

9月

中学校 献立表

令和8年度

吉川市立学校給食センター

日	曜日	牛乳	献立名	献立の使用食材料	栄養価		アレルギー対応食提供日			
					エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	卵除去食	乳除去食	卵・乳除去食	
<b>★9大アレルギー除去献立 ※裏の9大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください。</b>										
2	(水)	●	ご飯	○白飯	鶏肉 ジャがいも たまねぎ にんじん グリンピース にんにく しょうが ○醤油 ○みりん風味調味料 ○とりレバーそぼろ ○でん粉カ レールウ ○和風だし なたね油	843	27.8			
			和風チキンカレー							
			カラフルソテー	鉄強化ウインナー【豚肉・食塩・砂糖・香辛料・パン酵母】 キャベツ にんじん ピーマン ○コンソメ 食塩 こしょう なたね油						
			梨	梨						
<b>★9大アレルギー除去献立 ※裏の9大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください。</b>										
3	(木)	●	ご飯	○白飯	鶏肉 だいこん チンゲンサイ にんじん きくらげ こしょう ○豚がらスープ ○醤油 なたね油 ごま油 食塩 ○中華スープの素 でん粉	877	38			
			中華大根スープ							
			いかの四川ソース	いか切身 でん粉 なたね油 長ねぎ にんにく しょうが 白すりごま ○料理酒 砂糖 ○醤油 ごま油 ○穀物酢 ○豆板醤						
			生揚げのホイコーロウ	豚肉 生揚げ(大豆) キャベツ 長ねぎ しょうが ○甜麺醤 ○オイスターソース ○料理酒 ○醤油 ごま油 こしょう なたね油 でん粉						
<b>★9大アレルギー除去献立 ※裏の9大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください。</b>										
4	(金)	●	ご飯	○白飯	○レバー入りウインナー はくさい にんじん たまねぎ こまつな しめじ パセリ なたね油 ○薄口醤油 ○コンソメ 食塩 こしょう	854	31.3			
			コンソメスープ							
			ポークジンジャー	豚肉 ○料理酒 なたね油 しょうが ○みりん風味調味料 ○醤油 砂糖 でん粉						
			コーン入りサラダ	ブロッコリー だいこん ホールコーン にんじん						
			↑ドレッシング	○フレンチドレッシング						
7	(月)	●	ご飯	○白飯	鶏肉 さつまいも 油揚げ(大豆) 長ねぎ だいこん たまねぎ ○白みそ ○赤みそ ☆いわし煮干し厚削り	832	33.7	◆	◆	
			みそ汁							
			いわしのかば焼き	いわし濃粉付き なたね油 ○醤油 砂糖 ○和風だし 一味唐辛子						
			ゴーヤーチャンプルー	ポークソーセージ【豚肉・食塩・砂糖・香辛料】 押し豆腐(大豆) ゴーヤー にんじん もやし 鶏卵 ○みりん風味調味料 ○和風だし ○醬油 食塩 ○かつお節 ごま油 なたね油						
8	(火)	●	食パン	○食パン	鶏肉 たまねぎ にんじん はくさい しめじ ○コンソメ 食塩 こしょう 牛乳 豆乳(大豆) ○ホワイトルウ なたね油	839	32.7			◆◆
			ミルクチャウダー							
			チキンナゲット 2個	チキンナゲット【鶏肉・コーンスターチ・パン粉(小麦)・豚脂・粉末状大豆たん白・しょうゆ(小麦・大豆)・食塩・チキンスープ(鶏肉)・香辛料・たん白加水分解物(小麦)・おろしにんにく・小麦粉・コーングリッツ・植物油脂(大豆)・なたね油・パーム油・炭酸Ca・加工でんぷん(小麦)・増粘多糖類・ピロリン酸鉄】 なたね油						
			ジャーマンポテト	ジャがいも ベーコン【豚かた肉・食塩・砂糖・香辛料】 たまねぎ 食塩 ○コンソメ こしょう パセリ なたね油						
			ジャム	いちごジャム【水あめ・砂糖・いちご・ゲル化剤・酸味料】						
