

4月

中学校 献立表

令和4年

吉川市学校給食センター

日	曜日	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	
12	(火)	★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください		799	33.1				
		ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)						
		みそ汁	木綿豆腐 (大豆) ○干しわかめ ○赤みそ ○白みそ ☆煮干し 玉ねぎ ジャがいも						
		鶏肉の唐揚げ 2個	鶏肉 しょうが にんにく でん粉なたね油 ○料理酒 ○醤油						
		きんぴらごぼう	豚肉 ごぼう にんじん つきこんにゃく 砂糖 ○みりん風味調味料 なたね油 一味唐辛子 ○醤油 ○和風だし						
		ふりかけ	○おおかかふりかけ						
13	(水)	★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください		801	36.8				
		ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)						
		中華大根スープ	鶏肉 こまつな にんじん だいこん 長ねぎ きくらげ でん粉 なたね油 ごま油 ○コンソメ ○醤油 食塩 ○こしょう ○豚ガラスープ						
		いかのねぎだれ	いか切身 こねぎ でん粉 なたね油 ごま油 ○コンソメ 食塩 ○薄口醤油 ○豚ガラスープ						
		回鍋肉	豚肉 生揚げ (大豆) ○甜麺醤 キャベツ 長ねぎ しょうが ごま油 なたね油 でん粉 ○料理酒 ○醤油 ○コンソメ ○こしょう						
入学・進級お祝い献立		★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください		842	24.4				
14	(木)	スプーン	ご飯						精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)
			和風チキンカレー						鶏肉 ○とりレバーそぼろ 玉ねぎ にんじん グリンピース にんにく しょうが ジャがいも ○みりん風味調味料 ○でん粉カレールウ なたね油 でん粉 ○醤油 ○カレー粉 ○和風だし
			コーンサラダ						ホールコーン にんじん きゅうり キャベツ
			↑ドレッシング						○柚子ドレッシング
			お祝いデザート	お祝いクレープ【豆乳 (大豆)・砂糖・加工油脂・米粉・いちご・ぶどう糖果糖液糖・植物油 (大豆)・水あめ・調整豆乳粉末 (大豆)・いちご果汁・麦芽糖・加工デンプン・増粘多糖類・乳化剤 (大豆)・炭酸Ca・香料・ビタミンC・凝固剤・紅麹色素・メタリン酸Na・カラメル色素・酸味料・ピロリン酸第二鉄・ベーキングパウダー・カロチノイド色素】 (※コンタミネーション:大豆・もも・りんご・バナナ)					
15	(金)	スプーン	★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください		841	30.8			
			ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			吉川産レタスとトマトのスープ	レバー入りウインナー【豚肉・豚レバー・食塩・砂糖・香辛料】 (※コンタミネーション:豚肉・鶏肉・乳・大豆) トマト レタス 玉ねぎ 砂糖 なたね油 ○コンソメ 食塩 ○薄口醤油 ○こしょう					
			さばのプロバンス風	さば切り身 (※コンタミネーション:卵・乳・小麦・えび・いか・鮭・さば・大豆・鶏肉・豚肉・山芋・りんご・ごま) ○ホールトマト缶 玉ねぎ にんにく なたね油 砂糖 オリーブオイル でん粉 ○ケチャップ ○赤ワイン ○チキンスープストック 食塩					
			カラフルソテー	豚肉 キャベツ にんじん 黄ピーマン 青ピーマン なたね油 ○コンソメ 食塩 ○こしょう					
18	(月)	●	★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください		837	32.9			
			ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			豚汁	豚肉 木綿豆腐 (大豆) ○赤みそ ○白みそ ☆煮干し だいこん にんじん 長ねぎ ごぼう 里芋 こんにゃく ごま油					
			照り焼きハンバーグ	ハンバーグ【豚肉・鶏肉・たまねぎ・粒状植物性たん白 (大豆)・豚脂・難消化性デキストリン・果糖ぶどう糖液糖・でん粉・粉末状植物性たん白 (大豆)・ドロマイト・ぶどう糖加工品・ポークエキス (豚肉)・発酵調味料・食塩・加工油脂・酵母エキス・チキンブイヨン (鶏肉)・加工でん粉・クエン酸鉄Na・その他キャリアーオーバー等 (大豆)】 砂糖 ○みりん風味調味料 でん粉 ○醤油 ○料理酒					
			切干大根の煮物	油揚げ (大豆) 切干大根 いんげん (※コンタミネーション:乳・大豆・やまいも) にんじん 砂糖 ○みりん風味調味料 なたね油 ○醤油 ○料理酒 ○和風だし					
19	(火)	スプーン	フラワーロール	フラワーロール【輸入小麦粉・県産小麦粉・砂糖・マーガリン・イースト・食塩・小麦たんぱく・ビタミンC (原材料の一部に小麦、大豆を含む)】 (※コンタミネーション:卵・乳・ごま)					
			春野菜のコンソメスープ	鶏肉 玉ねぎ キャベツ にんじん かぶ かぶ菜 しめじ ○コンソメ ○チキンスープストック 食塩 ○こしょう ローリエ					
			フランクのケチャップソース	レバー入りフランク【豚肉・豚レバー・食塩・砂糖・香辛料】 (※コンタミネーション:豚肉・鶏肉・乳・大豆) なたね油 砂糖 ○ケチャップ ○中濃ソース ○チキンスープストック					
			ホットマセドアンサラダ	にんじん きゅうり ホールコーン ジャがいも					
			↑ドレッシング	○サウザンアイランドドレッシング					
20	(水)	●	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			中華野菜スープ	○なると にんじん 長ねぎ チンゲンサイ ○たけのこ きくらげ キャベツ でん粉 なたね油 ごま油 白いりごま ○中華スープの素 ○醤油 食塩 ○こしょう					
			豚肉の韓国ソース	豚肉 こねぎ にんにく しょうが なたね油 砂糖 ○みりん風味調味料 一味唐辛子 ごま油 白いりごま ○醤油 ○料理酒					
			生揚げのチリソース煮	鶏肉 生揚げ (大豆) 玉ねぎ 長ねぎ にんにく しょうが 砂糖 なたね油 ごま油 でん粉 ○料理酒 ○ケチャップ ○醤油 ○コンソメ ○穀物酢 食塩					
			★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください		810	27.6			
ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)								
カンジャデフランゴ	鶏肉 ハム【豚肉・食塩・砂糖・香辛料】 (※コンタミネーション:鶏肉・牛肉・大豆・小麦) 玉ねぎ こまつな にんじん キャベツ 長ねぎ もち麦 なたね油 ○薄口醤油 ○コンソメ ○チキンスープストック 食塩 ○こしょう								
ミンチ	豚肉 ○脱脂大豆 玉ねぎ にんにく 砂糖 ごま油 なたね油 ジャがいも 食塩 ○こしょう ○醤油 ○料理酒								
リングパイン 3個	ペーパーパイン缶【パインアップル・砂糖・酸味料】								
22	(金)	スプーン	★7大アレルゲン除去献立 ※裏の7大アレルゲン除去献立の説明欄をよくご確認ください		811	32.1			
			ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
			お豆のトマトスープ	白いんげん豆 (※コンタミネーション:大豆) レバー入りウインナー【豚肉・豚レバー・食塩・砂糖・香辛料】 (※コンタミネーション:豚肉・鶏肉・乳・大豆) 玉ねぎ にんじん いんげん (※コンタミネーション:乳・大豆・山芋) ○ホールトマト缶 トマトピューレー ジャがいも なたね油 砂糖 食塩 ○こしょう ○チキンスープストック ○コンソメ ○白ワイン パセリ					
			鶏肉のレモンソース	鶏肉 ○レモン果汁 でん粉 なたね油 砂糖 ○醤油					
			こんにゃくサラダ	キャベツ きゅうり にんじん サラダこんにゃく					
			↑ドレッシング	○すりごま醤油ドレッシング					

