12月　　しょうがっこう　こんだてひょう

令和8年度　　吉川市立学校給食センター

ひにち	ようび	にゅうぎゅう	こんだてめい	献立の使用食材料（こんだて　しようしょくざいりょう）	栄養価 エネルギー（kcal）	栄養価 たんぱく質（g）	アレルギー対応食提供日 卵除去食	アレルギー対応食提供日 乳除去食	アレルギー対応食提供日 卵・乳除去食
1	（火）	●	コッペパン	○コッペパン	621	31.8			
			トマトソースパスタ	スパゲッティ（小麦）　鶏肉　たまねぎ　ピーマン　ダイストマト缶【トマト・トマトピューレ・クエン酸】　○ケチャップ　○白ワイン　なたね油　にんにく　食塩　こしょう					
			とりにくのこうそうあげ	鶏肉　○料理酒　こしょう　食塩　レモン果汁【レモン・香料】　しょうが　にんにく　バジル　でん粉　なたね油					
			グリーンサラダ	キャベツ　ブロッコリー　こまつな					
			↑ドレッシング	○イタリアンドレッシング					
2	（水）	●	ごはん	○白飯	601	28.9	◆		◆
			かきたまスープ	鶏卵　ほうれんそう　にんじん　たまねぎ　きくらげ　○薄口醤油　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					
			いかのカルビソース	いか切身　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　でん粉					
			きりぼしだいこんのちゅうかいため	豚肉　にんにく　しょうが　たまねぎ　にんじん　にら　切干大根　ごま油　○料理酒　○醤油　砂糖　○甜麺醤					
3	（木）	●	じごなうどん	○地粉うどん	677	29.7			
			とんじるうどん	豚肉　だいこん　にんじん　長ねぎ　こまつな　○干ししいたけ　なたね油　しょうが　○赤みそ　○醤油　○料理酒　○みりん風味調味料　砂糖　でん粉　○和風だし					
			ささかまぼこのてんぷら	笹かまぼこ【魚肉・でん粉・砂糖・食塩・みりん・清酒】　小麦粉　　なたね油					
			キャベツのおかかいため	キャベツ　にんじん　さやいんげん　鶏肉　しょうが　○醤油　○みりん風味調味料　○かつお節					
4	（金）	●	メニュー部門　入賞：「小松菜と油揚げの辛子マヨ和え」　栄小学校6年　石黒佳子さん（ぶもん　にゅうしょう　こまつな　あぶらあ　からし　あ　さかえしょうがっこう　ねん　いしぐろ　よしこ）		641	25.7			
			ごはん	○白飯					
			いもに　（やまがたけんのきょうどりょうり）	さといも　さつまいも　豚肉　しめじ　こんにゃく　長ねぎ　だいこん　にんじん　ごぼう　○醤油　○料理酒　○みりん風味調味料　食塩　☆だし昆布　☆かつお節					
			あじフライ	あじフライ【メアジ・パン粉（小麦）・でん粉・小麦粉・小麦でん粉・粉末状大豆たん白・増粘剤・食塩・こしょう】　なたね油					
			↑ソース	○中濃ソース					
			こまつなとあぶらあげのからしマヨあえ	こまつな　油揚げ（大豆）　からし【からし粉・植物油脂・コーンフラワー・食塩・コーンスターチ・ソルビット・増粘剤・酸味料・乳化剤・ウコン色素・ビタミンC・香料】　○半固形状ドレッシング　○醤油　白すりごま					
7	（月）	●	ごはん	○白飯	604	21.8			
			チゲスープ	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					
			ぎょうざ　2こ	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					
			はるさめサラダ	春雨　キャベツ　きゅうり　にんじん　なたね油					
			↑ドレッシング	○棒棒鶏ドレッシング					
8	（火）		こどもパン	○こどもパン	626	23.0		◆	◆
			のむヨーグルト	飲むヨーグルト（いちご）【脱脂粉乳・いちご果汁・砂糖・リン酸カルシウム・安定剤・香料・野菜色素・ビタミンD】					
			だいこんのシチュー	鶏肉　だいこん　だいこん葉　にんじん　しめじ　こしょう　○白ワイン　○コンソメ　○ホワイトルウ　なたね油　牛乳　食塩					
			とうふナゲット　2こ	豆腐ナゲット【豆腐（大豆）・たまねぎ・魚肉すり身・植物油脂（大豆）・粉末状植物性たん白（小麦・大豆）・豆乳（大豆）・砂糖・ドロマイト・食塩・酵母エキスパウダー・発酵調味料（小麦）・小麦粉・でん粉・ぶどう糖・たん白加水分解物・デキストリン・ポークエキスパウダー（豚肉）・大豆油・加工デンプン（小麦）・豆腐用凝固剤・膨張剤・ピロリン酸鉄・貝Ｃａ】　なたね油					
