

学校給食献立表

曜日	献立名	その他	血や肉や骨になる食品	体の調子を整える食品	はたらく力や体温になる食品
7火	レトルトカレー レポウサラダ ミニトマト(小2こ・中3こ)	クラスよう ごまドレッシング	牛乳 レトルトカレー・オイルツナ	レトルトカレー・ごぼう・にんじん きゅうり・とうもろこし ミニトマト	ごはん レトルトカレー ごまドレッシング
8水	あげぎょうざ(小2こ・中3こ) もやしのナムル ちゅうかスープ		牛乳 とりにく・とうふ	ぎょうざ・もやし・チンゲンサイ にんじん・ねぎ・はくさい	ごはん こめあぶら・さとう ごまあぶら
9木	コーンピラフ えだまめのフリッター(小1こ・中2こ) やさいたっぷりスープ	◎とうにゅう デザート	牛乳 とりにく・ベーコン とうにゅうデザート	とうもろこし・たまねぎ・にんじん・マッシュルーム グリーンピース・えだまめのフリッター はくさい・セロリー・パセリ	かふア まアル い こめあぶら・じゃがいも
10金	かつおフライ あかさし あさりそ あさりそ		牛乳 かつおフライ・あさり・なまあげ あかみそ	キャベツ・きゅうり・あかしそ にんじん・だいこん・えのきたけ ねぎ	ごはん こめあぶら
13月	にくだんごのあまずあんかけ きゅうりのごまじょうゆ ワンタン		牛乳 ミートボール・ぶたにく	にんじん・たけのこ・たまねぎ ほししいたけ・きゅうり・ねぎ	ごはん さとう・ごまあぶら でんぶん・こめあぶら・ごま ワタン
14火	えびか ださわ いごんに にさわ		牛乳 えびかつ・オイルツナ・ぶたにく とうふ・ゆば	レモンかじゅう・だいこん きゅうり・ねぎ・えのきたけ みつば・にんじん	ごはん こめあぶら・さとう
15水	さんまのみ めおか おか あか		牛乳 さんまみぞれに・ささみ かつおぶし・ぶたにく・とうふ あぶらあげ・あかみそ・わかめ	キャベツ・きゅうり・ねりうめ にんじん・だいこん・ねぎ・ごぼう	ごはん さとう
16木	ごもくうど いかフリッター(小2こ・中3こ) おひた		牛乳 あぶらあげ・とりにく・かまぼこ いかフリッター	ねぎ・にんじん・ほししいたけ はくさい・ほうれんそう・もやし	うどん さとう
17金	そぼろごは ちけんさん けんさん		牛乳 ぶたひきにく・あぶらあげ とりにく・とうふ	たまねぎ・ほししいたけ・えだまめ にんじん・もやし・キャベツ だいこん・ねぎ	ごはん さとう・でんぶん
20月	けんちんしのだのあんかけ キャベツとツナのあえもの じゃがいものっべい		牛乳 けんちんしのだ・オイルツナ ぶたにく	キャベツ・きゅうり レモンかじゅう・にんじん・ねぎ こんにゃく	ごはん さとう・でんぶん こめあぶら・じゃがいも
21火	チキンピ ウイナーとコーンのソテ フルーツゼリーミックス		牛乳 だいち・とりにく・ウイナー	たまねぎ・にんじん・パセリ トマトジュース・とうもろこし キャベツ・もも・パイ	パン こめあ ぶら さとう・こめあぶら がまごおりみかんゼリー
22水	ぶたにくのしょうがいた まあ あわせみそ		牛乳 ぶたにく・とうふ・わかめ あぶらあげ・あかみそ・しろみそ	しょうが・たまねぎ・キャベツ にんじん・もやし・ねぎ・だいこん	ごはん さとう・でんぶん・ごま
23木	ちゅうか しゅうまい(小2こ・中3こ) と	ミニアセラゼリー (2こ)	牛乳 ぶたにく・むきえび・しゅうまい とうふ・わかめ	ほししいたけ・たけのこ・にんじん えだまめ・ねぎ	かふア まアル い アルファーかもちまい さとう・ごまあぶら ミニアセラゼリー
24金	ドライカレー ポテトチップスサラ れいとみかん		牛乳 ぶたひきにく・ベーコン	にんじん・たまねぎ・グリーンピース きゅうり・キャベツ れいとみかん	ごはん ポテトチップス
27月	さわらのあまずあんかけ しおこんぶあ しろみそ		牛乳 さわら・しおふきこんぶ・だいち とうふ・あぶらあげ・ぶたにく しろみそ	ねぎ・キャベツ・きゅうり にんじん・だいこん・こんにゃく	ごはん さとう・ごまあぶら・ごま
28火	やきそば レバーいりつくね(2こ) かふう		牛乳 ぶたにく・いか・ちくわ あおりのこ・レバーいりつくね ロースハム	にんじん・キャベツ・べにしょうが きゅうり	パン こめあ ぶら こめあぶら・やきそば・ごま さとう・ごまあぶら
29水	さけのレモンふう えだまめ さつま		牛乳 さけ・ベーコン・とりにく あかみそ	ねぎ・レモンかじゅう・えだまめ キャベツ・みつば・にんじん だいこん・ごぼう	ごはん でんぶん・こめあぶら さとう・さつまいも
30木	いわしうめ ひじきのいた よしのじ		牛乳 いわしうめに・ぶたにく・ひじき なまあげ・とりにく	にんじん・こんにゃく とうもろこし・だいこん・ねぎ	ごはん さとう・こめあぶら でんぶん
31金	ハッシュドライス(乳) アスパラとコーンのサラ オレ		牛乳 ぶたにく・なまクリーム チキンハム	にんじん・たまねぎ・グリーンピース セロリー・トマトジュース アスパラガス・とうもろこし・オレンジ	ごはん こむぎこ・バター・さとう こめあぶら

