12 月 こんだてひょう No. 1

玖珠町学校給食センター

日	曜日	牛乳 エネルギー（Kcal）	主食	献立名	血や肉・骨になるもの	熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	アレルゲン 下線はコンタミ
1	金	牛乳		マーボーなす	とりにく みそ	ごまあぶら さとう でんぷん	しょうが にんにく たまねぎ にんじん なす にら	大豆 鶏肉 ごま
543			ごはん	ラビオリ入りスープ	ラビオリ（ぶたにく）	ラビオリ（こむぎこ パンこ）	にんじん キャベツ ねぎ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉
4	月	牛乳		もやしのナムル	わかめ	ごまあぶら さとう ごま	もやし こまつな	大豆 ごま
651			ごはん	八宝菜	ぶたにく いか うずらたまご	あぶら でんぷん	たまねぎ にんじん たけのこ きくらげ キャベツ きぬさや	卵 いか 大豆 鶏肉 豚肉
				いちごクレープ	とうにゅう	さとう こめこ	いちご	大豆
5	火	牛乳		さばおかか煮	さば	さとう		小麦 オレンジ さば 大豆 ごま
587			ごはん	水炊き	とりにく とうふ あぶらあげ	マロニー	しょうが にんじん はくさい えのき ねぎ しゅんぎく	大豆 鶏肉
6	水	牛乳		マスタードチキン	とりにく	オリーブあぶら	たまねぎ エリンギ マッシュルーム パプリカ	大豆 鶏肉 りんご
634			黒糖パン	ビーフシチュー	ぎゅうにく	あぶら じゃがいも くろざとう	たまねぎ にんじん グリンピース	小麦 卵 乳 落花生 えび かに 牛肉 大豆 鶏肉 豚肉
7	木	牛乳		アスパラのバーベキューソース 炒め	ぎゅうにく	あぶら さとう	にんにく りんご パプリカ アスパラ	牛肉 大豆 りんご
581			ごはん	じゃがいものそぼろ煮	ぶたにく	あぶら じゃがいも さとう でんぷん	しょうが たまねぎ にんじん グリンピース	大豆 豚肉
8	金	牛乳		カレーきんぴら	ぶたにく	あぶら さとう	ごぼう にんじん こんにゃく	大豆 豚肉
555			ごはん	だんご汁	とりにく あぶらあげ ゼラチン みそ	あぶら さといも やせうま	しいたけ ごぼう だいこん にんじん ねぎ	小麦 そば 卵 乳 落花生 えび かに 大豆 鶏肉 ゼラチン
11	月	牛乳		ねぎ塩レモン豚丼	ぶたにく	ごまあぶら さとう	にんにく たまねぎ にんじん もやし レモン ねぎ	豚肉 ごま
549			ごはん	冬野菜のみそ汁	あぶらあげ とうふ わかめ みそ		にんじん ごぼう だいこん はくさい ねぎ	いか えび かに 大豆
12	火	牛乳		赤魚のごまだれ	あかうお	あぶら ごま さとう		いか さけ さば 大豆 ごま
554			ごはん	きのこけんちん汁	とりにく とうふ	ごまあぶら	ごぼう しいたけ こんにゃく しめじ えのき	大豆 鶏肉 ごま
13	水	牛乳		ギョーザ	ぶたにく とりにく	あぶら でんぷん ぎょうざのかわ（こむぎこ）	キャベツ たまねぎ にら	小麦 大豆 鶏肉 豚肉
				たれ				小麦 乳 大豆 豚肉 ごま オレンジ りんご もも
654			減量パン	親子うどん	とりにく かまぼこ ゼラチン たまご だいず	うどん	たまねぎ にんじん ねぎ	小麦 卵 大豆 鶏肉 ゼラチン
				豆乳プリンタルト	とうにゅう	さとう こめこ		大豆
14	木	牛乳		とりチリ	とりにく	ごまあぶら さとう でんぷん	しょうが たまねぎ グリンピース	大豆 鶏肉 ごま
580			ごはん	ミートボールとキャベツのスープ	にくだんご（とりにく ぶたにく）		たまねぎ にんじん コーン キャベツ	大豆 鶏肉 豚肉
15	金	牛乳		酢豚	ぶたにく	でんぷん あぶら さとう	しょうが たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ グリンピース	大豆 豚肉
592			ごはん	すまし汁	かまぼこ わかめ とうふ		にんじん こまつな ねぎ	さば 大豆

