

1月

しょうがっこう こんだてひょう

令和6年

吉川市立学校給食センター

ひ に ち	よ う び	休 日 祭 日 等 の 日	に ま り の 日	こんだて めい	こんだて しょうじょくざいりょう 献立の使用食材料	栄養価		アレルギ ー 対応 食 品 日	卵 除 去 食	乳 除 去 食	豚 ・ 乳 除 去 食	
						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)					
★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。												
11	(木)		●	かがみびらき 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)	606	24.7				
				ぞうに	だんご【米粉・加工でん粉】(※コンタミネーション:小麦・乳・大豆・やまいも・オレンジ・ごま) 鶏肉 だいこん にんじん こまつな ○なると ○醤油 ○料理酒 ☆だし昆布 ☆かつお節							
				ぶたどんのぐ	豚肉 たまねぎ しらたき えのきたけ こねぎ しょうが 白いりごま 砂糖 ○醤油 ○料理酒 ○みりん風味調味料 なたね油							
				りんご	りんご 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。												
12	(金)		●	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)	596	24.2					
				やさいのみそしる	油揚げ (大豆) キャベツ たまねぎ にんじん こまつな ○白みそ ○赤みそ ☆いわし煮干し厚削り							
				ぶたにくのしょうがやき	豚肉 ○料理酒 しょうが なたね油 ○みりん風味調味料 ○醤油 砂糖 でん粉							
				だいこんときゅうりのあえもの	きゅうり だいこん にんじん							
				↑ドレッシング	○減塩和風ドレッシング							
15	(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)	610	20.0					
				にくだんごとやさいのもの	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・加工でん粉・貝殻未焼成Ca・クエン酸鉄Na】(※コンタミネーション:乳・卵・えび・かに) じゃがいも にんじん たまねぎ だいこん こんにゃく いんげん ○醤油 砂糖 ○料理酒 ○みりん風味調味料 ○和風だし なたね油							
				きびなごのサクサクあげ 2ひき	きびなごサクサク揚げ【きびなご・小麦粉・植物性油脂・澱粉・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・ごま) なたね油							
				ゆでもやしのごまずあえ	もやし キャベツ にんじん							
				↑たれ	○醤油 砂糖 ○穀物酢 ごま油 白すりごま							
16	(火)	ス プ ー ン	●	ツイストパン	ツイストパン【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 (原材料の一部に乳・大豆を含む)】(※コンタミネーション:卵・乳・ごま)	640	28.0					
				はくさいのスープ	豚肉 はくさい にんじん たまねぎ えのきたけ パセリ なたね油 ○薄口醤油 ○コンソメ 食塩 こしょう							
				てりやきハンバーグ	ハンバーグ【鶏肉・豚肉・玉ねぎ・粒状植物性たん白 (大豆) ・豚脂・でん粉・砂糖・トマトケチャップ・植物油 (大豆) ・乾燥マッシュポテト・野菜ペースト・香辛料・オニオンエキスパウダー・食塩・酵母エキス・加工でん粉・炭酸Ca・調味料・焼成Ca・ピロリン酸鉄・着色料・硫酸Ca】(※コンタミネーション:えび・かに・小麦・卵・乳) ○醤油 砂糖 ○みりん風味調味料 ○料理酒 でん粉							
				ツナのトマトペンネ	ペンネマカロニ (小麦) ○ツナフレーク たまねぎ にんにく ダイストマト缶【トマト・トマトピューレ・クエン酸】 食塩 一味唐辛子 パセリ オリーブオイル							