<b>献立部門 入賞：「夏の旬の野菜」 栄小学校卒業生 青山蓮さん</b>										
9	(水)	●	ご飯	○白飯	むきえび とうがん 長ねぎ にんじん きくらげ こしょう ○豚がらスープ ○醤油 なたね油 ごま油 食塩 ○中華スープの素 でん粉	825	36.2			
			冬瓜スープ							
			なまずの唐揚げ	なまず唐揚げ【バス・馬鈴薯でん粉・醤油(大豆・小麦)・生姜・にんにく・レモン果汁】 なたね油						
			なすと豚肉の炒め	豚肉 にんにく しょうが こしょう なす こまつな 長ねぎ なたね油 ○料理酒 ぼん酢しょうゆ【しょうゆ(小麦・大豆)・果糖ぶどう糖液糖・醸造酢・食塩・レモン・オレンジ・うんしゅうみかん・砂糖・ゆず果汁・酵母エキス(大豆)・酸味料・アミノ酸等・香料】 ○醤油 砂糖						
10	(木)	●	地粉うどん	○地粉うどん	豚肉 なたね油 長ねぎ にんじん こまつな ○干しいたけ ○醤油 砂糖 ○料理酒 ○みりん風味調味料 ○和風だし 食塩	864	30.6			
			肉うどん							
			かき揚げ	にんじん たまねぎ えだまめ(大豆) 小麦粉 でん粉 なたね油						
			もやしとピーマンの和え物	もやし ピーマン						
			↑ドレッシング	○ごまクリーミードレッシング						
11	(金)	●	ご飯	○白飯	鉄強化ウインナー【豚肉・食塩・砂糖・香辛料・パン酵母】 にんじん たまねぎ セロリー にんにく オクラ なす ダイストマト缶【トマト・トマトピューレ・クエン酸】 トマトピューレ ○ウスターソース ○コンソメ ○チキンスープストック ○赤ワイン なたね油 ローリエ 砂糖 一味唐辛子 食塩	802	31.6			
			ガンボスープ							
			鶏肉の香草パン粉焼き	鶏肉 ○半固形状ドレッシング パン粉【小麦粉・植物性ショートニング・ぶどう糖・イースト・食塩・イーストフード(小麦)・ビタミンC】 パジル にんにく 食塩 こしょう なたね油						
			サラダ	キャベツ きゅうり にんじん						
			↑ドレッシング	○イタリアンドレッシング						
14	(月)	●	ご飯	○白飯	押し豆腐(大豆) 豚肉 はくさい にんじん チンゲンサイ にんにく しょうが ○赤みそ ○醤油 ○豆板醤 ○甜麺醤 食塩 ○和風だし ○料理酒 白すりごま 砂糖 ごま油	806	32.1			
			チゲスープ							
			餃子 2個	餃子【豚肉・キャベツ・小麦粉・玉ねぎ・鶏肉・パン粉(小麦)・粒状小麦たん白・砂糖・馬鈴薯澱粉・生姜・醤油(小麦・大豆)・食塩・こしょう・ピロリン酸第二鉄・イーストフード・ビタミンC・ベニコウジ色素・ヒマワリレシチン】 なたね油						
			↑たれ	○醤油 砂糖 ○穀物酢						
			スタミナ炒め	鶏肉 にんにく しょうが たまねぎ にんじん なら 切干大根 ごま油 ○料理酒 ○醤油 砂糖 白すりごま ○甜麺醤						
<b>★9大アレルギー除去献立 ※裏の9大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください。</b>										
17	(木)	●	ご飯	○白飯	春雨 豚肉 にんじん もやし こまつな きくらげ こしょう ○醤油 食塩 ○中華スープの素 ごま油 なたね油	888	32.6			
			春雨スープ							
			ミンチ	豚肉 ○脱脂大豆 食塩 こしょう 砂糖 ○醤油 ○料理酒 ごま油 たまねぎ にんにく なたね油 ジャがいも						
			ミックスポンチ	ダイスゼリー(みかん)【みかん果汁・果糖ぶどう糖液糖・果糖・砂糖・グラニュー糖・ゲル化剤・酸味料・香料・クエン酸鉄Na】 ダイスゼリー(シャインマスカット)【果糖ぶどう糖液糖・砂糖・ぶどう糖・ぶどう果汁・ゲル化剤・乳酸Ca・香料・酸味料・クエン酸鉄Na・ビタミンC・クチナシ色素】 ○パイン缶 ダイスゼリー(りんご)【りんご果汁・果糖ぶどう糖液糖・砂糖・難消化性デキストリン・ゲル化剤・酸味料・香料】						

