

給食予定献立表 令和4年12月



福崎町給食共同調理センター

	1日(木)	2日(金)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)
こんだて	コッペパン ぎゅうにゅう 豆乳スープ ハンバーグのケチャップソースがけ ポテトサラダ	ごはん ぎゅうにゅう わかめと豆腐のみそ汁 鮭の塩焼き ほうれん草の香味和え	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ そぼろ丼 きゅうりともやしのささみ和え	ごはん ぎゅうにゅう 筑前煮 春巻き ツナと海藻のごま和え	ごはん ぎゅうにゅう なめこ汁 ぶりの照り焼き ひじきの煮物	コッペパン ぎゅうにゅう ほうれん草と卵のスープ チキンカツ カレーサラダ
	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質
こんだてざいりょう	□ コッペパン 麦 乳	□ ごはん	□ ごはん	□ ごはん	□ ごはん	□ コッペパン 麦 乳
	○ ぎゅうにゅう 乳	○ ぎゅうにゅう 乳	○ ぎゅうにゅう 乳	○ ぎゅうにゅう 乳	○ ぎゅうにゅう 乳	○ ぎゅうにゅう 乳
	△ はくさい	○ わかめ	○ わかめ	○ とりにく 鶏	△ たまねぎ	△ たまねぎ
	△ ブロッコリー	○ とうふ 豆	△ たまねぎ/にんじん	△ ごぼう	△ にんじん	△ にんじん
	△ にんじん	△ にんじん	○ とうふ 豆	△ にんじん	□ じゃがいも	△ ほうれん草
	△ しめじ	△ たまねぎ	□ 白ごま	△ こんにやく	△ 青ねぎ	□ じゃがいも
	○ ベーコン 豚	△ だいこん	チキンピジョン	△ だいこん	△ なめこ	△ しめじ
	○ コンソメ 豚	○ みそ 豆	とりがらスープ	△ いんげん	○ みそ 豆	○ たまご 卵
	○ とうにゅう	○ けずりぶし	りょうりしゆ/しおこしょう	○ ちくわ	○ けずりぶし	コンソメ 豚
	しおこしょう	○ さけ 鮭	しょうゆ 豆 麦	△ しいたけ	○ ぶりのてりやき 豆 麦	しおこしょう
	しょうゆ 豆 麦	しお	□ ごまあぶら	□ けずりぶし	○ ひじき	しょうゆ 豆 麦
	○ ハンバーグ 鶏 豚	△ たくあん 麦	△ ごぼう	□ さとう	△ にんじん	○ チキンカツ 鶏 豆 麦
トマトケチャップ	△ ほうれん草	△ にんじん/いんげん	しょうゆ 豆 麦	△ いんげん	□ だいたあぶら 豆	
とんかつソース	△ もやし	○ いりたまご 卵	みりん	○ とりにく 鶏	△ きやべつ	
□ さとう	□ さとう	○ とりにく 鶏	りょうりしゆ	△ こんにやく	△ きゅうり	
みりん	しょうゆ 豆 麦	しょうが	□ サラダあぶら	○ だいず	△ にんじん	
□ じゃがいも	みりん	□ サラダあぶら	○ はるまき 豚 豆 麦	□ さとう	□ さとう	
△ きゅうり		□ さとう	□ だいたあぶら 豆	しょうゆ 豆 麦	しょうゆ 豆 麦	
△ とうもろこし		しょうゆ 豆 麦	○ まぐるあぶらづけ 豆	みりん	みりん	
ノンエッグマヨネーズ 豆		みりん/りょうりしゆ	○ かいそうサラダ	りょうりしゆ	カレーこ	
		△ もやし	△ きゅうり	□ サラダあぶら		
		△ にんじん	□ 白ごま			
		○ ささみ	□ さとう			
		□ さとう	しょうゆ 豆 麦			
		しょうゆ	みりん			
		こめず				

