

給食だより



1月

令和6年1月
小学校B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) あんかけやきそば はんまき 牛乳	やきそばめん はんまき、 はんまきのかわ	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、 たけのこ、きくらげ たまねぎ、にんじん、しいたけ	小麦 えび・小麦 乳
15日(月) ごはん おそうに 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
16日(火) 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、パイン	小麦 乳
17日(水) チョコチップパン ポトフ ココロチキンのバーベキューソースいため ツナマヨサラダ 牛乳	チョコチップパン じゃがいも	ウインナー 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	卵・乳・小麦 小麦 小麦 小麦 乳
18日(木) ごぼうのいりに 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	小麦 小麦 小麦 乳
19日(金) きなこポテトもち 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
22日(月) ビビンバ だいこんナムル はるさめスープ 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

日	メニュー	材料	アレルギー
23日(火)	わかめのすのもの、ちくぜんに、ごはん、さつまいものみそしる	ごはん、さつまいも、とうふ、わかめ、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
全国学校給食週間 (1/24~1/30)			
24日(水)	ダイコンマリネ、えだまめコロッケ、ごはん、ジュリエンスープ	ごはん、さつまいも、とうふ、わかめ、牛乳	たまねぎ、パセリ、えだまめ、だいこん、きゅうり、コーン、にんじん
25日(木)	あつあげのこうみねぎいため、れんこんいりぎょうざ、ごはん、わかめスープ	ごはん、わかめ、れんこん、ぎょうざのかわ、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
26日(金)	コーンサラダ、とちかちパンネボロネーゼ、ごはん	ごはん、コーン、パンネ、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
29日(月)	すだちゼリー、ならえさなごうちあげ、ごはん、ふしめんじる	ごはん、ふしめん、ごま、ゼリー、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
30日(火)	ごまこんぶあえ、にくじゃが、ごはん、たもぎたけのみそしる	ごはん、じゃがいも、ごま、牛乳	たもぎたけ、ながねぎ、キャベツ、えだまめ、にんじん
31日(火)	イタリアンサラダ、ポークチャップ、ブランパン、コーンスープ	ブランパン、コーン、ポークチャップ、イタリアンサラダ、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

- * 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、 マークがつきます。
- * 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	649 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 ~

<p><野菜></p> <ul style="list-style-type: none"> ・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) 	<p><豆腐類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆豆腐 十勝 ・油揚 十勝 <p><肉類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆豚肉 十勝 ☆鶏肉 十勝、道内 ・ベーコン、ハム 道内 	<p><調味料・その他></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆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。

【Bコース】
 帯広、西、柏、明星、緑丘、東、豊成、
 栄、花園、啓北、川西、大正、愛国