◎は業者が直接学校へ配送します。都合により食材を変更させていただく場合があります。

〈献立について〉

- 8日 かみまるくんの日です。「あげぎょうざ」をよくかんで食べましょう。
- 10日 「かつおフライ」は旬のかつおを使ったフライです。
- 15日 「うめあかかえ」は、ささみとキャベツ、きゅうりをねりうめとかつおぶしで和えてあります。
- 24日 「ドライカレー」は、キーマカレーの一種で、ひき肉とみじん切りの野菜を炒めカレーであじを付けてあります。ごはんもたくさん食べましょう。



新緑が美しい、さわやかな季節になりました。環境が変わったことによるストレスや疲れが出てくる時期ですが、早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて、健康な心と体をつくりましょう。



朝ごはんの効果

- ★体温が上がり、元気に活動できる
- ★脳にエネルギーが補給され、勉強に集中できる
- ★胃や腸が刺激され、ウンチがすっきり出る

毎月19日は「食育の日」
～おうちでごはんの日～です。



今月の
愛知の野菜

アスパラガス・キャベツ・きゅうり
だいこん・たまねぎ・チンゲンサイ・ねぎ
パセリ・みつば・ミニトマト

☆給食センターでは長久手市のホームページにおいて、家庭配布用献立表と共に詳細な献立の材料表や給食メニューの作り方をのせています。ご家庭で活用してください。

主食、主菜、副菜・汁物をそろえて、バランスの良い朝ごはん

主食 + 主菜 + 副菜・汁物

さらに、果物や牛乳・乳製品を加えてバランスアップ!

