

令和6年度

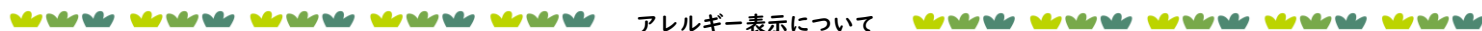


2月 給食だより

☆今月の目標☆

大豆の栄養について知ろう!

与勝調理場
TEL 978-3522
FAX 978-3555



◎献立名の黒丸(●)は、食物アレルギー除去食対応児童生徒へ除去食の提供があります。

() 内の食品は対応アレルギーを表示しています。

※除去食の対応アレルギーは下記の4品目です。除去食の提供はアレルギー4品目を含む和え物(サラダ・フルーツ和えを含む)・炒め物・煮物(カレー・シチュー・麺類を含む)・汁物・ご飯ものなどです。

除去食対応アレルギー(4品目)		たまご・乳・えび・かに
表示義務(7品目)	たまご・乳・小麦・えび・かに・落花生(ピーナッツ)・そば	
表示推奨(21品目)	いくら・キウイ・くるみ・大豆・バナナ・やまいも・カシューナッツ・もも・ごま・さば・さけ・いか・鶏肉・りんご・まつたけ・あわび・オレンジ・牛肉・ゼラチン・豚肉・アーモンド	

★詳細献立表では、食品名の後ろ() 内にアレルギーを表示しています。

アレルギーは、表示の義務があるもの・表示が推奨されているものを合わせて28品目の表示をしています。

※海藻類(もずく等)・小魚(チリメン等)・二枚貝(あさり等)は漁獲時などに、えび・かにが混入している可能性があります。

★コンタミネーション(食品を生産する際に、原材料として使用していないにもかかわらずアレルギー物質が微量混入すること)については記載しておりません。詳細については給食センターまでお問い合わせください。

★揚げ物に使用する油は、3〜4回程度、同一の油を使用しています。

★自己管理能力をつけるために、献立表が届きましたら、お子さんと一緒に確認しましょう。そして、当日の朝にも家庭で確認してください。

★給食では、「ぬちまーす」さんから「ぬちまーす」、「龍華」さんから「ラード」を寄贈していただいで使用しております。

★材料、その他の都合により献立を変更することがあります。



1食に必要な栄養量 (昼食30%+おやつ13%)	エネルギー	548Kcal	たんぱく質	20.6g	脂 質	16.4g	炭水化物	73.9g
-----------------------------	-------	---------	-------	-------	-----	-------	------	-------

★令和6年度も給食は給食センターから提供します。また、おやつ提供・献立表の配布はこども未来部からとなります。

なお、おやつ詳細についてはこども未来部までお問い合わせください。(TEL:989-0220)

欠食等	日	献立名	黄(き)の食品	赤(あか)の食品	緑(みどり)の食品	その他調味料など	揚げ油
			エネルギーになる	体をつくる	体の調子を整える		
			炭水化物・脂質	たんぱく質・無機質	ビタミン・無機質		
I (土)		クミンピラフ	米 こめ油	鶏肉	人参 玉ねぎ ピーマン マッシュルーム コーン	醤油(小麦・大豆) シママース ターメリック クミンパウダー チキンブイオン(鶏)	
		いろどりマリネ	三温糖		きゅうり 人参 赤パプリカ 黄パプリカ	酢(小麦) シークワーサー果汁	
		ABCミネストローネ	ABCマカロニ(小麦) じゃが芋	ベーコン(豚)	人参 玉ねぎ キャベツ セロリー トマトダイス	ケチャップ 醤油(小麦・大豆) チキンブイオン(鶏) シママース	
節分の日 献立	3 (月)	節分ごはん	米 麦 サラダ油 いりごま	鶏肉 油あげ(大豆) ちきあぎ(大豆) 大豆	人参 あお豆(大豆) 椎茸	醤油(小麦・大豆) 酒 花かつお ぬちまーす チキンブイオン(鶏)	
		ちくわの磯辺焼き	ノンエッグマヨネーズ	ちくわ 糸けずり 青のり		醤油(小麦・大豆)	
		いわしのつみれ汁		いわしつみれ (小麦・大豆)	人参 大根 長ねぎ 生姜 竹の子 椎茸	酒 ぬちまーす みりん 醤油(小麦・大豆) 花かつお	
4 (火)		あげパン	コッペパン (小麦・乳・大豆) アーモンド 黒糖 三温糖	きな粉(大豆) はったい粉 脱脂粉乳			揚げ油①
		ポークビーンズ	じゃが芋 サラダ油 三温糖	豚肉 大豆 白いんげん豆 ポークビーンズ(小麦・大豆・豚)	玉葱 人参 インゲン マッシュルーム トマトダイス	ケチャップ おろしにんにく デミグラスソース(小麦・鶏) ぬちまーす ポークブイオン(鶏・豚)	
		カラフルサラダ	三温糖 オリーブ油		白菜 コーン 胡瓜 人参 ブロッコリー みかん レーズン	酢(小麦) シママース	