17	(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)	586	23.0					
				たまきじる	こんにゃく ごぼう 油揚げ (大豆) さといも (※コンタミネーション:大豆) だいこん にんじん こまつな ○醤油 ○白みそ ☆いわし煮干し厚削り ごま油							
				ささかまぼこのてんぷら	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・えび・かに) 小麦粉 なたね油							
				↑たれ	○醤油 ○和風だし							
				きりぼしだいこんのソースいため	切干大根 豚肉 にんじん キャベツ いんげん ○中濃ソース ○ウスターソース ○オイスターソース ○料理酒 こしょう ○かつお節 なたね油							
18	(木)		●	じごなうどん	地粉うどん【県産小麦粉・食塩】(※コンタミネーション:そば・卵)	650	20.7	◆	◆			
				カレーなんばん	豚肉 たまねぎ にんじん ながねぎ こまつな ○でん粉カレールー ○醤油 ○カレー粉 でん粉 ☆かつお節 ☆だし昆布 食塩 ○みりん風味調味料							
				こんにゃくのにももの	こんにゃく 砂糖 三温糖 ○みりん風味調味料 ○醤油 ○和風だし							
				れんこんいりおんサラダ	れんこん キャベツ きゅうり にんじん							
				↑ドレッシング	○和風クリーミードレッシング							
19	(金)		●	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)	606	25.6					
				わかめともやしのちゅうかスープ	○干しわかめ もやし 鶏肉 にんじん 春雨 ○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							
				シュウマイ 2こ	シュウマイ【豚肉・玉ねぎ・小麦粉・パン粉 (小麦) ・馬鈴薯澱粉・粒状小麦蛋白・砂糖・食塩・醤油 (小麦・大豆) ・コショウ・生姜・イーストフード・ビタミンC・ベニコウジ色素】(※コンタミネーション:小麦・大豆・豚肉・鶏肉・かに・えび・ごま)							
				↑たれ	○醤油 砂糖							
				なまあげのホイコウロウ	豚肉 生揚げ (大豆) キャベツ ながねぎ 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							
★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。												
22	(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)	646	27.4					
				のっぺいじる	木綿豆腐 (大豆) 鶏肉 さといも (※コンタミネーション:大豆) だいこん にんじん こまつな 油揚げ (大豆) ○醤油 ○料理酒 食塩 でん粉 ☆だし昆布 ☆かつお節							
				さばのおしおやき	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							
				ひじきのにももの	○芽ひじき しらたき にんじん 豚肉 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							
23	(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)	636	30.1					
				すどり	鶏肉 しょうが ○醤油 でん粉 ○料理酒 なたね油 ○たけのこ じゃがいも たまねぎ にんじん ○干しいたけ グリンピース 砂糖 ○ケチャップ ○穀物酢 ○オイスターソース ○中華スープの素							
				いかのオイスターソースやき	いか切身 にんにく ○薄口醤油 こしょう 食塩 ○オイスターソース ごま油							
				いためナムル	もやし にんじん えのきたけ こまつな にんにく なたね油 ごま油 ○薄口醤油 ○中華スープの素 食塩 白いりごま							