令和元年
5月

保育園給食献立表

長久手市立長久手給食センター

曜日	献立名	牛乳・ジャム その他	材 料 名	主 食	おやつ
7火	備蓄用カレー 鶏肉のオニオンソースがけ	よいこ牛乳	カレー/ とうもろこし・ハム・キャベツ・きゅうり・にんじん/ 鶏もも肉・たまねぎ	ごはん (各園炊飯)	えびせんべい
8水	あさり・のり・みそ汁 さんまのオレンジ煮	よいこ牛乳	あさり・にんじん・ねぎ・大根・じゃがいも/ ほうれん草・にんじん・キャベツ・油揚げ/ さんまのオレンジ煮	ごはん	水族館クッキー 発酵乳 65ml
9木	みれん・スート・ロー えん・こび・ん・サカ	よいこ牛乳	ベーコン・たまねぎ・にんじん・キャベツ・じゃがいも・マカロニ・トマト/ れんこん・きゅうり・ハム・とうもろこし/ えびかつ	ロールパン	全粒粉クラッカー
10金	中華豆腐 揚げ炒め	よいこ牛乳	鶏むね肉・にんじん・豆腐・干しいたけ・もやし・ねぎ・ほうれん草/ ピーマン・豚もも肉・赤ピーマン・たまねぎ・ピーマン/ ぎょうざ	ごはん	レモンタルト
11土	ソーゼン	土曜日牛乳	   	おにぎり	
13月	切干大根・入りみそ汁 鶏肉の照り焼き	よいこ牛乳	切干大根・わかめ・ねぎ・油揚げ・豆腐・豚もも肉/ 鶏ささみ肉・もやし・キャベツ・きゅうり・しょうが・ごま/ 鶏もも肉	ごはん	リングドーナツ
14火	花ふのおすまし 親かつおのおかか	よいこ牛乳 きざみのり	花ふ・豆腐・えのきたけ・にんじん・みつば・干しいたけ/ たまご・鶏もも肉・たまねぎ・にんじん/ かつおのおかか煮	ごはん (各園炊飯)	かみかみおやつ 3~5歳児:お豆腐屋さんかんとう 0~2歳児:かぼちゃポーロ
15水	春雨・スー きゅうりのごまじょうゆ和包	よいこ牛乳	豚もも肉・春雨・たまねぎ・はくさい・にんじん・ねぎ/ きゅうり・ごま油・ごま/ 小籠包	ごはん	バナナ
16木	カレーうどん キャベツ入りメンチカツ	よいこ牛乳	たまねぎ・にんじん・鶏むね肉・かまぼこ・ねぎ・バナナ・りんご・トマト/ キャベツ・きゅうり・赤しそ粉/ キャベツ入りメンチカツ	白玉うどん	スティックパン
17金	わかめ・スー ナフーハイ	よいこ牛乳	鶏むね肉・わかめ・ねぎ・豆腐・にんじん・えのきたけ/ ハム・もやし・ほうれん草・にんじん・ごま油・ごま/ フーヨーハイ	ごはん	ブルーベリーヨーグルト
18土	ミニトマ 型抜きチーズ	白桃豆乳	   	エッグパン	
20月	ひじきごは さばの塩焼き	よいこ牛乳 一口チーズ	米・ひじき・にんじん・こんにゃく・鶏むね肉/ たけのこ・わかめ・かまぼこ・にんじん/ さば	ひじきごはん	ミレービスケット 野菜&果物ジュース
21火	海鮮中華飯 ごぼう入りつくね	よいこ牛乳	豚もも肉・キャベツ・にんじん・たまねぎ・干しいたけ・あさり・いか・えび/ きゅうり・ハム・春雨・もやし・にんじん・ごま油/ ごぼう入りつくね	ごはん	蒸しパン
22水	もちもち甘酢和 しらすおフライ	よいこ牛乳	ジャガボール・キャベツ・ねぎ・大根・にんじん・豚もも肉・干しいたけ/ しらす干し・きゅうり・にんじん/ かつおフライ	ごはん	カステラドッグ
23木	ミートボールケチャップ ボンパスタソテー	よいこ牛乳 りんごジャム	鶏肉団子・たまねぎ・にんじん・グリーンピース/ マカロニ・赤ピーマン・いんげん・ベーコン・とうもろこし/ オレンジ	スライスパン	カリボテスナック
24金	豆乳・みそ汁 大根とハムのサラッ	よいこ牛乳	豆乳・はくさい・じゃがいも・豚もも肉・にんじん・油揚げ・ねぎ/ 大根・きゅうり・ハム/ 和風ロquette	ごはん	カルテツウエハース
25土	バナナ 一口チズ	土曜日牛乳	   	おにぎり	
27月	厚揚げのみそ汁 即席厚焼き玉子	よいこ牛乳	生揚げ・豚もも肉・えのきたけ・わかめ・にんじん・ねぎ/ 千切り大根漬・きゅうり・ごま/ 五日厚焼き玉子	ごはん	ベジタブルせんべい
28火			  遠  足 		
29水	コンソメスープ キッシュ	よいこ牛乳	ベーコン・たまねぎ・キャベツ・マッシュルーム・にんじん・パセリ/ にんじん・とうもろこし・いんげん/ チキンナゲット	ロールパン	カルテツゴフレット
30木			 遠足予備日 		
31金	そら豆 大さば	よいこ牛乳	そうめん・にんじん・干しいたけ・ほうれん草・鶏むね肉・かまぼこ/ 大豆・ベーコン・キャベツ・きゅうり・枝豆/ さばみそ煮	ごはん	ぶどうゼリー