アメリカの料理

マカオの料理

日	曜日	牛乳	献立名	献立の使用食材料	栄養価		アレルギー対応食提供日			
					エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	卵除去食	乳除去食		
18	(金)	●	ご飯	○白飯	豚肉 焼き豆腐(大豆) にんじん たまねぎ 長ねぎ はくさい えのきたけ しらたき なたね油 砂糖 ○醤油 ○料理酒 ○みりん風味調味料 ○和風だし	808	33.3			
			豚すき焼き							
			だし巻き玉子	だし巻き玉子【液卵・砂糖・醸造酢・でん粉(小麦)・醤油(小麦・大豆)・米発酵調味料・植物油(大豆)・かつお節エキス・昆布だし・食塩・加工でん粉・増粘多糖類・アセチル化アジピン酸架橋でん粉・キサンタンガム・グァーガム】						
			ごぼうの和え物	ごぼう きゅうり にんじん いんげん						
			↑ドレッシング	○すりごま醤油ドレッシング						
24	(木)	●	中華麺	○中華麺	豚肉 もやし にんじん 長ねぎ にはんにく しょうが 赤みそスープ【みそ(大豆)・ポークエキス(豚肉)・食塩・大豆油・ごま油・にんにく・しょうが・豚脂・すりごま・豆板醤(大豆)・香辛料・調味料・酒精・増粘剤】 ○赤みそ ○醤油 ○豆板醤 ○甜麺醤 食塩 こしょう ○和風だし ○料理酒 白すりごま 一味唐辛子 砂糖 ごま油	845	31.9			
			みそラーメン							
			春巻	春巻【粒状植物性たん白(大豆)・たけのこ・たまねぎ・にんじん・キャベツ・植物油(ごま・大豆)・しょうゆ(小麦・大豆)・でん粉・はるさめ・小麦粉・ショートニング(大豆)・鶏肉・砂糖・酵母エキス・オイスターソース(小麦)・香辛料・ほたて貝エキス・乾燥しいたけ・粉あめ・粉末油脂・食塩・グルテン(小麦)・加工でん粉・ソルビトール・調味料・乳化剤・増粘剤】 なたね油						
			大根のナムル	だいこん こまつな にんじん						
			↑ドレッシング	○韓国ナムルドレッシング						
お月見献立					★9大アレルギー除去献立 ※下の9大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください。					
25	(金)	●	ご飯	○白飯	だんご【もち米粉・加工でん粉】 鶏肉 にんじん だいこん こまつな ちらしかまぼこ【魚肉・加工でん粉・馬鈴薯でん粉・砂糖・発酵調味料・食塩・加工油脂・着色料】 ○薄口醤油 ○料理酒 食塩 ○和風だし	890	32.6			
			団子汁							
			うさぎ型照り焼きハンバーグ	うさぎ型ハンバーグ【鶏肉・たまねぎ・豚脂・豚肉・粒状植物性たん白(大豆)・砂糖・ぶどう糖・食塩・トマトペースト・酵母エキス・香辛料・にんにくペースト・小麦不使用しょうゆ(大豆)・しょうがペースト・加工でん粉・炭酸Ca・セルロース・ピロリン酸第二鉄】 ○醤油 砂糖 ○みりん風味調味料 ○料理酒 でん粉						
			秋の味覚ご飯の具	豚肉 さつまいも にんじん しめじ えのきたけ ○干しいたけ 油揚げ(大豆) グリンピース しょうが ○醤油 砂糖 ○料理酒 ○和風だし なたね油						
28	(月)	●	ご飯	○白飯	豚肉 木綿豆腐(大豆) にんじん 長ねぎ ごぼう こんにゃく ○赤みそ ○白みそ ごま油 ☆いわし煮干し厚削り	865	31.4			
			豚汁							
			いかげそフライ	いかげそフライ【いか・キャベツ・にんじん・パン粉(小麦・大豆)・粒状植物性たん白(大豆)・おろししょうが・砂糖・にんにくペースト・粉末しょうゆ(小麦・大豆)・食塩・香辛料・小麦粉・植物油(大豆)・加工デンプン(大豆)・ドロマイト・ピロリン酸鉄・硫酸Ca・乳化剤・クエン酸・香料】 なたね油						
			↑ソース	○中濃ソース						
すろっぼ	だいこん いんげん 油揚げ(大豆) にんじん ○醤油 砂糖 ○料理酒 ○みりん風味調味料 ○穀物酢 ○和風だし なたね油 白すりごま ☆いわし煮干し厚削り									
29	(火)		コッペパン	○コッペパン	コーヒー牛乳【生乳・砂糖・コーヒー・乳製品・重曹・活性炭処理水】	806	34			
			コーヒー牛乳							
			白いんげん豆のスープ	白いんげん豆 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん 食塩 こしょう なたね油 ○薄口醤油 ○コンソメ ○白ワイン						
			フランクのケチャップソース	○レバー入りフランク なたね油 ○ケチャップ ○中濃ソース 砂糖						
			パプリカとズッキーニのソテー	豚肉 赤パプリカ 黄パプリカ ズッキーニ たまねぎ ○コンソメ 食塩 こしょう なたね油						
30	(水)	●	ご飯	○白飯	鶏肉 鶏卵 長ねぎ ホールコーン とうもろこしペースト こまつな きくらげ でん粉 ○中華スープの素 ○料理酒 食塩 こしょう ごま油	840	37.8	◆	◆	
			コーンと卵の中華スープ							
			鶏肉のカルピソース	鶏肉 でん粉 なたね油 にんにく こねぎ ○醤油 ○コチュジャン ごま油 ○みりん風味調味料 ○料理酒 白いりごま 砂糖						
			中華サラダ	キャベツ きゅうり にんじん 茎わかめ						
			↑ドレッシング	○ノンオイル中華ごまドレッシング						
					基準栄養価		830	34.2		