欠食等	日	献立名	黄(き)の食品	赤(あか)の食品	緑(みどり)の食品	その他調味料など	揚げ油
			エネルギーになる	体をつくる	体の調子を整える		
			炭水化物・脂質	たんぱく質・無機質	ビタミン・無機質		
	5 (水)	梅ぞうすい	米 麦 サラダ油	鶏肉	冬瓜 人参 長ねぎ 椎茸 梅肉 (大豆・りんご)	カリカリ梅 ぬちまーす 醤油 (小麦・大豆) 花かつお ポークブイオン (鶏・豚) みりん	
		じゃが芋とベーコンの炒め	じゃが芋 サラダ油	ベーコン (豚)	玉葱 人参 インゲン	おろしにんにく ぬちまーす 醤油 (小麦・大豆) みりん	
		野菜コロ天	野菜コロ天				
	6 (木)	和風スパゲティ	スパゲティ (小麦) サラダ油	ベーコン (豚)	玉葱 人参 キャベツ にんにく しめじ 椎茸 マッシュルーム	ゆかり 醤油 (小麦・大豆) ぬちまーす こしょう ポークブイオン (鶏・豚)	
		キャベツ入り平つくね	キャベツ入り平つくね (鶏・豚)				
		さつま芋のポテトサラダ	じゃが芋 さつま芋 三温糖 ノンエッグマヨネーズ	ハム (豚・大豆)	人参 胡瓜	酢 (小麦) こしょう シママース フレンチクリーミードレッシング	
	7 (金)	ごはん	米				
		●人参シリシリー (たまご)	サラダ油	ツナ たまご	人参 玉葱 ニラ	ぬちまーす 醤油 (小麦・大豆)	
		もずく入りゆし豆腐		ゆし豆腐 (大豆) もずく みそ (大豆)	生姜	花かつお	
		くだもの			タンカン (予定) 		
	8 (土)	麦ごはん	米 麦				
		照り焼きチキン	三温糖	鶏肉		醤油(小麦・大豆) みりん 酒 おろしにんにく おろし生姜	
		春雨うめサラダ	春雨 三温糖 いりごま	ハム (豚・大豆)	小松菜 もやし きゅうり 人参	練り梅 醤油 (小麦・大豆) 酢 (小麦) シママース	
		かむかむ切干大根スープ		ベーコン (豚) 油揚げ (大豆)	切干大根 えのき 人参 玉ねぎ	醤油 (小麦・大豆) シママース チキンブイオン (鶏)	
	10 (月)	ごはん	米				
		さばのぬちまーす焼き		さば		ぬちまーす シークワーサー果汁	
		せん切りイリチー	サラダ油 三温糖	昆布 豚肉 白かまぼこ (大豆)	角切大根 人参 こんにゃく	醤油 (小麦・大豆) みりん 酒 ぬちまーす 花かつお	
		イナムドゥチ		豚肉 みそ (大豆) 黄かまぼこ (大豆)	椎茸 こんにゃく	ポークブイオン (鶏・豚) 花かつお	
	12 (水)	ごはん	米				
		マーボー豆腐	ごま油 (ごま) サラダ油 かたくり粉	豆腐 (大豆) 豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆 みそ (大豆)	人参 玉葱 竹の子 椎茸 木くらげ ニラ	酒 おろしにんにく ぬちまーす おろし生姜 醤油 (小麦・大豆) テンメンジャン (小麦・大豆・ごま) ケチャップ トウバンジャン オイスターソース (大豆) ポークブイオン (鶏・豚)	
		野菜入り肉焼売	5種の野菜入り肉焼売 (小麦・大豆・鶏・豚)				
		もずくとキムチのサラダ	すりごま 三温糖 ごま油 (ごま)	もずく 糸けずり	大根 もやし 人参 白菜キムチ (小麦・りんご・大豆・さば)	キムチの素(いか・りんご・大豆) 醤油 (小麦・大豆) りんご酢 (りんご)	
	13 (木)	鶏ごぼうめし	米 麦 サラダ油	鶏肉 ちきあぎ (大豆)	人参 ごぼう 椎茸 あお豆 (大豆)	醤油 (小麦・大豆) みりん 酒 ぬちまーす 花かつお ポークブイオン (鶏・豚)	
		厚揚げのおろしあんかけ	三温糖 かたくり粉	厚揚げ (大豆)	大根 こねぎ	みりん 醤油 (小麦・大豆) 花かつお	
		こんにゃく和え	ノンエッグマヨネーズ	いか ひじき	こんにゃく 小松菜 人参	シママース 醤油 (小麦・大豆)	

