

# 令和5年度 12月 給食献立表(A献立)

小城市学校給食センター

日	献立名	★牛乳	献立材料名						栄養価 小学校 中学校 (kcal)	アレルギー特定原材料8 品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ)	
			(赤) 主に体を作るものとなる		(緑) 主に体の調子を整えるものとなる		(黄) 主にエネルギーのもととなる				その他
			1群 卵・肉・魚・大豆	2群 牛乳・海藻・ 小魚	3群 緑黄色野菜	4群 淡色野菜・ 果物・きのこ	5群 穀類・いも類	6群 油脂類			
1 金	ごはん						米		590		
	さばのごまみそ焼き	○	さば みそ				砂糖	ごま			酒 しょうゆ みりん
	白菜とほうれん草の 煮浸し		油揚げ かつお節	にんじん ほうれん草	白菜						みりん しょうゆ かつお昆布だし
	れんこんのみぞれ汁		とうふ	にんじん ねぎ	れんこん ごぼう 干椎茸 大根						酒 塩 しょうゆ かつお昆布だし
4 月	ごはん						米		560	うずら卵(卵) ウインナーは、特定原材 料を含みません	
	おでん煮	○	どり肉 厚揚げ ウインナー ★うずら卵	にんじん きぬさや	大根		じゃがいも こんにゃく 砂糖				酒 しょうゆ みりん 塩 かつお昆布だし
	小城のゆず昆布和え			塩っぱ	にんじん	白菜 きゅうり ゆず		ごま			しょうゆ
	1食のり ヨーグルト (中学校のみ)			のり							
5 火	小型黒糖パン						★黒糖パン		600	ちゃんぼん麺(小麦) かまぼこは、特定原材 料を含みません	
	焼きちゃんぼん	○	ぶた肉 かまぼこ	にんじん ねぎ	しょうが 玉ねぎ もやし キャベツ きくらげ コーン		★ちゃんぼん 麺	油			からスープ(酢・ク&リン) 鶏湯 中華味 しょう ゆ 酒 塩 こしょう
	うす味野菜いろいろ 肉団子		うす味野菜いろい ろ肉団子								
	カラフル酢の物			赤・黄パプリカ	切干大根 きゅうり	砂糖	ごま ごま油	しょうゆ 酢			
6 水	ごはん						米		610	かまぼこは、特定原材 料を含みません	
	鶏肉の甘酢あん	○	鶏肉		しょうが りんごピューレ	砂糖 片栗粉		塩 こしょう 酒 しょうゆ みりん ケチャップ 酢			
	青菜とこんにゃくの おから炒め		おから かまぼこ	ごまつな	玉ねぎ えだまめ	こんにゃく 砂糖	油	しょうゆ みりん かつお昆布だし			
	小城の冬野菜みそ汁		厚揚げ みそ	ねぎ	白菜 だいこん	ざといも		かつお昆布だし			
7 木	小型ミルクパン						★ミルクパン		710	スパゲティ(小麦)	
	ミートスパゲティ	○	牛肉 ぶた肉 大豆	にんじん パセリ トマト水煮	玉ねぎ エリンギ にんにく	★スパゲティ 砂糖	オリーブ油	ワイン 塩 こしょう ケチャップ とんかつソース			
	さつまいものサラダ			にんじん ブロッコリー	きゅうり	さつまいも	マヨネーズ (卵なし)	塩 こしょう りんご酢			
	みかん				みかん						
8 金	ごはん						米		650	さんまみぞれ煮は、特定 原材料を含みません	
	さんまのみぞれ煮	○	さんまみぞれ煮								
	ひじきの炒め煮		油揚げ	ひじき	にんじん	玉ねぎ えだまめ	こんにゃく 砂糖	油			しょうゆ みりん 酒 かつおだし
	鶏ごぼうみそ汁		鶏肉 とうふ みそ	にんじん ねぎ	ごぼう 玉ねぎ	さつまいも	油	かつおだし			
11 月	ごはん						米		640	アルファルファは、特定 原材料を含みません	
	ハヤシルウ	○	豚肉	にんじん	玉ねぎ エリンギ しめじ にんにく		油	アルファルファ トビエール ワイン 塩 リターソース こしょう			
	温野菜のサラダ			ブロッコリー	キャベツ カリフラワー コーン		野菜いっぱい ドレッシング (和風)				
	さがみかんゼリー					さがみかんゼ リー					
12 火	ミルクパン						★ミルクパン		630	かぼちゃコロッケ(小 麦)	
	かぼちゃコロッケ	○			★かぼちゃコロ ッケ		油				
	コールスローサラダ			にんじん	キャベツ きゅうり 玉ねぎ コーン		カレールウ ドレッシング	塩 こしょう			
	ラビオリスープ		鶏肉 ★ラビオリ	にんじん ほうれん草	玉ねぎ	じゃがいも	油	鶏がらだし ワイン しょうゆ 塩 こしょう			

【食物アレルギーに関すること】

- ※ 食物アレルギー等で対応が必要な場合は、毎回、献立表を確認してください。
- ※ ★印は、特定原材料(8品目)(えび、かに、くるみ、小麦、卵、乳、そば、落花生(ピーナッツ))について表示しています。
- ※ しょうゆ、コンソメなどの調味料の小麦の表示はしていません。
- ※ パンは、小麦、乳、木の実(クルミ、アーモンド)を含みます。
- ※ そば、落花生、キウイフルーツは、給食で使用しません。