	9日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金) クリスマス献立
こんだて	ごはん ぎゅうにゅう けんちん汁 豚肉のしょうが炒め 白菜のおかか和え	ごはん ぎゅうにゅう つくねのスープ ピピンバ 春雨サラダ	ごはん ぎゅうにゅう さつまいものみそ汁 だし巻き卵 ひじきととうもろこしの煮物	ごはん ぎゅうにゅう ポークカレー 小松菜のおひたし ゼリー	コッペパン ぎゅうにゅう ウインナーのスープ煮 ツナとコーンのパスタ マセドアンサラダ	ごはん クリームシチュー 鶏肉の照り焼き ドレッシング和え クリスマスケーキ
	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質
こんだてざいりょう	□ ごはん	□ ごはん	□ ごはん	□ ごはん	□ コッペパン 麦 乳	□ ごはん
	○ ぎゅうにゅう 乳	○ ぎゅうにゅう 乳	○ ぎゅうにゅう 乳	○ ぎゅうにゅう 乳	○ ぎゅうにゅう 乳	○ ぎゅうにゅう 乳
	△ だいこん	△ たまねぎ/だいこん	△ たまねぎ	△ たまねぎ	△ ブロッコリー	△ たまねぎ
	△ にんじん	△ にんじん	△ にんじん	△ にんじん	○ ウインナー	△ にんじん
	△ 青ねぎ	○ とりつくね 鶏 豚 豆	△ 青ねぎ	□ じゃがいも	△ たまねぎ	□ じゃがいも
	○ とうふ 豆	△ 青ねぎ	□ さつまいも	△ トマト	△ にんじん	○ ベーコン 豚
	○ あぶらあげ	△ しめじ	△ だいこん	△ りんご	□ じゃがいも	△ しめじ
	△ ごぼう	チキンピジョン	○ あぶらあげ	○ ぶたにく	コンソメ	○ だいず
	けずりぶし	しおこしょう	けずりぶし	しょうが	しおこしょう	豆
	○ みそ 豆	とりがらスープ	○ みそ 豆	にんにく	△ たまねぎ	○ とうにゅう 豆
	○ ぶたにく 豚	△ ほうれん草	こども園	□ カレールー(甘口) 麦 乳	△ にんじん	○ とりにく 鶏
	△ たまねぎ	△ にんじん	○ だしまきたまご 卵 豆 麦 乳	□ カレールー(中辛) 麦 乳	△ マカロニ 麦	□ さとう
△ ビーマン	△ もやし	小学校・中学校	とりがらスープ	△ とうもろこし	しょうゆ 豆 麦	
しょうが	○ ぎゅうにゅう 牛	○ だしまきたまご 卵 豆 麦	しおこしょう	○ まぐるあぶらづけ	みりん	
□ サラダあぶら	しょうが	○ ひじき	□ サラダあぶら	トマト	りょうりしゆ	
□ さとう	にんにく	△ にんじん	△ こまつな	□ サラダあぶら	□ コーンスターチ	
しょうゆ 豆 麦	□ さとう	△ とうもろこし	△ はくさい	コンソメ	△ きやべつ	
みりん	しょうゆ 豆 麦	○ とりにく 鶏	△ にんじん	□ さとう	△ にんじん	
りょうりしゆ	みりん	□ さとう	□ さとう	しおこしょう	△ きゅうり	
△ はくさい	りょうりしゆ	しょうゆ 豆 麦	しょうゆ 豆 麦	○ だいず	△ とうもろこし	
△ にんじん	□ ごまあぶら	□ サラダあぶら	みりん	□ さつまいも	しそドレッシング 豆	
△ こまつな	□ はるさめ		□ マスカットゼリー	△ にんじん	こども園	
かつおぶし	△ きゅうり			△ とうもろこし	□ クリスマスカップデザート 豆	
□ さとう	△ もやし			△ えだまめ	小学校・中学校	
しょうゆ 豆 麦	△ にんじん			ノンエッグマヨネーズ 豆	□ クリスマスケーキ 豆	
みりん	□ さとう					
	しょうゆ 豆 麦					
	みりん					

