

1月

## 中学校 献立表

令和6年

吉川市立学校給食センター

日	曜日	アレルギー対応メニュー	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・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。									
				鏡開き献立	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)				
11	(木)			雑煮	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	783	29.6		
				豚井の具	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)				
12	(金)			野菜のみそ汁	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	763	28.4		
				鶏肉の唐揚げ 2個	鶏肉 ○料理酒 ○醤油 しょうが にんにく でん粉 なたね油				
				大根ときゅうりの和え物	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				
				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)				
15	(月)			肉団子と野菜の煮物	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	804	24.5		
				きびなごのサクサク揚げ 3匹	きびなごサクサク揚げ【きびなご・小麦粉・植物性油脂・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				
				もやし和え物	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				
				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)				
16	(火)	スプーン		白菜のスープ	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	825	31.1		
				ハムカツ	ハムカツ【チョップドハム(豚肉・鶏肉)・アミノ酸・リン酸塩Na・着色料・酸化防止剤・発色剤・パン粉(小麦)・大豆粉・食用植物油・加工でんぷん・増粘多糖類】 なたね油				
				↑ソース	○中濃ソース				
				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				
★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)				
17	(水)			たぬき汁	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	836	30.8		
				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				
				切干大根のソース炒め	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				
				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)				
18	(木)			カレー南蛮	豚肉 たまねぎ にんじん ながねぎ こまつな ○でん粉カレールウ ○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	764	23.9	◆	◆
				こんにゃくの煮物	こんにゃく 砂糖 三温糖 ○みりん風味調味料 ○醤油 ○和風だし				
				れんこん入りサラダ	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				
				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)				
19	(金)			わかめともやしの中華スープ	○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	899	28.8		
				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・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				
				生揚げのホイコウロウ	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				
				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)				
22	(月)			のっぺい汁	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	756	30.1		
				笹かまぼこの天ぷら	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				
				ひじきの煮物	○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				
				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)				
23	(火)			酢鶏	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	817	36.3		
				いかのオイスターソース焼き	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				
				炒めナムル	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				

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	
<b>★★★1月24日～30日は全国学校給食週間です。今年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。★★★</b>								
24	(水)	スプーン	<b>メニュー部門 優秀賞：「こまつなキーマカレー」南中2年 関根彩葉さん</b>			915	34.0	
			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)				
			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				
			白身魚フリッター	白身魚フリッター【ホキ・小麦粉・コーンスターチ・大豆油・ベーキングパウダー】 (※コンタミネーション：えび・いか・乳・卵・鶏肉・小麦・大豆) なたね油 食塩 パセリ				
			コーン入り温野菜	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)	●	<b>★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。</b>			810	33.0	
			<b>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</b>					
			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	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				
			鶏肉のねぎ塩焼き	鶏肉 なたね油 ながねぎ 食塩 ごま油 レモン果汁【レモン・香料】 ○鶏がらだし こしょう ○料理酒				
			春雨サラダ	緑豆春雨 キャベツ きゅうり にんじん なたね油				
			↑手作りドレッシング	○醤油 砂糖 ○鶏がらだし ○穀物酢 ごま油 白いりごま 食塩				
いもようかん	芋ようかん【さつまいも・砂糖・塩】							
26	(金)	スプーン	<b>★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。</b>			808	31.6	
			<b>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</b>					
			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)				
			吉川産の野菜スープ	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				
			豚肉のしょうが焼き	豚肉 ○料理酒 なたね油 しょうが ○みりん風味調味料 ○醤油 砂糖 でん粉				
吉川産ブロッコリーと小松菜のソテー	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	<b>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</b>			872	35.3	
			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)				
			豆乳シチュー	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				
吉川カラフル混ぜご飯の具	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)	●	<b>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</b>			923	35.0	
			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)				
			吉川野菜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				
			コロケ	野菜コロケ【馬鈴薯・人参・グリーンピース・玉ねぎ・こしょう・砂糖・食塩・パン粉 (小麦) ・小麦粉・とうもろこし澱粉・大豆蛋白・菜種油脂】 (※コンタミネーション：卵・乳・えび・牛肉・鶏肉・豚肉・いか・さけ・ゼラチン・ごま) なたね油				
			ゆでキャベツとブロッコリーのおかか和え	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)	●	<b>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 安藤澄伶さん</b>			751	27.2	◆◆
			中華麺	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)				
			サンマー麺	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				
			吉川産はちみつ入りにんじん・こまつな蒸しパン	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) 牛乳 にんにく こまつな はちみつ (※コンタミネーション：大豆)				
			茎わかめのサラダ	キャベツ きゅうり にんじん 茎わかめ				
↑ドレッシング	○棒棒鶏ドレッシング							
				<b>基準栄養価</b>	830	31.0		

**【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)、☆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願ひ致します。 ※『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】**

- 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。
- ※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。
- 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)**