

しょうがっこう　こんだてひょう

吉川市立学校給食センター

ひ に ち			よう び			に ぎ ゆう			こんだてめい			こんだて しょうしょくざいりよう 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
2	(月)	●	ごはん	○白飯									672	23.0					
			わかめともやしのスープ	○干しわかめ　もやし　豚肉　にんじん　こまつな　○豚がらスープ　○薄口醤油　食塩　○中華スープの素　ごま油　にんにく															
			とりにくとカシューナッツのいためもの	鶏肉　○料理酒　しょうが　でん粉　なたね油　じゃがいも　カシューナッツ　たまねぎ　ピーマン　砂糖　○醤油															
			ミックスポンチ	○黄桃缶　○パイナップル　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】　ダイスゼリー（ラフランス）【ラフランス果汁・砂糖ぶどう糖果糖液糖・砂糖・ぶどう糖・ゲル化剤・酸味料・ビタミンC・香料・クエン酸鉄Na・ベニバナ黄色素・クチナシ青色素】															
4	(水)	●	くろパン	○黒パン									650	23.9					
			スコッチブロス	豚肉　キャベツ　にんじん　たまねぎ　だいこん　だいこん葉　県産もち麦　○豚がらスープ　○薄口醤油　食塩　こしょう　ローリエ　なたね油															
			ハムカツ	ハムカツ【豚肉・食塩・粉末状植物性たん白（大豆）・香辛料・砂糖・加工デンプン・トレハロース・リン酸塩・くん液・調味料・酸化防止剤・亜硝酸Na・パン粉（小麦・大豆）・植物油脂・粉末状混合調味料（大豆）・大豆粉・増粘多糖類・乳化剤】　なたね油															
			バックソース	○中濃ソース															
			おんやさい	カリフラワー　ブロッコリー　ホールコーン　にんじん															
			↑ドレッシング	○コーンクリーミードレッシング															
5	(木)	●	じごなうどん	○地粉うどん									690	22.8	◆		◆		
			かきたまうどん	鶏卵　鶏肉　だいこん　にんじん　こまつな　長ねぎ　○醤油　○料理酒　砂糖　○濃厚和風だし　食塩　でん粉															
			だいがくいも	さつまいも　なたね油　黒いりごま　○醤油　砂糖															
			キャベツのごまあえ	キャベツ　きゅうり　にんじん															
			↑たれ	○醤油　白ねりごま　白すりごま　三温糖　○みりん風味調味料															
6	(金)	●	ごはん	○白飯									607	25.8					
			タイビーエン	鶏肉　春雨　にんじん　長ねぎ　はくさい　にら　きくらげ　○薄口醤油　チャンポンスープの素【ボークエキス（豚肉）・食塩・しょうゆ（小麦・大豆）・たん白加水分解物（豚肉・ゼラチン）・砂糖・野菜エキス・魚介エキス・香辛料・Lグルタミン酸Na・5リボヌクレオチド2Na・コハク酸2Na・クエン酸・抽出トコフェロール】　○中華スープの素　ごま油　なたね油　食塩　こしょう															
			ごもくたまごのあまずあんかけ	中華玉子【鶏卵・たけのこ・かに風味かまぼこ（小麦・大豆）・砂糖・人参・しいたけ・長ねぎ・大豆油・食塩・醸造酢・加工デンプン・酸味料】　なたね油　でん粉　○穀物酢　砂糖　○醤油															
			ビビンバのぐ	豚肉　○脱脂大豆　にんじん　もやし　こまつな　にんにく　しょうが　○料理酒　砂糖　○醤油　○穀物酢　○コチュジャン　なたね油　ごま油															
			ごはん	○白飯															
9	(月)	●	かしわのじゅんじゅん	鶏肉　にんじん　長ねぎ　はくさい　えのきたけ　しらたき　油麩【小麦粉・グルテン（小麦）・大豆油】　生揚げ（大豆）　砂糖　なたね油　○醤油　○料理酒　○みりん風味調味料　○和風だし									603	24.5					
			きびなごサクサクやき　2ひき	きびなごサクサク焼き【きびなご・小麦粉・植物性油脂・澱粉・醤油（小麦・大豆）・みりん・発酵調味料・コーンフラワー・食塩・砂糖・植物性たん白（大豆）・生姜・粉末醤油（小麦・大豆）・みそ（大豆）・膨張剤】　なたね油															