○赤の食品・・体をつくるもの(たんぱくしつ・むきしつ) □黄の食品・・熱や力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品・・体の調子をととのえるもの(ビタミン)

※たまごが含まれる献立名・材料に色を付けています。

※食材等の都合により献立が変更になる場合があります。

※献立表には、給食提供可能な日の全ての献立が掲載されておりますので、各学校・園における給食実施日とは異なる場合があります。

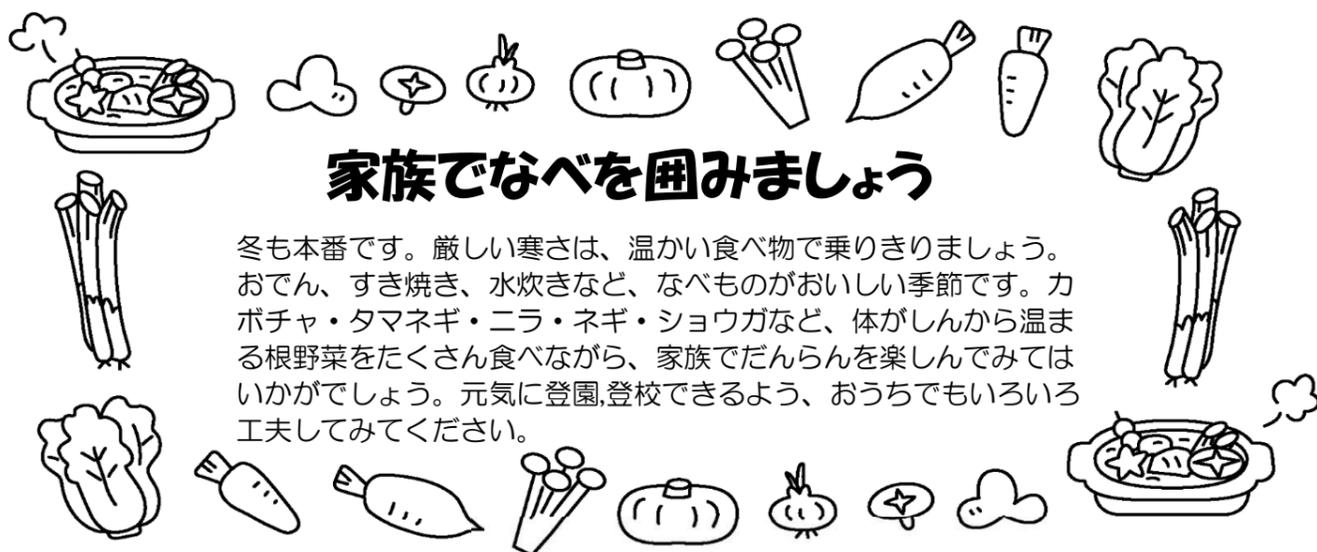
※厚生労働省指定のアレルギー特定原材料の表示は以下のとおりです。卵：たまご 乳：乳 麦：小麦 蕎麦：そば ビ：落花生 鮎：あわび イカ：いか ら：いくら エビ：えび オレ：オレンジ 蟹：かに キ：キウイフルーツ

牛：牛肉 く：くるみ 鮭：さけ 鯖：さば 豆：大豆 鶏：鶏肉 豚：豚肉 マツ：まつたけ モモ：もも 芋：やまいも り：りんご せ：ゼラチン パ：バナナ カシ：カシューナッツ ゴ：ごま ア：アーモンド

