



# 12月予定献立表



日	こんだて名		アレルギー物質			使用材料名			栄養価	
	主食	飲み物 おかず	全28品目中			赤色の食品 体(骨や血や肉)をつくる もとになる	黄色の食品 エネルギー(体や脳が働く力)の もとになる	緑色の食品 体の調子を整える もとになる	上段:小	下段:中
2月	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			633	27.3
	マーボー豆腐		大豆 鶏肉 豚肉			豚肉 豆腐 大豆 みそ	油 ごま油 砂糖 でん粉	生姜 にんにく 人参 干し椎茸 たけのこ ほうれん草 ねぎ		
	コーンしゅうまい(2こ)		小麦 大豆 豚肉			コーンしゅうまい			817	33.6
3火	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			566	23.5
	せんざりやさいのすましじる		鶏肉 大豆			鶏肉 豆腐		人参 大根 たけのこ えのきたけ		
	ハンバーグてりやきソースかけ		大豆 鶏肉 豚肉			ハンバーグ	砂糖 でん粉		716	28.3
4水	ごはん					ごはん				
	わかめごはん					わかめごはん			658	23.2
	【ジョア ストロベリー】		乳			ジョア				
	やつがしらのとんじる		大豆 豚肉			豚肉 豆腐 みそ	八つ頭	人参 大根 ねぎ		
5木	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			579	24.8
	アルファベットスープ		小麦 鶏肉			鶏肉	マカロニ	人参 玉ねぎ キャベツ ほうれん草		
	まぐろカツ ソース		小麦 大豆 りんご			まぐろカツ	油		757	31.5
6金	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			639	20.8
	こえどカレー		小麦 大豆 鶏肉 りんご			鶏肉	油 カレールー さつまいも	にんにく 人参 玉ねぎ 小松菜		
	チキンナゲット(小2こ、中3こ)		小麦 大豆 鶏肉 豚肉			チキンナゲット			838	26.4
9月	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			598	21.0
	だいごのみそじる		大豆			豆腐 油揚げ みそ		大根 しめじ ほうれん草		
	★やつがしらコロッケ ソース		小麦 大豆 鶏肉 りんご				油 八つ頭コロッケ		746	24.8
10火	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			577	23.7
	トマトのかきたまスープ		卵 鶏肉			鶏肉 卵	でん粉	トマト 玉ねぎ チンゲンサイ 干し椎茸		
	とうふナゲット(小2こ、中3こ)		小麦 大豆			豆腐ナゲット			761	29.8
11水	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			660	23.2
	ちゃんぽんめんスープ		小麦 大豆 ごま 鶏肉 豚肉 ゼラチン			豚肉 なんと	油 ごま	にんにく 生姜 人参 玉ねぎ もやし キャベツ ほうれん草 きくらげ		
	★りんご		りんご				油 春巻き		782	27.7
12木	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			656	29.5
	コーンシチュー		小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉			鶏肉 牛乳 脱脂粉乳 チーズ	油 じゃがいも シチュールウ	人参 玉ねぎ コーン		
	★キムタクごはんのぐ		小麦 乳 卵 大豆 鶏肉 豚肉			鶏肉 牛乳 脱脂粉乳 チーズ	油 じゃがいも シチュールウ	人参 玉ねぎ コーン	746	34.1
13金	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			560	24.7
	★すいとんじる		小麦 大豆 鶏肉			鶏肉 油揚げ	すいとん	人参 大根 白菜 ほうれん草		
	★こんにやくサラダ		ごま 大豆 鶏肉 豚肉				ナムルドレッシング	こんにやく もやし 人参 きゅうり コーン	723	31.4
16月	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			564	21.0
	じゃがいものみそじる		大豆			わかめ 豆腐 みそ	じゃがいも	人参		
	★キムタクごはんのぐ		小麦 乳 卵 大豆 鶏肉 豚肉			鶏肉 牛乳 脱脂粉乳 チーズ	油 じゃがいも シチュールウ	人参 玉ねぎ コーン	720	26.0
17火	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			543	23.7
	ウェーブわんたんスープ		小麦 大豆 鶏肉			なんと	わんたん	人参 大根 たけのこ 干し椎茸 小松菜		
	★キャベツときゅうりのしおこんがあえ		小麦 大豆 鶏肉 りんご			チキンカツ			668	26.3
18水	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			581	24.7
	おけんちゃ		大豆 鶏肉			白身魚のつみれ 豆腐 鶏肉	さといも	人参 大根 ごぼう 干し椎茸		
	★こまつなとらたきのびたし		大豆 りんご			油揚げ	油 砂糖 でん粉 みかんジュース	小松菜 しらたき しめじ	753	30.2
19木	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			678	26.6
	【ジョア プレーン】		乳			ジョア				
	★チキンとマカロニのクリームに		小麦 乳 鶏肉			鶏肉 牛乳 チーズ	油 マカロニ じゃがいも ベジマメルウ	人参 玉ねぎ ほうれん草 白菜	893	34.6
給食回数14回	ごはん					ごはん				
	ぎゅうにゅう		乳			牛乳			607	24.1
	【ジョア ストロベリー】		乳			ジョア				
	★すいとん		小麦 大豆 鶏肉			鶏肉 油揚げ	すいとん	人参 大根 白菜 ほうれん草	769	29.6

給食回数14回

- ※ 都合により食材が変更になる場合があります。ご了承ください。
- ※ ★はかみかみメニューです。意識して「よくかんで」食べる日にしましょう！
- ※ 刀の日は、先割れスプーンがつかます。
- ※ 臼の日は、おわんが2こつかます。
- ※ 【 】のものは、学校配送品です。
- ※ 使用材料をすべて載せているわけではありません。アレルギー等ご家庭でも注意していただき、ご不明な点がございましたら学校給食センターまでお問い合わせください。

羽生市学校給食センター 048-565-3010

### 食物アレルギー対象品目について

アレルギーは、食品に含まれているものを記載しています。右記の表に記載している調味料等のアレルギーは記載していませんのでご了承ください。

原因食物	除去する必要のない調味料・だし・添加物等
鶏卵	卵殻カルシウム
牛乳	乳糖・乳清焼成カルシウム
小麦	しょうゆ・酢・みそ
大豆	大豆油・しょうゆ・みそ
ゴマ	ゴマ油
魚類	かつおだし・いりこだし・魚しょう
肉類	エキス

「学校給食における食物アレルギー対応指針」(文部科学省 平成27年3月作成)を元に作成

## 冬が旬の「やつがしら」を給食でおいしくいただきます！



やつがしら(八つ頭、八頭)は里芋の一種で、ごつごつした形が8つの頭に見えることが、この名前の由来です。未広がり「八」がつくことなどから、縁起物として、おせち料理によく使われます。里芋よりも粘り気が少なく煮るとホクホクした食感になります。羽生市では、皮むきがしやすいように丸く改良された「丸系八つ頭」が特産品として栽培されています。

今月の給食では、4日の豚汁、9日のコロッケに使用します。生産者さんに感謝して、羽生市のおいしい食材を味わいましょう！

月間平均栄養価

### 今月の特別献立は

- 4日(水) 西中リクエスト献立
- 18日(水) 愛媛県郷土料理献立
- 19日(木) クリスマス献立

給食センターでは給食の写真を毎日更新中です★



羽生市HP