			きりぼしだいこんのあえもの	切干大根　キャベツ　きゅうり　にんじん															
			↑ドレッシング	○ごまクリーミードレッシング															
			ごはん	○白飯															
10	(火)	●	コッペパン	○コッペパン									621	31.0					
			ハリラ（まめとやさいのスープ）	鶏肉　ミックスビーンズ【ひよこ豆・レッドキドニー・青えんどう豆】　クスクス（小麦）　セロリー　にんじん　たまねぎ　マッシュルーム　なたね油　○コンソメ　食塩　こしょう　○チキンスープストック　ダイストマト缶【トマト・トマトジュース・クエン酸】　トマトピューレ　砂糖　パプリカ　クミン															
			モロッコふうとりにくのパンこやき	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】　パセリ　ラスエルハヌート【キャラウェイ・コリアンダー・パプリカ・ブラックペッパー・ディル加工品・シナモン・クミン・ローズ・ガーリック・オールスパイス加工品】　食塩　なたね油															
			コーンといんげんのソテー	鉄強化ウイナー【豚肉・食塩・砂糖・香辛料・パン酵母】　ホールコーン　いんげん　たまねぎ　食塩　こしょう　なたね油															
			ごはん	○白飯															
11	(水)	●	ちゅうかうまに	豚肉　○なると　はくさい　チンゲンサイ　にんじん　○たけのこ水煮　たまねぎ　きくらげ　しょうが　○醤油　食塩　でん粉　○豚がらスープ　○中華スープの素　なたね油　こしょう　○オイスターソース　○料理酒　ごま油									628	25.9					
			シュウマイ　2こ	シュウマイ【豚肉・玉ねぎ・小麦粉・パン粉（小麦）・馬鈴薯澱粉・粒状小麦蛋白・砂糖・食塩・醤油（小麦・大豆）・コショウ・生姜・ピロリン酸第二鉄・イーストフード・ビタミンC・ベにこうじ色素・ヒマワリレシチン】															
			↑たれ	○醤油　砂糖															
			みかん	みかん															
			ごはん	○白飯															
12	(木)	●	じごなうどん	○地粉うどん									664	30.5					
			にくじるうどん	豚肉　なたね油　長ねぎ　ごま油　にんじん　しいたけ　油揚げ（大豆）　○醤油　砂糖　○料理酒　○みりん風味調味料　○和風だし　食塩															
			しろみざかなのてんぷら	白身魚天ぷら【スケソウダラ・食塩・小麦粉・でん粉・なたね油・パーム油・膨張剤・乳化剤】　なたね油															
			もやしのおかあえ	もやし　こまつな　にんじん															
			↑たれ	○醤油　砂糖　○穀物酢　なたね油　○かつお節															
けんみんのひ こんだて			★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。											649	25.4				
13	(金)	●	ごはん	○白飯															
			なめこのみそしる	なめこ　えのきたけ　だいこん　こまつな　長ねぎ　○赤みそ　☆かつお節															
			ぶたにくのゆずソース	豚肉　○料理酒　なたね油　ゆず　ゆず果汁　○醤油　砂糖　○みりん風味調味料　でん粉															
			こんにやくのきんぴら	豚肉　ピーマン　にんじん　こんにやく　なたね油　砂糖　○和風だし　○醤油　○みりん風味調味料　一味唐辛子															
16	(月)	●	ごかぼう	五家宝【もち米・大豆・麦芽水あめ・グラニュー糖・水あめ】									616	19.5					
			ごはん	○白飯															
			だいこんとねぎのカレー	鶏肉　だいこん　だいこん葉　長ねぎ　たまねぎ　にんじん　にんにく　しょうが　○とりレバーそぼろ　○醤油　○みりん風味調味料　○でん粉カレールウ　○カレー粉　○和風だし　なたね油															
			チュロス(カスタード)	チュロス（カスタード）【小麦粉・植物油脂・水あめ・液糖・砂糖・全粉乳・ホエイパウダー（乳）・バター（乳）・乳清たん白・でん粉・乾燥卵白（卵）・加糖卵黄（卵）・食塩・還元水あめ・加工でん粉・ショートニング・ベーキングパウダー・乳化剤（乳・大豆）・香料（乳）・甘味料・増粘多糖類・グリシン（卵）・保存料・着色料・pH調整剤】　なたね油															
