

学校給食献立表

長久手市立長久手給食センター

日・曜	献立名	主な材料とその動き					
		主に体をつくるものになるもの		主に体の調子を整えるものになるもの		主にエネルギーのもとになるもの	
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・小魚・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 穀類・いも類・砂糖	6群 油脂・種実
1火	ごはん 牛乳 まぐろのあんからめ きなこあえ とうふじる	まぐろ きなこ とりにく とうふ かまぼこ	牛乳	ほうれんそう にんじん	もやし えのきたけ ねぎ	ごはん でんぶん さとう さとう	こめあぶら
2水	ごはん 牛乳 カレーライス(乳) ペーコンサラダ ミニトマト(小2こ・中3こ)	ぶたにく ペーコン	牛乳 こなチーズ	にんじん トマト ミニトマト	たまねぎ パセリ りんご キャベツ きゅうり とうもろこし	ごはん じゃがいも こむぎこ さとう	こめあぶら バター オリーブあぶら
3木	ごはん(小のみ) 牛乳 ごもくごはん(中のみ) ごぼういりつくね(小2こ・中3こ) きゅうりのあかしそあえ(小のみ) のっぺいじる	とりにく かまぼこ あぶらあげ ごぼういりつくね	牛乳	にんじん あかしそご にんじん	ごぼう ほししいたけ きゅうり だいこん ねぎ	ごはん アルファかまい アルファかまいさとう	こめあぶら
4金	ごはん 牛乳 さんまのみぞれに ごまあえ しるみそのごじる	さんまみぞれに	牛乳	にんじん にんじん	キャベツ もやし ねぎ だいこん こんにゃく	ごはん	ごま
7月	ごはん 牛乳 にくだんごのあまずし かふうあえ ちゅうかスープ	ミートボール ハム とりにく とうふ	牛乳	にんじん	たまねぎ グリンピース キャベツ きゅうり ねぎ はくさい もやし	ごはん さとう でんぶん さとう	こめあぶら ごまあぶら ごまあぶら
8火	クロスロールパン(乳) 牛乳 なごやコーチンのワートルゾイ(乳) ごぼうサラダ ●ごまドレッシング りんご	とりにく(なごやコーチン) オイルツナ	牛乳 チーズ 牛乳 生クリーム	にんじん パセリ にんじん	たまねぎ ごぼう だいこん きゅうり とうもろこし りんご	クロスロールパン じゃがいも こむぎこ	バター こめあぶら ごまドレッシング
9水	ごもくごはん(小のみ) 牛乳 ごはん(中のみ) あいちけんさんやさいコロッケ きゅうりのあかしそあえ(中のみ) ゆばのおすいもの	とりにく かまぼこ あぶらあげ	牛乳	にんじん	ごぼう ほししいたけ	アルファかまい アルファかまいさとう ごはん あいちけんさんやさいりコロッケ	こめあぶら こめあぶら
10木	ちゅうかめん 牛乳 みそラーメン ぎょうざ(小2こ・中3こ) チンゲンサイのナムル	ぶたにく あかみそ ぎょうざ	牛乳	にんじん チンゲンサイ にんじん	はくさい	ちゅうかめん	こめあぶら ごまあぶら ごまあぶら
11金	ごはん 牛乳 いわしはっちょうみそに こうやどうふのたまごとし(卵) ブロッコリーのこまあえ	いわしはっちょうみそに たまご とりにく こうやどうふ	牛乳	にんじん いんげん ブロッコリー にんじん	たまねぎ ほししいたけ はくさい	さとう ごはん	こめあぶら ごま
14月	ごはん 牛乳 おさかなフライ きりぼしだいごんのこますあえ とうもろこしのすくすじる	おさかなフライ オイルツナ とうふ とりにく	牛乳	にんじん にんじん	きりぼしだいごん きゅうり ねぎ とうもろこし	さとう でんぶん	こめあぶら ごま
15火	こかたロールパン(乳) 牛乳 イタリアンスパゲティ いかクリスマスフライ チキンサラダ	ぶたにく いかクリスマスフライ ささみ	牛乳	ピーマン にんじん トマトジュース にんじん	たまねぎ きゅうり キャベツ	こかたロールパン スパゲティ さとう	オリーブあぶら こめあぶら こめあぶら
16水	ごはん 牛乳 かんとくに あつやきたまご(卵) キャベツとツナのあえもの	ぶたにく たまはんべん スクールかんも あつやきたまご オイルツナ	牛乳 こんぶ	にんじん	こんにゃく だいこん キャベツ きゅうり レモンかじゅう	ごはん さとう	こめあぶら
17木	ごはん 牛乳 ぶりみかわみりんやき しおこんぶあえ げんまいだんごのみそとうにゅうなべ	ぶりみかわみりんやき しおぶきこんぶ	牛乳	にんじん	キャベツ きゅうり はくさい ごぼう だいこん ねぎ	さとう ごはん	ごま げんまいだんご
18金	ごはん 牛乳 ハッシュドライス(乳) ポテトサラダ ●たまごなしマヨネーズ みかん	ぶたにく チキンハム	牛乳 なまクリーム	にんじん トマトジュース	たまねぎ グリンピース セロリー キャベツ きゅうり みかん	ごはん こむぎこ さとう じゃがいも	バター たまごなしマヨネーズ
21月	ごはん 牛乳 さげのゆうあんあげ ちくさあえ とうじのみそしる	さげ あぶらあげ ぶたにく あかみそ	牛乳	ほうれんそう かぼちゃ にんじん にんじん	ゆずかじゅう もやし だいこん れんこん ねぎ	ごはん でんぶん さとう さとう	こめあぶら
22火	A コーンピラフ 牛乳 もみのきハンバーグのトマトソース やさしいたっぷりスープ ◎こめこぐレーブ(いちご)	とりにく ハンバーグ ペーコン	牛乳	にんじん パセリ	はくさい セロリー たまねぎ	アルファかまい さとう じゃがいも こめこぐレーブ	こめあぶら
B	コーンピラフ 牛乳 もみのきハンバーグのトマトソース やさしいたっぷりスープ ◎ガトーショコラ	とりにく ハンバーグ ペーコン	牛乳	にんじん	はくさい セロリー たまねぎ	アルファかまい さとう じゃがいも ガトーショコラ	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。●はクラス用のものです。

