

ひ に ち	よ う び	お も い の し ら せ	に ぎ や う	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 対応調理法	
						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									
				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)				
11	(水)			ぞうに	鶏肉 うさぎかまぼこ【魚肉 加工澱粉 馬鈴薯澱粉 砂糖 発酵調味料 食塩 トマト色素】(※コンタミネーション:小麦・大豆) ☆だし昆布 ☆かつお節 にんじん だいこん こまつな 冷凍だんご【もち米粉 加工澱粉】(※コンタミネーション:大豆) ○醤油 ○料理酒	623	25.0		
				ぶたどんのぐ	豚肉 玉ねぎ えのきたけ こねぎ しょうが しらたき 白いりごま 砂糖 ○みりん風味調味料 なたね油 ○料理酒 ○醤油				
				みかん	みかん				
12	(木)			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(原材料の一部に小麦を含む)】(※コンタミネーション:そば・卵)				
				サンマーめん	豚肉 ○なると 緑豆もやし 玉ねぎ にんじん きくらげ なら なたね油 ごま油 でん粉 食塩 ○こしょう ○醤油 ○中華スープの素 ○豚ガラスープ	667	24.4		
				はるまき	鉄強化春巻【キャベツ タマネギ 豚肉 にんじん たけのこ 春雨 しょうゆ(大豆・小麦) 食塩 大豆植物性たんぱく ばれいしょ澱粉 砂糖 ブドウ糖 なら 菜種油 コショウ ごま油 がらスープ(鶏肉) 干し椎茸 ピロリン酸第二鉄製剤 にんにく 小麦粉】(※コンタミネーション:えび・かに・卵・乳・いか・さけ) なたね油				
				キャベツいりナムル	キャベツ 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	(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)				
				じゃがいもわかめのみそしる	○干しわかめ ○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 じゃがいも	629	23.4		
				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	○中濃ソース				
				きりぼしだいこんのもの	油揚げ(大豆) 切干大根 いんげん にんじん 砂糖 ○みりん風味調味料 なたね油 ○醤油 ○料理酒 ○和風だし				
16	(月)		ス プ リ 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)				
				ワンタンスープ	豚肉 長ねぎ 緑豆もやし にんじん こまつな 乾燥ワンタン【小麦粉 小麦たん白 食塩】 なたね油 ごま油 ○醤油 食塩 ○中華スープの素 ○こしょう	618	26.0		
				とりにくのしせんソース	鶏肉 ○豆板醤 長ねぎ にんにく しょうが 白すりごま 砂糖 ごま油 でん粉 ○料理酒 ○醤油 ○豚ガラスープ ○穀物酢				
				ミックスポンチ	○みかん缶 ○パイナップル(ジャインマスカット)【果糖ぶどう糖液糖 砂糖 ぶどう糖 ぶどう果汁 ゲル化剤 乳酸Ca 香料 酸味料 クエン酸鉄Na ビタミンC 着色料】(※コンタミネーション:小麦・卵・乳) ダイゼリー(りんご)【りんご果汁 砂糖ぶどう糖液糖 砂糖 ぶどう糖 水溶性食物繊維 ゲル化剤 香料 酸味料 クエン酸鉄Na】(※コンタミネーション:卵・乳・小麦・オレンジ・キウイ・大豆・もも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・アーモンド)				
17	(火)		ス プ リ 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(原材料の一部に小麦・大豆を含む)】(※コンタミネーション:卵・乳・ごま)				
				だいこんのクリームシチュー	鶏肉 粉チーズ(乳) 生クリーム(乳) 牛乳 だいこん だいこん葉 にんじん しめじ ○有塩バター(乳) なたね油 小麦粉 ○こしょう ○白ワイン ○コンソメ 食塩	674	28.3	◆	◆
				フランクのケチャップソース	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: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				
				よしかわさんブロッコリーのガーリックソテー	ベーコン【豚かた肉 食塩 砂糖 香辛料】(※コンタミネーション:牛肉・鶏肉・大豆・小麦) ブロッコリー 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				
にほんのりょうり ☆きょうと☆									
