

**食物アレルギー対応
除去するもの（５種類 ９品目）**

- 卵
- ▲乳製品
（牛乳・チーズ・ヨーグルト・
バター・脱脂粉乳）
- いか
- ★えび
- ◆かに

除去対象献立名



寒いこの時期は水も冷たく、手洗いがおろそかになります。
 けんを使っていないに洗いましょう。

- ・大阪狭山市立小・中学校は共通献立のため、実施日は学校によって異なります。
- ・各日の「食品名と数量」は副食の内容になります。

大阪狭山市立学校給食センター
TEL 072-366-0567
FAX 072-368-2394

2月分の給食費は2月2日(火)～2月26日(金)

大阪狭山市教育委員会
大阪狭山市学校給食会

[illegible]

みんなで協力しましょう

十八日(木)

献立名		食品名と数量		
ハヤシライス (増量玄米ごはん ハヤシルウ)	赤	牛肉	30	
	赤	赤ワイン	1	
	赤	あらびき大豆フレーク	3	
	赤	たまねぎ	60	
	赤	にんじん	20	
	赤	しめじ	10	
	赤	水煮トマト	15	
	赤	鶏がらスープ	10	
	赤	赤ワイン	6	
	赤	トマトピューレ	7	
牛乳	赤	トマトケチャップ	7	
	赤	とんかつソース	3	
	赤	八丁みそ	3	
	赤	さとう	1.5	
	赤	ウスターソース	1	
	赤	コンソメ	1	
	赤	チキンブイオン	1	
	赤	塩	0.1	
	赤	こしょう	0.02	
	赤	オレガノ	0.001	
白玉 フルーツポンチ	赤	油	2	
	赤	米粉	5	
	赤	黄緑	黄緑	黄緑
	赤	黄緑	黄緑	黄緑
	赤	黄緑	黄緑	黄緑
	赤	黄緑	黄緑	黄緑
	赤	黄緑	黄緑	黄緑
	赤	黄緑	黄緑	黄緑
	赤	黄緑	黄緑	黄緑
	赤	黄緑	黄緑	黄緑
福神漬	赤	調理用三色団子	12	
	赤	みかん缶	18	
	赤	りんご缶	18	
	赤	黄桃缶	12	
	赤	福神漬	12	
	赤	福神漬	12	
	赤	福神漬	12	
	赤	福神漬	12	
	赤	福神漬	12	
	赤	福神漬	12	
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g		
675	21.8	15.2		

十九日(金)

献立名		食品名と数量	
ごはん 牛乳 あじの生姜あん 大豆の煮もの 赤だし	赤	あじ	1切
	赤	塩	0.2
	赤	油	0.3
	赤	生姜	0.2
	赤	うるめさばふし	0.4
	赤	淡口しょうゆ	0.3
	赤	みりん	0.1
	赤	塩	0.2
	赤	大豆	5
	赤	さとう	3
南第三小 おにぎり	赤	れんこん	10
	赤	つきこんにやく	7
	赤	にんじん	5
	赤	さやいんげん	5
	赤	角切り昆布	0.5
	赤	うるめさばふし	0.8
	赤	しょうゆ	2
	赤	酒	2
	赤	さとう	0.5
	赤	みりん	0.3
鶏肉の竜田揚げ 大根のピリ辛え かにボールの 中華スープ (除玄食 中華スープ)	赤	塩	0.01
	赤	鶏肉	7
	赤	じゃがいも	20
	赤	たまねぎ	10
	赤	ごぼう	5
	赤	あおさ	3
	赤	うるめさばふし	3.5
	赤	いりこだし	1
	赤	八丁みそ	5
	赤	赤みそ	5
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	
607	27.7	16.3	

二十一日(月)

献立名		食品名と数量	
ごはん 牛乳 鶏肉の竜田揚げ 大根のピリ辛え かにボールの 中華スープ (除玄食 中華スープ)	赤	鶏肉	1切
	赤	生姜	1
	赤	しょうゆ	0.1
	赤	酒	0.8
	赤	こしょう	0.1
	赤	でん粉	0.12
	赤	油	8
	赤	だいこん	20
	赤	きゅうり	20
	赤	ホールコーン	5
かにボールの 中華スープ (除玄食 中華スープ)	赤	赤ピーマン	3
	赤	しょうゆ	1.5
	赤	中華スープ	0.2
	赤	豆板醤	0.05
	赤	塩	0.05
	赤	酒	0.8
	赤	◆かにボール	18
	赤	はくさい	15
	赤	にんじん	5
	赤	しめじ	5
鶏がらスープ 淡口しょうゆ 中華スープ	赤	青ねぎ	5
	赤	鶏がらスープ	8
	赤	淡口しょうゆ	2
	赤	中華スープ	1.2
	赤	酒	0.5
	赤	塩	0.05
	赤	こしょう	0.01
	赤	でん粉	1.5
	赤	黄	黄
	赤	黄	黄
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	
648	23.3	22.9	

二十日(水)

献立名		食品名と数量	
ミニロール 牛乳 カレーうどん わかさぎの唐揚げ しずなの煮びたし	赤	牛肉	20
	赤	酒	1
	赤	どん	50
	赤	にんじん	40
	赤	にんじん	10
	赤	青ねぎ	8
	赤	生薑	0.4
	赤	にんにく	0.3
	赤	うるめさばふし	1
	赤	カレー粉	0.4
黄緑	赤	しょうゆ	3
	赤	とんかつソース	2
	赤	とんかつソース	2
	赤	とんかつソース	2
	赤	とんかつソース	2
	赤	とんかつソース	2
	赤	とんかつソース	2
	赤	とんかつソース	2
	赤	とんかつソース	2
	赤	とんかつソース	2
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	
610	24.3	24.4	