かみかみ献立

12 月 こんだてひょう No. 2

玖珠町学校給食センター

日	曜日	牛乳 エネルギー（Kcal）	主食	献立名	血や肉・骨になるもの	熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	アレルゲン 下線はコンタミ
18	月	牛乳	おおいた和牛の牛丼		ぶんごぎゅう	あぶら さとう	しょうが たまねぎ にんじん いとこんにゃく ねぎ	牛肉 大豆
543			ごはん	チンゲンサイのスープ ふるさと給食	チキンハム		たまねぎ にんじん チンゲンサイ	小麦 卵 乳 大豆 鶏肉
19	火	牛乳	さんまかぼすレモン煮		さんま	さとう	レモン かぼすかじゅう	小麦 オレンジ 大豆
628			ごはん	おでん	こんぶ うずらたまご あつあげ	じゃがいも	だいこん こんにゃく にんじん	卵 さば 大豆
20	水	牛乳	スラッピージョー		ぶたにく だいず	あぶら さとう でんぷん	たまねぎ にんじん	大豆 豚肉
597			基本パン	米粉のあっさりクリームスープ	とりにく ぎゅうにゅう なまクリーム	じゃがいも	たまねぎ にんじん しめじ	乳 鶏肉
21	木	牛乳	小松菜のソテー		シーチキン	あぶら	こまつな コーン	大豆
601			麦ごはん	冬野菜のカレー	ぎゅうにく スキムミルク	あぶら じゃがいも	にんにく たまねぎ にんじん かぶ ブロッコリー	小麦 乳 牛肉 大豆 鶏肉 豚肉
22	金	牛乳	チキンライス クリスマスメニュー		とりにく	こめ あぶら	にんじん コーン たまねぎ トマト	大豆 鶏肉 豚肉
			照焼チキン		とりにく			小麦 卵 乳 大豆 鶏肉
665		チキン	ABCスープ		ベーコン	じゃがいも マカロニ	にんじん たまねぎ パセリ	小麦 卵 乳 豚肉
		ライス	クリスマスケーキ（チョコ）		とうにゅう	さとう こめこ		大豆

＊表中では以下を省略しています。

	血や肉・骨になるもの	熱や力になるもの	アレルゲン
牛乳	牛乳		乳
ごはん		こめ	
麦ごはん		こめ おおむぎ	
基本パン 減量パン ミルクパン 黒糖パン		パン	小麦 乳 大豆

＊アレルギー表示対象食品は、表示義務のある特定原材料８品目及び特定原材料に準ずるもの２０品目です。

＊コンタミ（コンタミネーション）とは、製品にはアレルギー物質を含む原材料は使用していないが、食品の製造工程や原材料の漁獲工程などで意図せず混入してしまう可能性があること。食材料のコンタミの他、給食センターでは毎日同じ釜やフライヤーで違う料理を作ることから起こるコンタミの可能性があります。表中アレルゲン欄には使用する加工食品のコンタミを下線表示しています。

＊えび、かに、落花生、そばの４品目の使用はありません。（コンタミに含むことはあります）

＊玖珠産食材の使用　米、大麦、乾しいたけ、豆腐、油揚げ、豚肉（一部を除く）、その他、表中に二重下線表示している野菜（天候等により変更になる場合があります）

＊玖珠町ホームページ掲載版「こんだてひょう」もご利用ください。

＊献立は予定であり、都合により献立や材料の一部を変更する場合があります。変更の場合は学校等を通じてお知らせします。

【８日ごろ（歯の日）】かみかみ献立・・・かみごたえのある食材をとりいれた献立

【１９日ごろ（食育の日）】ふるさと給食・・・地場産物（大分県産・玖珠産）を活用した献立