

学校給食献立表

平成26年12月 (15回)

長久手給食センター

曜日	献立名	ジャム マーガリン 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
1月	みそしる さわらのてりやき ほうれんそうとささみのあえもの		牛乳 とうふ・あぶらあげ わかめ・あかみそ さわら・ささみ	だいこん・にんじん・ねぎ ほうれんそう・もやし	ごはん さとう・でんぶ ごま
2火	つくねじる ぶたにくのしょうがいため だいこんサラダ		牛乳 にくだんご・ぶたにく	にんじん・はくさい・ねぎ ほししいたけ・しょうが・たまねぎ だいこん・きゅうり・キャベツ	ごはん さとう・でんぶ ごま・こめあぶら ごまあぶら
3水	けんちんじる てっかみそ ひとしおづけ	ミニようなしゼリー	牛乳 とりにく・とうふ だいず・はんぺん ぶたにく・あかみそ しおふきこんぶ	にんじん・だいこん・ねぎ ごぼう・しょうが・こんにやく いんげん・きゅうり・はくさい	ごはん さとも・でんぶ ごまあぶら・さとう ごま・ミニようなしゼリー
4木	ちゅうかおこわ はくさいのスー あげぎょうざ (小2こ・中3こ)	◎ヨーグルト (乳)	牛乳 ぶたにく・えび・とりにく ヨーグルト・ぎょうざ	ほししいたけ・たけのこ・ねぎ えだまめ・にんじん・はくさい	かまい アルファ さとも・こめあぶら ごまあぶら
5金	ひきつなぎ わふうツナサ みか		牛乳 とりにく・やきとうふ かまぼこ・オイルツナ	こんにやく・にんじん・ねぎ はくさい・えのきたけ・キャベツ きゅうり・みかん	ごはん こめあぶら・なまふ さとも・ごまあぶら
8月	とうもろこしのうすくず きりほしだいこんのごま さばみそに		牛乳 とうふ・えび くきわかめ・とりにく オイルツナ・さばみそに	にんじん・ねぎ・とうもろこし きりほしだいこん・きゅうり	ごはん でんぶ・さとも ごま
9火	はっぼうさい (卵) しゅうまい (小2こ・中3こ) きゅうりのごまじょうゆあえ		牛乳 ぶたにく・えび・いか うずらたまご しゅうまい	しょうが・にんじん・グリーンピース はくさい・たまねぎ ほししいたけ・きゅうり	ごはん ごまあぶら・でんぶ ごま・さとも
10水	のっぺい ひじきいため あじフライ		牛乳 ぶたにく・あぶらあげ とりにく・ひじき なまあげ・あじフライ	だいこん・にんじん・ねぎ こんにやく・とうもろこし	ごはん さとも・でんぶ こめあぶら・さとも
11木	ごもくあんかけ (卵) ブロックリーのサ あつやきたまご (卵)	ごまドレッシング (卵)	牛乳 ぶたにく・うずらたまご チキンハム あつやきたまご	にんじん・もやし・はくさい ほししいたけ・ねぎ・ブロッコリー キャベツ・とうもろこし	めんソフト でんぶ ごまドレッシング
12金	カレーライス (乳) グリーンサ ミニトマト (小2こ・中3こ)		牛乳 ぶたにく・こなチーズ チキンハム	にんじん・たまねぎ・トマト パナ・りんご・きゅうり キャベツ・パセリ・ミニトマト	ごはん じゃがいも・こめあぶら ごむぎこ・バター オリーブあぶら・さとも
15月	なめこ ぶたにくとなまあげのうめ いわしのうめに		牛乳 とうふ・あかみそ しろみそ・ぶたにく なまあげ・いわしうめに	にんじん・だいこん・なめこ ねぎ・しょうが・たまねぎ ほししいたけ・いんげん	ごはん さとも・でんぶ
16火	パンプキンポタージュ (乳) ハンバーグのトマトソースかけ フレンチサラダ		牛乳 とりにく・えび ちゅうりょうきゅうりにゅう なまクリーム スティックハンバーグ	たまねぎ・かぼちゃ・キャベツ マッシュルーム・パセリ・きゅうり にんじん・とうもろこし	ロール サレ バター・ごむぎこ こめあぶら・さとも オリーブあぶら
17水	みそおでん (卵) わふうサ りんご		牛乳 ぶたにく・はんぺん うずらたまご・あかみそ ささみ	だいこん・こんにやく・にんじん キャベツ・きゅうり・りんご	ごはん さとも・さとも
18木	しろみぎかなのあま 豆腐とわかめのスー		牛乳 しろみぎかなのからあげ ロースハム・とうふ ぶたにく・わかめ	にんじん・たまねぎ・キャベツ きゅうり・ねぎ・もやし	ごはん こめあぶら・さとも でんぶ・ごま ごまあぶら
19金	コーンピラフ (乳) やさいたっぷりスー A チキンカツ	◎もものタルト	牛乳 とりにく・ベーコン チキンカツ	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 はくさい・セロリー・パセリ	かまい アルファ バター・じゃがいも こめあぶら もものタルト
19金	コーンピラフ (乳) やさいたっぷりスー B ほしがた ミンチカツ	◎ガトーショコラ	牛乳 とりにく・ベーコン ほしがたミンチカツ	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 はくさい・セロリー・パセリ	かまい アルファ バター・じゃがいも こめあぶら ガトーショコラ