日	曜日	アレルギー対応食提供日	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
25	(月)	●		ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	794	36.0			
				おかめ井の具	豚肉 ○なると しょうが 玉ねぎ ほうれんそう しらたき 車麩 (小麦) なたね油 砂糖 ○みりん風味調味料 ○料理酒 ○醤油					
				厚焼き玉子	五目だし巻き玉子【鶏卵・砂糖・人参・ほうれん草・しいたけ・しょうゆ (小麦・大豆)・大豆油・発酵調味料・醸造酢・魚介エキス (さば)・こんぶ調味液・食塩・ねぎ・甘酢生姜・加工デンプン・酢酸ナトリウム製剤・酸味料・調味料・甘味料・カラシ抽出・ホップ抽出】 (※コンタミネーション:鶏肉・豚肉)					
				和風炒め	○さつま揚げ ○かつお節 キャベツ にんじん 緑豆もやし なたね油 ○和風だし ○薄口醤油					
26	(火)	●	スプーン	ご飯	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	840	26.5	●	●	
				卵とコーンの中華スープ	鶏肉 鶏卵 長ねぎ ホールコーン チンゲンサイ きくらげ でん粉 ごま油 ○クリームコーン ○中華スープの素 ○料理酒 食塩 ○こしょう					
				揚げ餃子 3個	餃子【キャベツ・豚肉・豚脂・粒状小麦蛋白・パン粉 (小麦)・馬鈴薯澱粉・にら・ポークエキス (豚肉)・砂糖・食塩・醤油 (小麦・大豆)・オイスターソース (大豆)・コショウ・小麦粉・イーストフード・ビタミンC・加工でんぷん・ビタミンB・ベニコウジ色素・調味料・カラメル色素・酸味料】 (※コンタミネーション:小麦・大豆・豚肉・鶏肉・かに・えび・ごま) なたね油					
				春雨サラダ	キャベツ きゅうり にんじん 春雨 なたね油					
				↑ドレッシング	○棒棒鶏ドレッシング					
27	(水)	●		☆日本の料理☆ 吉川	精白米 強化米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	780	35.6	●	●	
				吉川汁	○なると 生揚げ (大豆) ☆だし昆布 ☆かつお節 長ねぎ こまつな にんじん だいこん でん粉 ○料理酒 ○醤油 食塩					
28	(木)	●		鮭のマヨネーズ焼き	鮭切り身 (※コンタミネーション:いか・さば・さけ・えび・卵・乳・小麦・大豆・ごま・りんご・ゼラチン) ○白みそ なたね油 ○マヨネーズ ○穀物酢	819	35.9			
				ごまよごし	いんげん (※コンタミネーション:乳・大豆・やまいも) にんじん キャベツ					
				↑たれ	砂糖 黒すりごま ○醤油					
				地粉うどん	地粉うどん【県産小麦粉・食塩 (原材料の一部に小麦を含む)】 (※コンタミネーション:そば・卵)					
				きつねうどん	油揚げ (大豆) 豚肉 細切り昆布 ☆だし昆布 ☆かつお節 にんじん 長ねぎ こまつな えのきたけ 砂糖 ○みりん風味調味料 ○醤油 ○料理酒 食塩					
笹かまのカレー風味揚げ	笹かまぼこ【スケソウダラすり身・澱粉・砂糖・食塩・みりん・清酒】 (※コンタミネーション:卵・小麦・乳・大豆) 小麦粉 なたね油 ○カレー粉 食塩									
温野菜	緑豆もやし キャベツ きゅうり にんじん									
↑たれ	○焼きのり ○醤油 ○和風だし									
<b>基準栄養価</b>						830	27~41.5			

