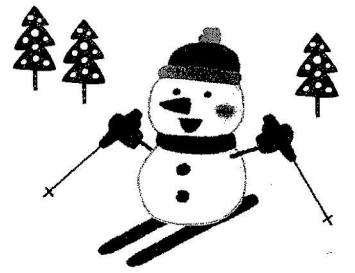




# 予定献立表

## 好き嫌いをなくそう



2015(平成27)年12月分 (12月1日~25日18日間)

富良野学校給食センター

月	火	水	木	金	
<p><b>アレルギーとなる食材の表示について</b></p> <p>当センターでは、単品での「揚げ物・蒸し物・焼き物」について、食品衛生法による表示義務の対象となっている、食品7品目(卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生)の内容を表示しますので参考してください。</p>	<p><b>1</b></p> <p>・じゃがいものスープ</p> <p>・ビーフン炒め</p> <p>・チキンオープン焼き</p> <p>ミルクパン 牛乳</p> <p>小 747 中 898</p> <p>じゃがいも たまねぎ ビーフン ふたにく たまねぎ ふなしめじ にんじん たけのこ ピーマン</p> <p>ビーフン(中国語)は、うるち米(米粉)を麺状にしたものです。ベトナムではフォーと呼ばれています。</p>	<p><b>2</b></p> <p>・野菜かき揚げ丼</p> <p>・石狩汁</p> <p>・小松菜と白菜のジャコ和え</p> <p>・天丼のたれ</p> <p>・牛乳</p> <p>小 655 中 759</p> <p>さけ キャベツ だいこん とうふ つき こんにやく にんじん たまねぎ ごぼう こまつな はくさい ちりめん ごま</p> <p>ジャコ和えの「じゃこ」は、ちりめんじゃこのことを言います。 鰯の稚魚をよく乾燥させた物です。</p>	<p><b>3</b></p> <p>・みそ野菜ラーメン</p> <p>・きなこもち</p> <p>☆カットフルーツ(りんご)</p> <p>・牛乳</p> <p>小 755 中 881</p> <p>ふたにく もやし はくさい にんじん たまねぎ ごま しらたま きなこ</p> <p>今日のきなこちは、北海道産のきな粉を使っています。 大豆の栄養をたっぷり頂きましょう。</p>	<p><b>4</b></p> <p>・のっぺい汁</p> <p>・野菜のかつお節和え</p> <p>・ちくわの磯辺揚げ</p> <p>ごはん 牛乳</p> <p>小 611 中 798</p> <p>さといも ほたて にんじん たけのこ しいたけ こんにやく キャベツ にんじん ほうれんそう もやし わかめ ごま</p> <p>いろいろな地域で食べられているのっぺい汁。 地域によって使われる材料やとろみ加減が違うのが特徴です。</p>	
	<p><b>7</b></p> <p>・みそ汁</p> <p>・炒りどり</p> <p>・えびと野菜の包み蒸し</p> <p>小 614 中 766</p> <p>はくさい あぶらあげ とりにく ごぼう たけのこ たまねぎ にんじん しいたけ こんにやく</p> <p>いろいろな食材のおいしさが、楽しめるのが炒りどりです。 うす味は食べ終わった後に満足感がくるものです。</p>	<p><b>8</b></p> <p>・ミネストローネ</p> <p>・ポイル野菜のサラダ</p> <p>・メンチカツ</p> <p>バターパン 牛乳</p> <p>小 643 中 762</p> <p>マカロニ キャベツ にんじん たまねぎ じゃがいも ベーコン トマト いんげん ブロッコリー キャベツ あかピーマン きピーマン</p> <p>リクエストでも常連のメンチカツ。 日本で考えられた洋食の料理で、メンチカツと呼ぶ地域もあるそうです。</p>	<p><b>9</b></p> <p>・カレーライス</p> <p>・アセロラジュレ</p> <p>・ミルク寒天あえ</p> <p>・ポークウインナー</p> <p>・豆乳飲料</p> <p>小 782 中 954</p> <p>じゃがいも にんじん たまねぎ いんげん コーン アセロラジュレ ミルクかんでんヨーグルト</p> <p>カレーの日に豆乳飲料などをつけるのは、エネルギーを取り過ぎない目的があります。飲み物も目的があつてついています。</p>	<p><b>10</b></p> <p>・焼きうどん</p> <p>・大豆ナゲット</p> <p>・さけるチーズ</p> <p>・牛乳</p> <p>小 636 中 807</p> <p>ふたにく なると いか にんじん キャベツ たまねぎ</p> <p>さけるチーズは、ナチュラルチーズを作る途中で引っ張ると、さける性質をいかしたものです。</p>	<p><b>11</b></p> <p>・みそ汁</p> <p>・キャベツとじゃがいものみそ煮</p> <p>・焼きギョウザ</p> <p>かめごはん 牛乳</p> <p>小 651 中 815</p> <p>だいこん だいごんは キャベツ じゃがいも にんじん ふたにく</p> <p>久しぶりにわかめごはんが登場です。 リクエストもたくさん頂きました。 ぜひ、完食してください。</p>
