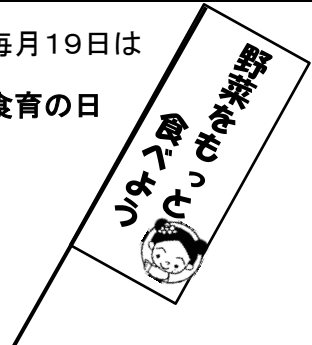


# 平成30年度12月分献立表（小学校）

筑紫野市学校給食共同調理場

月 3	火 4	水 5	木 6	金 7
中華風炊き込みご飯 揚げ春巻 野菜の中華炒め 一食アーモンド (代)一食黒糖ビーンズ 【地場産献立:キャベツ】	麦ご飯 高野豆腐の煮物 焼きししゃも 白菜の昆布和え ヨーグルト (代)ももゼリー 【鉄人献立】	胚芽食パン グーラッシュ ソーセージ ザワークラウト 【世界の料理:ドイツ】	麦ご飯 豚汁 さんまのみぞれ煮 ひじきの煮物	麦ご飯 おでん 春菊の香り和え みかん
10	11	12	13	14
麦ご飯 白菜と肉団子のスープ あじの塩焼き 五目きんぴら	豚肉の甘みそ丼(麦ご飯) 春雨スープ じゃが芋の和え物 一食いりこ 【料理コンクール作品】	ワンローフパン ポトフ オムレツ 花野菜サラダ	麦ご飯 鶏と大根の煮物 さばのゆず味噌煮 小松菜のごま和え 【和食の日】	冬野菜カレー(麦ご飯) 福神漬 フルーツヨーグルト
17	18	19	20	
わかめ麦ご飯 かき揚げうどん (うどん 野菜かき揚げ) ブロッコリーのじゃこ和え	麦ご飯 あさり入り麻婆豆腐 野菜のアーモンド炒め りんご	ワンローフパン 白いんげん豆のシチュー 鶏のケチャップ煮 カラフルサラダ ケーキまたはゼリー 【ファイバー献立】【選択献立】 【行事食:クリスマス】	麦ご飯 みそ汁 カレイフライ かぼちゃの煮物 【行事食:冬至】	毎月19日は 食育の日 

- 地場産献立・・・キャベツは、筑紫野市近郊でとれたものを使う予定です。
- 鉄人献立・・・高野豆腐には、鉄がたくさん含まれています。
- 世界の料理・・・ドイツの料理です。グーラッシュはパプリカが入った煮込み料理です。
- 料理コンクール作品・・・筑紫野市学校給食料理コンクールの出品作です。調理員さんが考えた料理です。
- 和食の日・・・四季がある日本では、季節によって魚にも旬があります。旬の魚を使った料理も和食にはかかせないものです。
- ファイバー献立・・・白いんげん豆には、食物繊維がたくさん含まれています。
- 行事食・選択献立・・・クリスマスにちなんで、3種類のケーキと洋梨(クリスマス)
- 行事食(冬至)・・・12月22日は冬至です。冬至の日にかぼちゃを食べると、風邪をひきにくくなるといわれています。

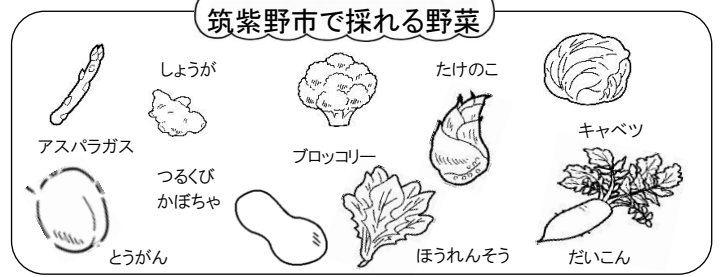
食について考えよう！毎月19日は食育の日

## 地元の野菜をもっと食べよう！

「地産地消」って何？

地域で生産された農産物を、地域で消費しようとする取組です。「とにかく新鮮・生産者の顔が見える・地域の食文化が分かる・環境にやさしい」など、地元の食材にはいいことがいっぱい！

筑紫野市で採れる野菜



- ☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。
- ☆牛乳は毎日あります。
- ☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「平成30年度学校給食で使用する物資一覧(★印表)」に詳しく記載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせください。
- ☆アレルギー代替食については、(代)で記載しています。
- ☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の食品は含まれていませんが、同じ製造工場で※印の食品を含む加工品が製造されていることを表しています。
- ☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。
- ☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがありましたら、共同調理場へご連絡ください。TEL923-6466