欠食等	日	献立名	黄(き)の食品	赤(あか)の食品	緑(みどり)の食品	その他調味料など	揚げ油	
			エネルギーになる	体をつくる	体の調子を整える			
			炭水化物・脂質	たんぱく質・無機質	ビタミン・無機質			
バレンタイン献立	14 (金)	コッペパン	コッペパン (小麦・乳・大豆)				揚げ油② 小麦・乳・大豆	
		●南瓜のクリームシチュー(乳)	じゃが芋 小麦粉 サラダ油 マーガリン (乳・大豆)	鶏肉 レンズ豆 白いんげん豆 加工乳	南瓜 玉葱 人参 しめじ ブロッコリー	チキンブイヨン (鶏) ぬちまーす こしょう		
		ハートのコロッケ 	ハートのコロッケ (小麦・鶏・豚)					
		きなこココアナッツ	アーモンド カシューナッツ 三温糖 黒糖	大豆 きな粉 (大豆)		ココア		
	15 (土)	麦ごはん	米 麦					
		まぐろのシークワサー焼き		まぐろ		シークワサー果汁 酒 シママース		
		ひじきとれんこんのまよあえ	たまごなしマヨネーズ (大豆) 三温糖	ひじき ツナ缶 (大豆)	れんこん きゅうり コー ン	醤油 (小麦・大豆) シママース 酢(小麦)		
		さといもみそ汁	里いも	油揚げ(大豆) みそ (大豆)	人参 えのき 長ねぎ	かつお節		
	17 (月)	醤油ラーメン (麺)	ラーメン (小麦・大豆)				揚げ油③ 小麦・乳・大豆 鶏・豚	
		醤油ラーメン (汁)		豚肉 わかめ なると (大豆)	人参 キャベツ もやし 長ねぎ 竹の子 木くらげ コーン にんにく 生姜	ぬちまーす 醤油 (小麦・大豆) 花かつお チキンブイヨン (鶏)		
		さつま芋天ぷら	さつま芋天ぷら (小麦)					
		バンバンジーサラダ	練りごま すりごま いりごま 三温糖	とりささみチャンク (鶏)	胡瓜 人参 大根	醤油 (小麦・大豆) 酢 (小麦) シママース		
	18 (火)	ごはん	米					
		●ハヤシライス (乳)	じゃが芋 小麦粉 マーガリン (乳・大豆) サラダ油	牛肉 豚肉 豚レバー 脱脂粉乳	人参 玉葱 グリンピース マッシュルーム トマトダイス トマトペースト	赤ワイン おろしにんにく おろ し生姜 ケチャップ デミグラス ソース (小麦・鶏) ハヤシフ レーク (小麦・大豆・牛) ウス ターソース ぬちまーす こしょ う ポークブイヨン (鶏・豚)		
		ほうれん草オムレツ	ほうれん草オムレツ (たまご・大豆)					
		フルーツ白玉	カラフルボール (大豆) 三温糖		黄桃 パイン みかん ナタデココ	シークワサー果汁		
食育の日献立	19 (水) 	もちきびごはん	米 もちきび					
		焼きししゃも		子持ちししゃも				
		ひじき炒め	三温糖 サラダ油	ひじき 豚肉 ちくわ 油あげ (大豆) 大豆	人参 こんにゃく インゲン ニラ	醤油 (小麦・大豆) みりん ぬちまーす 花かつお		
		元気モリモリ！みそ汁	すりごま	鶏肉 みそ (大豆)	大根 人参 こねぎ	花かつお		
	20 (木)	 おべんとうの日 						