			ベーコンポテト	じゃがいも　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					
9	（水）	●	★９大アレルゲン除去献立　※裏の９大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください。		620	27.3			
			ごはん	○白飯					
			ごまみそしる	鶏肉　油揚げ（大豆）　にんじん　こまつな　長ねぎ　○干ししいたけ　はくさい　白すりごま　○白みそ　ごま油　なたね油　○和風だし					
			いわしのかばやき	いわし澱粉付き　なたね油　○醤油　砂糖　○和風だし　一味唐辛子					
			だいずいりひじきのにもの	芽ひじき　大豆水煮　にんじん　豚肉　さやいんげん　○みりん風味調味料　○料理酒　砂糖　○醤油　○和風だし　なたね油					
10	（木）	●	ちゅうかめん	○中華麺	679	24.7			
			サンマーメン	豚肉　○なると　もやし　たまねぎ　にんじん　きくらげ　ピーマン　食塩　こしょう　○醤油　○中華スープの素　なたね油　ごま油　○豚がらスープ　でん粉					
			はるまき	春巻【キャベツ・玉ねぎ・にんじん・たけのこ・にら・にんにく・豚肉・春雨・しょうゆ（大豆・小麦）・食塩・粒状大豆たんぱく・馬鈴薯澱粉・砂糖・ぶどう糖・なたね油・こしょう・ごま油・チキンエキス（鶏肉）・干ししいたけ・ピロリン酸第二鉄・小麦粉】　なたね油					
			コロコロだいこん	きゅうり　だいこん					
			↑ドレッシング	○青じそドレッシング					
11	（金）	●	ごはん	○白飯	605	20.0		◆	◆
			ミネストローネ	○レバー入りウインナー　キャベツ　にんじん　たまねぎ　こまつな　しめじ　なたね油　○コンソメ　食塩　こしょう　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　砂糖　○白ワイン　ローリエ					
			コーンコロッケ	コーンコロッケ【とうもろこし・小麦粉・果糖ぶどう糖液糖・砂糖・ショートニング（大豆）・食塩・香辛料・パン粉（小麦・大豆）・でん粉・植物油脂（大豆）・還元水あめ・粉末状植物性たん白（大豆）・加工でん粉・乳化剤（大豆）・香料】　なたね油					
			↑ソース	○中濃ソース					
			とりごぼうピラフのぐ	鶏肉　ごぼう　にんじん　たまねぎ　さやいんげん　○コンソメ　○醤油　なたね油　○有塩バター　食塩　こしょう					
14	（月）	●	むろねこんだて　ごはん	○白飯	617	29.5	◆		◆
			はっと	すいとん【小麦粉・でんぷん】　豚肉　はくさい　長ねぎ　だいこん　にんじん　こまつな　○醤油　○料理酒　○みりん風味調味料　食塩　☆だし昆布　☆かつお節					
			あぶらふのたまごとじどんのぐ	鶏肉　油麸【小麦粉・グルテン（小麦）・大豆油】　たまねぎ　にんじん　○干ししいたけ　さやいんげん　鶏卵　三温糖　○醤油　○和風だし　なたね油					
			むろねりんご	りんご　食塩					
15	（火）	●	コッペパン	○コッペパン	619	28.2			
			ふゆやさいのコンソメスープ	鶏肉　だいこん　にんじん　れんこん　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					
			やきフランク	○レバー入りフランク　なたね油					
			やきそば	蒸し中華麺【小麦粉・食塩・植物油脂（大豆）・乳化油脂・小麦グルテン・酒精・グリシン・かんすい・クチナシ色素】　なたね油　豚肉　キャベツ　にんじん　ピーマン　　あおさ粉　○中濃ソース　焼きそばソース【砂糖・ぶどう糖・食塩・たん白加水分解物・麦芽エキス・香辛料・酵母エキス・オリーブ油】　こしょう　○醤油　○ウスターソース					
16	（水）	●	★９大アレルゲン除去献立　※裏の９大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください。		651	31.3			
			ごはん	○白飯					
			わかめともやしのちゅうかスープ	○干しわかめ　もやし　鶏肉　にんじん　チンゲンサイ　○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					
			とりにくのからあげ　2こ	鶏肉　○料理酒　○醤油　しょうが　にんにく　でん粉　なたね油					
			なまあげのホイコウロウ	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					