※アレルギー特定原材料以外で表示するものは以下の通りです。 大麦：大麦・もち麦

	19日(月) <small>食育の日献立</small>	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	26日(月) (こども園)
こんだて	もち麦ごはん ぎゅうにゅう 豚汁 福崎町産さつまいもコロケ 小松菜ともやしの和え物	ごはん ぎゅうにゅう 大根スープ 根菜入り平つくね きゅうりの酢の物	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものみそ汁 いわしの梅煮 白菜のおひたし	コッペパン ぎゅうにゅう コンソメスープ チキンピーズ アーモンドサラダ	ごはん ぎゅうにゅう 豆腐のすまし汁 さばの味噌煮 にんじんシリシリ	べんとう たまねぎのみそ汁 照り焼きハンバーグ きんぴらごぼう
	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質	アレルギー物質
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> もち麦精麦 大麦 <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> ぶたにく 豚 <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> 青ねぎ <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="checkbox"/> こんぶ <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> りょうりしゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> 福崎町産さつまいもコロケ 麦 豆 <input type="checkbox"/> だいたあぶら 豆 <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> こまつな <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> みりん	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> とうふ 豆 <input type="checkbox"/> しめじ <input type="checkbox"/> 青ねぎ <input type="checkbox"/> チキンブイヨン 鶏 <input type="checkbox"/> しょうゆ 豆 麦 <input type="checkbox"/> とりがらスープ 鶏 <input type="checkbox"/> こんさいりひらつくね 豆 麦 鶏 豚 ゴ <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 豆 麦 <input type="checkbox"/> こめず	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 青ねぎ <input type="checkbox"/> じゃがいも <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="checkbox"/> みそ 豆 <input type="checkbox"/> いわしのうめに 豆 麦 <input type="checkbox"/> はくさい <input type="checkbox"/> ほうれんそう <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 豆 麦 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> りょうりしゆ	<input type="checkbox"/> コッペパン 麦 乳 <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> たまねぎ/にんじん <input type="checkbox"/> ブロッコリー/しめじ <input type="checkbox"/> ウィンナー 豚 <input type="checkbox"/> コンソメ 鶏 豚 <input type="checkbox"/> しょうゆ 豆 麦 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> とりにく 鶏 豆 <input type="checkbox"/> だいた 豆 <input type="checkbox"/> たまねぎ/にんじん <input type="checkbox"/> トマト <input type="checkbox"/> トマトケチャップ <input type="checkbox"/> 赤ワイン <input type="checkbox"/> さとう/みりん <input type="checkbox"/> コンソメ 鶏 豚 <input type="checkbox"/> りょうりしゆ/しお <input type="checkbox"/> とんかつソース <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> きやべつ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> ほうれんそう <input type="checkbox"/> アーモンド ア <input type="checkbox"/> さとう/みりん <input type="checkbox"/> しょうゆ 豆 麦	<input type="checkbox"/> ごはん <input type="checkbox"/> ぎゅうにゅう 乳 <input type="checkbox"/> とうふ 豆 <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> 青ねぎ <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="checkbox"/> こんぶ <input type="checkbox"/> しょうゆ 麦 豆 <input type="checkbox"/> りょうりしゆ <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> さばのみそに 鯖 豆 <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> きやべつ <input type="checkbox"/> まぐろあぶらづけ 豆 <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> とりがらスープ 鶏 <input type="checkbox"/> しょうゆ 豆 麦 <input type="checkbox"/> しおこしょう <input type="checkbox"/> サラダあぶら	<input type="checkbox"/> わかめ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> あぶらあげ 豆 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> とうふ 豆 <input type="checkbox"/> みそ 豆 <input type="checkbox"/> けずりぶし <input type="checkbox"/> てりやきハンバーグ 鶏 豆 <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> いんげん <input type="checkbox"/> こんにやく <input type="checkbox"/> ぎゅうにく 牛 <input type="checkbox"/> 白ごま ゴ <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 豆 麦 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> りょうりしゆ <input type="checkbox"/> サラダあぶら

