

1月 学校給食こんだて表

(幼・小学校用) 射水市学校給食センター

平成27年 1月

日	曜	こんだてめい	あか 体をつくるもとになるもの	き エネルギーのもとになるもの	みどり 体の調子を整えるもとになるもの	給食のない 幼稚園・小学校
9	金	・コッペパン ・とりにくとだいずのあげがらめ● ・ペンネのトマトソース ・ポトフ ・ぎゅうにゅう ・りんご	ぎゅうにゅう だいず とりにく ぶたにく ウインナー	コッペパン でんぶん あぶら カシューナッツ さとう ペンネ じゃがいも	しょうが にんにく たまねぎ にんじん ブロッコリー キャベツ りんご トマト パセリ かぶ	
13	火	・ごはん ・コーンしゅうまい ・もやしのナムル ・マーボー豆腐 ・ぎゅうにゅう ・みかん	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ みそ しゅうまい	ごはん さとう ごま あぶら でんぶん	コーン もやし きゅうり しょうが にんにく しいたけ たまねぎ にんじん ねぎ みかん たけのこ	
14	水	・ミニコッペパン ・やきそば ・チキンナゲット ・フルーツヨーグルトあえ◎ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく いか チキンナゲット ヨーグルト あおのり	コッペパン ちゅうかめん あぶら ナタデココ フルーツソース	キャベツ もやし みかん パイン もも パナナ にんじん	作道小5・6年生
15	木	・ごはん ・あかうおのあまずあんかけ ・やさいのアーモンドあえ ・しらたまだんごじる ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう あかうお とうふ やわらかかまぼこ わかめ みそ	ごはん でんぶん あぶら さとう アーモンド しらたまだんご	たまねぎ パプリカ(あか・き) しめじ ほうれんそう キャベツ ねぎ にんじん だいこん	
16	金	・ごはん ・さばのカレーやき ・じゃがいものとき ・きのこじる ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう さば あぶらあげ みそ かつおぶし	ごはん じゃがいも さとう あぶら	いんげん だいこん しめじ まいたけ なめこ ごぼう にんじん ねぎ はくさい	
19	月	・むぎごはん ・ポークカレー◎ ・あつやきたまご★◎ ・グリーンサラダ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく チーズ あつやきたまご	むぎごはん じゃがいも あぶら さとう ごま	にんにく しょうが たまねぎ にんじん キャベツ アスパラガス ブロッコリー	
20	火	・わかめごはん ・さわらのごまみそかけ ・きんときにまめ ・おでん★ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう さわら みそ きんときまめ あつあげ さつまあげ うずらたまご わかめ	ごはん さとう ごま でんぶん くり こんにやく さといも ぎんなん あぶら	だいこん しょうが にんじん	新湊小5・6年生 堀岡小5・6年生
21	水	・コッペパン ・ハンバーグ ・ビーンズサラダ★● ・たまごとコーンのスープ★ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ハンバーグ だいず いんげんまめ とりにく たまご	コッペパン さとう マヨネーズ ごま でんぶん あぶら	キャベツ きゅうり たまねぎ コーン えのき パセリ にんじん	放生津小5・6年生
22	木	・ごはん ・ししゃもフライ(ぎよらん)★(幼稚園:きびなこのクリスマスあげ) ・はりはりづけ ・すきやきふうじ ・オレンジ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう ぶたにく ししゃも(幼:きびなご) とうふ	ごはん あぶら さとう こんにやく	ほうれんそう キャベツ きりぼしだいこん たけのこ にんじん ねぎ しいたけ オレンジ はくさい	片口小5・6年生
23	金	・こめこパン ・ウインナー ・フレンチサラダ★ ・かぼちゃポタージュ◎ ・ぎゅうにゅう ・ミックスナッツ	ぎゅうにゅう ウインナー ベーコン	こめこパン ドレッシング じゃがいも こむぎこ パター なまクリーム ガルパソ アーモンド ジャイアントコーン カシューナッツ	キャベツ ブロッコリー きゅうり かぼちゃ たまねぎ パセリ	東明小5・6年生
26	月	・チキンライス ・うすやきたまご★ ・しろみぎかなフライ ・さつまいものスープ ・ぎゅうにゅう ・タルタルソース★	ぎゅうにゅう とりにく たまご しろみぎかな ベーコン ひよこまめ	ごはん さとう あぶら さつまいも タルタルソース	たまねぎ コーン キャベツ ブロッコリー パセリ にんじん	作道小全年
27	火	・ごはん ・さけのあげほのやき★ ・くるみあえ ・のっぺいじる ・ぎゅうにゅう ・ささだんご	ぎゅうにゅう さけ みそ とりにく とうふ	ごはん マヨネーズ くるみ さとう こんにやく さといも ささだんご でんぶん	ほうれんそう もやし しめじ にんじん ねぎ だいこん	塚原小5・6年生
28	水	・しよくパン ・しろえびのかきあげ※ ・コールスローサラダ ・いみずのスープ ・ぎゅうにゅう ・こぶくるソース ・りんごヨーグルト◎	ぎゅうにゅう しろえび ぶたにく わかめ ヨーグルト	しよくパン あぶら さとう はるさめ	キャベツ きゅうり こまつな まいたけ たけのこ もやし にんじん ねぎ	
29	木	・ごはん ・きすの天ぷら ・かわりづけ ・ちゃんこなべ ・ぎゅうにゅう ・のりのつくだに ・クレープ★◎	ぎゅうにゅう きす とうふ つくね のり みそ	ごはん あぶら ごま じゃがいも クレープ	キャベツ もやし たくあん はくさい しめじ だいこん にんじん ねぎ えのき	
30	金	・ミニコッペパン ・とりにくのてりやき ・こんにやくとねぎのいためもの ・おつきりこみ ・ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう とりにく さつまあげ あぶらあげ	コッペパン さとう ごま あぶら きしめん こんにやく さといも	しょうが あかパプリカ たけのこ ねぎ にんじん しいたけ ごぼう はくさい だいこん	

今月の射水の食材・・・にんじん・さといも・ねぎ ※ 食材料の都合により変更することもあります。

食物アレルギーの対応について

次の食品が含まれている場合は、献立名の横に 卵・卵製品…★ 牛乳・乳製品…◎ カニ・エビ…※

印を付けましたので、参考にしてください。

ピーナッツ…▲ 大豆・豆乳(豆腐など加工食品は除く)…●

せんごくがつこうきゅうしよくしゅうかん