	<p><b>14</b></p> <p>・みそ汁</p> <p>・八宝菜</p> <p>・和風肉団子</p> <p>小 677 中 803</p> <p>もやし ふたにく えび いか ピーマン はくさい たけのこ にんじん きくらげ うずらたまご</p> <p>料理のおいしさを残さずいただくために、とろみをつける方法があります。 とろみがつくると冷めにくくおいしくいただけます。</p>	<p><b>15</b></p> <p>・ビーフシチュー</p> <p>・スパゲッティ</p> <p>・ナポリタン</p> <p>・カップグラタン</p> <p>小 729 中 901</p> <p>ぎゅうにく じゃがいも たまねぎ にんじん あかピーマン スパゲッティ ふたにく ウインナー たまねぎ ピーマン</p> <p>今回のビーフシチューの肉は、広域連合で共同購入しました。 長時間コトコト煮込んでもらった肉を、シチューにしました。</p>	<p><b>16</b></p> <p>・他人丼</p> <p>・みそ汁</p> <p>・さばのみそ煮</p> <p>・牛乳</p> <p>小 723 中 850</p> <p>ふたにく たまご たまねぎ たけのこ ふなしめじ じゃがいも ぶのり</p> <p>さばのみそ煮にリクエストをもらいました。 さばなどの青背魚の脂は体にとても良いので、苦手な人にも食べてほしいです。</p>	<p><b>17</b></p> <p>・けんちんうどん</p> <p>・野菜コロッケ</p> <p>・ヨーグルト</p> <p>・牛乳</p> <p>小 686 中 746</p> <p>たけのこ こまつな ふなしめじ あぶらあげ にんじん だいこん こんにやく</p> <p>西洋のクロケットという料理を参考に日本で作られたコロッケ。 今は世界に向けて、コロッケとして輸出されています。</p>	<p><b>18</b></p> <p>・みそ汁</p> <p>・カレーみそおでん</p> <p>・さんま生姜煮</p> <p>ごはん 牛乳</p> <p>小 609 中 750</p> <p>なめこ わかめ がんもどき うずらたまご だいこん こんにやく にんじん しいたけ</p> <p>寒い季節になると食べたくなる料理に、おでんがあります。 料理を食べると体が温まると幸せな気持ちになるから不思議です。</p>
<p><b>21</b></p> <p>・みそ汁</p> <p>・肉じゃが</p> <p>・五日厚焼きたまご</p> <p>小 721 中 852</p> <p>たもぎたけ うめふ みつば じゃがいも ふたにく にんじん たまねぎ ふなしめじ えだまめ</p> <p>富良野地区はじゃがいもの産地です。 さて、みなさんはじゃがいもを使った料理をいくつ言えますか? 肉じゃが、マッシュポテト…</p>	<p><b>22</b></p> <p>☆樹海中かぼちゃのココナッツ汁粉</p> <p>・フライドポテト</p> <p>・若鶏レモンバジル焼き</p> <p>・カップケーキ</p> <p>ココアパン 牛乳</p> <p>小 786 中 953</p> <p>かぼちゃ しらたま あずき じゃがいも</p> <p>新メニューの樹海中かぼちゃの入ったココナッツ汁粉。ココナッツの香りを楽しみつつ、苦手な人のためにかぼちゃの味で食べやすくしました。</p>	<p><b>23</b></p> <p>天皇誕生日</p> <p>富良野で開催される全国中学校スキー大会の運営や準備の関係から多くの中学校の給食は22日までに なっています。</p> <p>※太字は富良野小学校、中富良野中学校からのリクエストメニューです。 ※☆印は新メニューです。</p>	<p><b>24</b></p> <p>・しょうゆ野菜ラーメン</p> <p>・樹海中かぼちゃのぜんざい</p> <p>・ぶどうゼリー</p> <p>・牛乳</p> <p>小 798 中 932</p> <p>ふたにく もやし はくさい たけのこ ながねぎ にんじん かぼちゃ あずき</p> <p>昨年食べたぜんざいという料理を覚えていますが、汗気のあるものをおしるこ、汁気のない物をぜんざいと覚えておいてください。</p>	<p><b>25</b></p> <p>・みそ汁</p> <p>・野菜のごま和え</p> <p>☆ジンギスカンザンギ</p> <p>ごはん 牛乳</p> <p>小 683 中 822</p> <p>えのきたけ とうふ ほうれんぼう もやし にんじん ちくわ</p> <p>新型インフルエンザ、新型ノロウイルスが流行しそうです。休み中も手洗いやうがい、食生活には気をつけましょう。</p>	

【お知らせ】 ①献立は都合により、内容が一部変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。  
②エネルギー量(kcal)は、小は小学生・中は中学生の値です。カロリーばかりに気を取られることなく、バランスよく食べてしっかりと体づくりをしましょう。