

給食予定献立表

令和6年12月

福崎町給食共同調理センター

|               | 2日（月）                                      |        |     | 3日（火）                                                            |           |            | 4日（水）                                        |          |       | 5日（木）                                                |             |           | 6日（金）                                                   |             |      | 9日（月）                                          |           |     |
|---------------|--------------------------------------------|--------|-----|------------------------------------------------------------------|-----------|------------|----------------------------------------------|----------|-------|------------------------------------------------------|-------------|-----------|---------------------------------------------------------|-------------|------|------------------------------------------------|-----------|-----|
|               | ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>すまし汁<br>さばのみそ煮<br>きんぴらごぼう |        |     | ごはん（いつもの半分）<br>ぎゅうにゅう<br>小中）ナン<br>チキンカレー<br>ちりめんじゃこのサラダ<br>ヨーグルト |           |            | ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>みそ汁<br>さんまのかば焼き<br>にんじんシリシリ |          |       | キャロットパン<br>ぎゅうにゅう<br>クリームシチュー<br>オムレツ<br>きやべつのツナマヨ和え |             |           | ごはん<br>小中）ジョア（ブルーベリー）<br>冬野菜のポトフ<br>白身魚フライ<br>もちむぎめんサラダ |             |      | ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>マーボー大根<br>ポークしゅうまい<br>もやしのナムル |           |     |
|               | 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<br>ざいりょう | <input type="checkbox"/>                   | ごはん    |     | <input type="checkbox"/>                                         | ごはん（はんぶん） |            | <input type="checkbox"/>                     | ごはん      |       | <input type="checkbox"/>                             | コッペパン       | 麦         | <input type="checkbox"/>                                | ごはん         |      | <input type="checkbox"/>                       | ごはん       |     |
|               | <input type="radio"/>                      | ぎゅうにゅう | 乳   | <input type="radio"/>                                            | ぎゅうにゅう    | 乳          | <input type="radio"/>                        | ぎゅうにゅう   | 乳     | <input type="checkbox"/>                             | クリスタルキャロット  | 豆         | <input type="radio"/>                                   | ジョア（ブルーベリー） | 乳    | <input type="radio"/>                          | ぎゅうにゅう    | 乳   |
|               | <input type="triangle-up"/>                | だいこん   | 豆   |                                                                  | （小中のみ）    |            | <input type="triangle-up"/>                  | はくさい     | 豆     | <input type="radio"/>                                | ぎゅうにゅう      | 乳         | <input type="checkbox"/>                                | さつまいも       | 豚    | <input type="radio"/>                          | ぶたにく      | 豚   |
|               | <input type="triangle-up"/>                | にんじん   |     | <input type="checkbox"/>                                         | ナン        | 麦 豆        | <input type="triangle-up"/>                  | にんじん     |       | <input type="triangle-up"/>                          | たまねぎ        | 鶏 麦 豆 鶏 豚 | <input type="triangle-up"/>                             | だいこん        |      | <input type="triangle-up"/>                    | しょうが/にんにく | 鶏   |
|               | <input type="radio"/>                      | とうふ    |     | <input type="triangle-up"/>                                      | たまねぎ      | り          | <input type="triangle-up"/>                  | じゃがいも    |       | <input type="triangle-up"/>                          | にんじん        |           | <input type="triangle-up"/>                             | にんじん        |      | <input type="checkbox"/>                       | しおこしょう    |     |
|               | <input type="radio"/>                      | かまぼこ   |     | <input type="checkbox"/>                                         | にんじん      |            | <input type="radio"/>                        | とうふ      |       | <input type="triangle-up"/>                          | さつまいも       |           | <input type="triangle-up"/>                             | かぶ          |      | <input type="triangle-up"/>                    | サラダあぶら    |     |
|               | <input type="radio"/>                      | わかめ    |     | <input type="checkbox"/>                                         | じゃがいも     |            | <input type="triangle-up"/>                  | 青ねぎ      |       | <input type="triangle-up"/>                          | しめじ         |           | <input type="triangle-up"/>                             | ブロッコリー      |      | <input type="triangle-up"/>                    | だいこん      |     |
|               | <input type="triangle-up"/>                | 青ねぎ    |     | <input type="triangle-up"/>                                      | トマト       |            | <input type="triangle-up"/>                  | けずりぶし    |       | <input type="triangle-up"/>                          | とりにく        | 鶏         | <input type="triangle-up"/>                             | しめじ         |      | <input type="triangle-up"/>                    | にんじん      |     |
|               | <input type="triangle-up"/>                | えのきだけ  | 麦 豆 | <input type="triangle-up"/>                                      | りんご       | 鶏          | <input type="radio"/>                        | みそ       | 豆     | <input type="radio"/>                                | クリームシチューのもと | 乳 麦 豆 鶏 豚 | <input type="radio"/>                                   | ポークウインナー    | 豚    | <input type="triangle-up"/>                    | 白ねぎ       |     |
|               |                                            | けずりぶし  |     | <input type="radio"/>                                            | とりにく      |            | <input type="radio"/>                        | さんま      | 麦 豆   | <input type="radio"/>                                | とうにゅう       | 豆         | <input type="radio"/>                                   | コンソメ        | 鶏 豚  | <input type="triangle-up"/>                    | たまねぎ      |     |
|               |                                            | だしこんぶ  |     | <input type="checkbox"/>                                         | しょうが/にんにく |            | <input type="checkbox"/>                     | さとう      |       | <input type="radio"/>                                | コンソメ        | 鶏 豚       | <input type="radio"/>                                   | しおこしょう      | 麦 豆  | <input type="triangle-up"/>                    | たけのこ      |     |
