

給食だより



1月

令和6年1月
小学校Aコース

帯広市学校給食センター
帯広市南町南8線42番地3
TEL 49-1900

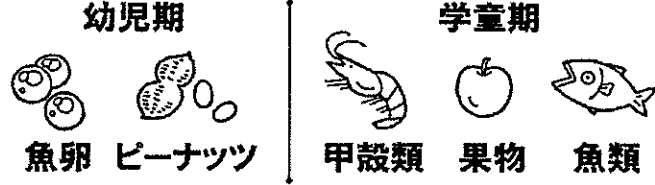
食物アレルギーについて

食物アレルギーは、アレルゲン（アレルギーを引き起こす物質）となる食べ物が体内に入ることによって、本来栄養となるはずの食べ物が異物とみなされて排出しようとする現象です。食物アレルギーは好き嫌いとは違い、「食べない」のではなく「食べられない」のです。

食物アレルギーの原因として多い食べ物



新規発症例で多い食べ物



皮膚症状	粘膜症状	呼吸器症状	消化器症状
 赤み、じんましん、はれ、かゆみ、湿疹など	 白目の充血・はれ、かゆみ、鼻水、口の中のかゆみなど	 のどの違和感・かゆみ・締めつけられる感じなど	 気持ちが悪くなる、嘔吐、腹痛、下痢、血便など

1がつのよていこんだてひょう

献立名	黄 おもにエネルギーのもとになる食品	赤 おもに体をつくる食品	緑 おもに体の調子を整える食品	アレルギー表示
12日(金) カレーライス フルーツカクテル 牛乳	ごはん、じゃがいも ゼリー	ぶたにく 牛乳	たまねぎ、にんじん ナタデココ、もも、パイナップル	小麦 乳
15日(月) ライス ポトフ ツナマヨサラダ 牛乳	ごはん じゃがいも	ウィンナー とりにく ツナ 牛乳	たまねぎ、にんじん、パセリ たまねぎ、りんご にんじん、きゅうり、コーン	小麦 小麦 小麦 乳
16日(火) ラーメン みそラーメン 牛乳	ラーメン ポテトもち	ぶたにく きなこ 牛乳	キャベツ、にんじん、もやし、ながねぎ	小麦 小麦 乳
17日(水) ごはん たもぎたけのみそしる にくじゃが ごまこんぶあえ 牛乳	ごはん じゃがいも ごま	とうふ ぶたにく こんぶ 牛乳	たもぎたけ、ながねぎ キャベツ、えだまめ、にんじん	小麦 小麦 乳
18日(木) ブランパン コーンスープ ポークチャップ イタリアンサラダ 牛乳	ブランパン	ぶたにく 牛乳	たまねぎ、コーン、パセリ たまねぎ、えだまめ キャベツ、きゅうり、コーン	卵・乳・小麦 小麦 乳
19日(金) ビビンバ はるさめスープ だいこんナムル 牛乳	ごはん、ごま はるさめ	ぶたにく ぶたにく 牛乳	にんじん、たけのこ、もやし、ほうれんそう たけのこ、しいたけ だいこん、にんじん、きゅうり	小麦 小麦 小麦 乳
22日(月) ごはん おそろに いわしいりハンバーグ しらあえ 牛乳	ごはん もち ごま	ぶたにく、あぶらあげ いわし とうふ 牛乳	たまねぎ、にんじん たまねぎ、にんじん、ながねぎ ほうれんそう、にんじん、えだまめ	小麦 小麦 小麦 乳

全国学校給食週間 (1/24~1/30)					
23日(火)		あんかけやきそば はるまき 牛乳	やきそばめん はるまき、はるまきのかわ 牛乳	ぶたにく ぶたにく 牛乳	たまねぎ、はくさい、にんじん、もやし、だけのこ、きくらげ たまねぎ、にんじん、しいたけ 乳
24日(水)		ごはん わかめスープ れんこんいりぎょうざ あつあげのこうみねぎいため 牛乳	ごはん ギョウザのかわ 牛乳	わかめ ぶたにく、とりにく とりにく、あつあげ 牛乳	たまねぎ、ながねぎ キャベツ、たまねぎ、れんこん にんじん、ながねぎ 乳
25日(木)		ごくとろパン ジュリエンスープ えだまめコロッケ ダイコンマリネ 牛乳	ごくとろパン ジャがいも 牛乳	ベーコン 牛乳	卵・乳・小麦 小麦 小麦 小麦 乳
26日(金)		ごはん ぶしめんじる さなごうちあげ ならえ すだちゼリー 牛乳	ごはん ぶしめん ごま ゼリー 牛乳	あぶらあげ とりにく さつまあげ 牛乳	にんじん、しいたけ ながねぎ、すだち だいこん、にんじん、れんこん、こんにゃく すだち 乳
29日(月)		ごはん さつまいものみそしる ちくぜんに わかめのすのもの 牛乳	ごはん さつまいも わかめ 牛乳	とうふ とりにく 牛乳	たまねぎ にんじん、ごぼう、しいたけ、こんにゃく きゅうり、にんじん 乳
30日(火)		とかちペンネポロネーゼ コーンサラダ 牛乳	パンネ 牛乳	ぶたにく、ぎょうにく、だいず、てぼうまめ、きんときまめ 牛乳	たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、えだまめ コーン、キャベツ、にんじん、きゅうり 乳
31日(水)		ごはん かしわじる かぼちゃひきにくフライ ごぼうのいりに 牛乳	ごはん とりにく ぶたにく 牛乳	にんじん、なめこ、ながねぎ かぼちゃ、たまねぎ ごぼう、こんにゃく、にんじん、えだまめ 乳	

- * 魚には骨がついていることがあります。気をつけて食べましょう。
- * 調味料や添え物には下線を記入しています。
- * 新しいメニューには、🍷マークがつけます。
- * 材料の都合により、献立・産地が変更になることがありますので、ご了承ください。
- * 給食費は食材購入の大切な財源です。忘れずに納入しましょう。

アレルギー表示欄は
えび、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、落花生
 上記8品目のみ表示しています。

1月の 平均値	エネルギー	653 kcal
	たんぱく質	27.5 g
	脂質	18.6 g

～1月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

<野菜> ・ごぼう 帯広(和田さん)、一部府県産 ・じゃが芋 帯広(井上さん) ・玉葱 帯広(中村さん) ・大根 帯広(斎藤さん) ・人参 浦幌(レギュームさん)	・枝豆 十勝 ☆もやし 十勝 ☆コーン 十勝	<豆腐類> ☆豆腐 十勝 ・油揚 十勝	<肉類> ☆豚肉 十勝 ☆鶏肉 十勝、道内 ・ベーコン、ハム 道内 (十勝産・道産以外になることもあります)	<調味料・その他> ☆しょうゆ 十勝 ☆白しょうゆ 十勝 ☆赤みそ 十勝 ☆白みそ 十勝 ☆でん粉 十勝 ・ご飯 道内 ☆パン(小麦) 帯広 ☆うどん(小麦) 帯広 ☆ラーメン(小麦) 帯広
---	------------------------------	--	---	---

☆マークが付いている食材は、年間を通して十勝産です。

帯広市学校給食センターのホームページは、帯広市ホームページ
<http://www.city.obihiro.hokkaido.jp/>から、
 目的で探す→学校教育→学校→学校給食 でご覧になることができます。

【Aコース】
 北栄、光南、啓西、稲田、大空、若葉、広陽、
 開西、明和、森の里、つつじが丘、清川、広野