◎は業者が直接学校へ配送します。

○HPに詳細な材料表がのっています。

献立について

12月8日 (月) 「きりほしだいこんのごまざあえ」は月に一度のかみまる君の日です。よくかんで食べましょう。

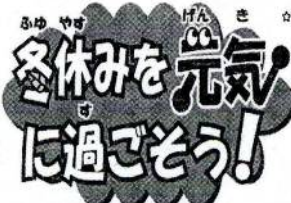
12月16日 (火) 「パンプキンポタージュ」は、かぼちゃを使ったスープです。12月22日の冬至にちなみかぼちゃをつけます。いつもの煮物とちよっと違いますね。「ハンバーグのトマトソースかけ」はサンドイッチロールパンにはさんで食べましょう。

12月19日 (金) クリスマスセレクトランチです。A・Bのメニューのどちらをあなたは選びましたか。

長久手市の野菜が給食に登場します。
だいこん 1日 (月) 3日 (水) 10日 (水) 17日 (水)
原田晋安さん、浅井政行さん、與語紀元さん、小倉圭子さん
はくさい 4日 (木) 9日 (火) 19日 (金)
鈴木重夫さん、與語紀元さん



都合により食材の変更をさせていただく場合があります。古紙配合率100%再生紙を利用しています。白色度70%



風邪やインフルエンザがはやる季節です。冬休みを楽しく過ごすためには何よりも健康第一！風邪で寝込んでお休みが終わって

しまった…などとならないよう、体調管理に気をつけましょう。



<p>こまめな手洗い・うがい</p>	<p>早寝・早起き</p>	<p>朝・昼・夕の3食をバランスよく食べる</p>
<p>適度に体を動かす</p>	<p>室内の換気をする</p>	<p>外出の際はマスクをする</p>