# 令和5年度 12月 給食献立表(A献立)

小城市学校給食センター

日	献立名	★牛乳	献立材料名						栄養価 小学校 中学校 (kcal)	アレルギー特定原材料8 品目を含む食品表示 (えび かに 小麦 そば 卵 乳 落花生 くるみ)	
			(赤) 主に体を作るものとなる		(緑) 主に体の調子を整えるものとなる		(黄) 主にエネルギーのものとなる				その他
			1群 卵・肉・魚・大豆	2群 牛乳・海藻・ 小魚	3群 緑黄色野菜	4群 淡色野菜・ 果物・きのこ	5群 穀類・いも類	6群 油脂類			
13 水	ごはん						米			590  710	かまぼこ、やさいふりかけは、特定原材料を含みません
	さといもの そばあんかけ	○	とり肉		にんじん	ごぼう れんこん えだまめ しょうが	さといも 砂糖 片栗粉	油	しょうゆ 酒 みりん かつおだし		
	白菜鍋		豚肉 かまぼこ 豆腐		にんじん ねぎ	白菜 大根 干椎茸 ゆ ず	春雨	油	しょうゆ 酒 塩 かつおだし		
	やさいふりかけ		ふりかけ								
14 木	小型ミルクパン						★ミルクパン			590  800	スパゲティ(小麦)  黒糖ビーンズは、特定原材料を含みません
	ジャージャー麺	○	ぶた肉 みそ		にんじん こまつ な	玉ねぎ たけのこ きく らげ しょうが にんにく	★スパゲティ	油 ごま油	酒 塩 しょうゆ みりん からスープ(ポーク&キノ) 甜面醤 豆板醤		
	チンゲン菜の炒め物		とり肉		にんじん チンゲン菜	もやし にんにく	じゃがいも	ごま油	塩 こしょう		
	黒糖ビーンズ (小中のみ)		黒糖ビーンズ								
15 金	ごはん						米			620  740	ロースとんかつ(小麦)
	とんかつ	○	★ロースとんかつ					油			
	ほうれん草の 佐賀のり和え			のり	ほうれん草 にんじん	キャベツ 切干大根	砂糖		しょうゆ		
	れんこんと 厚揚げのみそ汁		厚揚げ みそ		菜ねぎ	れんこん 玉ねぎ 白菜 えのき			かつお昆布だし		
18 月	ごはん						米			630  890	しゅうまい(小麦)
	しゅうまい	○	★しゅうまい								
	中華サラダ				にんじん	きゅうり きくらげ	はるさめ 砂糖	ごま油	しょうゆ 酢		
	麻婆豆腐		ぶた肉 豆腐 みそ		にんじん	玉ねぎ たけのこ 白ねぎ 干椎茸 しょうが にんにく	砂糖 片栗粉	ごま油 油	酒 しょうゆ からスープ(ポーク&キノ) 豆板醤		
19 火	ミルクパン						★ミルクパン			740  970	ハンバーグ、アレルギーフリー フェイェーブルークN、植物性 シールドチーズ、お米deグ ラスチョコカーキは、特定原材料 を含みません
	もみの木型 ハンバーグ	○	ハンバーグ						ケチャップ みりん ウスターソース		
	野菜ソテー				にんじん ほうれん草	もやし 玉ねぎ キャベ ツ		油	塩 こしょう しょうゆ コンソメ		
	冬野菜の クリームシチュー		とり肉 豆乳 植物性シールドチーズ		にんじん ブロッコリー	玉ねぎ 白菜	さといも	油	アレルギーフリーフェイェーブルーク N 塩 こしょう コンソメ コイソム		
クリスマスケーキ							お米deグ ラスチョコカーキ				
20 水	ごはん						米			610  740	ドレッシング韓国ナムルは、特定原材料を含みません
	ピビンバ	○	ぶた肉 みそ			玉ねぎ にんにく しょうが	砂糖	ごま油	酒 しょうゆ みりん		
	ナムル				ほうれん草 にんじん	もやし			ドレッシング韓国 ナムル		
中華風コーンスープ		とり肉 豆腐		にんじん こまつな	玉ねぎ たけのこ しめじ クリームコーン	片栗粉	油	塩 しょうゆ 中華味 酒			
21 木	ごはん						米			720  850	カレールー(ルー)(小麦)  アレルギーフリーフェイェーブルーク、 ウイナー、イタリアドレッシング は、特定原材料を含みません
	ポークカレー	○	ぶた肉		にんじん ブロッコリー	しめじ 玉ねぎ にんにく しょうが りんごピューレ	じゃがいも	油	チャップ アレルギーフリーフェイェーブルーク ★カレー(ルー) カレ粉 ケチャップ こしょう ウスター ソース ワイン 酒		
	ウイナー		ウイナー								
	イタリアンサラダ				赤ピーマン	キャベツ きゅうり コーン			イタリアドレ ッシング		
22 金	終業式										

**【食物アレルギーに関すること】**

- ※ 食物アレルギー等に対処が必要な場合は、毎回、献立表を確認してください。
- ※ ★印は、特定原材料(8品目)(えび、かに、くるみ、小麦、卵、乳、そば、落花生(ピーナッツ))について表示しています。しょうゆ、コンソメなどの調味料の小麦の表示はしていません。
- ※ パンは、小麦、乳、木の実(クルミ、アーモンド)を含みます。
- ※ そば、落花生、キウイフルーツは、給食で使用しません。