

給食予定献立表 令和6年2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 クリームポタージュ ハンバーグケチャップソース カレーサラダ チーズ	ごはん ぎゅうにゅう ゆばのすまし汁 いわしのおかか煮 豚肉とごぼうの炒め物 いちご	ごはん ぎゅうにゅう けんちん汁 白身魚の香り揚げ おかか和え	ごはん ジョア(ストロベリー) 味噌汁 そぼろ丼 きゅうりともやしの酢の物	ごはん ぎゅうにゅう 八宝菜 ポークしゅうまい 中華ナムル	アップルパン ぎゅうにゅう コンソメスープ 白身魚フライ 大根とツナの甘酢和え
	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 乳 麦 ぎゅうにゅう 乳 たまねぎ にんじん エリンギ じゃがいも ポタージュルウ 麦 乳 豆 豚 とうにゅう 豆 ブロッコリー しおこしょう とりがらスープ 鶏 サラダあぶら とうふチキンハンバーグ 鶏 豆 豚 ケチャップ とんかつソース さとう みりん きゃべつ きゅうり にんじん さとう しょうゆ みりん カレーこ チーズ 乳	ごはん ぎゅうにゅう 乳 ゆば 豆 かざりかまぼこ だいこん えのきだけ にんじん 青ねぎ けずりぶし こんぶ しょうゆ りょうりしゆ しお いわしのおかか 豆 麦 ごぼう にんじん こんにやく えだまめ 豆 ぶたにく 豚 さとう しょうゆ みりん かつおだし 白ごま ゴ サラダあぶら いちご	ごはん ぎゅうにゅう 乳 だいこん にんじん 青ねぎ とうふ 豆 ごぼう とりつくね 鶏 けずりぶし こんぶ しょうゆ りょうりしゆ しお ほき でんぶん 豆 だいずあぶら レモンかじゅう さとう しょうゆ みりん はくさい にんじん ほうれんそう さとう しょうゆ みりん かつおぶし	ごはん ジョア(小中) 乳 たまねぎ とうふ 豆 じゃがいも 青ねぎ あぶらあげ 豆 にんじん けずりぶし みそ 豆 ごぼう にんじん いんげん いりたまご 卵 麦 豆 とりにく 鶏 しょうが サラダあぶら さとう/みりん しょうゆ りょうりしゆ かつおだし もやし きゅうり わかめ さとう/みりん しょうゆ こめず	ごはん ぎゅうにゅう 乳 はくさい にんじん チンゲンサイ たけのこ なると しいたけ きくらげ ぶたにく 豚 しょうが えだまめ 豆 しょうゆ りょうりしゆ とりがらスープ 鶏 ごまあぶら ゴ でんぶん しおこしょう ポークしゅうまい 豚 麦 もやし きゅうり にんじん とうもろこし さとう しょうゆ こめず	コッペパン 乳 麦 ドライアップル ぎゅうにゅう 乳 サラダあぶら ウインナー 鶏 こまつな たまねぎ にんじん じゃがいも とうふ 豆 しめじ コンソメ 鶏 豚 しょうゆ 麦 豆 とりがらスープ 鶏 しおこしょう しろみさかなフライ 麦 豆 だいずあぶら 豆 だいこん きゅうり にんじん まぐるあぶらづけ 豆 さとう しょうゆ こめず
	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	9日(金)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	19日(月)