|               |                                            | しょうゆ   |     | <input type="checkbox"/>                                         | サラダあぶら    |            |                                              | しょうゆ     |       | <input type="checkbox"/>                             | しらダあぶら      |           | <input type="radio"/>                                   | しょうゆ        |      | <input type="radio"/>                          | とうふ       | 豆   |
|               |                                            | しお     |     | <input type="checkbox"/>                                         | とりがらスープ   |            | <input type="checkbox"/>                     | りょうりしゅ   |       | <input type="radio"/>                                | ○ブレンオムレツ    | 卵         | <input type="checkbox"/>                                | しろみざかなフライ   | 麦 豆  | <input type="radio"/>                          | みそ        | 豆   |
|               |                                            | みりん    |     | <input type="checkbox"/>                                         | カレールー（甘口） | 麦 り        | <input type="checkbox"/>                     | 白ごま      | ゴ     | <input type="triangle-up"/>                          | きやべつ        | 豆 麦 豆     | <input type="checkbox"/>                                | だいずあぶら      | 豆    | <input type="checkbox"/>                       | さとう       | 麦 豆 |
|               | <input type="radio"/>                      | さばのみそに | 豆 鯖 | <input type="checkbox"/>                                         | カレールー（中辛） | 麦 り        | <input type="triangle-up"/>                  | にんじん     | 麦 豆 鶏 | <input type="triangle-up"/>                          | にんじん        |           | <input type="checkbox"/>                                | もちむぎめん      | 麦 大麦 | <input type="triangle-up"/>                    | しょうゆ      |     |
|               | <input type="triangle-up"/>                | ごぼう    | 鶏   | <input type="checkbox"/>                                         | ちりめんじゃこ   | （えび かに いか） | <input type="triangle-up"/>                  | きやべつ     |       | <input type="triangle-up"/>                          | にんじん        |           | <input type="triangle-up"/>                             | きやべつ        | 麦 豆  | <input type="triangle-up"/>                    | みりん       |     |
|               | <input type="triangle-up"/>                | にんじん   |     | <input type="checkbox"/>                                         | サラダあぶら    | ゴ          | <input type="triangle-up"/>                  | まぐろあぶらづけ | 豆     | <input type="triangle-up"/>                          | まぐろあぶらづけ    | 豆         | <input type="triangle-up"/>                             | きゅうり        |      | <input type="triangle-up"/>                    | とりがらスープ   | 鶏   |
|               | <input type="triangle-up"/>                | いんげん   |     | <input type="triangle-up"/>                                      | きやべつ      |            | <input type="triangle-up"/>                  | とうもろこし   | 麦 豆   | <input type="triangle-up"/>                          | ノンエッグマヨネーズ  | 豆         | <input type="triangle-up"/>                             | にんじん        |      | <input type="checkbox"/>                       | でんぶん      | ゴ   |
|               | <input type="triangle-up"/>                | 糸こんにやく |     | <input type="triangle-up"/>                                      | こまつな      |            | <input type="triangle-up"/>                  | しょうゆ     |       | <input type="triangle-up"/>                          | しょうゆ        | 麦 豆       | <input type="triangle-up"/>                             | とうもろこし      |      | <input type="checkbox"/>                       | ごまあぶら     |     |
|               | <input type="radio"/>                      | とりにく   |     | <input type="triangle-up"/>                                      | にんじん      |            | <input type="checkbox"/>                     | とりがらスープ  |       | <input type="checkbox"/>                             | さとう         | 麦 豆       | <input type="triangle-up"/>                             | しそドレッシング    | 麦 豆  | <input type="radio"/>                          | ポークしゅうまい  | 麦 豚 |
|               | <input type="checkbox"/>                   | さとう    |     | <input type="checkbox"/>                                         | 白ごま       |            | <input type="checkbox"/>                     | しおこしょう   |       |                                                      |             |           |                                                         |             |      | <input type="triangle-up"/>                    | もやし       |     |
|               |                                            | しょうゆ   |     | <input type="checkbox"/>                                         | さとう       |            | <input type="checkbox"/>                     | サラダあぶら   |       |                                                      |             |           |                                                         |             |      | <input type="triangle-up"/>                    | きゅうり      |     |
|               | <input type="checkbox"/>                   | みりん    |     | <input type="checkbox"/>                                         | しょうゆ      | 麦 豆        |                                              |          |       |                                                      |             |           |                                                         |             |      | <input type="triangle-up"/>                    | にんじん      |     |
|               | <input type="checkbox"/>                   | サラダあぶら |     |                                                                  | みりん       |            |                                              |          |       |                                                      |             |           |                                                         |             |      | <input type="triangle-up"/>                    | とうもろこし    |     |
|               |                                            | かつおだし  |     | <input type="radio"/>                                            | ヨーグルト     | 乳 ゼ        |                                              |          |       |                                                      |             |           |                                                         |             |      | <input type="checkbox"/>                       | しょうゆ      | 麦 豆 |
|               |                                            |        |     |                                                                  |           |            |                                              |          |       |                                                      |             |           |                                                         |             |      |                                                | こめず       |     |

