



ご入学、ご進級おめでとうございます。始業式の次の日から、さっそく給食が始まります。献立表は、アレルギー表示をし、小学校、中学校共通のものであります。内容を一度、ご確認ください。  
 今年度も、みなさんへ「安心・安全」な給食を届けられるように、調理員、栄養士、運転手さん、力を合わせてがんばります。  
 今年度も学校給食へのご理解とご協力よろしくお願いたします。

## 献立表について

- 「主食」・・・月曜日から金曜日、ごはんです。ごはんは、日田産のひのひかりに、少量の県産麦を混ぜた麦ごはんです。麦ごはんにすると食物せんいを多くとることができます。
- 「牛乳」・・・牛乳は、成長期のみなさんに必要なカルシウム源として毎日ついています。
- 「献立名」「使用材料」・・・献立とその献立に使っている材料を調味料まで書いています。アレルギーの特定28品目は**太字**にしています。給食で使う食材は、なるべく地元でとれたものを多く使うように心がけています。5月、6月からは日田市内でとれたじゃがいもや、たまねぎなどを使っていく予定です。

アレルギー表示について

※アレルギー表示対象品目は表示義務のある特定原材料8品目及び表示を推奨している特定原材料に準ずるもの20品目です。  
 ・特定原材料8品目 … 卵、乳、小麦、落花生、えび、そば、かに、くるみ  
 ・特定原材料に準ずる20品目 … あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、アーモンド  
 ※コンタミとは、製品にはアレルギー物質を含む原材料は使用していないが、食品の製造工程や原材料の漁獲工程などで意図せずアレルギー物質が混入してしまうことがあるという意味。共同調理場も、同一の釜やフライヤーで毎日違う料理を作るのでコンタミ調理になります。  
 ※こいくち醤油とうすくち醤油には、小麦と大豆が含まれます。  
 ※\*注 スープストック中華用に使われているチキンパウダーの原料鶏肉は卵のたんぱく質成分を含んでいます。

