

12月

中学校 献立表

令和5年

吉川市立学校給食センター

日	曜日	使用するアレルギー食材	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
1	(金)			★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。		804	36.4			
				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)					
				冬野菜のみそ汁	はくさい だいこん ながねぎ にんじん 鶏肉 さといも 〇白みそ 〇赤みそ ☆いわし煮干し厚削り					
				チキン南蛮	鶏肉 しょうが 〇料理酒 〇醤油 でん粉 なたね油 砂糖 たまねぎ レモン果汁【レモン・香料】					
4	(月)		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)	858	31.0			
				ミネストローネ	豚肉 シェルマカロニ (小麦) キャベツ にんじん ブロッコリー しめじ なたね油 〇コンソメ 食塩 こしょう 〇チキンスープストック 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 〇白ワイン ローリエ					
				● あじフライ	あじフライ【あじ・パン粉 (小麦・大豆) ・小麦粉・食塩・乳化剤 (大豆) ・増粘多糖類 (大豆)】 (※コンタミネーション:小麦・乳・卵・いか・さけ・大豆・ごま) なたね油					
				↑ソース	〇中濃ソース					
				ピッティパンナ (じゃがいもとウインナーの炒め物)	じゃがいも 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) たまねぎ 〇コンソメ こしょう なたね油 パセリ					
5	(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。		778	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)					
				● のっぺい汁	木綿豆腐 (大豆) さといも 鶏肉 だいこん にんじん こまつな 〇醤油 〇料理酒 食塩 でん粉 ☆だし昆布 ☆かつお節					
				豚肉のしょうが焼き	豚肉 〇料理酒 しょうが なたね油 〇みりん風調味料 〇醤油 砂糖 でん粉					
6	(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)	778	29.6			
				● 白菜と肉団子のスープ	はくさい ながねぎ にんじん たまねぎ ミートボール【鶏肉・玉ねぎ・パン粉 (小麦) ・豚肉・還元水あめ・粒状大豆蛋白・澱粉・大豆油・醤油 (小麦・大豆) ・食塩・粉末状大豆蛋白・みりん・酵母エキス・香辛料・加工でんぷん・貝殻末焼成Ca・クエン酸鉄Na】 (※コンタミネーション:乳・卵・えび・かに) 〇醤油 〇中華スープの素 ごま油 〇料理酒 食塩					
				いかのカルピソース	いか切身 でん粉 なたね油 にんにく こねぎ 〇醤油 〇コチュジャン ごま油 〇みりん風調味料 〇料理酒 白いりごま 砂糖					
				ナムル	もやし こまつな にんじん					
7	(木)			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)	765	26.4			
				みそ汁	キャベツ じゃがいも だいこん たまねぎ にんじん こまつな 〇白みそ 〇赤みそ ☆いわし煮干し厚削り					
				● 五目厚焼き玉子	五目だし巻き玉子【鶏卵・砂糖・人参・ほうれん草・しいたけ・しょう油 (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・加工でんぷん・酢酸ナトリウム製剤・酸味料】 (※コンタミネーション:鶏肉・豚肉)					
				ごぼう入りかみかみ揚げ大豆	大豆水煮【大豆・デキストリン・食塩・乳酸Ca・ビタミンC】 ごぼう でん粉 なたね油 〇醤油 砂糖 〇穀物酢					
				のりの佃煮	のり佃煮【水あめ・砂糖・しょうゆ・みりん・のり・ひじき・にぼし・かつお・増粘多糖類・ヘム鉄】					
