12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 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	808	40.1			
			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					
			鶏肉のコーンフレーク焼き	鶏肉　○半固形状ドレッシング　コーンフレーク【コーングリッツ・水あめ・砂糖・食塩・モルトエキス・乳化剤】　パセリ　にんにく　食塩　こしょう　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）	●	ご飯	○白飯	814	32.8	◆		◆
			かき玉スープ	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　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					
			切干大根の中華炒め	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）	●	地粉うどん	○地粉うどん	795	32.2			
			豚汁うどん	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					
			たこ焼き　3個	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					
			キャベツのおかか炒め	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		843	32.7			
			ご飯	○白飯					
			芋煮　山形県の郷土料理	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					
			小松菜と油揚げの辛子マヨ和え	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）	●	ご飯	○白飯	840	27			
			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					
			揚げ餃子　3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					
			春雨サラダ	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	806	28.5		◆	◆
			飲むヨーグルト	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】					
			大根のシチュー	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					
			豆腐ナゲット　2個	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。		804	36			
			ご飯	○白飯					
			ごまみそ汁	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					
			さばの塩焼き	塩さば切り身　なたね油					
			大豆入りひじきの煮物	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）	●	中華麺	○中華麺	828	28.7			
			サンマー麺	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					
			春巻	春巻【キャベツ・たまねぎ・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					
			コロコロ大根	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）	●	ご飯	○白飯	804	24.6		◆	◆
			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					
			鶏ごぼうピラフの具	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）	●	室根献立		797	35.2	◆		◆
			ご飯	○白飯					
			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					
			油麩の卵とじ丼の具	鶏肉　油麩【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					
			室根りんご	りんご　食塩					
15	（火）	●	コッペパン	○コッペパン	800	35			
			冬野菜のコンソメスープ	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					
			焼きフランク	○レバー入りフランク　なたね油					
			焼きそば	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					

日	曜日	牛乳	献立名	献立の使用食材料	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
16	（水）	●	★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。		820	35.8			
			ご飯	○白飯					
			わかめともやしの中華スープ	○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					
			豚肉の香味ソース	豚肉　なたね油　長ねぎ　にんにく　しょうが　○醤油　○コチュジャン　砂糖　○料理酒　○みりん風味調味料　ごま油　でん粉					
			生揚げのホイコウロウ	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					
17	（木）	●	地粉うどん	○地粉うどん	803	31.9			
			信玄うどん	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					
			笹かまぼこの天ぷら	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					
			春菊入り和え物	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）	●	ご飯	○白飯	877	30			
			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。		848	29.9			
			ご飯	○白飯					
			あんかけ汁	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					
			鶏肉の唐揚げ　2個	鶏肉　○料理酒　○醤油　しょうが　にんにく　でん粉　なたね油					
			野菜の和え物	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					
クリスマス献立			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）】					
			豆乳チャウダー	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					
22	（火）	●	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【乳又は乳製品を主要原料とする食品・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【乳又は乳製品を主要原料とする食品・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】	851	35.0			
				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。
・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）