日	牛乳	主食	献立名	使用材料	使用材料のうちアレルギー表示のある加工品			小学校	中学校
					加工品名	アレルギー物質	コンタミ	キロカロリー	キロカロリー
9日(火)	牛乳	麦ご飯	麦ごはん 牛丼	<b>牛肉 卵</b> ちくわ ごぼう たまねぎ しらたき にんじん ねぎ 醤油 砂糖 塩 みりん でんぶん	ちくわ	大豆	えび かに 卵 小麦 乳	603	745
			いかコーンソテー	<b>いか</b> ベーコン コーン 小松菜 白ワイン コンソメ こしょう 油	ベーコン コンソメ	卵 乳 大豆 豚肉 牛肉 大豆			
10日(水)	牛乳	麦ご飯	ごま汁	豆腐 油揚げ じゃがいも たまねぎ えのきたけ にんじん わかめ ねぎ 合わせみそ <b>ごま</b>	豆腐 油揚げ 合わせみそ	大豆 大豆 大豆	小麦 小麦	576	708
			手羽元のさっぱり煮	<b>鶏手羽元</b> 生姜 砂糖 醤油 酢 酒					
11日(木)	牛乳	麦ご飯	がめ煮	<b>鶏肉</b> じゃがいも ごぼう にんじん こんにやく たけのこ水煮 いんげん 干しいたけ 酒 砂糖 みりん 醤油 菜種油				590	692
			いわしの甘露煮	いわしの甘露煮	いわしの甘露煮	小麦 大豆			
12日(金)	牛乳	麦ご飯	豚肉とキャベツのみそ炒め	<b>豚肉</b> キャベツ 厚揚げ にんじん たまねぎ たけのこ水煮 生姜 にんにく 砂糖 合わせみそ 醤油 とうがらし 菜種油	厚揚げ 合わせみそ	大豆 大豆	小麦	597	741
			ひじきの炒め煮	ひじき <b>水煮大豆</b> 油揚げ にんじん 砂糖 醤油 菜種油 <b>ごま</b>	油揚げ	大豆			
入学・進級お祝い			わかめごはん	米 押し麦 炊き込みわかめ	炊き込みわかめ		えび かに		
15日(月)	牛乳	わかめご飯	野菜スープ	ベーコン キャベツ たまねぎ しめじ コーン じゃがいも にんじん コンソメ 醤油 こしょう	ベーコン コンソメ	卵 乳 大豆 豚肉 牛肉 大豆		644	736
			てりやきチキン	<b>鶏肉</b> 砂糖 塩 醤油 酒					
			お祝いクレープ	お祝いクレープ	お祝いクレープ	大豆			
16日(火)	牛乳	麦ご飯	ポークカレー	<b>豚肉</b> じゃがいも たまねぎ にんじん にんにく カレールウ ミルポア 菜種油 酒 カレー粉 ウスターソース 粉チーズ スキムミルク	カレールウ 粉チーズ スキムミルク	小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 やまいも 乳		629	783
			枝豆とコーンのソテー	ピッコロハム 枝豆 コーン オリーブ油 塩 こしょう	ピッコロハム 枝豆	鶏肉 大豆	小麦 卵 乳		
17日(水)	牛乳	麦ご飯	豚汁	<b>豚肉</b> 油揚げ ごぼう つきこんにやく にんじん 大根 干し椎茸 ねぎ 酒 合わせみそ 菜種油	油揚げ 合わせみそ	大豆 大豆	小麦	620	717
			彩野菜のメンチカツ	彩野菜のメンチカツ 大豆白絞油	彩野菜のメンチカツ	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 大豆白絞油			
18日(木)	牛乳	麦ご飯	肉じゃが	<b>牛肉</b> じゃがいも たまねぎ にんじん しらたき いんげん 酒 みりん 砂糖 醤油 菜種油				591	729
			ごぼうサラダ	ツナ油漬け ごぼう にんじん 砂糖 酢 醤油 <b>すりごま</b> 菜種油	ツナ油漬け	大豆			
			ごまドレッシング	ごまドレッシング	ごまドレッシング	小麦 ごま 大豆			
地産産給食の日			たけのご飯	米 押し麦 <b>鶏肉</b> たけのこ えのきたけ 油揚げ にんじん 酒 醤油 菜種油 砂糖	油揚げ	大豆			
19日(金)	牛乳	たけのご飯	かきたま汁	たまねぎ 小松菜 えのきたけ にんじん <b>卵</b> わかめ かつおだしパック 醤油 塩 でんぶん	かつおだしパック		さば	574	672
			大豆と豆腐のフライ	大豆と豆腐のフライ	大豆と豆腐のフライ	小麦 大豆 ごま			