二十一日(木)

献立名		食品名と数量	
黒糖パン 牛乳 鶏肉のハーブ炒め ブロッコリー のごまドレサラダ コーンの 豆乳クリーム スープ	赤	鶏肉	45
	赤	白ワイン	2
	赤	きょうりょう	15
	赤	きょうりょう	5
	赤	にんにく	0.5
	赤	にんにく	0.5
	赤	にんにく	0.5
	赤	にんにく	0.5
	赤	にんにく	0.5
	赤	にんにく	0.5
黄緑	赤	しょうゆ	0.8
	赤	とんかつソース	0.4
	赤	とんかつソース	0.2
	赤	とんかつソース	0.2
	赤	とんかつソース	0.2
	赤	とんかつソース	0.2
	赤	とんかつソース	0.2
	赤	とんかつソース	0.2
	赤	とんかつソース	0.2
	赤	とんかつソース	0.2
黄	赤	パジャラ	0.03
	赤	黒しょうゆ	0.04
	赤	油	1.5
	赤	でん粉	0.5
	赤	ブロッコリー	22
	赤	きょうりょう	20
	赤	きょうりょう	3
	赤	きょうりょう	2
	赤	きょうりょう	2
	赤	きょうりょう	2
黄	赤	きょうりょう	2
	赤	きょうりょう	2
	赤	きょうりょう	2
	赤	きょうりょう	2
	赤	きょうりょう	2
	赤	きょうりょう	2
	赤	きょうりょう	2
	赤	きょうりょう	2
	赤	きょうりょう	2
	赤	きょうりょう	2
黄	赤	オリーブ油	1
	赤	ワインナー	5
	赤	豆乳	10
	赤	たまねぎ	30
	赤	クリームコーン	15
	赤	白いんげん豆ペースト	10
	赤	ホールコーン	7
	赤	鶏がらスープ	5
	赤	コンソメ	1
	赤	チキンブイオン	0.6
黄	赤	塩	0.03
	赤	こしょう	0.01
	赤	米粉	0.01
	赤	さば	1切
	赤	塩	0.3
	赤	いんげん	0.3
	赤	淡口しょうゆ	0.6
	赤	すだち果汁	0.5
	赤	さとう	0.5
	赤	塩	0.2
黄	赤	でん粉	0.2
	赤	さつまあげ	5
	赤	れんこん	20
	赤	つきこんにやく	7
	赤	きょうりょう	5
	赤	きょうりょう	2.5
	赤	きょうりょう	2.5
	赤	きょうりょう	2.5
	赤	きょうりょう	2.5
	赤	きょうりょう	2.5
黄	赤	さとう	1.5
	赤	酒	1
	赤	塩	0.01
	赤	たまねぎ	20
	赤	にんじん	15
	赤	青ねぎ	5
	赤	うるめさばふし	5
	赤	いりこだし	3.5
	赤	白みそ	7
	赤	赤みそ	4.5
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	
626	24.7	19.6	

食事

マナーの達人を目指せ！

みなさんは食事のマナーが身についていますか？ 確認してみましょう。

背筋を伸ばして
姿勢よく食べている。

はい・ときどき・いいえ

食事中にひじを
ついて食べない。

はい・ときどき・いいえ

はしを正しく
持っている。

はい・ときどき・いいえ

茶わんや汁わんを
正しく持っている。

はい・ときどき・いいえ

食事は残さないで
きれいに食べ切るようにしている。

はい・ときどき・いいえ

食事のあいさつ
「いただきます」「ごちそうさま」
をきちんとしている。

はい・ときどき・いいえ

がちゃがちゃと食器の
音を立てないようにしている。

はい・ときどき・いいえ

くちゃくちゃと音を
立てないようにしている。

はい・ときどき・いいえ

※ はい…2点 ときどき…1点 いいえ…0点 で計算してみましょう。

あなたのマナーの達人度は？

😊 16点
あなたは食事
マナーの達人です
食事マナーが身につ
ています。この調子で
いきましょう。

😊 15点～13点
あなたは達人まで
あと一歩
達人まで、あと一歩で
す。何が足りないかを
考えてみましょう。

😊 12点～9点
あなたはもう少し
努力をしよう
今までに覚えた食事マ
ナーを思い出して、努
力をしましょう。

😊 8点～0点
あなたは食事
マナーの見直しを
現状を見直して、食事
マナーを身につけてい
きましょう。

◎ 少年写真新聞社2017 給食ニュースNo.1692付録

献立表に記された数量は小学校平均の数字です

エネルギー kcal	たんぱく質 %	脂質 %	カルシウム mg	ビタミンA RAE	B1 mg	B2 mg	C mg
625	15.8	29.7	311	181	0.4	0.5	25
文部科学省栄養基準量							
650	13～20%	20～30%	350	200	0.4	0.4	20
たんぱく質・脂質は学校給食による摂取エネルギー 全体に対する割合です。							
事情により献立を変更する場合があります。							

はしは衛生に気をつけて
家から持ってきてください

大阪狭山市の食材

地産地消の推進から2月5日(金)、
10日(水)、17日(水)、25日(木)の
きゃべつは大阪狭山市で収穫され
たものを使用予定です。

マークが目印です。

大阪狭山市の食材

地産地消の推進から2月5日(金)、
10日(水)、17日(水)、25日(木)の
きゃべつは大阪狭山市で収穫され
たものを使用予定です。

マークが目印です。

☆大阪狭山市立学校給食センターでは、使用食材の産地・バイキング給食の献立内容や献立の写真など給食関係の情報をホームページに掲載しています。
 [大阪狭山市ホームページ(<http://www.city.osakasavama.osaka.jp>) ⇨ 子育て・教育 ⇨ 学校給食 ⇨ 大阪狭山市の学校給食について]