【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。毎学期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。原料表は学期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	だしで使用する食材です。(☆かつお節 (※コンタミネーション:さば)、☆だし昆布 (※コンタミネーション:小麦・大豆・くるみ・落花生・ごま・えび)、☆煮干し (※コンタミネーション:小麦・大豆・くるみ・落花生・ごま・えび) 等)
★	7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 の7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7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。
◆	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。
- コンタミネーション等に関する情報は、業者から開示されている情報のみを記載しています。記載の無い食材全てがコンタミネーションを含まないわけではありませんのでご注意ください。
- ※コンタミネーションとは、食品を製造する際に、原材料としては使用してなくても、アレルギーとなる食材等が意図せずして混入してしまうことを言います。(例: 同じ工場内で使用している、同じ製造ラインで使用している等)
- 調理場内における調理過程でのコンタミネーション及びキャリーオーバーについては記載しておりません。
- 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→学校給食→【学校給食】に関するお知らせ)

## 4月から、「日本の料理」、「世界の料理」の献立がスタートします！

日本の料理、世界の料理の日は、その国や地域の郷土料理や特徴のある料理、食べ物を取り入れた献立です。

☆日本の料理☆ 私たちの郷土『埼玉県、吉川市』

今月の「日本の料理」は『吉川』です。「吉川汁」は吉川でたくさん作られている長ねぎと小松菜を使ったすまし汁です。「ごまよごし」は黒ごまを使ったごま和えで、黒ごま入りのたれで野菜がよごれているように見えることから「ごまよごし」と呼ばれるようになりました。

→世界の料理→ 『マカオ』

「世界の料理」は『マカオ』です。マカオは昨年の東京パラリンピックで吉川市のホストタウンとなった国です。昨年、マカオ料理を給食で提供しました。とても好評だったマカオのそばろご飯の具の「ミンチイ」と「カンジャデフランゴ」という煮込みスープです。

さあ新学期だ

