

5月

中学校 献立表



吉川市学校給食センター

令和4年

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	
こどもの日献立 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) わかめのすまし汁 絹豆腐 (大豆) ○干しわかめ ☆だし昆布 ☆かつお節 長ねぎ にんじん ○薄口醤油 ○料理酒 食塩				795	27.7			
2	(月)	●	かつおフライ かつおカツ【かつお・たまねぎ・おろししょうが・パン粉 (小麦・大豆)・醤油 (小麦・大豆)・砂糖・食塩・かつおエキス・小麦粉・植物油脂 (大豆)・粉末状植物性たん白 (大豆)・加工デンプン・ドロマイト・ピロリン酸鉄・乳化剤 (大豆)】 (※コンタミネーション:えび・卵・乳) なたね油					
		●	↑ソース ○中濃ソース					
		●	たけのこご飯の具 油揚げ (大豆) 鶏肉 ○たけのこ にんじん グリンピース 砂糖 なたね油 ○醤油 ○料理酒 ○和風だし					
		●	柏もち【小豆・砂糖・麦芽糖・寒天・食塩・上新粉・加工デンプン・植物油脂・酵素製剤 (大豆)】 (※コンタミネーション:小麦・乳・卵・大豆・やまいも・オレンジ・ごま)					
6	(金)	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) トックスープ 鶏肉 ○干しいたけ 長ねぎ たら 緑豆もやし にんじん トック餅【米・澱粉・食塩・酒精】 ごま油 ○醤油 食塩 ○中華スープの素 ○豚ガラスープ ○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・たら・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・ピロリン酸第二鉄・小麦粉・イーストフード・ビタミンC・加工でん粉・ビタミンE・ペニコウジ色素・調味料・カラメル色素・酸味料・ヒマワリレシチン】 (※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	819	23.2		
9	(月)		★7大アレルギー除去献立 ※裏の7大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください					
		●	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) きつね汁 油揚げ (大豆) 鶏肉 ○なると ☆だし昆布 ☆かつお節 にんじん 長ねぎ こまつな ○みりん風味調味料 ○料理酒 ○醤油 食塩 さばのみりん醤油焼き さばのみりん醤油漬【さば・醤油 (小麦・大豆)・砂糖・発酵調味料・食塩・かつおエキス・昆布エキス・アルコール】 (※コンタミネーション:小麦・いか・さけ・さば・大豆・ごま) なたね油 みそきんぴら 豚肉 ○白みそ ごぼう にんじん いんげん (※コンタミネーション:乳・大豆・やまいも) 砂糖 ○みりん風味調味料 白すりごま なたね油 ごま油 一味唐辛子 ○料理酒 ○和風だし	842	39.7			
10	(火)	スプーン	●	こどもパン【輸入小麦粉・県産小麦粉・砂糖・ショートニング・イースト・国産脱脂粉乳・食塩・小麦たんぱく・ビタミンC (原材料の一部に小麦・乳・大豆を含む)】 (※コンタミネーション:卵・乳・ごま) マカロニスープ 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) キャベツ にんじん 玉ねぎ シェルマカロニ (小麦) なたね油 食塩 ○こしょう ○コンソメ ○薄口醤油 パセリ チキンナゲット 3個 チキンナゲット【鶏肉・粉末状大豆たん白・植物油脂 (大豆)・でん粉・砂糖・しょうゆ (小麦・大豆)・食塩・清酒・チキンエキス調味料 (小麦・大豆・鶏肉)・かつおエキス調味料・魚醤・香辛料・加工デンプン・pH調整剤・ビタミンC・クエン酸鉄・小麦粉・膨張剤・コーンフラワー・ぶどう糖・粉末しょうゆ (小麦・大豆)・着色料製剤・大豆油】 なたね油 もやしのカレーソテー 豚肉 青ピーマン にんじん 緑豆もやし でん粉 なたね油 ○コンソメ ○カレー粉 食塩 ○こしょう	782	31.9		
世界の料理 →台湾→ 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) ルオポータン 鶏肉 だいこん チンゲンサイ 長ねぎ きくらげ でん粉 なたね油 ごま油 ○中華スープの素 ○薄口醤油 食塩 ○こしょう ○豚ガラスープ				785	34.5	◆	◆	
