

令和5年度 12月 給食献立表(B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			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	○	とりに肉 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 こんにやく 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			塩つば	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							770
4 月	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			
5 火	ごはん					米			610		
	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			
	青菜とこんにやくの おから炒め		おから かまぼこ		ごまつな	玉ねぎ えだまめ	こんにやく 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 だいごん	ざといも	かつお昆布だし			
6 水	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 がらす(ボーク&丼) 鶏豚湯 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			
7 木	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	こんにやく 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	ざつまいも	油 かつおだし			
8 金	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			
	ざつまいものサラダ				にんじん ブロッコリー	きゅうり	ざつまいも	マヨネーズ (卵なし) 塩 こしょう りんご酢			
	みかん				みかん						
11 月	ごはん					米			630	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 がらす(ボーク&丼) 豆板醤			
12 火	ごはん					米			590	かまぼこ、やさいふりか けは、特定原材 料を含み ません	
	ざといものそぼろあんか け	○	とりに肉		にんじん	ごぼう れんこん えだまめ しょうが	ざといも 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								

【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(B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				
13 水	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		クリームソフドレッシング	塩 こしょう			840	クリームソフドレッシングは特定原材料を含みません ラビオリ (小麦)
	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				
14 木	ごはん						米		620	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			740	かつお昆布だし
	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							
15 金	小型ミルクパン						★ミルクパン		590	スパゲティ (小麦)		
	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		★スパゲッ ティ	油 ごま油			酒 塩 しょうゆ みりん がらスープ (豚骨&鶏骨) 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			800	黒糖ビーンズは、特定原材料を含みません
	黒糖ビーンズ	黒糖ビーンズ										
18 月	ごはん						米		640	アレルギーハヤシルウは、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	アレルギーハヤシルウ トビコロ ウイン 塩 ウスターソース 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)				770	野菜いっぱいドレッシング (和風)、さがみかんゼリーは、特定原材料を含みません
	さがみかんゼリー						さがみかんゼ リー					
19 火	ごはん						米		610	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			740	塩 しょうゆ 中華味 酒
	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					
20 水	ミルクパン						★ミルクパン		740	ハンバーグ、アレルギーフリー フェイノイトフルクN、植物性 シュレッドチーズ、お米deグ ラスチョコケーキは、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						ゲチャップ 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 植物性シュレッドチーズ		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ノイトフルク N 塩 こしょう コンソメ トビコロ			970	お米deグ ラスチョコ ケーキ
クリスマスケーキ												
21 木	ごはん						米		720	カレールー(フルク)(小麦) アレルギーフリーフルク、ウイ ナー、イタリアンドレッシングは、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 りんごピュール	じゃがいも	油	チヂミ アレルギーフリーフルク ★カレー(フルク) カレー粉 ゲチャップ こしょう ウスターソ ース ワイン 酒				
	ウインナー	ウインナー										
	イタリアンサラダ			赤ピーマン	キャベツ きゅうり コーン		イタリアンドレ ッシング	こしょう			850	
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。