日	牛乳	主食	献立名	使用材料	使用材料のうちアレルギー表示のある加工品			小学校 キロ カロリー	中学校 キロ カロリー
					加工品名	アレルギー物質	コンタミ		
22日 (月)	牛乳	麦ご飯	ビーフシチュー	牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん しめじ いんげん ミルポア デミグラスソース 赤ワイン ビーフシチュールー トマトビュール 黒砂糖 塩 こしょう 菜種油	デミグラスソース	小麦 鶏肉	えび かに 卵 乳 落花生	588	727
			ブロッコリーのごま炒め	ブロッコリー キャベツ 醤油 砂糖 ごま油	ごま油	ごま			
			水煮大豆	大豆 白絞油 ミニフィッシュ 醤油 砂糖 ごま	ミニフィッシュ 大豆白絞油	ごま えび かに 大豆			
23日 (火)	牛乳	麦ご飯	八宝菜	豚肉 いか 細切りかまぼこ キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ水煮 もやし 塩 こしょう みりん 新スープストック中華 醤油 でんぷん 菜種油	新スープストック中華	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチンごま	588	729	
			ぎすけ煮	水煮大豆 でんぷん 大豆白絞油 ミニフィッシュ 醤油 砂糖 ごま	ミニフィッシュ 大豆白絞油	ごま えび かに 大豆			
24日 (水)	牛乳	麦ご飯	ビーフンスープ	豚肉 たけのこ水煮 にんじん ビーフン 小松菜 醤油 新スープストック中華 塩 こしょう でんぷん	新スープストック中華	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチンごま	593	712	
			かみなり豆腐	鶏肉 豆腐 ちくわ ごぼう にんじん 枝豆 干し椎茸 醤油 酒 ごま油	豆腐 枝豆	大豆 大豆			
			ヨーグルト	くじゅうファームヨーグルト	くじゅうファームヨーグルト	乳			
			かみなり豆腐	鶏肉 豆腐 ちくわ ごぼう にんじん 枝豆 干し椎茸 醤油 酒 ごま油	豆腐 枝豆	大豆 大豆			
25日 (木)	牛乳	麦ご飯	親子丼	鶏肉 卵 細切りかまぼこ たまねぎ にんじん ねぎ 酒 醤油 砂糖 みりん でんぷん かつおだしパック 菜種油	かつおだしパック	サバ	579	713	
			茎わかめの炒め煮	ちくわ 茎わかめ にんじん いんげん つきこんにやく 砂糖 みりん 醤油 菜種油	ちくわ	大豆 えび・かに・小麦 卵・乳			
26日 (金)	牛乳	麦ご飯	じゃがいものうま煮	豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん こんにやく いんげん 生姜 酒 醤油 砂糖 菜種油			594	696	
			さばの味噌煮	さば 生姜 合わせみそ 砂糖 酒 みりん	合わせみそ	大豆 小麦			
30日 (火)	牛乳	麦ご飯	春雨スープ	オーシャンキングほぐし身 たまねぎ にんじん 干し椎茸 小松菜 ねぎ 春雨 新スープストック中華 醤油 塩 こしょう	新スープストック中華	小麦 大豆 鶏肉 豚肉 ゼラチンごま	594	718	
			切干チンジャオロースー	牛肉 酒 醤油 切干大根 にんじん ピーマン 砂糖 みりん 醤油 オイスターソース ごま油 ごま	ごま油	ごま			
			アセロラゼリー	アセロラゼリー	アセロラゼリー	りんご			
日産の材料は、米、豆腐、こんにやく、えのきたけ、もやし、たけのこです。					都合により、材料や献立の一部を変更することがあります。ご了承ください。		平均栄養価	597	721

給食当番さんは、みなさんが楽しみにしている給食を、安全で衛生的に準備して配膳する大切な役割があります。

身支度・手あらい

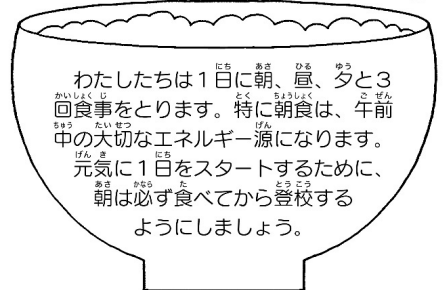
身支度や手洗いをしっかり行い、協力あって思いやりや責任を持った活動ができるようにしましょう。  
石けんで手洗いして、手についでいるばい菌やウィルスをしっかり取り除きましょう。手に水がついて  
いると、食べ物に飛び散ってしまうかもしれません。きれいなハンカチでふきましょう。



## 給食時間の約束

<p>茶わんや汁わんは手に 持って食べよう</p>	<p>好ききらいをしないで 食べよう</p>	<p>口に食べ物を入れたまま 話さないようにしましょう</p>
<p>食べている途中で立ち 歩かないようにしましょう</p>	<p>食事中にきたない話は やめよう</p>	<p>よくかんで楽しく 食べよう</p>

## 元気な1日は朝食から!



## 大切な食事のあいさつ いただきます・ごちそうさま

日本には食事の前後のあいさつがあります。「いただきます」にも「ごちそうさま」にも食べ物の命や食事を用意するためにかわった人たちへの感謝の気持ちが込められています。



日田市のホームページにて  
毎月の献立表を掲載して  
います。  
下の二次元コードを読み込むと  
サイトにつながります。