保育園給食献立表

平成26年12月

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 など	主 食	お や つ
1月	豚ま 酢あ 汁 えぐ あん かけ ハンバー	よいこ牛乳	大根・豚もも肉・にんじん・ごぼう・こんにゃく・ねぎ・豆腐/鶏ささみ・もやし・キャベツ・きゅうり・しょうが・ごま	ごはん	ベジタブルせんべい
2火	吉 野 汁 そ ぼ ろ り は た こ ナ ゲ ッ	よいこ牛乳	大根・鶏むね肉・にんじん・生揚げ・ねぎ/鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・たまご	ごはん (各園炊飯)	りんごゼリー
3水	肉 じ や 大 根 サ 五 目 厚 ラ 目 焼 き	よいこ牛乳	じゃがいも・たまねぎ・いんげん・こんにゃく・豚もも肉・干しいたけ・にんじん/大根・きゅうり・ハム・ごま油	ごはん	かみかみおやつ 2歳児:お菓子の山かきとう 0.1歳児:かばちャポーロ
4木	コ ー ク リ ー ム ス ー プ ポ ン バ ス タ の ソ テ 焼 き	よいこ牛乳	鶏もも肉・たまねぎ・とうもろこし・にんじん・パセリ・バター・スキムミルク・粉チーズ/ベーコン・マカロニ・にんじん・グリーンピース/鶏もも肉	ロールパン	オレンジ
5金	か き た ま 汁 さ ば み そ 煮 型 抜 き チ ー ズ	よいこ牛乳 ミニゼリー (洋なし)	たまご・豆腐・かまぼこ・にんじん・みつば/ごぼう・にんじん・いんげん・豚もも肉・ごま・ごま油	ごはん	カルテツゴフレット
6土	ミ ニ ト マ ト	土曜日牛乳		おにぎり	
8月	腐 ー 豆 る さ め サ ラ ご ぼ う 入 り つ ぐ	よいこ牛乳	豆腐・豚ひき肉・ねぎ・にら/きゅうり・ハム・はるさめ・キャベツ・ごま油	ごはん	カリボテスナック
9火	五 目 ご は も ち も ち 団 子 汁 けんちんしのだのあんかけ	よいこ牛乳	米・にんじん・干しいたけ・こんにゃく・鶏むね肉/ジャガポール・はくさい・ねぎ・大根・にんじん・豚もも肉・干しいたけ/けんちんしのだ・枝豆	五目ごはん	アセロラゼリー
10水	鶏 の す 煮 ゆ か り 和 えん み か か	よいこ牛乳	鶏もも肉・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・きゅうり・ゆかり粉	ごはん	おさかなサブレ
11木	ミ ー ト ソ ー ス ブ ロ ッ コ リ ー の ご ま 和 え あ じ フ リ ッ タ	よいこ牛乳	あいびき肉・たまねぎ・ピーマン・にんじん・粉チーズ・バター/ブロッコリー・ごま	ソフト麺	水族館クッキー
12金	高 野 豆 腐 の 煮 付 け 白 菜 お ひ た け わ は ぎ の 野 菜 あ ん かけ	よいこ牛乳	高野豆腐・鶏むね肉・にんじん・干しいたけ・ちくわ・いんげん/はくさい・ほうれん草/かわはぎ・にんじん・ねぎ	ごはん	ブルーベリーヨーグルト
13土	ー ロ チ ー ズ	土曜日牛乳		おにぎり	
15月	八 宝 酢 づ か け の 中 華 煮 カ ツ レ ー ラ イ チ ナ サ ラ ス タ キ ナ ビ カ タ	よいこ牛乳	豚もも肉・キャベツ・にんじん・たまねぎ・あさり・干しいたけ・ピーマン/かぶ・レモン果汁/さけ・しょうが・にんじん・たけのこ	ごはん	カルテツウエハース 発酵乳
16火	カ ツ レ ー ラ イ チ ナ サ ラ ス タ キ ナ ビ カ タ	よいこ牛乳	たまねぎ・にんじん・じゃがいも・豚もも肉・バター・スキムミルク・パナナ・りんご・粉チーズ/キャベツ・きゅうり・まぐろ油漬/とうもろこし	ごはん (各園炊飯)	ミレービスケット
17水	関 東 の ま 和 ま ニ ト マ 煮 ポ ー ク ビ ー ン ス ア メ リ カ ン サ ラ ス ル ー ツ ミ ッ ク ス	よいこ牛乳	大根・こんにゃく・里芋・うずら卵・玉はんぺん・がんもどき・昆布・鶏もも肉/まな・小松菜・もやし・ごま	ごはん	小魚ぼんせん
18木	ア メ リ カ ン サ ラ ス ル ー ツ ミ ッ ク ス	よいこ牛乳 りんごジャム	豚もも肉・大豆・たまねぎ・じゃがいも・にんじん・ピーマン・パセリ・粉チーズ/ベーコン・きゅうり・キャベツ・チーズ・ポテトチップス/黄桃・みかん・パイナップル	スライスパン	ミニ野菜スティック
19金	じ ゃ こ は あ さ り の 味 噌 五 目 汁 豆	よいこ牛乳	米・にんじん・しらす干し/あさり・ねぎ・大根・じゃがいも/鶏むね肉・大豆・にんじん・ごぼう・干しいたけ・こんにゃく・昆布	じゃこごはん	ピーチゼリー
20土	ソ ー セ ー	白桃豆乳		エッグパン	
22月	ひ じ き ご は え び し ん じ ょ う 汁 か ぼ ち ゃ の そ ぼ ろ 煮	よいこ牛乳	米・ひじき・にんじん・こんにゃく・しめじ・鶏むね肉/えびだんご・みつば・豆腐・えのきたけ・干しいたけ/かぼちゃ・豚ひき肉・いんげん	ひじきごはん	2歳児:ひじきチップ 0.1歳児:赤らんせんべい
24水	シ ー フ ー ド ビ ラ ポ カ ー ト フ か ら あ げ	よいこ牛乳	米・ベーコン・にんじん・いか・えび・あさり・グリーンピース・とうもろこし/じゃがいも・にんじん・たまねぎ・キャベツ・セロリー・ウインナー/鶏もも肉	シーフード ピラフ	カルテツ ペビードーナツ
25火	や き そ ば 五 才 目 汁	よいこ牛乳	やきそば麺・豚もも肉・キャベツ・にんじん・ピーマン・青のり粉/鶏むね肉・にんじん・たまねぎ・うずら卵・干しいたけ・ねぎ	ロールパン	スティック菓子
26金	委 託 弁 当	よいこ牛乳	星のハンバーグ/花型豆腐/揚げぎょうざ/粉ふき芋/カラフルピーマンともやしの中華炒め	ごはん	ヨーグルト
27土	ー ロ チ ー ズ	土曜日牛乳		おにぎり	

年の区切りの大晦日

1年の最後の日、12月31日を「大晦日(おおみそか)」と呼びます。新年を迎える準備として、家の内外をきき清め、正月の飾りを整え、もちつき、おせち料理などを作ります。夜には年越しそばを食べ、除夜の鐘を聞きます。

1年を振り返り、新しい年への希望を膨らませる区切りのときです。

冬至のかぼちゃ

冬至は12月22日は冬至の日です。1年でいちばん昼が短く、夜が長い日です。昔から、この日にかぼちゃを食べる習慣がありました。かぼちゃにはかぜの予防になる栄養素が、たっぷり詰まっているからです。給食でも22日に「かぼちゃのそぼろ煮」を出します。しっかり食べてかぜに負けない体を作りましょう。

17日の「まなのごま和え」のまなは長久手市でとれたものです。まなは長久手市の伝統野菜で「もち菜」のことです。

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。