〈献立について〉

- 1日 「きなこあえ」はほうれんそう、もやしをさとう、しょうゆ、きなこで和えてあります。
- 8日 かみまるくんの日です。「ごぼうサラダ」をよくかんで食べましょう。「なごやコーチンのワートルゾイ」のワートルゾイは長久手市の友好姉妹都市のワートルロー市のあるベルギーの家庭料理です。川魚や鶏肉をクリームで煮た料理です。鶏肉は愛知県産の「なごやコーチン」を使います。この「なごやコーチン」は、新型コロナウイルス感染症の影響を受けた畜産農家や食肉業者を支援し、児童生徒を応援するために使われます。
- 17日 「げんまいだんごのみそとうにゅうなべ」には、みそと豆乳でつくったクリーミーなみそしるに玄米で作っただんごが入っています。
- 21日 冬至にちなみ、「とうじのみそしる」が出ます。冬至は1年のうちで最も太陽の出ている時間が短く、夜が長い日です。次の日からだんだんと昼の時間が長くなることから「太陽がよみがえる日」と信じていました。この日に「柚湯」に入り、かぼちゃを食べたり、「ん」のつく食べ物を食べると1年を元気にすごすことができると言われています。「とうじのみそしる」に「ん」のつく食べ物が使われています。さがしてみましょう。