欠食等	日	献立名	黄(き)の食品	赤(あか)の食品	緑(みどり)の食品	その他調味料など	揚げ油	
			エネルギーになる	体をつくる	体の調子を整える			
			炭水化物・脂質	たんぱく質・無機質	ビタミン・無機質			
	21 (金)	●タコス風ピラフ (乳)	米 サラダ油	豚ひき肉 牛ひき肉 チーズ (乳)	人参 玉葱 ピーマン トマトペースト	おろしにんにく ぬちまーす 醤油 (小麦・大豆) ケチャップ チリパウダー チキンブイヨン (鶏) こしょう パプリカ粉		
		くるま麩ナゲット	くるま麩ナゲット (小麦・鶏・大豆)					
		ブロッコリーと豆のサラダ	アーモンド ノンエッグマヨネーズ	ひよこ豆	ブロッコリー 胡瓜 人参 あお豆 (大豆) コーン	醤油 (小麦・大豆) フレンチクリーミードレッシング		
	22 (土)	野菜とごまのスパゲッティ	スパゲッティ(小麦) こめ 油 いりごま	鶏肉	しめじ 人参 玉葱 小松 菜 パセリ	醤油 (小麦・大豆) シママース チキンブイヨン (鶏) おろしにんにく		
		ベーコンサラダ	三温糖	ベーコン (豚)	ブロッコリー カリフラ ワー 人参 キャベツ	酢(小麦) シークワーサー果汁 シママース		
		キャロットソイスープ	じゃが芋	鶏肉 豆乳 (大豆)	人参 玉葱 セロリー パセリ	チキンブイヨン (鶏) 醤油 (小麦・大豆) シママース		
	25 (火)	人参ごはん 	米 麦 サラダ油	鶏肉 油あげ (大豆) ちきあぎ (大豆)	人参 ごぼう あお豆 (大豆)	おろし生姜 花かつお みりん チキンブイヨン (鶏) 酒 醤油 (小麦・大豆) ぬちまーす		
		まぐろの照り焼き	三温糖	まぐろ		おろしにんにく 酒 みりん 醤油 (小麦・大豆) はちみつ		
		きゅうりとたくあんのごま和え	いりごま 三温糖 ごま油 (ごま)		胡瓜 たくあん もやし 人参 コーン	醤油 (小麦・大豆) 酢 (小麦) シママース		
	26 (水)	ぬちまーす煮込みうどん	うどん (小麦) サラダ油 ごま油 (ごま)	豚肉 油あげ (大豆) なると (大豆) わか め	白菜 人参 しめじ 椎茸 木くらげ	おろしにんにく おろし生姜 みりん ぬちまーす 花かつお ポークブイヨン (鶏・豚)	揚げ油④ 小麦・乳・大豆 鶏・豚	
		きびなごのからあげ	小麦粉 かたくり粉	きびなご		ぬちまーす こしょう		
		南瓜とじゃが芋のサラダ	ノンエッグマヨネーズ 三温糖 じゃが芋		南瓜 人参 胡瓜 レーズン	酢 (小麦) シママース		
	27 (木)	麦ごはん	米 麦					
		●キーマカレー (乳)	じゃが芋 小麦粉 マーガリン (乳・大豆) サラダ油	豚ひき肉 牛ひき肉 豚レバー 大豆	人参 玉葱 セロリー ブルーベリー	おろしにんにく 赤ワイン カレールウ (小麦・牛・鶏・大 豆) マドラスカレー (小麦・ 乳・ごま・大豆・牛・鶏・豚・り んご) ぬちまーす カレー粉 ウスターソース チキンブイヨン (鶏)		
		枝豆			枝豆 (大豆)	シママース		
		くだもの			りんご (予定)			
	28 (金)	コーンピラフ	米 サラダ油	ツナ	人参 玉葱 ピーマン マッシュルーム コーン	ポークブイヨン (鶏・豚) 醤油 (小麦・大豆) ぬちまーす こしょう		
		オムレツのデミソースかけ	三温糖 かたくり粉	プレーンオムレツ (たまご・小麦・大 豆)		デミグラスソース (小麦・鶏) ケチャップ ウスターソース 醤油 (小麦・大豆)		
		ヌードルスープ	スパゲティ (小麦)	鶏肉	大根 玉葱 人参 セロリー 白菜	おろしにんにく ぬちまーす こしょう チキンブイヨン (鶏)		