			やさいサラダ	キャベツ　きゅうり　にんじん															
17	(火)	●	↑ドレッシング	○イタリアンドレッシング									624	24.2					
			こどもパン	○こどもパン															
			のむヨーグルト	飲むヨーグルト（ブルーベリー）【脱脂粉乳・砂糖・ブルーベリー果肉・ブルーベリー果汁・アロニア果汁・乳酸カルシウム・安定剤・香料・ビタミンE・ビタミンB6・ビタミンD】															
			あさりのとうにゅうチャウダー	あさり　ベーコン【豚かた肉・食塩・砂糖・香辛料】　たまねぎ　にんじん　はくさい　ブロッコリー　しめじ　○コンソメ　食塩　こしょう　豆乳（大豆）　○ホワイトルウ　なたね油															
			チキンカツ	チキンカツ【鶏肉・パン粉・小麦粉・食塩・植物油脂・揚げ油・でん粉・食塩・加工でん粉・ポリリン酸ナトリウム・ピロリン酸二水素ナトリウム・炭酸水素ナトリウム・香辛料抽出物】　なたね油															
			↑ソース	○中濃ソース															
			ツナポテト	じゃがいも　○ツナフレーク　たまねぎ　○コンソメ　食塩　こしょう　パセリ　なたね油															

ひ に ち	よ う び	に ぎ ゆ う	こ ん だ て め い	こ ん だ て し ょ う し ょ く ざ い り ょ う 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
18	(水)	●	★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。		654	32.5			
			ごはん	○白飯					
			とんじる	豚肉 木綿豆腐(大豆) じゃがいも だいこん 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					
			あじのまるやかやき	塩あじ切身 なたね油 ○白みそ ○穀物酢 ○半固形状ドレッシング					
			ひじきのにも	芽ひじき にんじん 油揚げ (大豆) いんげん ○みりん風味調味料 ○料理酒 砂糖 ○醤油 ○和風だし なたね油					
19	(木)	●	ちゅうかめん	○中華麺	654	32.7			
			よしかわさんのやさいをつかったぜっぴんラーメン	豚肉 にんにく しょうが なたね油 たまねぎ 長ねぎ キャベツ こまつな ○豚がらスープ ○中華スープの素 ○醤油 食塩 ごま油 こしょう					
			にくまん	肉まん【小麦粉・豚肉・玉ねぎ・たけのこ・砂糖・醤油 (小麦・大豆)・ラード (豚肉・大豆)・パン粉 (小麦)・イースト・馬鈴薯澱粉・膨張剤・しいたけ・ごま油・食塩・生姜パウダー・こしょう】					
			やさいのみそいため	鶏肉 にら たまねぎ はくさい しょうが なたね油 ○赤みそ ○醤油 砂糖 ごま油					
20	(金)	●	★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。		655	26.3			
			ごはん	○白飯					
			よしかわじる	木綿豆腐(大豆) ○なると だいこん こまつな にんじん 長ねぎ ○醤油 ○料理酒 食塩 でん粉 ☆だし昆布 ☆かつお節					
			せんざんき 2こ	鶏肉 ○料理酒 ○醤油 しょうが にんにく 砂糖 ○みりん風味調味料 でん粉 なたね油					
			ごもくまめ	大豆水煮【大豆・海洋深層水・酸化防止剤】 ごぼう にんじん こんにゃく いんげん 鶏肉 昆布 砂糖 ○醤油 ○みりん風味調味料 ○和風だし なたね油					
わしよくのひ こんだて			ごはん	○白飯	622	22.5			
よしかわさんやさいのあんかけじる			豚肉 長ねぎ はくさい にんじん こまつな しょうが なたね油 ごま油 ○薄口醤油 食塩 でん粉 ○豚がらスープ ☆かつお節 ○料理酒						
24	(火)	●	ゼリーフライ	ゼリーフライ【じゃがいも・おから (大豆)・小麦粉・長ねぎ・玉ねぎ・にんじん・パン粉 (小麦)・食塩・食用大豆油・こしょう・イーストフード・ビタミンC】 なたね油					
			↑ソース	○中濃ソース					
			かてめしのぐ	鶏肉 油揚げ (大豆) 高野豆腐 (大豆) にんじん ごぼう ○干しいたけ こんにゃく グリンピース ○醤油 砂糖 ○みりん風味調味料 ○料理酒 ごま油					