毎月19日は「食育の日」
～おうちでごはんの日～です。

長久手の野菜が給食に登場します。

12/4 ねぎ 浅井政行さん 12/17 はくさい 浅井政行さん
12/11 ブロッコリー 浅井政行さん 興語紀元さん
12/16 キャベツ 浅井政行さん

今月の愛知の野菜

さといも・キャベツ・だいこん・チンゲンサイ
にんじん・ねぎ・はくさい・パセリ・みかん
ブロッコリー・ほうれんそう・みつば・ミニトマト

☆長久手市のホームページに詳細な献立材料表や給食レシピを掲載しています。ご家庭で活用してください。

令和2年
12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
1火	東の和え物煮 やしとひじきのわかか	よいこ牛乳	大根・にんじん・こんにゃく・里芋・たこボール・がんもどき・昆布・鶏肉/ もやし・ひじき・にんじん・ほうれん草/ かつおのおかか煮	ごはん	ねじりん棒
2水	華のオイスター炒め包 えびと野菜の小龍包	よいこ牛乳	にんじん・マロニー・干しいたけ・ハム・はくさい・ねぎ/ えび・鶏肉・キャベツ・にんじん・たまねぎ/ 小龍包	ごはん	野菜&果物ジュース スティックパン
3木	キンピンのサラダ ちさつまいも	よいこ牛乳 卵無しマヨネーズ	大豆・鶏肉・たまねぎ・にんじん・パセリ/ さつまいも・きゅうり・にんじん/ りんご	ミルクロールパン	いちごクレープ
4金	豆乳みそ汁 おさんまのオレンジ煮	よいこ牛乳	豆乳・はくさい・大根・じゃがいも・豚肉・にんじん・ねぎ/ ほうれん草・にんじん・油揚げ・ちくわ/ さんまのオレンジ煮	ごはん	2~5歳児:ころころ味豆腐 0~1歳児:かぼちゃポーロ
5土	一口チーズ オレソ	土曜日牛乳		おにぎり	
7月	腐の中華煮 根とハムのサラダ	よいこ牛乳	豆腐・豚肉・にんじん・チンゲン菜・はくさい・干しいたけ/ 大根・きゅうり・ハム・ごま油/ 春巻	ごはん	かみかみおやつ 2~5歳児:お豆腐屋さんかりんとう 0~1歳児:カルテツウエハース
8火	親子の和え物 いんげん	よいこ牛乳 ぎざみのり	たまご・鶏肉・たまねぎ・にんじん/ じゃがいも・えのきたけ・わかめ・ねぎ・油揚げ/ いんげん・とうもろこし・にんじん	ごはん (各園炊飯)	おからマフィン
9水	ハッシュドライ あじふりッ	よいこ牛乳	豚肉・にんじん・たまねぎ・マッシュルーム・パセリ・粉チーズ・バター・生クリーム/ ごぼう・にんじん・大根・きゅうり・とうもろこし/ あじふりッ	ごはん	小魚スナック
10木	ちゃんぼん 中華入りつくね	よいこ牛乳	ねぎ・はくさい・豚肉・えび・あさり・たまねぎ・にんじん・干しいたけ/ まぐろ油漬け・キャベツ・にんじん・きゅうり・ごま油/ レバー入りつくね	中華麺	オレンジジュース 畑のクラッカー
11金	いかと里芋のうま煮 赤しょうこ	よいこ牛乳	いか・里芋・はんぺん・にんじん・いんげん・干しいたけ/ キャベツ・きゅうり・赤しそ粉/ ごぼうコロッケ	ごはん	一口しょうゆせんべい
12土	ミニトマト 型抜き	土曜日牛乳		おにぎり	
14月	焼えび 大豆サラダ	よいこ牛乳	豚肉・たまねぎ・ピーマン・赤ピーマン/ えびだんご・にんじん・大根・ほうれん草・豆腐・えのきたけ・干しいたけ/ 大豆・ベーコン・キャベツ・みつば・にんじん	ごはん	やさいゼリー
15火	根菜の薄揚げのお浸し 鶏肉の風味焼	よいこ牛乳	大根・にんじん・里芋・ごぼう・豆腐・ねぎ/ キャベツ・にんじん・油揚げ/ 鶏肉・ねぎ・干しいたけ・赤ピーマン・レモン果汁	ごはん	ベルギーワッフル
16水	酢えびしゅうまい えびしゅうまい	よいこ牛乳	豚肉・にんじん・たまねぎ・ピーマン/ もやし・ほうれん草・にんじん・ごま油・ごま/ えびしゅうまい	ごはん	3~5歳児:紫いもチップス 0~2歳児:紫いもせんべい
17木	ポキツのソーテム ツナオムレツ	よいこ牛乳 ブルーベリージャム	鶏肉・じゃがいも・にんじん・たまねぎ・キャベツ・セロリ/ エリンギ・しいたけ・しめじ・たまねぎ・赤ピーマン・パセリ・ベーコン/ ツナオムレツ	スライスパン	みかんのタルト
18金	ひきざり(鶏のすき煮) きずり(鶏のすき煮) さばみそ煮	よいこ牛乳	鶏肉・こんにゃく・なまふ・焼き豆腐・にんじん・ねぎ・はくさい・かまぼこ・えのきたけ/ キャベツ・しらす干し・きゅうり・わかめ/ さばみそ煮	ごはん	おこめリング
19土	魚肉ソーセージ バナ	白桃豆乳		エッグパン	
21月	かぼちゃのみそ汁 切干大根の煮物 さわら幽庵焼き	よいこ牛乳	豚肉・かぼちゃ・にんじん・はくさい・しめじ・ねぎ/ 切干大根・油揚げ・鶏肉・いんげん・にんじん・ちくわ/ さわら幽庵焼き	ごはん	ミルクプリン
22火	ドライカレー チーズ入りサラダ フレンチポテト	よいこ牛乳	豚肉・にんじん・たまねぎ/ キャベツ・きゅうり・とうもろこし・にんじん・チーズ/ フレンチポテト	ごはん (各園炊飯)	みかん
23水	中華おこわ わかめと野菜のスー さけの南蛮だれ	よいこ牛乳	米・もち米・豚肉・えび・干しいたけ・にんじん・枝豆/ 鶏肉・わかめ・たまねぎ・チンゲン菜・にんじん・えのきたけ・ねぎ/ さけ・ねぎ・もやし	中華おこわ	ミレービスケット
24木	クリームシチュー ハンバーグのトマトソース かけ	よいこ牛乳	たまねぎ・にんじん・マッシュルーム・じゃがいも・スキムミルク・鶏肉・粉チーズ・バター・パセリ/ とうもろこし・まぐろ油漬け・キャベツ・きゅうり・にんじん/ ハンバーグ・たまねぎ	くろロールパン	クリスマスデザート
25金	五目ごし ぶりの照りか	よいこ牛乳	米・にんじん・干しいたけ・こんにゃく・鶏肉・ごぼう・油揚げ/ かまぼこ・にんじん・大根・みつば・えのきたけ/ ぶり	五目ごはん	発酵乳125ml さつまいも蒸しパン
26土	一口チーズ ミニトマ	土曜日牛乳		おにぎり	
28月	委託弁当	よいこ牛乳 野菜ふりかけ	ハートコロッケ/はんぺんとじ煮/マカロニサラダ/ 杏仁豆腐	ごはん	ミニどうぶつビスケット