	ごはん ぎゅうにゅう カレー ちりめんサラダ ヨーグルト	ごはん ぎゅうにゅう なめこ汁 鯖の味噌煮 きりぼしだいこん 切干大根の煮物	ごはん ぎゅうにゅう ビーフンスープ 焼き肉丼 わかめの酢の物 小中) チョコレート こども園) ゼリー	コッペパン ぎゅうにゅう ミートボールのトマトシチュー 白身魚の香草焼き アーモンドサラダ	ごはん ぎゅうにゅう すき焼き風煮 だしまき卵 きりぼしだいこん 切干大根のささみ和え	もちむぎごはん あじつかけのり ぎゅうにゅう もちむぎそうめん汁 鶏肉のスタミナ焼き れんこんのきんぴら
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	アレルギー物質
こんだてざいりょう	ごはん ぎゅうにゅう 乳 たまねぎ にんじん じゃがいも トマト りんご ぎゅうにく 牛 しょうが にんにく カレールー甘口 麦 乳 カレールー中辛 麦 乳 サラダあぶら しおこしょう とりがらスープ 鶏 サラダあぶら きゃべつ ほうれんそう ちりめんじゃこ (Eビ 蟹 イカ) 白ごま ゴ さとう しょうゆ みりん ヨーグルト 乳 せ	ごはん ぎゅうにゅう 乳 なめこ たまねぎ にんじん 青ねぎ とうふ 豆 あぶらあげ 豆 けずりぶし みそ 豆 さばのみそに 鯖 豆 きりぼしだいこん ちくわ にんじん いんげん さとう しょうゆ みりん かつおだし サラダあぶら	ごはん ぎゅうにゅう 乳 ビーフン たまねぎ/にんじん えのき/こまつな カットペーコン 豚 とうふ 豆 チキンピジョン 鶏 しょうゆ 麦 豆 しおこしょう とりがらスープ 鶏 ぎゅうにく 牛 にんにく/しょうが ケチャップ 赤みそ 豆 りんご たまねぎ/にんじん さとう/みりん しょうゆ 麦 豆 サラダあぶら りょうりしゆ きゅうり わかめ 白ごま ゴ さとう/こめず しょうゆ 麦 豆 小中) クレープ 豆 こども園) ゼリー 豆 せ	コッペパン 乳 麦 ぎゅうにゅう 乳 ミートボール 鶏 豚 豆 じゃがいも たまねぎ にんじん エリンギ トマト だいた 豆 サラダあぶら にんにく しょうが ブラウンルウ 麦 コンソメ 鶏 豚 ケチャップ 赤ワイン 中濃ソース しおこしょう ほきこうそうづけ 乳 麦 豆 鶏 豚 きゃべつ にんじん とうもろこし アーモンド ア さとう しょうゆ みりん	ごはん ぎゅうにゅう 乳 たまねぎ はくさい にんじん 白ねぎ ぎゅうにく 牛 サラダあぶら 豆 やきどうふ 豆 糸こんにやく えのきだけ おつゆふ 麦 さとう しょうゆ 麦 豆 みりん けずりぶし りょうりしゆ だしまきたまご 卵 麦 豆 きりぼしだいこん にんじん きゅうり もやし ささみ 鶏 さとう しょうゆ 麦 豆 みりん	ごはん もちむぎ精麦 大麦 あじつかけのり ぎゅうにゅう 乳 あぶらあげ 豆 だいこん/にんじん 青ねぎ もちむぎそうめん 麦 大麦 とうふ 豆 けずりぶし こんぶ しょうゆ/しお 麦 豆 りょうりしゆ/みりん とりにく 鶏 にんにく/しょうが さとう/みりん しょうゆ 麦 豆 りょうりしゆ ごまあぶら ゴ れんこん にんじん/いんげん 糸こんにやく カットペーコン 豚 サラダあぶら さとう/みりん しょうゆ 麦 豆 りょうりしゆ かつおだし
	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