| 10日（火）    |                                                   |          | 11日（水）                                                     |                             |                                                            | 12日（木）                      |                                             |                             | 13日（金）                                       |                             |                                                 | 16日（月）                      |                             |                             | 17日（火） |                             |            |     |
|-----------|---------------------------------------------------|----------|------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|--------|-----------------------------|------------|-----|
| こんだて      | ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>もちむぎそうめん汁<br>いわしのおかか煮<br>白菜のおひたし |          | わかめごはん<br>ぎゅうにゅう<br>コンソメスープ<br>ささみカツ<br>ドレッシング和え<br>カップケーキ |                             | コッペパン<br>ぎゅうにゅう<br>かぼちゃのポタージュ<br>ハンバーグのケチャップソース<br>マカロニサラダ |                             | ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>みそ汁<br>そぼろ丼<br>福崎さつまいもコロッケ |                             | ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>さつま汁<br>まぐろカツ<br>切干大根のささみ和え |                             | ごはん<br>ぎゅうにゅう<br>けんちん汁<br>さんまのおろしあんかけ<br>ひじきの煮物 |                             |                             |                             |        |                             |            |     |
|           | 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 | <input type="checkbox"/>                          | ごはん      | <input type="checkbox"/>                                   | ごはん                         | <input type="checkbox"/>                                   | コッペパン                       | <input type="checkbox"/>                    | ごはん                         | <input type="checkbox"/>                     | ごはん                         | <input type="checkbox"/>                        | ごはん                         |                             |                             |        |                             |            |     |
|           | <input type="radio"/>                             | ぎゅうにゅう   | 乳                                                          | <input type="radio"/>       | わかめごはんのもと<br>（えび かに）                                       | <input type="radio"/>       | 牛乳                                          | 乳                           | <input type="radio"/>                        | ぎゅうにゅう                      | 乳                                               | <input type="radio"/>       | ぎゅうにゅう                      | 乳                           |        |                             |            |     |
|           | <input type="checkbox"/>                          | もちむぎそうめん | 麦 大麦                                                       | <input type="radio"/>       | ぎゅうにゅう                                                     | 乳                           | <input type="triangle-up"/>                 | たまねぎ                        | 乳 麦 豆 豚                                      | <input type="triangle-up"/> | だいこん                                            | 豆                           | <input type="triangle-up"/> | たまねぎ                        | 豚      | <input type="triangle-up"/> | はくさい       | 豆   |
|           | <input type="triangle-up"/>                       | だいこん     | 豆                                                          | <input type="triangle-up"/> | レタス                                                        | 豆                           | <input type="triangle-up"/>                 | にんじん                        |                                              | <input type="triangle-up"/> | にんじん                                            |                             | <input type="triangle-up"/> | にんじん                        |        | <input type="triangle-up"/> | にんじん       |     |
|           | <input type="triangle-up"/>                       | にんじん     |                                                            | <input type="triangle-up"/> | たまねぎ                                                       |                             | <input type="triangle-up"/>                 | かぼちゃ                        |                                              | <input type="triangle-up"/> | わかめ                                             |                             | <input type="triangle-up"/> | さつまいも                       |        | <input type="triangle-up"/> | じゃがいも      |     |
|           | <input type="triangle-up"/>                       | えのきだけ    |                                                            | <input type="triangle-up"/> | にんじん                                                       |                             | <input type="triangle-up"/>                 | バターナッツかぼちゃ                  |                                              | <input type="triangle-up"/> | しめじ                                             |                             | <input type="radio"/>       | とうふ                         |        | <input type="radio"/>       | あぶらあげ      |     |
|           | <input type="radio"/>                             | とうふ      |                                                            | <input type="checkbox"/>    | じゃがいも                                                      |                             | <input type="triangle-up"/>                 | パセリ                         |                                              | <input type="triangle-up"/> | とうふ                                             | 豆                           | <input type="radio"/>       | ぶたにく                        |        | <input type="radio"/>       | とうふ        |     |
|           | <input type="triangle-up"/>                       | 青ねぎ      | 麦 豆                                                        | <input type="radio"/>       | とうふ                                                        | 豆                           | <input type="checkbox"/>                    | クリームポタージュ                   | 乳 麦 豆 豚                                      | <input type="triangle-up"/> | 青ねぎ                                             | 豆                           | <input type="triangle-up"/> | しょうが                        | 豆      | <input type="triangle-up"/> | 青ねぎ        | 麦 豆 |