	27日(火) (こども園)
こんだて	べんとう マーボ豆腐 キャベツ入り平つくね きゅうりともしのナムル
	アレルギー物質
こんだてざいりょう	<input type="checkbox"/> ぶたにく 豚 <input type="checkbox"/> しょうが <input type="checkbox"/> サラダあぶら <input type="checkbox"/> とうふ 豆 <input type="checkbox"/> たまねぎ <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> たけのこ <input type="checkbox"/> しいたけ <input type="checkbox"/> 白ねぎ <input type="checkbox"/> だいこん <input type="checkbox"/> 赤みそ 豆 <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> しょうゆ 豆 麦 <input type="checkbox"/> みりん <input type="checkbox"/> りょうりしゆ <input type="checkbox"/> とりがらスープ 鶏 <input type="checkbox"/> でんぶん <input type="checkbox"/> ごまあぶら ゴ <input type="checkbox"/> キャベツいりひらつくね 豚 鶏 リ 豆 <input type="checkbox"/> もやし <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> にんじん <input type="checkbox"/> とうもろこし <input type="checkbox"/> しお <input type="checkbox"/> しょうゆ 豆 麦 <input type="checkbox"/> こめず <input type="checkbox"/> さとう <input type="checkbox"/> 白ごま ゴ



家族でなべを囲みましょう

冬も本番です。厳しい寒さは、温かい食べ物で乗りきりましょう。おでん、すき焼き、水炊きなど、なべものおいしい季節です。カボチャ・タマネギ・ニラ・ネギ・ショウガなど、体がしんから温まる根野菜をたくさん食べながら、家族でだらんを楽しんでみてはいかがでしょうか。元気に登園、登校できるよう、おうちでもいろいろ工夫してみてください。

抵抗力をつけよう!

野菜やくだものに多く含まれる「ビタミン(ビタミンA・C)」には、抵抗力を高め、てくれるはたらきがあります。しっかり食べて、かぜに負けない体をつくりましょう。

緑黄色野菜に多く含まれるビタミンAには、鼻やのどの粘膜を丈夫にして、かぜなどのウィルスの侵入を防ぐはたらきもあります。

カルシウムが豊富な牛乳を休日にもとりましょう!

牛乳は、たんぱく質、脂質、カルシウム、ビタミンなどをバランスよく含んでいます。また、牛乳のカルシウムは体内での吸収率が高いため、成長期の子どもたちの骨の形成や骨粗しょう症の予防などに効果的です。休日にも牛乳を積極的にとるようにしましょう。



給食の主な材料について、使用予定の産地を福崎町ホームページで公開しています。こちら合わせてご覧ください。※給食レシピも見れます!!!

お知らせ
 <給食費口座振替日>
 12月給食振替日
 12月20日(火)
 再振替日
 1月5日(木)
 前日までの入金をお願いします

今月の福崎町産野菜

きゃべつ・だいこん・ブロッコリー
 はくさい・にんじん・こまつな
 じゃがいも・青ねぎ・たまねぎ
 ほうれんそう・だいず

○赤の食品・・体をつくるもの(たんぱくしつ・むきしつ) □黄の食品・・熱や力のもとになるもの(たんすいかぶつ・しぼう) △緑の食品・・体の調子をととのえるもの(ビタミン)

※たまごが含まれる献立名・材料に色を付けています。

※食材等の都合により献立が変更になる場合があります。

※献立表には、給食提供可能な日の全ての献立が掲載されておりますので、各学校・園における給食実施日とは異なる場合があります。

※厚生労働省指定のアレルギー特定原材料の表示は以下のとおりです。卵：たまご 乳：乳 麦：小麦 蕎麦：そば ピ：落花生 鮑：あわび イカ：いか ら：いくら エビ：えび オレ：オレンジ 蟹：かに キ：キウイフルーツ

牛：牛肉 く：くるみ 鮭：さけ 鯖：さば 豆：大豆 鶏：鶏肉 豚：豚肉 マツ：まつたけ モモ：もも 芋：やまいも り：りんご ゼ：ゼラチン パ：バナナ カシ：カシューナッツ ゴ：ごま ア：アーモンド

※アレルギー特定原材料以外で表示するものは以下の通りです。 大麦：大麦・もち麦