

12月分予定献立表

岩出市で なばな がとれる季節になりました。

岩出市の特産品に「なばな」があることを知っていましたか。
 12月～3月が旬で、春の訪れを知らせてくれる野菜のひとつです。給食でも12月から3月まで毎月使っていきますので、どのような料理で登場するか想像してみてください。
 岩出市にはなばなの他に「クレソン」や「黒あわびたけ」「根菜大唐」など、他の地域では、あまり見かけないような珍しい特産品があります。献立表では、**ぞうへいちゃん**のイラストが教えてくれているので、確認をしてみましょう。



月	火	水	木	金
5 ○牛乳 ごはん おでん なばなのごまじゃこあえ 669kcal	6 ○牛乳 パン ※いちごミックスジャム とうにゅうスープ とりにくのバーベキューソースがけ 668kcal	7 ○牛乳 ヒピンパ わかめスープ ※ごぶくろごさかな 582kcal	8 ○牛乳 ※ヨーグルト ※ごもくごはん あんかけうどん ※しろみざかなのてんぷら わかやまけんさんのしかにくとろめずをつめたわかやまーボーどろめ。 760kcal	9 ○牛乳 パン ふゆあじシチュー にんたまサラダ ※えだまめ ※ごまドレッシング 626kcal
12 ○牛乳 ごはん うめとしょうがのはいたおみそしる ぶたにくのきんざんじみそやき 739kcal	13 ○牛乳 パン やさいたっぷりマカロニスープ ※やきウインナー(ドライカレーソース) 654kcal	14 ○牛乳 ※ミルクココア カレーライス ※とうふハンバーグ 牛乳もしっかりのもう！ 747kcal	15 ○牛乳 ごはん ※SUN工房(あいさんさんこうぼう)さんでつくりされたおみそをつかいます。 てづくりみそをつかったおみそしる ※ソースカツ てづくりのあじ 688kcal	16 ○牛乳 げんりょうパン クリームパグティ ブロッコリーサラダ ※フレンチドレッシンググララス1ぼん 668kcal
19 ○牛乳 ごはん ※さけふりかけ ゆずとかぼちゃのはいたほうとう とりてん(2こ) 746kcal	20 ○牛乳 パン オニオンスープ ※オムレツ 733kcal	21 ○牛乳 ※キャロットピラフ アセトアンスープ ※チキンのオープンやき(チーズ) ※とうにゅうとごめこのクリスマスケーキ ケーキどうじょう！ 733kcal	22 ○牛乳 きゅうしょくは、ありません クリスマスツリー 751kcal	23 ○牛乳 パン ポトフ ※たらフライのハニーマスタードがけ 751kcal

1月分予定献立表

10 (火)
○牛乳 パン ワンダンスープ あけぶたにくのケチャップあん 677kcal

てあら みなお 手洗いを直そう!

新型コロナウイルスの流行により、こまめな手洗いが習慣化していると思いますが、ついつい雑になっていませんか？ せっけんをつけて丁寧に洗うことを心がけましょう。

指先や親指の付け根、手首など、洗い残しの多い部分は念入りに!

泡や汚れが残らないよう、しっかりと洗い流します。

水分はそのままにせず、清潔なハンカチやタオルでふきましよう。

冬になると強い吐き気などを引き起こす「**感染性胃腸炎**」も流行し始めます。しっかりと手洗いをして、予防しましょう。

さがしてね!

