

平成27年 12月分 給食献立予定表

瀬戸内市昌久学校給食調理場

日付	献立名			主な材料			
	主食	主菜 (メインになるおかず)	副菜 (主菜を補う)	その他	赤	緑	黄
1 (火)	かやくうどん 【うどん:小麦/濃口醤油・薄口醤油:小麦・大豆】	小松菜のおかかあえ 【濃口醤油:小麦・大豆】	鬼まん 【小麦・乳】	エネルギー(糖) エネルギー(4) エネルギー(9) 家庭でとってほしい食品	牛乳 あぶらあげ 690 817	とり肉 かつおぶし にんじん ほししいたけ ねぎ キャベツ	たまねぎ もやし ごまつな うどん さつまいも ごわきこ
2 (水)	もち麦ごはん 【もち麦:小麦/濃口醤油:小麦・大豆】	石狩鍋 【みそ:大豆/濃口醤油:小麦・大豆】	もってえねんジャーの目 ごぼうのごまあえ 【ごま/濃口醤油:小麦・大豆】	海藻類 439 596 706	牛乳 焼きとうふ こんぶ	さけ みそ のり にんじん ほししいたけ しょうが れんこん	だいこん キャベツ ごぼう ごまつな ほくさい こめ じゃがいも ごま もち麦 こんにやく 三温糖
3 (木)	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	ボルシチ 【地産鳥ブイオン:鶏肉/ ウスターソース:牛肉・大豆・ 小麦/濃口醤油:小麦・大豆】	海藻サラダ 【サウザンドレッシング:小麦・りんご】	緑黄色野菜 482 628 769	牛乳 わかめ 練乳のり 白ミル	牛肉 紅身のり 赤とさか セロリー にんじん キャベツ グリーンピース だいこん にんにく	たまねぎ トマト とうもろこし だいこん 米粉パン サウザンドレッシング ミルク じゃがいも
4 (金)	中華どんぶり 【いかり/えび/濃口醤油:小麦・大豆】	さつまいもと煮干の甘辛 【濃口醤油:小麦・大豆】	●ミルメーク	大豆製品 456 624 740	牛乳 ぶた肉	えび いかに ほし たまねぎ ほくさい チンゲンサイ しょうが	にんじん ほくさい たけのこ こめ さつまいも あぶら わぎ でんぶ 三温糖
7 (月)	シーフードカレー 【地産鳥ブイオン:鶏/鶏卵湯:鶏肉・豚肉/小麦/ りんご/ウスターソース:牛肉・大豆・小麦/中濃 ソース:りんご/濃口醤油:小麦・大豆/えび/いかり】	キャベツのサラダ 【ノンオイルシソドレッシング: 大豆・小麦】		きのこ類 671 792	牛乳 ほたて	えび いかに ハム にんにく にんじん きゅうり	たまねぎ ほくさい キャベツ りんご こめ じゃがいも あぶら ノンオイルシソドレッシング
8 (火)	コーンラーメン 【米粉中華めん:小麦/地産鳥ブイオン:鶏肉/ 鶏卵湯:鶏肉・豚肉/みそ:大豆/なると:小麦】	はるまき 【小麦・大豆・鶏肉・豚肉】	はくさいのあえもの 【濃口醤油:小麦・大豆】	緑黄色野菜 561 728 822	牛乳 なると みそ	ぶた肉 はるまき にんじん とうもろこし ねぎ ごまつな	たまねぎ もやし ほくさい にんにく 中華めん あぶら ごまあぶら 三温糖
9 (水)	麦ごはん 【濃口醤油・薄口醤油: 小麦・大豆】	肉じゃが 【濃口醤油・薄口醤油: 小麦・大豆】	きゅうりの酢の物 【薄口醤油:小麦・大豆】	いも類 459 629 742	牛乳 平天	牛肉 わかめ ほししいたけ たまねぎ きゅうり	にんじん さやいんげん だいこん こめ じゃがいも ごま こんにやく 三温糖
10 (木)	米粉バター ロールパン 【小麦・乳・大豆】	ポークピーンズ 【ウスターソース:牛肉・小麦・ 大豆/濃口醤油:小麦・大豆】	グリーンサラダ	緑黄色野菜 478 639 785	牛乳 大豆	ぶた肉 きんとき豆 にんじん たまねぎ はくさい	たまねぎ グリーンピース ブロッコリー 米粉バターロールパン じゃがいも あぶら 三温糖