|           |                                                   | けずりぶし    |                                                            | <input type="radio"/>       | かまぼこ                                                       | 鶏 豚 麦 豆                     | <input type="radio"/>                       | とうにゅう                       | 豆                                            | <input type="triangle-up"/> | けずりぶし                                           |                             | <input type="triangle-up"/> | 青ねぎ                         |        | <input type="triangle-up"/> | けずりぶし      |     |
|           |                                                   | だしこんぶ    |                                                            | <input type="radio"/>       | コンソメ                                                       |                             | <input type="radio"/>                       | コンソメ                        | 鶏 豚                                          | <input type="triangle-up"/> | みそ                                              |                             | <input type="radio"/>       | みそ                          |        | <input type="triangle-up"/> | だしこんぶ      |     |
|           |                                                   | しょうゆ     |                                                            | <input type="triangle-up"/> | しょうゆ                                                       |                             | <input type="triangle-up"/>                 | しおこしょう                      | 鶏 豚                                          | <input type="triangle-up"/> | ごぼう                                             |                             | <input type="radio"/>       | まぐろカツ                       | 麦 豆    | <input type="triangle-up"/> | しょうゆ       |     |
|           |                                                   | みりん      |                                                            | <input type="radio"/>       | しおこしょう                                                     |                             | <input type="radio"/>                       | とりぶたハンバーグ                   |                                              | <input type="triangle-up"/> | にんじん                                            |                             | <input type="checkbox"/>    | だいずあぶら                      | 豆      | <input type="triangle-up"/> | みりん        |     |
|           |                                                   | しお       |                                                            | <input type="radio"/>       | ポテトとおこめ                                                    | 鶏 豆                         | <input type="checkbox"/>                    | ケチャップ                       |                                              | <input type="triangle-up"/> | いんげん                                            |                             | <input type="checkbox"/>    | だいずあぶら                      | 豆      | <input type="triangle-up"/> | しお         |     |
|           | <input type="radio"/>                             | いわしのおかか  | 麦 豆                                                        | <input type="checkbox"/>    | ささみカツ                                                      | 豆                           | <input type="checkbox"/>                    | とんかつソース                     | り                                            | <input type="radio"/>       | いりたまご                                           | 卵 麦 豆                       | <input type="triangle-up"/> | きりぼしだいこん                    | 鶏      | <input type="radio"/>       | さんま        | 麦 豆 |
|           | <input type="triangle-up"/>                       | はくさい     | 麦 豆                                                        | <input type="checkbox"/>    | だいずあぶら                                                     |                             | <input type="checkbox"/>                    | さとう                         | 麦                                            | <input type="triangle-up"/> | しょうが                                            | 麦 豆                         | <input type="triangle-up"/> | にんじん                        |        | <input type="triangle-up"/> | だいこん       |     |
|           | <input type="triangle-up"/>                       | にんじん     |                                                            | <input type="triangle-up"/> | きやべつ                                                       |                             | <input type="checkbox"/>                    | みりん                         |                                              | <input type="triangle-up"/> | しょうゆ                                            |                             | <input type="triangle-up"/> | きゅうり                        |        | <input type="triangle-up"/> | さとう        |     |
|           | <input type="triangle-up"/>                       | こまつな     |                                                            | <input type="triangle-up"/> | きゅうり                                                       |                             | <input type="checkbox"/>                    | マカロニ                        |                                              | <input type="triangle-up"/> | サラダあぶら                                          |                             | <input type="triangle-up"/> | もやし                         |        | <input type="triangle-up"/> | しょうゆ       |     |
|           | <input type="checkbox"/>                          | さとう      |                                                            | <input type="triangle-up"/> | にんじん                                                       |                             | <input type="triangle-up"/>                 | しお                          |                                              | <input type="triangle-up"/> | みりん                                             |                             | <input type="triangle-up"/> | ささみ                         |        | <input type="triangle-up"/> | みりん        |     |
