令和4年（2022年）12月

中学校給食献立表［ アレルギー対象食品使用献立一覧表 ］

貝塚市学校給食会

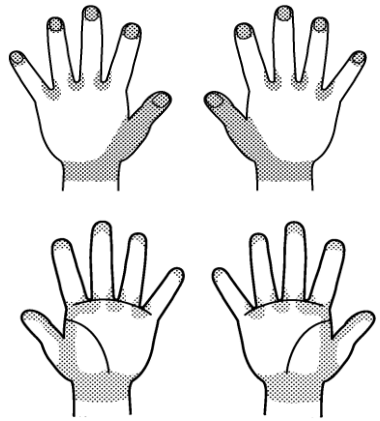
日・曜日	献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま	アーモンド
1日(木)	牛乳				●																								
	わかめごはん																												
	豚肉の香り炒め	●																●		●									
	たらのごま揚げ	●																●										●	
	キャベツとツナのサラダ	●																●										●	
	みたらし団子	●																●											
2日(金)	牛乳				●																								
	コッペパン	●																											
	ハンバーグのトマトソース																	●	●	●				●					
	ウインナーの炒め物																		●										
	スティックポテトサラダ	●																●		●								●	
	いちごジャム																												
5日(月)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	鶏肉の照り焼き・もやしとピーマンの炒め物	●																●	●										
	ツナスパゲッティ	●																●											
	中華あえ	●																●		●								●	
	ベビーチーズ				●																								
6日(火)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	ハヤシライス	●												●				●	●	●				●					
	のり塩ポテト																												
	大根サラダ																												
	フルーツミックス																												
7日(水)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	あじのハーブフリッター	●																											
	高菜チャーハン	●																●	●										
	高野豆腐の卵とじ	●		●														●											
	バナナチップ																									●			
8日(木)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	肉じゃが	●																●		●									
	野菜ソテー	●																●	●	●									
	ホキのバーベキューソース	●																●						●					
	アーモンド																												●
9日(金)	ジョア（プレーン）				●																								
	ごはん																												
	白菜の煮物	●																●		●									
	きびなごの天ぷら	●																											
	バンバンジーサラダ	●																●	●	●					●			●	
	昆布の佃煮	●																●										●	
12日(月)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	ビビンバ	●												●				●										●	
	キムチとにらの炒め物	●																●						●					
	チーズ春巻き・キャベツとベーコンの炒め物	●			●													●	●	●									
	ミニフィッシュ																												
13日(火)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	チキン南蛮・ゆでキャベツ	●																●	●										
	そぼろふりかけ	●																●		●									
	根菜サラダ・ゆでウインナー	●																●	●									●	
	タルタルソース																	●						●					
14日(水)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	冬野菜のカレーライス	●																●		●				●					
	れんこんチップス																												
	茎わかめのサラダ	●																●	●									●	
	福神漬け	●																●											
15日(木)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	五目炒め	●																●		●								●	
	ちくわの磯辺揚げ	●																											
	拌三絲	●																●		●								●	
	ふりかけ	●																●										●	

献立は内容を一部変更する場合があります。

日・曜日	献立名	小麦	そば	卵	乳	落花生	えび	かに	あわび	いか	いくら	オレンジ	キウイフルーツ	牛肉	くるみ	さけ	さば	大豆	鶏肉	豚肉	まつたけ	もも	やまいも	りんご	ゼラチン	バナナ	カシューナッツ	ごま	アーモンド
16日(金)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	中華丼	●								●								●	●	●								●	
	揚げぎょうざ	●																●		●								●	
	もやしのナムル	●																●		●								●	
	大学いも																	●											
19日(月)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	おでん	●																●	●										
	春雨のひき肉炒め	●																●		●								●	
	ハムカツ・キャベツとコーンのソテー	●																●	●	●									
	黒砂糖豆																	●											
20日(火)	牛乳				●																								
	炊き込みご飯	●																●	●										
	ホキの竜田揚げ・いんげんの炒め物	●																●											
	茎わかめの炒め煮	●																●		●								●	
	冷しゃぶサラダ	●																●		●									
	みかん缶																												
21日(水)	アシドミルク				●																								
	ごはん																												
	さんまのかば焼き	●																●											
	じゃがいものマヨネーズ焼き																												
	大根のツナサラダ	●																●											
	大豆の炒り煮	●																●										●	
22日(木)	牛乳				●																								
	ごはん																												
	チキンカツのトマトソース	●																●	●	●									
	かぼちゃの煮物	●																●											
	ゆでブロッコリー・さつまいもと栗のタルト																	●											
	つぼ漬け	●																●											

ポイントを知ってしっかり手洗いをしましょう！

洗い残しやすい場所



手洗いをするときは、特に意識をしないで洗っていると洗い残しが出てしまいます。

洗い残しやすい部分としては、爪と指先、指と指の間、親指、手首などがあります。

手を洗うときには、石けんをきちんとつけて泡立てます。手のひら→指と指の間→爪と指先→手の甲→親指→手首などのように順番を決めて洗い残しがないように気をつけましょう。