				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)				
				きょうふうみそしる	○白みそ 西京みそ【米 大豆 食塩 水飴 酒精】 ☆かつお節 だいこん ゆず にんじん みずな 里芋(※コンタミネーション:大豆) ○醤油	655	26.2	◆	◆
18	(水)			あじつけにしん	味付けにしん【にしん 砂糖 醤油(小麦・大豆) 発酵調味料 昆布 しょうが 食塩 加工澱粉】(※コンタミネーション:小麦・大豆・オレンジ・さば・ごま)				
				きぬがさどんのぐ	油揚げ(大豆) 鶏卵 青ねぎ 長ねぎ にんじん ○干ししいたけ 三温糖 なたね油 ○醤油 ○和風だし				
★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)				
19	(木)		ス プ リ ン	かぶのチキンブロス	鶏肉 玉ねぎ にんじん キャベツ かぶ かぶ葉 精白米 ○豚ガラスープ ○薄口醤油 食塩 ○こしょう ローリエ	692	28.4		
				ポークジンジャー	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				
				マセドアンサラダ	にんじん きゅうり ○ホールコーン じゃがいも				
				↑ドレッシング	○サウザンアイランドドレッシング				
20	(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)				
				わかめスープ	○干しわかめ にんじん 緑豆もやし にんにく 春雨 白いりごま ごま油 ○豚ガラスープ ○薄口醤油 食塩 ○中華スープの素	614	23.4		
				やきぎょうざ 2こ	ぎょうざ【キャベツ 豚肉 豚脂 粒状小麦蛋白 パン粉(小麦) 馬鈴薯澱粉 なら 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 酸化防止剤 ペニコウジ色素 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	砂糖 ○醤油				
				なまあげのホイコーロー	豚肉 生揚げ(大豆) ○甜麺醤 キャベツ 長ねぎ しょうが ごま油 なたね油 でん粉 ○料理酒 ○醤油 ○中華スープの素 ○こしょう				
23	(月)		ス プ リ 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)				
				カレーマープー	豚肉 押し豆腐(大豆) ○豆板醤 玉ねぎ なら ○干ししいたけ しょうが クミン粉末 砂糖 でん粉 なたね油 ○料理酒 ○カレー粉 ○カレー粉 ○豚ガラスープ ○中華スープの素 ○ケチャップ ○醤油	673	29.2	◆	◆
				たこナゲット 2こ	たこナゲット【たこ いか タラサリ身 小麦粉 小麦澱粉 植物油(大豆) 砂糖 食塩 みりん風味調味料】(※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)				
				ちゅうかいため	鶏肉 しょうが はくさい 玉ねぎ にんじん でん粉 ごま油 なたね油 ○中華スープの素 ○オイスターソース ○醤油 食塩 ○こしょう ○料理酒				

ひ に ち	よ う び	調理形態 調理形態 調理形態	に ゆ う	こんだてめい	こんだて しょうしょくざいりょう 献立の使用食材料	栄養価		アレルギー 対応食提供日			
						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	卵 除 去 食	乳 除 去 食		
🌸1月24日～30日は全国学校給食週間です。吉川産野菜や県産食材を多く取り入れた料理を提供します🌸											
24	(火)		ス プ ー ン	●	ごはん よしかわさんはくさいスープ ハムカツ ↑ソース やさいサラダ ↑ドレッシング	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) 鶏肉 はくさい にんじん 玉ねぎ こまつななたね油 ○コンソメ ○チキンスープストック 食塩 ○薄口醤油 ○こしょう ハムカツ【チョップドハム(鶏肉・豚肉) 調味料 リン酸塩Na 着色料 酸化防止剤 発色剤 パン粉(小麦・大豆) 大豆粉 食用油脂 増粘剤】なたね油 ○中濃ソース ブロッコリー ○ホールコーン にんじん ○フレンチドレッシング	639	19.6			
25	(水)			●	ごはん よしかわさんだいこんのちゅうかスープ ささみのけんさんゆずソース よしかわねぎチャーハンのご	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) 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 鶏肉 県産ゆずペースト (※コンタミネーション:大豆) でん粉 なたね油 砂糖 ○みりん風味調味料 ○醤油 いり玉子【鶏卵 コーン油 食塩 加工デンプン 酸味料 増粘剤 カロチン色素(大豆) アナトー色素(小麦・大豆)】(※コンタミネーション:豚肉・鶏肉・乳・りんご・さば・ゼラチン) ○なると ○干ししいたけ 長ねぎ なたね油 ○中華スープの素 ○醤油 ○料理酒 食塩 ○こしょう	603	27.6	◆	◆	