|           |                                                   | しょうゆ     |                                                            | <input type="triangle-up"/> | とうもろこし                                                     | <input type="triangle-up"/> | きゅうり                                        | <input type="triangle-up"/> | りょうりしゅ                                       | <input type="triangle-up"/> | さとう                                             |                             | <input type="triangle-up"/> | しょうゆ                        | 麦 豆    | <input type="triangle-up"/> | みりん/りょうりしゅ |     |
|           |                                                   | みりん      | <input type="triangle-up"/>                                | イタリアンドレッシング                 |                                                            | <input type="triangle-up"/> | にんじん                                        | 麦 豆                         | <input type="triangle-up"/>                  | かつおだし                       | <input type="triangle-up"/>                     |                             | みりん                         | <input type="triangle-up"/> |        | かつおだし                       | 鶏 豆 麦 豆    |     |
|           |                                                   |          |                                                            | <input type="checkbox"/>    | クリスマス米粉の                                                   | 豆                           | <input type="triangle-up"/>                 |                             | とうもろこし                                       | <input type="checkbox"/>    | 福崎さつまいも                                         | 麦 豆                         | <input type="triangle-up"/> |                             |        | <input type="triangle-up"/> |            | みりん |
|           |                                                   |          |                                                            | <input type="checkbox"/>    | カップケーキ                                                     | <input type="triangle-up"/> | ノンエッグマヨネーズ                                  |                             | <input type="checkbox"/>                     | コロッケ                        | 豆                                               | <input type="triangle-up"/> |                             | <input type="triangle-up"/> |        | さとう                         |            |     |
|           |                                                   |          |                                                            |                             |                                                            | <input type="checkbox"/>    | しょうゆ                                        |                             | <input type="checkbox"/>                     | だいずあぶら                      | 豆                                               | <input type="triangle-up"/> |                             | <input type="triangle-up"/> |        | しょうゆ                        |            |     |
|           |                                                   |          |                                                            |                             |                                                            | <input type="checkbox"/>    | さとう                                         |                             | <input type="checkbox"/>                     |                             |                                                 | <input type="triangle-up"/> |                             | <input type="triangle-up"/> |        | みりん                         |            |     |
|           |                                                   |          |                                                            |                             |                                                            | <input type="checkbox"/>    | （高岡小のみ）                                     | 豆                           |                                              |                             |                                                 | <input type="triangle-up"/> |                             | みりん/りょうりしゅ                  |        |                             |            |     |
|           |                                                   |          |                                                            |                             |                                                            |                             | クリスマス米粉の                                    |                             |                                              |                             |                                                 | <input type="triangle-up"/> |                             | かつおだし                       |        |                             |            |     |
|           |                                                   |          |                                                            |                             |                                                            |                             | カップケーキ                                      |                             |                                              |                             |                                                 | <input type="triangle-up"/> |                             | さとう                         |        |                             |            |     |
|           |                                                   |          |                                                            |                             |                                                            |                             |                                             |                             |                                              |                             |                                                 | <input type="triangle-up"/> |                             | さとう                         |        |                             |            |     |
|           |                                                   |          |                                                            |                             |                                                            |                             |                                             |                             |                                              |                             | <input type="triangle-up"/>                     |                             | さとう                         |                             |        |                             |            |     |

