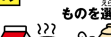


岩出市の食材が使われて
いる日は、**そうへいちゃん**
のイラストをのせ、食材名
を太字にしています。

さがして
みてね！



岩出市産の食材、市内産、県内産のものも多く
使用することで地産地消を進めています。

た (食) べすぎに氣を つけよう 	の (飲) み物は甘くない ものを選びよう 	し っかり手を洗って から食事をしよう 	いち (1) 日3食、 規則正しく食べよう 
ふ (冬) が旬の 食料をとろう 	ゆ っくりよくかんで 食べよう 	や い (野菜) を たっぷり食べよう 	す ずんで、おうちの 人の手伝いを しよう 
み ながら食事を囲む 機会をつくろう 	を (お) やつは時間と量 を決めてとろう 	以上のことを心がけて、 楽しい冬休みを お過ごしください。 	

手洗いのポイント

せっけんをつけ、
こするように洗います。



汚れの残りやすい部分は
念入りに。



流水でしっかりと洗い流し、
清潔なタオルなどで水分を
拭き取りましょう。



水分が残っていると手荒れの原因になります。

手荒れがあると、手洗いがおろそかになったり、細菌やウイルスが付着しやすくなったりします。

乾燥が気になる場合は、保湿剤をこまめに塗りましょう。



○・・・き（ねつやちからのもことになる） ○・・・あか（ち、にく、はねをつくる）
 ＊ 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（金）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、和歌山県児童料所に支払督促由立を行いますので、ご注意ください。

☆・・みどり（からだのちょうしをととのえる）

令和6年度

12 月分アレルギー表

山北上央

岩出市学校給食共同調理場

日 曜	献 立 名	
2 月	牛豚丼 なばなのごまじゃこあえ	牛乳 牛豚丼{豚 牛 麩(小麦) 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)}
3 火	パン 冬野菜のポトフ 豆腐ハンバーグ(デミグラスソース)	牛乳 パン(小麦) 冬野菜のポトフ{鶏 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} 豆腐ハンバーグ(デミグラスソース){豆腐ハンバーグ(小麦 卵 大豆 鶏 豚) 調味料(小麦 牛 大豆 豚)}
4 水	ごはん 八宝菜 ぎょうざ(2個)	牛乳 八宝菜{豚 いか うずら卵(卵) 調味料(ごま 大豆 小麦 鶏)} ぎょうざ(豚 鶏 小麦 大豆)
5 木	カレーライス フルーツヨーグルト和え	牛乳 カレーライス{豚 調味料(小麦 大豆 鶏)} 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)}
6 金	パン 洋風肉じゃが さけのレモンソースかけ	牛乳 パン(小麦) 洋風肉じゃが{豚 ベーコン(卵 乳 大豆 豚) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} さけのレモンソースかけ{さけ 調味料(小麦 大豆)}
9 月	ごはん ユイミータン 梅酢唐揚げ(2個)	牛乳 ユイミータン{鶏 豚 豆腐(大豆) 調味料(大豆 小麦 鶏 ごま)} 梅酢唐揚げ{鶏 調味料(小麦 大豆)}
10 火	パン かぶの豆乳シチュー オムレツ(トマトソース)	牛乳 パン(小麦) かぶの豆乳シチュー{ベーコン(卵 乳 大豆 豚) 鶏 豆乳(大豆) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)} オムレツ(トマトソース){オムレツ(卵 小麦 乳 大豆) 鶏 豚}
11 水	ごはん マーボー豆腐 華風酢の物	牛乳 マーボー豆腐{鶏 豚 豆腐(大豆) 調味料(大豆 小麦 鶏 ごま)} 華風酢の物{ハム(卵 乳 大豆 豚 ゼラチン) 卵(卵 大豆) 調味料(大豆 小麦 ごま)}
12 木	ごはん さつまいものみそ汁 白身魚のピリッとジャン	牛乳 さつまいものみそ汁{豆腐(大豆) 油揚げ(大豆) 調味料(大豆 さば)} 白身魚のピリッとジャン{調味料(小麦 大豆)}
13 金	パン チキンビーンズ ごまマヨネーズサラダ	牛乳 パン(小麦) チキンビーンズ{鶏 大豆 調味料(大豆 小麦 鶏 豚)} ごまマヨネーズサラダ{ごま 調味料(大豆 小麦)}
16 月	ごはん のっぺい汁 鶏肉のみそマヨ焼き	牛乳 のっぺい汁{豆腐(大豆) 調味料(小麦 大豆 さば)} 鶏肉のみそマヨ焼き{鶏 調味料(大豆 小麦)}
17 火	パン 冬のミネストローネ チーズハムカツ	牛乳 パン(小麦) 冬のミネストローネ{ベーコン(卵 乳 大豆 豚) マカロニ(小麦) 調味料(小麦 大豆 鶏 豚)} チーズハムカツ{豚 鶏 乳 小麦 大豆}
18 水	ごはん ちく前煮 きゅうりとわかめの酢の物	牛乳 ちく前煮{鶏 調味料(小麦 大豆 ごま)} きゅうりとわかめの酢の物{ごま 調味料(大豆 小麦)}
19 木	ごはん 冬至の運盛り汁 いわしの竜田揚げ	牛乳 冬至の運盛り汁{鶏 うどん(小麦) 調味料(大豆 小麦 さば)} いわしの竜田揚げ(小麦 大豆)
20 金	パン 冬味シチュー ツナ入りグリーンサラダ	牛乳 冬味シチュー{鶏 牛乳(乳) 調味料(乳 小麦 大豆 鶏 豚)} ツナ入りグリーンサラダ{ごま 調味料(ごま 大豆 小麦)}
24 火	パン クリスマスデザート マカロニ入り野菜スープ 鶏肉の米粉ガーリック焼き	牛乳 パン(小麦) クリスマスデザート(大豆) マカロニ入り野菜スープ{ベーコン(卵 乳 大豆 豚) マカロニ(小麦) 調味料(大豆 小麦 鶏 豚)} 鶏肉の米粉ガーリック焼き(鶏)

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くても、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。