11	(水)	スプーン	●					うずら卵入り蒸し野菜 ○うずら卵水煮 キャベツ にんじん 砂糖 ごま油 ○醤油 ○中華スープの素
		●	ルーローハンの具 豚肉 にんにく しょうが ○たけのこ 玉ねぎ ○干しいたけ こまつな ごま油 三温糖 なたね油 でん粉 ○醤油 ○料理酒 食塩 ○オイスターソース ○穀物酢 シナモン					
12	(木)		★7大アレルギー除去献立 ※裏の7大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください					
		●	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 じゃがいも こんにやく ごま油 あじの南蛮漬け あじ漬粉付き (※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) にんにく しょうが 長ねぎ なたね油 砂糖 ごま油 白いりごま ○醤油 ○穀物酢 キャベツの煮浸し 油揚げ (大豆) ○かつお節 キャベツ にんじん しょうが ○みりん風味調味料 ○醤油	791	35.2			
13	(金)	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) 中華旨煮 豚肉 いか短冊切り (※コンタミネーション:小麦) むきえび【えび・食塩】 (※コンタミネーション:えび・かに・いか) はくさい にんじん ○たけのこ 玉ねぎ しょうが きくらげ 青ピーマン でん粉 なたね油 ごま油 ○醤油 食塩 ○豚ガラスープ ○中華スープの素 ○こしょう ○オイスターソース ○料理酒 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 吉川産トマト トマト	809	37.0		
16	(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) 凍り豆腐のみそ汁 高野豆腐 (大豆) ○さつま揚げ ○赤みそ ○白みそ ☆かつお節 玉ねぎ にんじん だいこん こまつな かき揚げ 野菜かき揚げ【たまねぎ・にんじん・じゃがいも・ごぼう・グリンピース・小麦粉・砂糖・卵白 (卵)・食塩・加工デンプン・膨張剤 (小麦)・調味料】 なたね油 ↑天つゆ だいこん ○みりん風味調味料 ○醤油 ○和風だし 野菜のおかか炒め 豚肉 ○かつお節 キャベツ にんじん 玉ねぎ しめじ なたね油 ○薄口醤油	806	26.7		
17	(火)	スプーン	●	揚げパン(ココア) コッペパン【輸入小麦粉・県産小麦粉・マーガリン・砂糖・国産脱脂粉乳・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・乳・大豆を含む)】 (※コンタミネーション:卵・乳・ごま) ココア 砂糖 なたね油 食塩 チキンブロス 鶏肉 玉ねぎ にんじん だいこん 精白米 パセリ ○豚ガラスープ ○薄口醤油 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 コロコロきゅうり きゅうり ↑ドレッシング ○青じそドレッシング	799	31.5		
18	(水)	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) コーンの豆乳ポタージュ 鶏肉 豆乳 (大豆) 玉ねぎ ホールコーン 砂糖 なたね油 ○クリームコーン パセリ ○コンソメ ○こしょう 食塩 ○ホワイトルウ 鶏肉のピカタ 鶏肉 鶏卵 粉チーズ (乳) 小麦粉 なたね油 食塩 ○こしょう ○カレー粉 パセリ ブロccoliのガーリックソテー ベーコン【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) ブロccoli キャベツ にんにく オリーブオイル 食塩 ○薄口醤油 ○こしょう	783	37.7	◆	◆
19	(木)		●	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) わかめうどん 豚肉 ○干しわかめ 油揚げ (大豆) ○なると ☆だし昆布 ☆かつお節 にんじん 長ねぎ こまつな ○みりん風味調味料 ○醤油 食塩 ○料理酒 肉まん 肉まん【小麦粉・豚肉・玉ねぎ・筍・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・椎茸・ごま油・食塩・生姜パウダー・コショウ】 (※コンタミネーション:乳・卵・えび・牛肉・鶏肉・りんご・ゼラチン) おかひじきの和え物 おかひじき キャベツ にんじん 緑豆もやし ↑ドレッシング ○おろし玉葱ドレッシング	767	30.4		