11 (金)	麦ごはん 【濃口醤油:小麦・大豆】	魚の甘酢味 【濃口醤油:小麦・大豆】	チンゲンサイのスープ 【地産鳥ブイオン:鶏肉/鶏卵湯: 鶏肉・豚肉/濃口醤油:小麦・大豆】	根菜類 518 696 827	牛乳 ベーコン わかめ	さんま とうふ ねぎ たまねぎ チンゲンサイ もやし	にんじん とうもろこし ごぼう しょうが こめ じゃがいも 三温糖 揚げごまドレッシング
14 (月)	麦ごはん 【濃口醤油:小麦・大豆】	若鶏の立田揚げ 【濃口醤油:小麦・大豆】	五色あえ 【薄口醤油:小麦・大豆】	海藻類 611 688 817	牛乳 とうふ くまわかめ	とり肉 みそ にんじん だいこん ねぎ キャベツ もやし	たまねぎ とうもろこし しょうが こめ じゃがいも あぶら でんぶ 三温糖
15 (火)	ソフトめんシーフードソースかけ 【ソフトめん:小麦/鶏卵湯:鶏肉・豚肉/ 濃口醤油・薄口醤油:小麦・大豆/えび/いかり】	ミートグラタン 【ウスターソース:牛肉・小麦・大豆/ トマトベースソース:大豆/大豆/ ピザチーズ・グイスカットチーズ:乳】		きのこ類 530 665 787	牛乳 大豆 ベーコン	ぶた肉 チーズ えび いかに たまねぎ セロリー マッシュルーム パセリ	トマト にんじん キャベツ にんにく ソフトめん でんぶ じゃがいも
16 (水)	麦ごはん 【卵/濃口醤油:小麦・大豆】	炒りとうふ 【卵/濃口醤油:小麦・大豆】	大根のあえもの 【濃口醤油:小麦・大豆】	海藻類 448 619 734	牛乳 たまご ちりめん	とり肉 とうふ にんじん ほししいたけ ねぎ だいこん	たまねぎ ねぎ だいこん こめ じゃがいも 三温糖
17 (木)	米粉パン 【小麦・乳・大豆】	若鶏のワイン焼き (そえ野菜付き) 【みそ:大豆/乳】	クリスマス献立 野菜スープ 【地産鳥ブイオン:鶏肉/ 薄口醤油:小麦・大豆】	緑黄色野菜 553 695 821	牛乳 ベーコン	とり肉 みそ たまご キャベツ	トマト たまねぎ とうもろこし パセリ 米粉パン 三温糖 じゃがいも 米粉ケーキ
18 (金)	麦ごはん 【濃口醤油:小麦・大豆】	豚肉と厚揚げのうま煮 【薄口醤油:小麦・大豆】	からしマヨネーズあえ 【薄口醤油:小麦・大豆】	小魚類 470 610 760	牛乳 平天	ぶた肉 厚揚げ にんじん えだまめ ごまつな	たまねぎ キャベツ こめ さといも 三温糖 ノンエッグマヨネーズ
21 (月)	麦ごはん 【みそ:大豆】	鱈のゆずみそ焼き 【みそ:大豆】	かぼちのそぼろ煮 【濃口醤油:小麦・大豆】	海藻類 479 647 768	牛乳 とり肉 こんぶ	さわか みそ ゆず かぼち いんげん キャベツ ほししいたけ	たまねぎ にんじん こめ じゃがいも 三温糖
22 (火)	わかめうどん 【うどん:小麦/濃口醤油・薄口醤油:小麦・大豆】	たこの甘酢がらめ 【濃口醤油・薄口醤油:小麦・大豆】	みかん	きのこ類 515 611 767	牛乳 手長だこ かまぼこ	とり肉 あぶらあげ わかめ にんじん ほくさい えのき みかん	たまねぎ しょうが うどん あぶら 三温糖

※○印は瀬戸内市基本献立です。

※献立は都合により変更することがあります。牛乳は毎日つきます。

※主に、加工食品、調味料を使用するものについて:献立名の欄に、アレルギー源になりやすい27品目に該当する物を【】に載せています。

※米粉パン・米粉バターロールパン【小麦・大豆・乳】、

米粉中華めん・米粉ソフトめん・うどん【小麦】が含まれています。

※●は小袋がつかます。★は直接学校に配送されます。

※瀬戸内市のホームページに、献立と10月に使用している食材の産地を掲載しています。

