



7月


しょうがっこう こんだてひょう

令和5年

吉川市学校給食センター

ひ に ち	よ う び	アレルギー 対応 給食	に び ゆ う	こんだてめい	 <small>こんだて しょうじょくざいりょう</small> 献立の使用食材料		栄養価		アレルギー 対応 給食	
							エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	卵 除去 食	乳 除去 食
★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										
なまずのひ こんだて				ごはん	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)					
3	(月)		ス プ ー ン	● よしかわさんこまつなのグリーンカレー	鶏肉 豆乳(大豆) 赤ピーマン 玉ねぎ なす にんにく しょうが 吉川産小松菜ペースト (※コンタミネーション:大豆) クミン粉末 ナンブラー【カタクチイワシ・食塩】なたね油 米粉 ○でん粉カレールウ ○カレー粉 コリアンダー ○白ワイン ○コンソメ 食塩 こしょう			604	21.7	
				● なまずのこうそうパンこやき	なまず パジル にんにく 半形状ドレッシング【食用植物油(大豆)・水飴・砂糖・醸造酢・食塩・加工デンプン・増粘多糖類・粉末状大豆たんぱく・香辛料・酵母エキス】(※コンタミネーション:えび・小麦・卵・乳・落花生・カシューナッツ・ごま・さば・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン・魚介類) 米粉パン粉【米粉・甜菜・食用こめ油・生イースト・パウダーライスα粉・食塩】 オリーブオイル こしょう					
				よしかわさんミニトマト 2こ	ミニトマト					
				よしかわさんブルーベリーのゼリー	吉川産ブルーベリーのゼリー【砂糖・ブルーベリー・ブルーベリー果汁・増粘多糖類・酸味料・香料・ビタミンC・乳酸Ca】(※コンタミネーション:乳・卵・大豆・もも・りんご・オレンジ)					
4	(火)			● ごはん	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)					
				● ちゅうかだいこんスープ	鶏肉 チンゲンサイ 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 ○中華スープの素 ○醤油 食塩 こしょう ○豚ガラスープ			606	25.3	
				● やきぎょうざ 2こ	餃子【キャベツ・豚肉・豚脂・粒状小麦たんぱく・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)・こしょう・小麦粉・イーストフード・ビタミンC・加工澱粉・ベニコウジ色素・アミノ酸・カラメル色素・クエン酸】(※コンタミネーション:小麦・大豆・鶏肉・豚肉・かに・えび・ごま) なたね油					
				↑たれ	砂糖 ○醤油 ○穀物酢					
				ぶたにくとピーマンのいためもの	豚肉 豆腐干絲(大豆) 青ピーマン 赤ピーマン ○たけのこ ○干しいたけ 砂糖 でん粉 ごま油 なたね油 ○料理酒 ○醤油 ○オイスターソース					
5	(水)		ス プ ー ン	● しよくパン	食パン【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)			606	23.6	
				● コンソメスープ	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 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					
				● チーズオムレツ	チーズオムレツ【鶏卵・チーズ(乳)・砂糖・澱粉・穀物酢・食塩・焼成油】(※コンタミネーション:小麦・えび・かに・さば・牛肉・豚肉・鶏肉・大豆・りんご・ごま・もも・オレンジ) なたね油					
				● ナポリタン	豚肉 玉ねぎ にんじん エリンギ 青ピーマン ホールトマト缶【トマト・トマトピューレ・クエン酸】 ○スパゲティ(小麦) 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 食塩 こしょう					
6	(木)			● ごはん	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)					
				● なまあげとやさいのみそしる	生揚げ(大豆) ○赤みそ ○白みそ ☆いわし煮干し厚削り だいこん にんじん こまつな じゃがいも					
				● ささかまのいそべあげ	笹かまぼこ【スケソウダラ・澱粉・砂糖・食塩・みりん・清酒】(※コンタミネーション:卵・小麦・乳・牛肉・豚肉) あおさ粉 小麦粉 なたね油			627	26.5	
				● おかかいため	鶏肉 ○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					
				● ふりかけ	○おかかふりかけ					
たなばた こんだて				● もちげんまいりごはん	精白米 強化米 もち玄米 (※コンタミネーション:小麦・ごま・大豆・鶏肉・豚肉)					
7	(金)			● たなばたじる	豚肉 星型かまぼこ【魚肉・うらごし南瓜・加工澱粉・馬鈴薯澱粉・砂糖・発酵調味料・食塩】(※コンタミネーション:小麦・大豆) 魚そ うれん【たら・発酵調味料・水あめ・砂糖・食塩・加工澱粉・トレハロース】(※コンタミネーション:小麦・大豆・豚肉) ☆かつお節 ☆だし昆布 オクラ みつば にんじん だいこん ○醤油 食塩			668	19.3	
				● ほしがたコロッケ	星型コロッケ【ばれいしょ・たまねぎ・鶏肉・豚肉・豚脂・砂糖・乾燥マッシュポテト・食塩・香辛料・パン粉(小麦・大豆)・小麦粉・コーンフラワー・デキストリン・植物油・還元水あめ・でん粉・炭酸Ca・ピロリン酸鉄】(※コンタミネーション:卵・乳) なたね油					
				● ↑ソース	○中濃ソース					
				● やさいのあえもの	キャベツ こまつな にんじん					
				● ↑ドレッシング	○すりごま醤油ドレッシング					
				● たなばたデザート	七タクレープ【豆乳(大豆)・加工油脂・砂糖ぶどう糖果糖液糖・麦芽糖・砂糖・植物油(大豆)・米粉・水あめ・レモン果汁・大豆粉・小麦不使用しょうゆ(大豆)・加工デンプン・トレハロース・増粘剤・乳化剤(大豆)・ゲル化剤・香料・安定剤・ビタミンC・酸味料・メタリン酸Na・カラメル色素・ピロリン酸第二鉄・ベニバナ黄色素・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)					
★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										
10	(月)			● ごはん	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)					
				● みそしる	木綿豆腐(大豆) ○赤みそ ○白みそ ☆いわし煮干し厚削り 玉ねぎ キャベツ にんじん			646	25.9	
				● てりやきハンバーグ	ハンバーグ【鶏肉・たまねぎ・豚脂・粒状植物性たん白(大豆)・豚肉・砂糖・水溶性食物繊維・粉末状植物性たん白(大豆)・酵母エキス・トマトペースト・ぶどう糖・食塩・にんにくペースト・香辛料・しょうがペースト・加工デンプン・セルロース・炭酸Ca・ピロリン酸第二鉄】(※コンタミネーション:牛肉・大豆・鶏肉・豚肉・りんご・ゼラチン・ごま) 砂糖 ○みりん風味調味料 でん粉 ○醤油 ○料理酒					
				● ほそぎりこんぶのもの	細切り昆布 油揚げ(大豆) 豚肉 にんじん いんげん ごま油 砂糖 ○醤油 ○料理酒 ○和風だし					
11	(火)		ス プ ー ン	● コッペパン	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)			610	29.8	
				● しろいんげんまめのスープ	白いんげん豆【白いんげん豆・重曹】 キャベツ 玉ねぎ にんじん パセリ じゃがいも なたね油 食塩 こしょう ○薄口醤油 ○コンソメ ○白ワイン					
				● やきフランク	鉄強化フランク【豚肉・食塩・砂糖・香辛料・パン酵母】(※コンタミネーション:鶏肉・牛肉・小麦・大豆) なたね油					
				● ラタトゥイユ	鶏肉 玉ねぎ ズッキーニ なす 青ピーマン 黄ピーマン にんにく ホールトマト缶【トマト・トマトピューレ・クエン酸】 パジル オリーブオイル ○ケチャップ ○白ワイン ○コンソメ 食塩 こしょう					