おかずはごはんといっしょに食べよう

ごはんとおかずを一緒に口に入れて、混ぜ合わせながら食べることを「口中調味」と呼びます。これは日本独自の食べ方です。濃い味に慣れないようご飯の量で調整したり、主食をしっかりと食べて食事のバランスを取ったりすることができる、などの利点があります。

子どもたちの中には、おかずばかり先に食べてしまう子がいます。食事の時はお箸と反対の手にご飯茶碗を持ち、おかずとごはんを一緒に食べる習慣をつけましょう。

給食では、子どもたちがいろいろな食べ物の味覚を経験できるように、季節のものを出来るだけたくさん出しています。旬の食材は美味しく、栄養豊富で、また他の時期に比べて安価です。
今月のかつおを出します。かつおの旬は年に2回、春と秋にあり、春のかつおは「初かつお」と呼ばれ、脂が少なくあっさりしていることが特徴です。

14日 かつおのおかか煮
22日 かつおフライ



材料名は献立別に記入してあります。

- 血や肉や骨になる食品…肉・魚・大豆・豆腐・牛乳など
- 働く力や体温となる食品…パン・ごはん・うどん・いも・油など
- 体の調子をとのえる食品…野菜・果物など

食事は楽しく バランスよく

アレルギー用献立表はホームページに掲載されています。参考にしてください。

* 都合により食材を変更させていただく場合があります。

古紙を含んだ再生紙を使用しています。白色度70%前後。

アレルギー対象食品使用献立一覧表の記載誤りについて

1 日時

平成31年4月10日（水） 午前11時30分

2 経緯

北保育園から、本日提供されている「もやしのスープ」にごまが入っているが、事前にもらっている「アレルギー対象食品使用献立一覧表」には記載がない。ごまアレルギーの園児がいるため、喫食しないようにした。他園にも連絡すべき、と連絡を受けたため給食センターから各園に連絡した。（北保育園2名、上郷保育園1名が食べられなかった。）

その後、給食センター所長名で、3名の保護者あてにお詫び文書を当該保育園を通じて送付した。

3 献立等作成方法

- (1) 栄養管理システムに、1か月の献立を入力。その際、過去に提供したメニューについては、メニュー名を入力すれば、食材の分量等が自動で入力され、仮に、食材を変更する場合はその都度、手入力で修正する。
- (2) 入力を終えた後、献立表原案、材料表等帳票類を印刷し、使用食材、調理工程等について調理員と打ち合わせを行う。
- (3) 打合せ後、修正箇所を入力する。
- (4) 保育園献立委員会で、修正後の献立表原案等によりその月の献立内容を決定する。
- (5) アレルギー対象食品使用献立一覧表を PDF ファイルに変換し、ファイルサーバーに保存する。
- (6) 各保育園で、ファイルサーバーに保存された PDF ファイルを印刷し、必要とする保護者へ配付する。