ひ に ち	よ う び	に ゆ う	こ ん だ て め い	こ ん だ て し ょう よ く ざ い り よ う 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

★★★1月24日～30日は全国学校給食週間です。今年度は学校給食献立コンテストで選ばれた献立やメニューを給食で提供します。★★★

24	(水)	ス プ ー ン	メニュー部門 市長賞：「吉川産はちみつ入りにんじん・こまつな蒸しパン」栄小1年 安藤澄倫さん 優秀賞：「こまつなキーマカレー」南中2年 関根彩葉さん		701	25.8			
			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)					
			●こまつなキーマカレー	豚肉 牛肉 たまねぎ にんじん こまつな にんにく しょうが ○でん粉カレールウ ○ケチャップ ○カレー粉 ○中濃ソース ○赤ワイン ローリエ こしょう ○チキンスープストック なたね油					
			よしかわさんはちみつ入りにんじん・こまつなむしパン	蒸しパン粉【小麦粉・砂糖・ぶどう糖・加工でん粉・ベーキングパウダー・食塩・乳化剤・増粘剤】 (※コンタミネーション：卵・乳) にんじん こまつな はちみつ (※コンタミネーション：大豆)					
			コーンサラダ	キャベツ きゅうり ホールコーン					
			↑ドレッシング	○青じそドレッシング					
25	(木)	●	★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。		612	28.2			
			献立部門 優秀賞：「色々な味を楽しめる献立」南中2年 一乗陽生さん						
			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	油揚げ (大豆) 木綿豆腐 (大豆) ながねぎ だいこん たまねぎ ○白みそ ○赤みそ ☆いわし煮干し厚削り					
			とりにくのねぎしおだれ 2こ	鶏肉 ○料理酒 でん粉 なたね油 ながねぎ レモン果汁【レモン・香料】 砂糖 食塩 ごま油 ○鶏がらだし					
			はくさいのびたし	はくさい にんじん 豚肉 しょうが ○醤油 ○みりん風味調味料 ○和風だし なたね油					
26	(金)	ス プ ー ン	献立部門 優秀賞：「吉川産食材をたくさん使った献立」美南小6年 千葉巧都さん		665	26.7			
			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)					
			よしかわさんのやさいスープ	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) はくさい にんじん たまねぎ ながねぎ なたね油 ○薄口醤油 ○コンソメ 食塩 こしょう					
			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・イカ・鮭・大豆・ごま) なたね油					
			↑ソース	○中濃ソース					
			よしかわさんブロッコリーとこまつなのソテー	ブロッコリー こまつな ホールコーン にんにく 食塩 ○薄口醤油 こしょう ○チキンスープストック なたね油					
29	(月)	ス プ ー ン	メニュー部門 優秀賞：「吉川カラフル混ぜご飯」栄小3年 引場義友さん		658	27.6			
			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)					
			●とうにゅうシチュー	鶏肉 たまねぎ にんじん じゃがいも しめじ パセリ ○コンソメ 砂糖 食塩 こしょう 豆乳 (大豆) ○ホワイトルウ なたね油					
			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) ○ケチャップ ○中濃ソース 砂糖					
			よしかわカラフル混ぜごはんのぐ	ブロッコリー 豚肉 たまねぎ ながねぎ にんじん ホールコーン 赤パプリカ 黄パプリカ にんにく ○鶏がらだし ○料理酒 砂糖 ○醤油 食塩 こしょう なたね油					
30	(火)	ス プ ー ン	献立部門 教育長賞：「おかずもデザートも！よくばり吉川づくし給食」北谷小3年 岩崎あんさん		717	28.9	◆	◆	
			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)					
			よしかわやさいたっぷりタコスミート	牛肉 豚肉 ○脱脂大豆 だいこん はくさい ながねぎ 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 ○醤油 ナツメグ 食塩 こしょう ○料理酒 なたね油 ○コンソメ でん粉					
			●こまつなキャロットケーキ	小麦粉 鶏卵 にんじんペースト こまつなペースト (※コンタミネーション：大豆) なたね油 食塩 砂糖 ベーキングパウダー (※コンタミネーション：小麦) レーズン (※コンタミネーション：落花生・クルミ・カシューナッツ) シナモン					
			キャベツとブロッコリーのおかかあえ	キャベツ ブロッコリー こまつな					
			↑たれ	○醤油 砂糖 ○穀物酢 なたね油 ○かつお節					
			スライスチーズ	スライスチーズ【ナチュラルチーズ (乳)・乳化剤・重曹】					
			トルティーヤチップス	トルティーヤチップス【とうもろこし粉・植物油脂・酸化防止剤】 (※コンタミネーション：小麦・乳)					
31	(水)	●	ちゅうかめん	中華麺【輸入小麦粉・県産小麦粉・食塩・かんすい】 (※コンタミネーション：そば・卵)	676	23.9			
			サンマーめん	豚肉 ○なると もやし たまねぎ にんじん きくらげ ビーマン 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					
			はるまき	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・ニンニク・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・オレンジ・大豆・鮭・いか・ごま・かに・えび・りんご) なたね油					
			ちゅうかおんやさい	キャベツ きゅうり にんじん					
			↑ドレッシング	○棒棒鶏ドレッシング					
【各マークについての説明】					基準栄養価 (小学校の基準は3・4年生が基準になっています。)	650	24		
○	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)、☆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"> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>丸ごと食べられる魚は、魚卵を含む場合があります。</li> <li>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。</li> <li>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。</li> <li>※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)</li> <li>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。</li> <li>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。</li> </ul>									

★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)