26	(木)			●	じごなうどん にくじるうどん こまつなむしパン おかかいため	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) 豚肉 長ねぎ にんじん みずな ○干ししいたけ なたね油 砂糖 ○みりん風味調味料 ○醤油 ○料理酒 ○和風だし 食塩 牛乳 角切りチーズ【ナチュラルチーズ(乳) 乳化剤 添加水】吉川産小松菜ペースト(※コンタミネーション:大豆) 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・オレンジ・牛肉・さば・大豆・鶏肉・豚肉・やまいも・ゼラチン・ごま) ○さつま揚げ ○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	651	26.3	◆	◆	
27	(金)			●	ごはん せんぎりやさいのすましじる いかのさいかみそだれ けんさんこんにやくいりサラダ ↑ドレッシング さいのくになっとう	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) 鶏肉 豆腐干絲(大豆) ☆だし昆布 ☆かつお節 だいこん にんじん 長ねぎ ごぼう こまつな ○料理酒 食塩 ○薄口醤油 いか切身 県産赤みそ【大豆 精米 食塩 酒精】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 キャベツ 県産にんじんこんにやく【にんじんペースト こんにやく製粉 水酸化カルシウム】(※コンタミネーション:大豆) きゅうり 緑豆もやし ○減塩和風ドレッシング 納豆(大豆) 納豆のたれ【植物性たんぱく加水分解物(小麦) 醤油(大豆・小麦) 砂糖 果糖ぶどう糖液糖 昆布エキス かつお節エキス 醸造酢 米発酵調味料 食塩 酵母エキス】	606	31.7			
★7大アレルゲン除去献立 ※下の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											
SDGs 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)				
30	(月)			●	よしかわじる よしかわさんだいこんのおろしハンバーグ よしかわさんはくさいのあえもの ↑ドレッシング	○なると 絹豆腐(大豆) ☆だし昆布 ☆かつお節 長ねぎ こまつな にんじん しめじ でん粉 ○料理酒 ○醤油 食塩 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Na その他キャリアオーバー等(大豆)】だいこん なたね油 ○みりん風味調味料 ○醤油 はくさい 緑豆もやし にんじん ○すりごま醤油ドレッシング	606	22.1			
せかいのりょうり →スペイン→						バターロールコッペがた おまめのスープ	バターロール【輸入小麦粉 県産小麦粉 マーガリン 砂糖 植物性生クリーム 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) 白いんげん豆(※コンタミネーション:大豆) 鉄強化ウインナー【豚肉 食塩 砂糖 香辛料 パン酵母】(※コンタミネーション:豚肉・鶏肉・乳・大豆) 玉ねぎ にんじん いんげん にんにく レンズまめ(※コンタミネーション:大豆) オリーブオイル 食塩 ○こしょう ○薄口醤油 ○チキンスープストック ○コンソメ ○白ワイン	656	27.8		
31	(火)		ス プ ー ン	●	トルティージャ とりにくのチンドロン	スペイン風オムレツ【鶏卵 フライドポテト たまねぎ プロセスチーズ(乳) ペーコン(卵・乳・豚肉) 牛乳 砂糖 でん粉 植物油 食酢 食塩 酵母エキス】 鶏肉 にんじん 玉ねぎ スナックえんどう ホールトマト缶【トマト トマトジュース クエン酸】 砂糖 オリーブオイル ○ケチャップ 食塩 乾燥バジル					
【各マークについての説明】							基準栄養価	650	21~32		

○	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)等)、☆いわし煮干し厚削り
★	7大アレルゲン 除去献立	除去の対象となるアレルゲンは、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。その他のアレルゲン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ゲン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。 	
<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いませんが、アレルゲン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オーバーについては記載していません。 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)