

平成 29 年

がっ こう きゅうしょく こんだてひょう
12 月 学校給食献立表



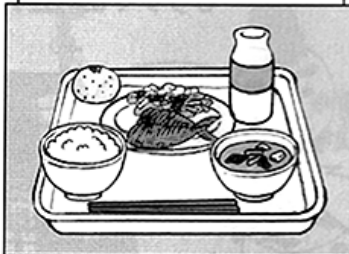
安城市中部学校給食共同調理場

日 曜	こん 献		だて 立	めい 名	おもに 体に つくる しょうひん			おもに 体の 調子 を 整える しょうひん			おもに エネルギー の もと になる しょうひん			メ ッ セ ー ジ	エネルギー Kcal
	しゅしよく 主 食	ぎゅうにゅう 牛 乳			しゅさい 主 菜	た じゆんじよ 副 菜	その他の順序	からだ からだ	ちようし ととの しょうひん	しょうひん しょうひん	しょうひん しょうひん	しょうひん しょうひん			
1 金	はつがげんまいごはん	○	ふゆやさいのカレーライス だいずサラダ たくじょうノンエッグマヨネーズ ☆いちごヨーグルト	ぎゅうにゅう、おたにく、だいず レッドキドニービーンズ、ハム いちごヨーグルト	だいこん、たまねぎ、にんじん はくさい、キャベツ とうもろこし	はつがげんまいごはん カレールウ、さとう ノンエッグマヨネーズ	はくさいや だいこんなどの ふゆやさいをつか って カレーライスにします。ふゆやさいは に てたべるものがおおく、からだを あたためてく れます。	556							
4 月	ごはん	○	かにしゅうまい マーボービーンズ みかん	ぎゅうにゅう、とうふ、おたにく あかみそ、わかさぎ かにしゅうまい	にんじん、たまねぎ、ねぎ しょうが、にんにく、みかん	ごはん、さとう、でんぶん こめあぶら	みかんには、ビタミンCが おおおくまれてい ます。かぜをよぼうする はたらきがあります。	550							
5 火	ラーメン	○	みそラーメン わかさぎのなんばんづけ きゅうりのナムル アセロラミニゼリー	ぎゅうにゅう、おたにく、わかめ あかみそ、わかさぎのからあげ やきのり	とうもろこし、もやし、キャベツ にんじん、メンマ、ねぎ きゅうり	ラーメン、なたねあぶら、さとう ごま、ごまあぶら アセロラミニゼリー	わかさぎは ふゆがしゆんの さかなです。ほね までやわらかく、あたまから しっぽまで たべら れます。よくかんでたべましょう。	481							
6 水	ごはん	○	あいちのごもくあつやきたまご かんとうに キャベツのかおりあえ	ぎゅうにゅう、あげボール ちくわ、かくあげ、こんぶ あいちのごもくあつやきたまご	だいこん、にんじん、こんにやく キャベツ、あおじこ	ごはん、さといも、さとう	あいちのごもくあつやきたまごには、あいちけん さんの たまご、れんこん、にんじん、こまつな、 あおじこがはいっています。	500							
7 木	ミルク ロールパン	○	あげざかなのレモンソースかけ コーンスープ ミックスフルーツ	ぎゅうにゅう、ベーコン、まぐろ	とうもろこし、たまねぎ にんじん、グリーンピース レモンかじゅう、みかん、もも パイナップル	ミルクロールパン、じゃがいも ホワイトルウ、なたねあぶら さとう	コーンスープは、うらごした たうもろこしと つぶつぶの たうもろこしをつかっています。	544							
8 金	ごはん	○	さばのてりやき ぶたにくとじゃがいものきんぴら こんぶあえ	ぎゅうにゅう、おたにく さばのてりやき、しおこんぶ	しょうが、にんじん、こんにやく たけのこ、ごぼう、ピーマン きゅうり	ごはん、じゃがいも、ごま さとう	さばは、いまがしゆんの さかなです。「あおざ かなの おうさま」とよばれ、えいようかのたか い さかなです。	502							
11 月	ごはん	○	はっぼうさい はるまき ちゅうかあえ	ぎゅうにゅう、おたにく、いか はるまき、くきわかめ	たまねぎ、はくさい、にんじん チンゲンサイ、たけのこ くろきくらげ、もやし とうもろこし	ごはん、でんぶん、さとう なたねあぶら、ごまあぶら	はっぼうさいは、「たくさんの たからものを あ つめてつくった おいしいおかず」という いみが あります。	549							
12 火	ごはん	○	てりやきハンバーグ のっぺいじる こまつなごまあえ	ぎゅうにゅう、とり、ちくわ れんこんハンバーグ	だいこん、ねぎ、こんにやく にんじん、ごぼう、こまつな もやし	ごはん、でんぶん、こめあぶら さとう、ごま	こまつなには、ほねや はを じょうぶにする カ ルシウムが おおおく ふくまれています。	476							
13 水	ごはん	○	いわしのにつけ ぶたにくとやさいのしょうがに キャベツのなめたけあえ	ぎゅうにゅう、おたにく いわしのにつけ	こんにやく、たまねぎ、にんじん さいやいげん、しょうが キャベツ、なめたけ	ごはん、じゃがいも、さとう	いわしのあぶらには、けつえきを サラサラにす る はたらきがあります。	529							
14 木	クロワッサン	○	◎ボルシチ はなやさいのサラダ たくじょうコーンクリーミードレッシング ござかな	ぎゅうにゅう、ぎゅうにく ソーセージ、だっしふんにゅう ござかな	たまねぎ、にんじん、キャベツ トマト、ブロッコリー カリフラワー、とうもろこし	クロワッサン、じゃがいも ハヤシルウ、オリーブオイル ドレッシング	はなやさいのサラダには、ブロッコリーと カリ フラワーをつかっています。	542							
15 金	わかめ ごはん	○	ミンチカツ ごんべいじる はくさいのごまあえ	ぎゅうにゅう、わかめ、とり とうふ、ミックスみそ ミンチカツ	だいこん、にんじん、ねぎ はくさい	ごはん、じゃがいも なたねあぶら、ごま、さとう	はくさいは、ふやがしゆんの やさいです。しも にあたると あまみがでて おいしくなります。	519							
18 月	ごはん	○	たこやきはんぺん なまあげとぶたにくのみそいため れんこんのゆかりあえ	ぎゅうにゅう、なまあげ おたにく、あかみそ たこやきはんぺん	にんじん、たけのこ、キャベツ ねぎ、しょうが、しいたけ れんこん、ゆかりこ	ごはん、さとう、こめあぶら	なまあげは とうふを あつめにきって、あぶらで あげたものです。「あつあげ」とも よばれてい ます。	494							