○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 ピ：落花生 It：えび 蟹：かに ア：アーモンド 鮑：あわび ｲ：いか ら：いくら ｶ：オレンジ

ｶﾅ：カシューナッツ キ：キウイフルーツ 牛：牛肉 <：くるみ ｺﾞ：ごま 鮭：さけ 鯖：さば 豆：大豆 鶏：鶏肉 ｵﾞ：パナナ 豚：豚肉 ｻﾞ：まつたけ ｴ：もも 芋：やまいも り：りんご ｹﾞ：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

| 18日(水)                   |                          |            | 19日(木)                   |                          |           | 20日(金)                   |                          |                          | 23日(月)                   |                          |        | 24日(火)                   |                          |                          | 25日(水)                   |                          |         |
|--------------------------|--------------------------|------------|--------------------------|--------------------------|-----------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------|
| こども園のみ                   |                          |            | こども園のみ                   |                          |           | こども園のみ                   |                          |                          | こども園のみ                   |                          |        | こども園のみ                   |                          |                          | こども園のみ                   |                          |         |
| もちむぎごはん                  |                          |            | コッペパン                    |                          |           | ごはん                      |                          |                          | ごはん                      |                          |        | べんとう                     |                          |                          | べんとう                     |                          |         |
| ぎゅうにゅう                   |                          |            | ぎゅうにゅう                   |                          |           | ぎゅうにゅう                   |                          |                          | ぎゅうにゅう                   |                          |        | ビーフンスープ                  |                          |                          | 野菜たっぷりスープ                |                          |         |
| 冬至カレー                    |                          |            | かぶのポタージュ                 |                          |           | 年越しもちむぎめん                |                          |                          | みそ汁                      |                          |        | きやべつ入り平つくね               |                          |                          | てりやきチキン                  |                          |         |
| 大根サラダ                    |                          |            | 鶏肉のバーベキューソース             |                          |           | れんこんのはさみ揚げ               |                          |                          | 白身魚のレモン和え                |                          |        | こまつなのごま和え                |                          |                          | ポテトサラダ                   |                          |         |
| みかんゼリー                   |                          |            | ごぼうサラダ                   |                          |           | 香味和え                     |                          |                          | きやべつのおかか和え               |                          |        |                          |                          |                          |                          |                          |         |
| 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                  |                          |         |
| こども園のみ                   | <input type="checkbox"/> | ごはん        | <input type="checkbox"/> | コッペパン                    | 麦         | <input type="checkbox"/> | ごはん                      | <input type="checkbox"/> | ごはん                      | <input type="checkbox"/> | たまねぎ   | <input type="checkbox"/> | たまねぎ                     | <input type="checkbox"/> | きやべつ                     |                          |         |
|                          | <input type="checkbox"/> | もちむぎ精麦     | 大麦                       | <input type="checkbox"/> | ぎゅうにゅう    | 乳                        | <input type="checkbox"/> | ぎゅうにゅう                   | 乳                        | <input type="checkbox"/> | にんじん   | <input type="checkbox"/> | にんじん                     | <input type="checkbox"/> | たまねぎ                     |                          |         |
|                          | <input type="radio"/>    | ぎゅうにゅう     | 乳                        | <input type="triangle"/> | たまねぎ      |                          | <input type="checkbox"/> | もちむぎめん                   | 麦 大麦                     | <input type="triangle"/> | だいこん   |                          | <input type="triangle"/> | だいこん                     | <input type="triangle"/> | にんじん                     |         |
|                          | <input type="triangle"/> | たまねぎ       |                          | <input type="triangle"/> | にんじん/はくさい |                          | <input type="triangle"/> | だいこん                     |                          | <input type="triangle"/> | にんじん   |                          | <input type="triangle"/> | にんじん                     | <input type="radio"/>    | ベーコン                     |         |
|                          | <input type="triangle"/> | れんこん       |                          | <input type="triangle"/> | ブロッコリー    |                          | <input type="triangle"/> | にんじん                     |                          | <input type="checkbox"/> | さつまいも  |                          | <input type="checkbox"/> | とうふ                      | <input type="triangle"/> | 豚                        |         |
|                          | <input type="triangle"/> | にんじん/かぼちゃ  |                          | <input type="triangle"/> | かぶ        |                          | <input type="triangle"/> | 青ねぎ                      |                          | <input type="triangle"/> | しめじ    |                          | <input type="checkbox"/> | チキンブイヨン                  | <input type="triangle"/> | えのきだけ                    |         |
|                          | <input type="triangle"/> | バターナッツかぼちゃ |                          | <input type="radio"/>    | 白いんげんまめ   |                          | <input type="radio"/>    | とうふ                      | 豆                        | <input type="triangle"/> | 青ねぎ    |                          | <input type="checkbox"/> | とりがらスープ                  | <input type="checkbox"/> | マカロニ                     |         |
|                          | <input type="triangle"/> | トマト        |                          | <input type="checkbox"/> | ベシャメルソース  | 乳 麦 豆                    | <input type="radio"/>    | あぶらあげ                    | 豆                        | <input type="radio"/>    | とうふ    | 豆                        | <input type="checkbox"/> | しおこしょう                   | <input type="checkbox"/> | コンソメ                     |         |
