

平成29年
12月分

学校給食献立表

(平成29年 12月 1日～ 12月 21日 15回)

富田林市教育委員会
富田林市小学校給食会



献立表中の♥♦♣マークは三色栄養（食べ物の3つの働き）をあらわします。

給食の献立は、3つのグループの食べ物をバランスよく組み合わせてつくられています。

赤 ♥ 赤・・・からだをつくる
乳・卵・魚・肉・大豆・海藻
(たんぱく質・ミネラル)

黄 ♦ 黄・・・からだをつくる
穀類・いも・さとう・あぶら・種実
(脂質・炭水化物)

緑 ♣ 緑・・・からだの調子をととのえる
野菜・くだもの・きのこ
(ビタミン・ミネラル)

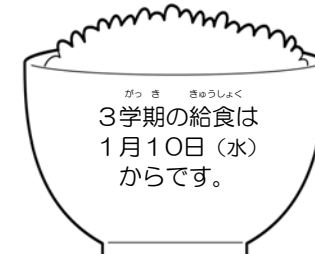
魚を食べる時は骨に気をつけて食べましょう！

金			
1	エネルギーkcal	たんぱく質g	しじつg
632	25.3	26.1	
コッペパン	◆	ぎゅうにゅう	♥
ひよこめとソーセージのスープ		あげどりのレモンソース	
ウインナー	10 ♥	とりにく	50 ♥
ひよこめ(ゆで)	5 ♦	でんぷん	5 ♦
キャベツ	20 ♣	あぶら	◆
たまねぎ	15 ♣	レモンかじゅう	1.2 ♣
にんじん	5 ♣	しょうゆ	◆
セロリー	2 ♣	す	◆
パセリ	0.5 ♣	さとう	◆
パイオン	12 ♣	しお	◆
しょうゆ			
しお			
コーンポテト			
じゃがいも	40 ♦		
ホールコーン	5 ♣		
しお			
こしょう			

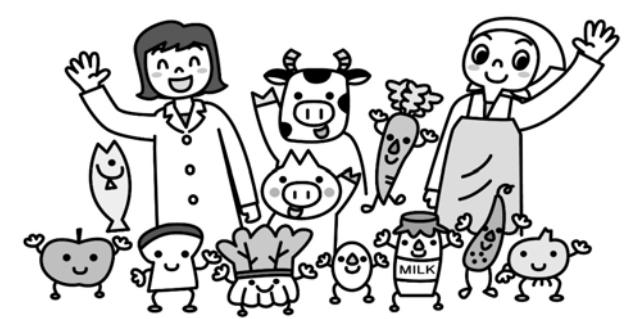
月	火	水	木	金
4 605 29.3 18.2	5 607 24.1 24.6	6 604 26.2 15.2	7 684 20.2 20.8	8 607 27.0 19.3
11 585 22.2 17.0	12 571 26.7 17.2	13 585 23.6 14.6	14 649 30.5 17.7	15 609 30.4 20.5
18 606 28.9 16.0	19 593 25.9 22.4	20 628 26.9 17.5	21 713 22.6 23.3	

食物アレルギーをお持ちの方々へ

給食センター・パン工場・米飯工場・食品加工工場では、原材料として使用していないにも関わらずアレルギー物質が微量混入してしまう可能性(コンタミネーション)があります。



風邪に気をつけて元気に過ごそう！！



※今月の富田林産は、白菜・キャベツ・大根・チンゲンサイ・人参の一部を使用する予定です。

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミン				食物繊維 g
						AugRE	B1mg	B2mg	Cmg	
学校給食摂取基準	640	18.0~32.0	※ 25.0%~30.0%	350	3.0	170	0.40	0.40	20	5.0
12月平均栄養量	619	26.0	19.4 (28.2%)	310	2.6	332	0.38	0.49	28	3.9

※摂取エネルギー全体の25.0%~30.0%

- 献立表中の食品の数量の単位はgで中学年の量を示しています。配分量は低学年(1年生・2年生)は0.85倍量、高学年(5年生・6年生)は1.15倍量になります。
- 材料入荷のつごうにより、内容を多少変更することがありますのでご了承ください。