【各マークについての説明】

○	加工品	月に何度も使用する加工品です。毎年度始めに別途お配りしている原料表に詳細な内容を記載しています。原料表は年度を通して使用しますので、大切に保管してください。
☆	だし類	だしで使用している食材です。☆かつお節、☆だし昆布、☆いわし煮干し厚削り
★	9大アレルギー除去献立	除去の対象となるアレルギーは、表示義務のある卵・乳・小麦・えび・かに・そば・落花生・くるみ・カシューナッツ の9品目です。その他のアレルギーについては対象外となります。毎月献立表の使用食材料をよくご確認くださいませようお願いします。 ※『学校給食における食物アレルギー対応指針(文部科学省)』に基づき実施するため、上記9品目であっても調味料やだし、油等にごく微量に含まれるアレルギーについては除去の対象外です。 ※令和10年3月31日までに製造、加工、輸入、販売される加工食品のアレルギー表示については、カシューナッツが明記されていない場合があります。
◆	アレルギー対応食提供日	アレルギー対応食の対象者に、対応食が提供されます。対応食の使用食材料については、対象者に別途お渡ししている献立表をご覧ください。なお、除去の対象となるのはアレルギー対応食のみです。提供日以外の献立には卵や乳が含まれる場合がありますので、使用食材料欄を必ずご確認ください。

【注意事項】

- 都合により献立及び食材料の変更をすることがありますのでご了承ください。
- 表記が無くても、味の調整のため食塩・砂糖を使用することがあります。
- 丸ごと食べられる魚は、魚卵を含む場合があります。
- ちりめんじゃこなどの小魚や海藻類には、甲殻類を含む場合があります。
- 中学校の献立で使われていない食材であっても、小学校の献立で使用している場合があります。交差の無いよう注意して調理しておりますが、同じ調理場内で調理しておりますのでご了承ください。

☆献立表は市のホームページからも確認できます。(ホーム→子育て・教育)