ひにち	ようび	にぎゅうう	こんだてめい	献立の使用食材料（こんだて　しようしょくざいりょう）	栄養価 エネルギー（kcal）	栄養価 たんぱく質（g）	アレルギー対応食提供日 卵除去食	乳除去食	卵・乳除去食
17	（木）	●	じごなうどん	○地粉うどん	652	24.7			
			しんげんうどん	豚肉　油揚げ（大豆）　かぼちゃ　にんじん　だいこん　ごぼう　長ねぎ　えのきたけ　こまつな　☆いわし煮干し厚削り　○醤油　○みりん風味調味料　○白みそ　○料理酒　ごま油					
			たこやき　2こ	たこ焼き【米粉・キャベツ・タコ・砂糖・食塩・和風だしの素・加工でん粉・膨張剤・安定剤・離型油（大豆）】　なたね油　○中濃ソース　○醤油　○オイスターソース　砂糖　○和風だし　でん粉					
			しゅんぎくいりあえもの	はくさい　しゅんぎく　にんじん					
			↑ドレッシング	○すりごま醤油ドレッシング					
18	（金）	●	ごはん	○白飯	690	25.1			
			ポークカレー	豚肉　じゃがいも　にんじん　たまねぎ　にんにく　しょうが　グリンピース　○ケチャップ　○中濃ソース　○でん粉カレールウ　○赤ワイン　こしょう　○とりレバーそぼろ　なたね油　○カレー粉					
			オムレツ	オムレツ【鶏卵・砂糖・大豆油・食塩・醸造酢・加工デンプン・酸味料】　なたね油					
			カラフルソテー	○レバー入りウインナー　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					
21	（月）	●	★９大アレルゲン除去献立　※下の９大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください。		611	26.7			
			ごはん	○白飯					
			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　○和風だし　○料理酒					
			さばのしおやき	塩さば切り身　なたね油					
			やさいのあえもの	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					
22	（火）	●	クリスマスこんだて ツイストパン	ツイストパン【輸入小麦粉・県産小麦粉・国産小麦粉・砂糖・ショートニング・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）】	629	26.7			
			とうにゅうチャウダー	鶏肉　たまねぎ　にんじん　はくさい　しめじ　パセリ　○コンソメ　食塩　こしょう　豆乳（大豆）　○ホワイトルウ　なたね油					
			ツリーハンバーグのケチャップソース	ツリーハンバーグ【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・加工でんぷん・炭酸Ca・セルロース・ピロリン酸第二鉄】　○ケチャップ　○中濃ソース　砂糖　○白ワイン					
			ガーリックソテー	ブロッコリー　カリフラワー　赤パプリカ　ホールコーン　ベーコン【豚かた肉・食塩・砂糖・香辛料】　にんにく　食塩　○薄口醤油　こしょう　なたね油					
			クリスマスデザート いちごケーキ チョコレートケーキ　いずれか1つ カップデザート	いちごケーキ【乳又は乳製品を主原料とする食品・液全卵（卵）・砂糖・小麦粉・水あめ・ぶどう糖果糖液糖・粉末油脂・いちご濃縮果汁・乳化剤（大豆）・増粘多糖類・膨張剤・カゼインNa（乳）・炭酸Ca・酸味料・ピロリン酸第二鉄・紅麹色素・ビタミンＣ・香料・乳清ミネラル・pH調整剤】 チョコレートケーキ【乳又は乳製品を主原料とする食品・液全卵（卵）・砂糖・小麦粉・ココアパウダー・水あめ・チョコレート（乳）・準チョコレート（大豆）・こんにゃく粉・でん粉・還元水あめ・植物油・加工デンプン・乳化剤（大豆）・膨張剤・増粘多糖類・炭酸Ca・ピロリン酸第二鉄・ホエイソルト（乳）・ｐH調整剤・カカオ色素・香料（大豆）】 カップデザート【豆乳加工食品（大豆）・砂糖・ぶどう糖果糖液糖・水あめ・ぶどう糖・いちごシロップ・ゲル化剤・炭酸Ca・乳化剤（大豆）・pH調整剤・香料・紅麹色素・セルロース・酸味料・いちごピューレー・増粘多糖類・ピロリン酸第二鉄】					
				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			

【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）