12月使用予定の市産・県産野菜と果物

白菜、小松菜、なばな、ねぎ、さつまいも、キャベツ、大根、みかん、クレソン

岩出市産野菜が使われている日には**ぞうへいちゃん**のイラストをのせています。太字になっている野菜が岩出市産のものです。

○給食では、市内産県産のものを使用することで、地産地消を進めています。

□・・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10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 木	五目ご飯 あんかけうどん 白身魚の天ぷら	ヨーグルト 五目ご飯(鶏 大豆 小麦) 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)} 白身魚の天ぷら(小麦)
2 金	パン 冬味シチュー にんたまサラダ	牛乳 パン(小麦) 冬味シチュー{鶏 牛乳(乳) 調味料(小麦 乳 大豆 鶏 豚)} にんたまサラダ{卵 枝豆(大豆) 調味料(ごま 大豆)}
5 月	ごはん おでん なばなのごまじゃこ和え	牛乳 おでん{鶏 がんもどき(大豆) うずら卵(卵) 調味料(小麦 大豆)} なばなのごまじゃこ和え{ごま 調味料(大豆 ごま 小麦)}
6 火	パン いちごミックスジャム 豆乳スープ 鶏肉のバーベキューソースがけ	牛乳 パン(小麦) いちごミックスジャム(りんご) 豆乳スープ{ベーコン(豚 卵 大豆 乳) 豆乳(大豆) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚 乳)} 鶏肉のバーベキューソースがけ{鶏 りんご 調味料(小麦 大豆)}
7 水	ビビンバ わかめスープ 小袋小魚	牛乳 ビビンバ{牛 豆もやし(大豆) 調味料(小麦 大豆 ごま)} わかめスープ{調味料(ごま 小麦 大豆 鶏)} 小袋小魚(無)
8 木	ごはん わかやマーボー豆腐 ほねくの中華ソースがけ	牛乳 わかやマーボー豆腐{鶏 豚 豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆)} ほねくの中華ソースがけ{調味料(小麦 大豆)}
9 金	パン ポークビーンズ あじフライ (とんかつソースクラス1本)	ジョア パン(小麦) ジョア(乳) ポークビーンズ{豚 マカロニ(小麦) 調味料(小麦 牛 大豆 豚 鶏)} あじフライ(小麦) とんかつソース(大豆 りんご)}
12 月	ごはん 梅と生姜の入ったみそ汁 豚肉の金山寺みそ焼き みかん	牛乳 梅と生姜の入ったみそ汁{鶏 油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)} 豚肉の金山寺みそ焼き{豚 調味料(小麦 大豆)} みかん(無)
13 火	パン 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)	牛乳 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) 鶏 豚 大豆 調味料(小麦 大豆)}
14 水	カレーライス ミルメークココア 豆腐ハンバーグ	牛乳 カレーライス{豚 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} ミルメークココア(大豆) 豆腐ハンバーグ(小麦 卵 大豆 鶏 豚)
15 木	ごはん 手作りみそを使ったおみそ汁 ソースカツ	牛乳 手作りみそを使ったおみそ汁{油揚げ(大豆) 豆腐(大豆) 調味料(大豆 さば)} ソースカツ{カツ(豚 大豆 小麦 乳)}
16 金	減量パン クリームスパゲティ ブロッコリーサラダ(ドレッシングクラス1本)	牛乳 パン(小麦) クリームスパゲティ{スパゲティ(小麦) 鶏 牛乳(乳) 粉チーズ(乳) 生クリーム(乳) 調味料(乳 大豆 小麦 鶏 豚)} ブロッコリーサラダ(無) ドレッシング(無)
19 月	ごはん さけふりかけ ゆずとかぼちゃの入ったほうとう とり天(2個)	牛乳 さけふりかけ(小麦 乳 ごま さけ 大豆) ゆずとかぼちゃの入ったほうとう{ほうとうめん(小麦) 鶏 ごま 調味料(さば 鶏 大豆)} とり天{鶏 小麦 調味料(小麦 大豆)}
20 火	パン オニオンスープ オムレットマトソースがけ	牛乳 パン(小麦) オニオンスープ{ベーコン(卵 豚 乳 大豆) パン粉(小麦 大豆) 粉チーズ(乳) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} オムレットマトソース{オムレット(卵 小麦 乳 牛 大豆)}
21 水	キャロットピラフ 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	牛乳 キャロットピラフ(鶏 大豆) マセドアンスープ{ベーコン(豚 乳 卵 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(チーズ)(乳 大豆 鶏 小麦) クリスマスケーキ(大豆)
23 金	パン ポトフ たらフライのハニーマスタードがけ	牛乳 パン(小麦) ポトフ(ウインナー(豚) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)) たらフライのハニーマスタードがけ{たらフライ(小麦) 調味料(小麦 大豆)}

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。

10 火	パン ワンタンスープ 揚げ豚肉のケチャップあん みかん	牛乳 パン(小麦) ワンタンスープ{ワンタン(小麦) 豚 鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 ごま)} 揚げ豚肉のケチャップあん{豚(小麦 乳 大豆 豚)} みかん(無)
------	-----------------------------------	--

アレルギー物質を含む食品の表示(対象原材料28品目)を基本に表示しています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 えび かに あわび いか いくら オレンジ キウイ 牛肉 くるみ アーモンド
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 バナナ 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28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。