25	(水)	●	あげパン(シュガー)	○コッペパン なたね油 きび砂糖 三温糖 食塩	652	24.5			
			ABCスープ	アルファベットマカロニ (小麦) 鶏肉 にんじん たまねぎ ほうれんそう しめじ なたね油 ○薄口醤油 ○コンソメ 食塩 こしょう					
			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					
			コーンサラダ	ホールコーン きゅうり にんじん キャベツ					
			↑ドレッシング	○和風玉ねぎドレッシング					
26	(木)	●	ちゅうかめん	○中華麺	640	27.0			
			みそラーメン	豚肉 もやし にんじん 長ねぎ こまつな にんにく しょうが きくらげ 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 一味唐辛子 砂糖 ごま油					
			ごまだんご 1〜4ねん1こ・5ねん〜2こ	ごま団子【もち粉・小豆あん・白ごま・浮き粉 (小麦)・砂糖・精製ラード・小麦粉】 なたね油					
			だいこんのいためナムル	だいこん にんじん えのきたけ にら にんにく なたね油 ごま油 ○薄口醤油 ○中華スープの素 食塩					
27	(金)	●	ロールパン	ロールパン【輸入小麦粉・県産小麦粉・国産小麦粉・マーガリン・砂糖・植物油脂加工食品・イースト・食塩・小麦たんぱく・ビタミンC (原材料の一部に大豆を含む)】	626	24.6			
			ジュリエンスープ	豚肉 はくさい にんじん たまねぎ えのきたけ ピーマン なたね油 ○薄口醤油 ○コンソメ 食塩 こしょう					
			ハンバーグのシャリアピンソース	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・酵母エキス・トマトペースト・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】 たまねぎ にんにく なたね油 ○赤ワイン ○醤油 ○みりん風味調味料 砂糖 ○穀物酢					
			こんさいのチョップドサラダ	ごぼう にんじん れんこん ホールコーン えだまめ (大豆)					
			↑ドレッシング	○サウザンアイランドドレッシング					
30	(月)	●	ごはん	○白飯	658	22.9			
			ちゅうかだいこんスープ	鶏肉 だいこん にら 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					
			はるまき	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・植物油脂 (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・植物油脂 (大豆)・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					
			カレーチャーシャン	生揚げ (大豆) 豚肉 もやし ○たけのこ水煮 長ねぎ チンゲンサイ にんにく しょうが ○中華スープの素 砂糖 でん粉 ○醤油 ○カレー粉 食塩 なたね油					
【各マークについての説明】					基準栄養価 (小学校の基準は3・4年生が基準になっています。)		650	26.8	

○	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大アレルゲ ン 除去献立	除去の対象となるアレルゲンは、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。 その他のアレルゲン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いただきますようお願い致します。 ※『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ゲン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ゲン表示については、カシューナッツが明記され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。 ・小学校の献立で使われていない食材であっても、中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)