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	
20	(金)	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)	770	22.2	◆	◆
			コンソメスープ	鶏肉 だいこん にんじん こまつな 玉ねぎ しめじ なたね油 ○コンソメ ○薄口醤油 食塩 ○こしょう					
			ハムカツ	ハムカツ【鶏肉・豚肉・でん粉・食塩・砂糖・香辛料・調味料・リン酸塩・コチニール・酸化防止剤・発色剤・大豆粉・植物油脂・加工デンプン・微粒酸化ケイ素・パン粉(小麦)・小麦粉・増粘剤】(※コンタミネーション:卵・えび・かに・いか・さけ・さば・ごま) なたね油					
			↑ソース	○中濃ソース					
			サラダ	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					
			23	(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)							
●	生揚げのみそ汁	生揚げ(大豆) ○赤みそ ○白みそ ☆煮干し キャベツ 玉ねぎ にんじん こまつな							
●	ハンバーグのおろしソース	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)】 だいこん えのきたけ こねぎ なたね油 ○みりん風味調味料 ○醤油							
●	五目豆	大豆水煮【大豆・デキストリン・食塩・乳酸Ca・酸化防止剤】 鶏肉 にんじん いんげん (※コンタミネーション:乳・大豆・やまいも) 角切り 昆布 ごぼう こんにゃく 砂糖 ○みりん風味調味料 なたね油 ○醤油 ○和風だし							
24	(火)	スプーン	●	麦ご飯	精白米 強化米 米粒麦 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)	883	31.0		
			●	いちご牛乳	いちご牛乳【生乳・砂糖・いちご果汁・食塩・香料・紅麴色素・pH調整剤】				
			●	ハヤシライス	豚肉 ○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 ○ホールトマト缶 ジャガイモ ○デミグラスソース なたね油 ○ハヤシルー ○ケチャップ ○中濃ソース ○チキンスープストック ○赤ワイン ○こしょう				
			●	野菜かまぼこ	野菜入りかまぼこ【鱈すり身・玉ねぎ・かばちや・レンコン・いんげん・人参・小麦澱粉・砂糖・食塩・発酵調味料】(※コンタミネーション:卵・乳・小麦・豚肉・大豆・鮭・かに・えび・いか・ごま) なたね油				
			●	アスパラガスのソテー	ベーコン【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) ホールコーン グリーンアスパラガス キャベツ なたね油 食塩 ○こしょう ○コンソメ				
25	(水)	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)	778	29.5	◆	◆
			●	ジュリエンスープ	鶏肉 キャベツ にんじん 玉ねぎ えのきたけ 青ピーマン なたね油 ○コンソメ ○チキンスープストック 食塩 ○薄口醤油 ○こしょう				
			●	マカロニグラタン	ベーコン【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) 牛乳 豆乳(大豆) 粉チーズ(乳) 玉ねぎ マッシュルーム エルボーマカロニ(小麦) 有塩バター(乳) 小麦粉 なたね油 食塩 ○こしょう パセリ				
			●	肉団子のトマトソース煮	ミートボール【鶏肉・たまねぎ・でん粉・豚肉・還元水あめ・植物性たん白(大豆)・チキンオイル(鶏肉)・大豆油・食塩・香辛料・ドロマイト・ピロリン酸鉄・焼成Ca】(※コンタミネーション:えび・かに・小麦・卵・乳) にんじん 玉ねぎ スナップえんどう ○ホールトマト缶 砂糖 なたね油 ○ケチャップ 食塩 乾燥パセリ				
26	(木)	●	●	中華麺	中華麺【輸入小麦粉・県産小麦粉・食塩・かんすい(原材料の一部に小麦を含む)】(※コンタミネーション:そば・卵)	818	29.6		
			●	豆腐ラーメン	豚肉 絹豆腐(大豆) ☆かつお節 玉ねぎ 長ねぎ にんじん にら しょうが にんにく なたね油 ごま油 でん粉 ○中華スープの素 ○醤油 ○こしょう ○豚ガラスープ				