|                          | <input type="triangle"/> | りんご        | り                        | <input type="radio"/>    | とうにゅう     | 豆                        | <input type="radio"/>    | とりにく                     | 鶏                        | <input type="radio"/>    | けずりぶし  |                          | <input type="checkbox"/> | しょうゆ                     | <input type="checkbox"/> | しょうゆ                     |         |
|                          | <input type="radio"/>    | とりにく       | 鶏                        | <input type="radio"/>    | コンソメ      | 鶏 豚                      | <input type="radio"/>    | かまぼこ                     |                          | <input type="radio"/>    | みそ     | 豆                        | <input type="radio"/>    | しょうゆ                     | 麦 豆                      | <input type="checkbox"/> | しおこしょう  |
|                          |                          | しょうが/にんにく  |                          | <input type="radio"/>    | しおこしょう    |                          | <input type="radio"/>    | けずりぶし                    |                          | <input type="radio"/>    | ほき     |                          | <input type="radio"/>    | きやべついり                   | 豆 鶏                      | <input type="radio"/>    | てりやきチキン |
|                          | <input type="checkbox"/> | サラダあぶら     |                          | <input type="radio"/>    | グリルチキン    | 鶏 豆                      | <input type="checkbox"/> | しょうゆ                     | 麦 豆                      | <input type="checkbox"/> | でんぶん   |                          | <input type="radio"/>    | ひらつくね                    | 豚 り                      | <input type="checkbox"/> | 麦 豆 鶏   |
|                          |                          | しおこしょう     |                          | <input type="triangle"/> | しょうが/にんにく |                          | <input type="checkbox"/> | みりん                      |                          | <input type="checkbox"/> | だいずあぶら |                          | <input type="triangle"/> | ごまつな                     |                          | <input type="checkbox"/> | じゃがいも   |
|                          |                          | とりがらスープ    | 鶏                        | <input type="triangle"/> | ソテーオニオン   | 豆                        | <input type="checkbox"/> | しお                       |                          | <input type="checkbox"/> | さとう    |                          | <input type="triangle"/> | はくさい                     |                          | <input type="triangle"/> | にんじん    |
|                          | <input type="checkbox"/> | カレールー(甘口)  | 麦 り                      | <input type="triangle"/> | りんご       | り                        | <input type="radio"/>    | れんこんの                    | 麦 鶏 豚                    | <input type="checkbox"/> | しょうゆ   | 麦 豆                      | <input type="triangle"/> | にんじん                     |                          | <input type="triangle"/> | とうもろこし  |
| <input type="checkbox"/> | カレールー(中辛)                | 麦 り        | <input type="checkbox"/> | さとう                      |           | <input type="checkbox"/> | はさみあげ                    |                          | <input type="checkbox"/> | みりん                      |        | <input type="triangle"/> | にんじん                     |                          | <input type="triangle"/> | きゅうり                     |         |
| <input type="triangle"/> | だいこん                     |            |                          | りょうりしゅ                   |           | <input type="checkbox"/> | だいずあぶら                   | 豆                        | <input type="triangle"/> | レモンかじゅう                  |        | <input type="checkbox"/> | さとう                      |                          | <input type="checkbox"/> | ノンエッグマヨネーズ               |         |
| <input type="triangle"/> | にんじん                     |            |                          | しょうゆ                     | 麦 豆       | <input type="triangle"/> | もやし                      |                          | <input type="triangle"/> | きやべつ                     |        | <input type="checkbox"/> | しょうゆ                     | 麦 豆                      | <input type="checkbox"/> | 豆                        |         |
| <input type="triangle"/> | きゅうり                     |            |                          | ウスターソース                  |           | <input type="triangle"/> | にんじん                     |                          | <input type="triangle"/> | こまつな                     |        | <input type="checkbox"/> | みりん                      |                          | <input type="checkbox"/> | 麦 豆                      |         |
| <input type="triangle"/> | とうもろこし                   |            |                          | サラダあぶら                   |           | <input type="triangle"/> | ほうれんそう                   |                          | <input type="triangle"/> | にんじん                     |        | <input type="checkbox"/> | しょうゆ                     |                          | <input type="checkbox"/> | しょうゆ                     |         |
|                          | イタリアンドレッシング              |            |                          | ごぼう                      |           | <input type="triangle"/> | たくあん                     | 豆                        | <input type="triangle"/> | かつおぶし                    |        | <input type="checkbox"/> | みりん                      |                          | <input type="checkbox"/> | 麦 豆                      |         |
| <input type="checkbox"/> | みかんゼリー                   |            |                          | にんじん                     |           | <input type="checkbox"/> | さとう                      | 麦 豆                      | <input type="checkbox"/> | さとう                      |        |                          | 白ごま                      | ゴ                        |                          |                          |         |
|                          |                          |            |                          | きゅうり                     |           | <input type="checkbox"/> | しょうゆ                     | 麦 豆                      |                          | しょうゆ                     | 麦 豆    |                          |                          |                          |                          |                          |         |
|                          |                          |            |                          | とうもろこし                   |           | <input type="checkbox"/> | みりん                      | ゴ                        |                          | みりん                      |        |                          |                          |                          |                          |                          |         |
|                          |                          |            |                          | ごまドレッシング                 | ゴ 豆       | <input type="checkbox"/> | 白ごま                      |                          |                          |                          |        |                          |                          |                          |                          |                          |         |