フランスの
かていりょうり

ひ に ち	よ う び	アレルギー 対応食提供 日	に ゆ う	こんだてめい	 <small>こんだて しょうしょくざいりょう</small> 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
12	(水)		●	ごはん	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)	658	25.9		
				トックスープ	鶏肉 ○干しいたけ 長ねぎ チンゲンサイ 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				
				ぶたにくのカルピソース	豚肉 ○コチュジャン にんにく こねぎ ごま油 ○みりん風味調味料 白いりごま 砂糖 でん粉 ○料理酒 ○醤油				
				ナムル	緑豆もやし こまつな にんじん				
				↑ドレッシング	○韓国ナムルドレッシング				
13	(木)		●	ごはん	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)	644	30.8		
				そうへいじ	豚肉 木綿豆腐 (大豆) ○赤みそ ○白みそ だいこん にんじん ごぼう こまつな ○干しいたけ にんにく しょうが じゃがいも こんにゃく なたね油 鶏がらだし【鶏肉粉末・でん粉分解物・砂糖・酵母エキス粉末・昆布エキス粉末・でん粉】				
				さばのしおやき	塩さば切り身 なたね油				
				ココロきゅうり	きゅうり				
				↑ドレッシング	○青じそドレッシング				
14	(金)	ス プ ー ン	●	ごはん	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)	604	30.3		
				フォースープ	豚肉 にんじん 緑豆もやし こねぎ きくらげ ナンプラー【カタクチイワシ・食塩】 レモン果汁【レモン・酸味料・香料・保存料】 平打ち米粉めん【米・馬鈴薯澱粉】 (※コンタミネーション:大豆) なたね油 ○中華スープの素 ○薄口醤油 ○豚ガラスープ 食塩 こしょう				
				ガパオライスのご	鶏肉 ○脱脂大豆 ○豆板醤 玉ねぎ 赤ピーマン こまつな にんにく バジル ナンプラー【カタクチイワシ・食塩】 砂糖 なたね油 ○醤油 ○オイスターソース 食塩 ○料理酒				
				れいとうみかん	冷凍みかん				
18	(火)		●	★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		652	31.6		
				ごはん	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)				
				なつやさいのみそしる	木綿豆腐 (大豆) 油揚げ (大豆) ○赤みそ ○白みそ ☆いわし煮干し厚削り かぼちゃ みょうが なす オクラ				
				チキンなんぼん	鶏肉 しょうが 玉ねぎ レモン果汁【レモン・酸味料・香料・保存料】 でん粉 なたね油 砂糖 ○料理酒 ○醤油				
とうがんのそばろに	鶏肉 とうがん しょうが 枝豆 (大豆) なたね油 砂糖 でん粉 ○薄口醤油 ○料理酒 ○和風だし 食塩								
基準栄養価						650	21~32		

【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	だして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)、☆いわし煮干し厚削り (※コンタミネーション:さば)
★	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いても、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。 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)



7月2日は「なますの日」

★7月2日を「な(7)まる(0)ツー(2)」と読むことから由来しています。
 ★江戸川、中川という川に挟まれた吉川市には川魚を食べる食文化があり、なますも食べられていました。最近では食べる機会も少なくなっています。給食では「なますの日」にちなんで、7月3日(月)に、市内全小・中学校で「なますの日献立」を提供します。
 和歌山県産のなますを使ったおかず、吉川産小松菜のグリーンカレー、吉川産ミニトマト、吉川産ブルーベリーのゼリーが登場します。おたのしみに！



なまりん