			●	春巻	春巻【キャベツ・玉ねぎ・人参・豚脂・春雨・大豆蛋白・醤油(小麦・大豆)・馬鈴薯澱粉・食塩・砂糖・ぶどう糖・菜種油・チキンエキス・調味料(鶏肉)・にら・干し椎茸・こしょう・にんにく・ピロリン酸第二鉄製剤・小麦粉】(※コンタミネーション:乳・小麦・豚肉・鶏肉・大豆・オレンジ・鮭・かに・えび・いか・ごま) なたね油				
			●	海藻サラダ	○干しわかめ キャベツ きゅうり にんじん				
			●	↑ドレッシング	○韓国ナムルドレッシング				
27	(金)	●	★7大アレルギー除去献立 ※下の7大アレルギー除去献立の説明欄をよくご確認ください		793	33.8			
			●	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)
			●	ごまみそ汁					鶏肉 油揚げ(大豆) ○白みそ ☆かつお節 にんじん 長ねぎ ○干ししいたけ だいこん 里芋 (※コンタミネーション:大豆) 白すりごま ごま油
			●	豚肉のしょうが焼き					豚肉 しょうが なたね油 砂糖 ○みりん風味調味料 でん粉 ○料理酒 ○醤油
			●	磯香和え					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
30	(月)	スプーン	●	日本の料理 ☆熊本県	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	27.5		
			●	タイビーエン	豚肉 にんじん 長ねぎ ○たけのこ こまつな ○干ししいたけ 緑豆春雨 ちゃんぽんスープの素【畜肉エキス(小麦・乳・ゼラチン・大豆・鶏肉・豚肉)・野菜エキス・魚介エキス・食塩・砂糖・醤油(小麦・大豆)・香辛料・調味料】 ごま油 なたね油 ○薄口醤油 ○中華スープの素 食塩 ○こしょう				
			●	きびなごサクサク揚げ 3匹	きびなごサクサク揚げ【きびなご・小麦粉・植物性油脂・でん粉・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】(※コンタミネーション:えび・さば・いか・卵・乳) なたね油				
			●	高菜漬けご飯の具	鶏肉 たかな漬け【ちりめんたかな・醤油(小麦・大豆)・果糖ぶどう糖液糖・食塩・醸造酢・調味料・酸味料】(※コンタミネーション:小麦・えび・大豆) にんじん えのきたけ 白いりごま ごま油 砂糖 ○料理酒 ○醤油				
			●	夏みかんゼリー	夏みかんゼリー【夏みかん果汁・ぶどう糖・果糖ぶどう糖液糖・果糖・砂糖・ゲル化剤・乳酸Ca・酸味料・香料・ビタミンC・クエン酸鉄Na】(※コンタミネーション:小麦・卵・乳)				
31	(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)	795	28.5	◆	◆
			●	揚げ鶏と野菜の甘酢あん	鶏肉 ○うずら卵水煮 しょうが 玉ねぎ にんじん ○干ししいたけ グリンピース でん粉 なたね油 ジャガイモ 砂糖 ○醤油 ○料理酒 ○ケチャップ ○穀物酢 ○オイスターソース ○中華スープの素				
			●	メロン	メロン				
			●	炒めナムル	緑豆もやし にんじん えのきたけ にら にんにく なたね油 ごま油 白いりごま ○薄口醤油 ○中華スープの素 食塩				
				基準栄養価		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	だしで使用している食材です。(☆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をお願い致します。 ※『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】

<ul style="list-style-type: none"> 都合により献立及び食材料・産地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。 <p>※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)</p> <ul style="list-style-type: none"> 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ア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・学び→学校給食)