こんだて

26日(木) こども園のみ

コッペパン  
ウインナーのスープ煮  
チキンピーズ  
アンサンブルエッグ

アレルギー物質

こんだてざいりょう

☐ コッペパン  
 たまねぎ  
 にんじん  
☐ とうふ  
☐ ポークウインナー  
 しめじ  
 チンゲンサイ  
コンソメ  
しおこしょう  
しょうゆ  
☐ とりにく  
しおこしょう  
☐ サラダあぶら  
☐ だいず  
 たまねぎ  
 にんじん  
 トマト  
ケチャップ  
赤ワイン  
コンソメ  
☐ さとう  
しょうゆ  
☐ アンサンブルエッグ

麦  
豚  
鶏 豚  
麦 豆  
鶏  
豆  
鶏 豚  
麦 豆  
卵 鶏 豆

12月に入り、寒さが増す季節になりました。今年も残すところあと1か月です。  
体調をくずさないように、規則正しい生活習慣と、栄養バランスの良い食事を  
心がけて、元気に冬休みを迎えられると良いですね。

寒さにまけない！  
冬休みの生活習慣

冬休みに入っても、学校がある日と同じように、  
早寝・早起き・朝ごはんを心がけましょう。  
また、風邪を予防するために、手洗い・うがいも  
しっかりしましょう。  
年末年始はいろいろなものを食べる機会が増  
えると思いますが、食べすぎには気をつけたい

18日は冬至献立

冬至は1年で最も昼の時間が短く、  
この日を境に日が長くなっていきます。  
冬至にかぼちゃを食べたりゆず湯に  
入ると風邪をひかないといわれてい  
ます。また、『ん』のつく食べ物を食べ  
ると、幸運に恵まれるともいわれてい  
ます。この日の給食では、『ん』のつく  
食べ物をたくさん使っていますよ。

今日の福崎町産野菜

小松菜 白ねぎ かぼちゃ バターナッツかぼちゃ きやべつ じゃがいも  
さつまいも 大根 ブロccoli 白菜 にんじん レタス 大豆

①早寝しよう

②早起きしよう

③朝ごはんを食べよう

④手洗いをしよう

⑤うがいをしよう

⑥暴飲暴食はやめよう

冬に美味しい  
野菜を食べよう

ほうれんそう  
ねぎ  
だいこん  
はくさい  
ブロッコリー

冬の野菜は、寒さで凍ってしま  
わないように、糖分をたくわえま  
す。大根やほうれん草など一年中  
お店で買うことができますが、他  
の季節にとれるものよりも、甘味  
が増しておいしいですよ。

○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 ピ：落花生 珪：えび 蟹：かに ア：アーモンド 鮑：あわび 魷：いか ら：いくら 柑：オレンジ  
 炒：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 バ：バナナ 豚：豚肉 マ：まつたけ 柿：もも 芋：やまいも り：りんご ゼ：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