日曜	こん 献		だて 立	めい 名	からだ しょうひん おもに体をつくる食品 	からだ しょうひん おもに体の調子を整える食品 	しょうひん おもにエネルギーのもとになる食品 	メッセージ	エネルギー Kcal
	しゅしよく 主食	ぎゅうじゆ 牛乳							
19 火	ごはん	○		さんまのしょうがに すきやき おひたし	ぎゅうにゆう、ぎゅうにく かまぼこ、なまあげ さんまのしょうがに	こんにやく、はくさい、にんじん ねぎ、もやし、チンゲンサイ	ごはん、さとう、こめあぶら	もやしには、ビタミンCや しょうもつせんいが おおくふくまれています。きょうは、おひたしに します。	546
20 水	こがた ロールパン	○		やさいたっぷりやきそば ソーセージのケチャップに かたぬきチーズ	ぎゅうにゆう、ぶたにく、ちくわ ソーセージ、かたぬきチーズ	キャベツ、にんじん、もやし しょうが、たまねぎ マッシュルーム、グリーンピース	こがたロールパン、ちゅうかめん さとう、こめあぶら	きゅうしょくの やきそばは、めんを やきものき で カリッとやいてから つかいます。やさいも た くさんはいって、にんきのこんだてです。か くしあじに しょうがをつかっています。	559
21 木	ごはん	○		えびピラフのぐ こめこチキンナゲット ミネストローネ おたのしみ	ぎゅうにゆう、ベーコン しろいげんまめ こめこチキンナゲット、えび	たまねぎ、にんじん、キャベツ トマトジュース、とうもろこし マッシュルーム、グリーンピース	ごはん、ライスマカロニ なたねあぶら、こめあぶら おたのしみ	きょうは、クリスマスこんだてです。おたのしみ デザートは、にゅう・たまご・こむぎをつかっ ていないので、にゅう・たまご・こむぎアレルギー のひとつも たべられます。	550

感謝の気持ちをもって食べましょう

「いただきます」「ごちそうさま」には、わたしが食べるまでに かかわっている人に感謝するとい
う意味と、食べ物になった動物や植物の命をいただくことで 支えられていることを感謝するという
意味が込められています。



おしらせ

せつしゅきじゅん 510

ざいりやう つごう
材料は都合によりかわることがあります。
は、かみかみメニューです。

◎は、新献立です。お楽しみに。
⊗は、業者直送です。容器は園で処理してください。

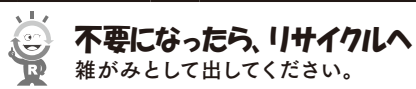


まいつき 19 には「しよくいくのひ〜おうちでごはんのひ〜」です。

こんげつつきゅうしょくにとうじょうする「あんじょうし」と「となりのし」でとれるたべもの



こんだては、きほんとして しゅさい、ふくさい、しるもの、デザートのはじゅんにかいてあります。ごはんにはまぜるものや めんりょうりは、しゅしよくとして さいしよにかいてあります。



安城市は平成 24 年 6 月より独自に放射線測定装置を購入し、東日本を中心に 17 都県で生産された青果物を対象に検査を行っています。検査結果等につきましては市ホームページでご確認ください。また、主な食材の産地につきましても市のホームページにてご覧いただけます。