8	(金)		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 (原材料の一部に大豆を含む)】 (※コンタミネーション:卵・乳・ごま)	845	39.0		◆	◆
				● 大根とホタテのシチュー	ホタテ貝【ホタテ貝・清酒】 だいこん だいこん葉 にんじん しめじ 粉チーズ (乳) こしょう 〇白ワイン 〇コンソメ 〇有塩バター (乳) なたね油 小麦粉 生クリーム (乳) 牛乳 食塩					
				鶏肉のマーマレードソース	鶏肉 マーマレード【砂糖・水あめ・いよかん・なつみかん・還元水あめ・濃縮なつみかん果汁・ゆず果汁・ゲル化剤・酸味料】 〇醤油 〇白ワイン 砂糖 でん粉					
				ナポリタン	スパゲッティ (小麦) 豚肉 たまねぎ にんじん エリンギ ビーマン ダイストマト缶【トマト・トマトピューレ・クエン酸】 〇ケチャップ 〇中濃ソース 〇チキンスープストック 食塩 なたね油 こしょう 砂糖					
11	(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)	844	28.4		◆	◆
				● コーンと卵の中華スープ	鶏肉 鶏卵 ながねぎ ホールコーン クリームコーン【とうもろこし・コーンスターチ・食塩】 チンゲンサイ きくらげ でん粉 〇中華スープの素 〇料理酒 食塩 こしょう ごま油					
				牛タン入りメンチカツ	牛タン入りメンチカツ【パン粉 (小麦・大豆) ・小麦・でん粉・牛タン・牛脂・豚肉・鶏肉・玉ねぎ・小麦粉加工品・食塩・こしょう・砂糖・ナツメグ】 (※コンタミネーション:乳・卵・かに) なたね油					
				春菊入り和え物	しゅんぎく はくさい にんじん					
				↑ドレッシング	〇すりごま醤油ドレッシング					
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。		850	32.2			
				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)					
				● あんかけ汁	鶏肉 木綿豆腐 (大豆) 〇なると こまつな にんじん ながねぎ しょうが 〇和風だし 〇醤油 砂糖 〇料理酒 食塩 でん粉 なたね油 ごま油					
				さばの塩焼き	塩さば切身 (※コンタミネーション:卵・乳・小麦・えび・いか・鮭・大豆・鶏肉・豚肉・山芋・りんご・ごま) なたね油					
13	(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)	814	32.0			
				豆腐のチゲ	押し豆腐 (大豆) 豚肉 はくさい たまねぎ ながねぎ えのきたけ にら にんにく しょうが 〇赤みそ 〇醤油 〇豆板醤 〇甜麵醬 食塩 〇和風だし 〇料理酒 白すりごま 一味唐辛子 砂糖 ごま油					
				● 焼き餃子 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) ・こしょう・小麦粉・イーストフード・ビタミンC・安定剤・紅麴色素・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・鶏肉・豚肉・かに・えび・ごま) なたね油					
				↑たれ	〇醤油 砂糖 〇穀物酢					
				吉川産ブロッコリーとにんじんの中華炒め	鶏肉 ブロッコリー しめじ にんじん でん粉 〇オイスターソース 〇料理酒 〇醤油 食塩 こしょう 〇中華スープの素 ごま油 なたね油					
14	(木)			地粉うどん	地粉うどん【県産小麦粉・食塩】 (※コンタミネーション:そば・卵)	810	32.9			
				きつねうどん	油揚げ (大豆) 砂糖 〇醤油 豚肉 細切り昆布 にんじん ながねぎ こまつな えのきたけ 〇料理酒 〇みりん風調味料 食塩 ☆だし昆布 ☆かつお節					
				● たこ焼き 2個	たこ焼き【小麦粉・たこ・キャベツ・ねぎ・鶏卵・揚げ玉 (小麦) ・風味調味料・しょうが漬・なたね油・とうもろこし油・糖類・食塩・醤油 (大豆) ・かつおぶしエキス・かつおぶし粉末・加工でん粉・調味料・増粘剤】 (※コンタミネーション:小麦・卵・大豆・えび・かに) なたね油					
				↑ソース	砂糖 〇中濃ソース 〇醤油 でん粉 〇和風だし 〇オイスターソース					
				白菜の煮浸し	鶏肉 はくさい にんじん しょうが 〇さつまあげ 〇醤油 〇みりん風調味料 〇かつお節 なたね油					

