肉団子と白菜のスープ チーズハムカツ	パン(小麦) みかんジャム(無) 肉団子と白菜のスープ[肉団子(大豆 鶏 豚) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 ごま)] チーズハムカツ(豚 鶏 大豆 乳 小麦)
10 金	ごはん 牛乳 厚揚げのオイスターソース炒め ぎょうざ(2個)	厚揚げのオイスターソース炒め[厚揚げ(大豆) 豚 調味料(小麦 大豆 ごま)] ぎょうざ(小麦 ごま 大豆 鶏 豚)
13 月	パン ミルメークココア 牛乳 キャベツとウインナーのスープ ハンバーグ(デミグラスソース)	パン(小麦) ミルメークココア(大豆) キャベツとウインナーのスープ[ウインナー(豚 鶏 大豆) 鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ハンバーグ[ハンバーグ(鶏 豚 大豆 小麦) 調味料(小麦 大豆 牛 豚)]
14 火	カレーライス 牛乳 フルーツヨーグルトあえ	カレーライス[豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] フルーツヨーグルトあえ[もも ヨーグルト(乳) ホイップクリーム(乳 大豆)]
15 水	わかめごはん 牛乳 どさんこ汁 タッカンジョン(小2個、中3個)	わかめごはん(無) どさんこ汁[油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) バター(乳 大豆) 調味料(大豆 さば)] タッカンジョン[鶏 調味料(小麦 大豆)]
16 木	パン 牛乳 トマト風味のミートスパゲッティ ブロッコリーのサラダ(ドレッシングクラス1本)	パン(小麦) トマト風味のミートスパゲッティ[スパゲッティ(小麦) 鶏 豚 粉チーズ(乳) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] ブロッコリーのサラダ[ハム(卵 乳 豚 大豆)] ドレッシング(無)
17 金	プルコギ丼 牛乳 ツナとわかめのあえもの	プルコギ丼[豚 りんご ごま 調味料(小麦 大豆 ごま)] ツナとわかめのあえもの[調味料(小麦 大豆)]
20 月	チョコチップパン 牛乳 豆乳のクリームシチュー レモンサラダ	チョコチップパン(小麦 大豆 乳) 豆乳のクリームシチュー[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) マカロニ(小麦) 豆乳(大豆) バター(乳 大豆) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)] レモンサラダ[鶏 調味料(小麦 大豆)]
21 火	ごはん ジョア 冬至の運盛汁 さばのゆずみそだれかけ	ジョア(乳) 冬至の運盛汁[うどん(小麦) 油揚げ(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)] さばのゆずみそだれかけ[さば 調味料(大豆)]
22 水	ごはん かつおふりかけ 牛乳 豚汁 牛肉コロッケ	ごはん かつおふりかけ(ごま 小麦 大豆 乳 さば) 豚汁[豚 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)] 牛肉コロッケ(乳 小麦 大豆 牛 鶏 豚)
24 金	キャロットピラフ 牛乳 マセドアンスープ チキンのオープン焼き(チーズ) クリスマスデザート	キャロットピラフ(大豆 鶏) マセドアンスープ[ベーコン(卵 乳 豚 大豆) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] チキンのオープン焼き(鶏 小麦 大豆 乳) クリスマスデザート(小麦 大豆 ゼラチン)

1月分アレルギー表

* 1月の給食初日のアレルギーを記載しています。

7 金	カレーライス 牛乳 こまつなサラダ	カレーライス[鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)] こまつなサラダ[ごま 調味料(小麦 大豆)]
-----	----------------------	--

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料27品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 あわび いか いくら えび オレンジ かに キウイ 牛肉 くるみ
さけ さば 大豆 鶏肉 豚肉 まつたけ もも やまいも りんご ゼラチン パナナ ごま カシューナッツ

* 牛乳は、アレルギー物質ですが常時使用していますので、表示をしていません。

* (無)・・・対象原材料27品目が食品に含まれていないことを意味します。

* コンタミネーション(原材料としては使用されていないけれども、製造工程で混入するおそれがある場合や、わかめ等の海藻類に混入している場合等)については記載しておりません。

* 一部 商品名を載せています。