4 原因

今回提供した「もやしのスープ」は過去に提供していないメニューであったため、食材の入力を手入力で行ったが、「ごま」の数量を入力し忘れたためアレルギー対象食品使用献立一覧表に反映されなかった。（献立表原案には、食材として反映されていた）

5 対策

最終的に献立が決定した後、一旦アレルギー対象食品使用献立一覧表を印刷し、材料表とチェックを複数人で行い、その後 PDF ファイルに変換し保護者へ配付する。

[材 料 表]

2019年4月10日(水)

献立名	中華おこわ よいこ牛乳 もやしのスープ		さんまの南蛮漬け 保ミレービスケット		使用量		一人当りg数		
	食品名	規格	業者	保育園	保育未	合計	単	保育園	保育未
[中華おこわ]									
精白米		豆米	26.00	8.00	34.00	Kg		30.00	30.00
もち米	佐賀県産	豆米	6.00	2.00	8.00	袋		10.00	10.00
豚もも肉薄切り	脂肪分10%以下		13.00	4.00	17.00	Kg		15.00	15.00
むきえび(L)	1kg	給食会	15.00	5.00	20.00	袋		12.00	12.00
干しいたけスライス	国産		0.30	0.10	0.40	袋		0.30	0.30
にんじん(秀L)			7.00	2.00	9.00	Kg		8.00	8.00
むき枝豆(国産)1Kg	1kg	給食会	4.00	1.00	5.00	袋		4.00	4.00
冷凍フイヨン	1Kg	林食品	5.00	2.00	7.00	Kg		6.00	6.00
しょうゆ10瓶	10LBIB	イト商	2.18	0.67	2.85	Kg		2.50	2.50
三温(20kg袋)	20kg	給食会	0.04	0.01	0.05	袋		0.80	0.80
清酒1.8瓶	1.8瓶	中島屋	0.87	0.27	1.14	Kg		1.00	1.00
食塩	2.5kg	ローク	0.09	0.03	0.12	Kg		0.10	0.10
米サラダ油 ペット	1.65	ローク	0.26	0.08	0.34	Kg		0.30	0.30
牛乳100ml保	103g 園配送回収	江崎	873.00	267.00	1,140.00	本		103.00	103.00
[もやしのスープ]									
若鶏モモ皮なし 国産			13.00	4.00	17.00	Kg		15.00	15.00
にんじん(秀L)			4.00	1.00	5.00	Kg		5.00	5.00
木綿豆腐		石川	17.00	5.00	22.00	Kg		20.00	20.00
もやし			13.00	4.00	17.00	Kg		15.00	15.00
ねぎ(国産秀L)			7.00	2.00	9.00	Kg		7.00	7.00
ほうれんそう(秀)			5.00	1.00	6.00	Kg		5.00	5.00
しょうゆ10瓶	10LBIB	イト商	2.62	0.80	3.42	Kg		3.00	3.00
清酒1.8瓶	1.8瓶	中島屋	0.87	0.27	1.14	Kg		1.00	1.00
チキンフイヨン缶	1号缶	イト商	3.00	1.00	4.00	缶		10.00	10.00
食塩	2.5kg	ローク	0.09	0.03	0.12	Kg		0.10	0.10
でんぷん	25Kg	ローク	0.87	0.27	1.14	Kg		1.00	1.00
ごま油	1.65kg	ローク	0.16	0.05	0.21	本		0.30	0.30
いりごま1kg	1Kg	ローク	0.00	0.00	0.00	Kg		0.00	0.00
[さんまの南蛮漬け]									
さんまの南蛮漬け	約20g		70.00	11.00	81.00	袋		40.00	20.00
[保ミレービスケット]									
ミレービスケット165g	165g	振興会	131.00	40.00	171.00	袋		24.75	24.75
合 計									
								340.15	320.15