冬こそ手洗いをしっかりしよう

わたしたちは、普段いろいろなものに触れています。気づかないうちに、ウィルスのついたものにも触れているかもしれません。そして、その手で何気なく自分の顔などに触れると、手についたウィルスが鼻や口の粘膜から体内に入り込み、風邪などに感染してしまいます。

今年は新型コロナウィルス感染症拡大防止のため、手洗い・うがいの習慣をしっかりと身につけたのではないのでしょうか。

しかし、寒さが厳しくなるにつれ、手洗いもおろそかになりがちです。風邪などの予防のために、帰宅後・食事前・トイレ後に、きちんと手洗いをし、清潔なハンカチやタオルで拭き取りましょう。また、手洗いの他にも、3食をバランスよく食べること・早寝早起き・適度な運動・そして室内換気を心掛けましょう。



材料名は献立別に記入してあります。

血や肉や骨となる食品…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。

令和2年度給食センター事業進捗状況管理表

事業名	課題	目標	実施項目	進捗状況・結果	年間スケジュール												備考		
					4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月			
1 異物混入のり マスクの低減	令和元年度給食センターが原因の異物混入(手袋の破片、バリ)が2件発生している。	金属片の混入 0件 髪の毛の混入 0件	1 調理指導・衛生管理研修の実施 年3回(全体)、毎月1回(衛生講習)	4月 実施 7月、8月 保育園調理員、配達職員、委託調理員衛生講習会実施、講習会実施、	4月 実施	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月			
			(1) 衛生管理事項の確認(講義と実地) ア 日々の体調管理と報告 イ 調理着、マスクの着用法 ウ トイレでの手順	4月 実施 7月 実施 8月 実施 9月 実施 10月 実施 11月 実施 12月 実施 1月 実施 2月 実施 3月 実施	5月 実施	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月				
			(2) 調理時手順事項の確認(口頭説明) ア 前学期の反省、変更点及び注意事項 イ 野菜洗浄の手順 ウ 機器の取扱手順 エ 器具の洗浄手順と複数確認	4月 実施 7月 実施 8月 実施 9月 実施 10月 実施 11月 実施 12月 実施 1月 実施 2月 実施 3月 実施	5月 実施	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月				
			(3) ノロウイルス等注意事項確認(口頭説明) ア 体調不良時の行動 イ 家族の体調不調時の取扱	4月 実施 7月 実施 8月 実施 9月 実施 10月 実施 11月 実施 12月 実施 1月 実施 2月 実施 3月 実施	5月 実施	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月				
			2 金属片の混入防止 (1) スライサー等の使用前後の確認をカゴごとにチェック表でチェックする。 (2) バター等の包み紙が混入しないよう複数名で作業し、剥がした包み紙に破れがないかも確認する。 3 髪の毛の混入防止 調理員が相互に服装確認する。調理工程ごとに実施する。毎日実施する。	4月 実施 7月 実施 8月 実施 9月 実施 10月 実施 11月 実施 12月 実施 1月 実施 2月 実施 3月 実施	5月 実施	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月				
(1) 栄養士により服装確認を概ね1時間ごとにチェック表を用いて行う。 a 調理着に髪の毛等付着有無 b 頭髪の露出有無 c 帽子鞄紐のはずれ有無 d マスクのスリ有無 e 手袋の破損有無	4月 実施 7月 実施 8月 実施 9月 実施 10月 実施 11月 実施 12月 実施 1月 実施 2月 実施 3月 実施	5月 実施	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月							