○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 E：えび 蟹：かに ア：アーモンド 鮫：あわび 飴：いか ら：いくら 乳：オレンジ

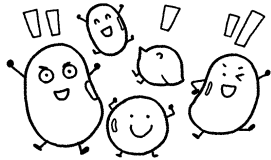
加：カシューナッツ キ：キウイフルーツ 牛：牛肉 く：くるみ ゴ：ごま 鮭：さけ 鯖：さば 豆：大豆 鶏：鶏肉 パ：パナナ 豚：豚肉 マ：まつたけ 珪：もも 芋：やまいも り：りんご せ：ゼラチン

※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

	20日(火)	21日(水)	22日(木)	26日(月)	27日(火)	28日(水)
こんだて	ごはん ぎゅうにゅう ハヤシシチュー チキンナゲット きやべつのツナ和え	ごはん ぎゅうにゅう しょうちゅう 小(中)ミルメーク 豚汁 鮭のおろしかけ ほうれん草のごま和え	コッペパン ぎゅうにゅう ポークビーンズ オムレツ ごぼうサラダ	ごはん ふりかけ ぎゅうにゅう 味噌汁 鶏肉の唐揚げ(レモンだれ) にんじんシリシリ	ごはん ぎゅうにゅう マーボー豆腐 えびしゅうまい ミックスフルーツ	ごはん 中) あじつけのり ぎゅうにゅう はるさめ 春雨スープ コロッケ ダッカルビ
	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 ○ ぎゅうにゅう ○ ぶたにく △ たまねぎ △ にんじん △ しめじ △ エリンギ □ じゃがいも □ ハヤシシチュールウ 赤ワイン とりがらスープ 鶏 △ トマト ウスターソース しおこしょう □ サラダあぶら ○ チキンナゲット 鶏 豆 麦 □ だいちあぶら 豆 △ きゅうり △ きやべつ △ にんじん ○ まぐるあぶらづけ 豆 □ さとう しょうゆ 麦 豆 みりん	□ ごはん ○ ぎゅうにゅう 乳 ○ ミルメークココア液 豆 □ サラダあぶら ○ ぶたにく 豚 □ さつまいも △ だいこん △ にんじん △ 青ねぎ △ ごぼう △ こんにゃく ○ あぶらあげ 豆 ○ みそ けずりぶし りょうりしゅ しょうが ○ さけ 鮭 △ だいこん □ さとう/みりん しょうゆ 麦 豆 △ ほうれん草 △ もやし △ にんじん □ 白ごま ゴ □ さとう/みりん しょうゆ 麦 豆	□ コッペパン 乳 麦 ○ ぎゅうにゅう 乳 △ たまねぎ △ にんじん △ エリンギ □ じゃがいも ○ ぶたにく 豚 豆 ○ だいち ケチャップ △ トマト とんかつソース □ さとう 赤ワイン コンソメ 鶏 豚 しお □ サラダあぶら とりがらスープ 鶏 ○ オムレツ 卵 △ ごぼう △ きゅうり △ にんじん △ とうもろこし □ ノンエッグマヨネーズ 豆	□ ごはん ○ ふりかけひじき ○ ぎゅうにゅう 乳 △ たまねぎ ○ とうふ 豆 □ じゃがいも △ 青ねぎ ○ あぶらあげ 豆 ○ わかめ けずりぶし ○ みそ 豆 ○ とりにく 鶏 しおこしょう □ でんぶ □ だいちあぶら 豆 しょうゆ 麦 豆 □ さとう △ レモンかじゅう △ にんじん △ きやべつ ○ まぐるあぶらづけ 豆 △ とうもろこし とりがらスープ 鶏 しょうゆ 麦 豆 しおこしょう □ サラダあぶら	□ ごはん ○ ぎゅうにゅう 乳 ○ ぶたにく 豚 しょうが にんにく ○ とうふ 豆 △ たまねぎ △ にんじん △ たら △ だいこん △ たけのこ △ しいたけ ○ 赤みそ 豆 □ さとう しょうゆ 麦 豆 みりん りょうりしゅ □ でんぶ とりがらスープ 鶏 □ ごまあぶら ゴ ○ えびしゅうまい エビ 麦 △ バインシロップづけ △ おうとうシロップづけ モモ △ みかんシロップづけ	□ ごはん ○ 中) あじつけのり ○ ぎゅうにゅう 乳 □ はるさめ △ たまねぎ △ にんじん △ こまつな ○ とうふ 豆 △ とうもろこし 鶏 チキンピジョン 麦 豆 しょうゆ しおこしょう とりがらスープ 鶏 □ コロッケ 豚 麦 豆 □ だいちあぶら 豆 ○ とりにく 鶏 しょうが △ きやべつ △ たまねぎ △ にんじん △ たら ○ 赤みそ 豆 □ さとう しょうゆ 麦 豆 りょうりしゅ □ ごまあぶら ゴ

	29日(木)
こんだて	コッペパン ぎゅうにゅう たまごスープ ポテトカップグラタン きやべつのサラダ
	アレルギー物質
こんだてざいりょう	□ コッペパン 乳 麦 ○ ぎゅうにゅう 乳 △ たまねぎ △ にんじん △ ほうれん草 □ じゃがいも △ えのきだけ ○ たまご 卵 コンソメ 鶏 豚 しょうゆ 麦 豆 しおこしょう □ でんぶ □ ポテトカップグラタン 豆 △ きやべつ △ とうもろこし △ にんじん □ さとう しょうゆ 麦 豆 みりん

学校給食では、大豆を使った料理を献立に取り入れています。
大豆は栄養豊富で食物繊維も多く、生活習慣病の予防に良いと言われています。
ご家庭でもいろいろな料理に大豆を取り入れてみてはいかがでしょうか。



大豆のすごいパワー！

大豆は、たんぱく質、脂質、ビタミンB群、カリウム、カルシウム、マグネシウム、鉄、食物繊維などを含んでいます。また、抗酸化作用がある大豆サポニンや骨粗しょう症の予防効果があるイソフラボンも含み、生活習慣病予防によいとわれています。

節分と「豆」

節分に豆まきをするのは、霊力があると考えられている豆の力で、鬼に見立てた災いや邪気を追いはらうためだといわれています。
また、豆を年の数、もしくは年の数に1つ足して食べる風習もあります。

煮豆だけじゃない！
豆料理

豆は、いろいろな料理に合うため、気軽に取り入れてみませんか。

今月の福崎町産野菜

きやべつ・こまつな・じゃがいも
だいこん・だいず・にんじん

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。

○赤の食品・・・体をつくるもの(たんぱく質・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-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 エ：えび 蟹：かに ア：アーモンド 鮑：あわび 飴：いか ら：いくら 柿：オレンジ

※アレルギ-特定原材料以外で表示するものは以下の通りです。 大豆：大豆 鶏：鶏肉 パ：バナナ 豚：豚肉 マ：まつたけ 芋：もも 芋：やまいも り：りんご セ：ゼラチン