



5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	に ぎ ゆう	こんだてめい	こんだて しょうじょくぎりりょう 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	卵 除去 食
1	(月)	●	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)	650	24.2			
			ミネストローネ	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) セロリー にんじん 玉ねぎ こまつな しめじ ホールトマト缶【トマト・トマトジュース・クエン酸】 トマトピューレー ジャがいも なたね油 砂糖 食塩 こしょう ○チキンスープストック ○白ワイン ローリエ					
			とうふナゲット 2こ	豆腐ナゲット【豆腐(大豆)・玉ねぎ・魚肉すり身・植物油(大豆)・粉末状植物性たん白(小麦・大豆)・豆乳(大豆)・砂糖・食塩・酵母エキスパウダー・発酵調味料(小麦)・小麦粉・でん粉・ぶどう糖・たん白加水分解物・デキストリン・ポークエキスパウダー(豚肉)・大豆油・加工でん粉(小麦)・豆腐用凝固剤・膨張剤・貝Ca(原材料の一部に小麦を含む)】(※コンタミネーション:乳・卵・えび・かに) なたね油					
			やきそば	豚肉 あおさ粉 キャベツ にんじん 青ピーマン 蒸し中華麺【小麦粉・植物油・食塩・加工でん粉・かんすい・クチナシ色素・乳化剤(大豆)】 なたね油 ○中濃ソース こしょう 焼きそばソース【砂糖・食塩・粉末ソース(りんご)・デキストリン・たん白加水分解物(大豆)・豚脂・酵母エキスパウダー・かつおぶしパウダー・かつおエキスパウダー・香辛料・乳酸発酵酵母エキスパウダー・いわしびしパウダー・むろぶしパウダー・乳酸発酵トマトエキスパウダー・調味料・増粘剤・カラメル色素・酸味料・香辛料抽出物】					
こどものひ 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)	677	20.7			
わかめのすましじり	○干しわかめ 木綿豆腐(大豆) ☆だし昆布 ☆かつお節 みつば にんじん 長ねぎ ○薄口醤油 食塩								
2	(火)	●	コロッケ	ミートコロッケ【ジャがいも・豚肉・たまねぎ・乾燥マッシュポテト・豚脂・パン粉(小麦・大豆)・小麦粉・植物油(大豆)・コーンフラワー・デキストリン・還元水あめ・でん粉・調味料・砂糖・食塩・香辛料・炭酸Ca・ピロリン酸鉄】(※コンタミネーション:卵・乳) なたね油	649	22.3			
			↑ソース	○中濃ソース					
			たけのごはんのぐ	油揚げ(大豆) 豚肉 ○たけのこ にんじん グリンピース 砂糖 なたね油 ○醤油 ○料理酒 ○和風だし					
			かしわもち	柏もち【小豆・砂糖・麦芽糖・寒天・食塩・上新粉米粉・アセチル化リン酸架橋デンプン・植物油(大豆)・B-アミラーゼ(大豆)・柏葉(包材)】(※コンタミネーション:小麦・乳・卵・大豆・やまいも・オレンジ・ごま)					
8	(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)	639	28.1	◆	◆	
			ハヤシライス	豚肉 玉ねぎ にんじん にんにく ホールトマト缶【トマト・トマトジュース・クエン酸】 ジャがいも ○デミグラスソース なたね油 ○ハヤシルー ○ケチャップ ○中濃ソース ○チキンスープストック ○赤ワイン こしょう					
			カラフルソテー	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) キャベツ にんじん 青ピーマン なたね油 ○コンソメ 食塩 こしょう					
			よしかわさんトマト	トマト					
9	(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)	645	29.3			
			ちゅうかかきたまスープ	鶏卵 ○なると だいこん にんじん こまつな 長ねぎ 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					
			いかのチリソース	いか切身 ○豆板醤 玉ねぎ 長ねぎ ○たけのこ にんにく しょうが でん粉 なたね油 砂糖 ○ケチャップ ○醤油 ○料理酒					
			ぶたにくとにらのみそいため	豚肉 ○赤みそ ○甜麺醤 玉ねぎ 緑豆もやし にら にんじん しょうが なたね油 砂糖 こしょう ○醤油 ○料理酒 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					650	25.0			
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)								
ごまみそしる	鶏肉 ○白みそ ☆かつお節 にんじん 長ねぎ ○干ししいたけ だいこん ジャがいも 白すりごま ごま油								
さばのしおやき	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・豚肉・鶏肉・やまいも・りんご・ごま) なたね油								
10	(水)	●	こまつなのけんちゃん	油揚げ(大豆) 木綿豆腐(大豆) こまつな にんじん しめじ ○みりん風味調味料 砂糖 なたね油 ○醤油 ○和風だし	617	24.8			
			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)					
			もやしのスープ	豚肉 ○なると 緑豆もやし 玉ねぎ にんじん きくらげ にら 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					
			はるまき	春巻【豚肉・小麦粉・キャベツ・にんじん・たまねぎ・しょうゆ(小麦・大豆)・油脂加工品・粉末水あめ・ラード(豚肉)・でんぷん・はるさめ・ショートニング(大豆)・植物油(大豆)・香味油(豚肉)・しいたけエキスパウダー・大豆粉・ポークエキス(豚肉)・砂糖・コーンフラワー・食塩・酵母エキス・しょうがペースト・亜鉛含有酵母・酵母エキスパウダー・たん白加水分解物・香辛料・加工でん粉・ピロリン酸鉄】(※コンタミネーション:えび・乳) なたね油					
11	(木)	●	やさいサラダ	キャベツ きゅうり にんじん	648	23.5			
			↑ドレッシング	○すりごま醤油ドレッシング					
			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 こまつな にんじん だいこん 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					
12	(金)	●	のむヨーグルト	飲むヨーグルト(プレーン)【脱脂粉乳・砂糖・リン酸カルシウム・香料・安定剤・ビタミンD】	656	27.1			
			コンソメスープ	鶏肉 にんじん キャベツ 玉ねぎ しめじ なたね油 ○コンソメ ○薄口醤油 食塩 こしょう					
			レバーとポテトのマリアソース	豚レバー下味でん粉付【豚レバー・でん粉・香辛料・しょうゆ(小麦・大豆)・砂糖・米発酵調味料】 ジャがいも なたね油 砂糖 ○ケチャップ ○中濃ソース					
			アスパラガスのソテー	○ツナフレーク ホールコーン グリーンアスパラガス エリンギ 赤ピーマン オリーブオイル 食塩 こしょう					
13	(土)	●	ふりかけ	○おおかふりかけ	628	22.9	◆	◆	
			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)					
			とんじる	豚肉 木綿豆腐(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 長ねぎ ごぼう ジャがいも こんにやく ごま油					
			こもちししゃものかんこくソース	子持ちししゃもフリッター【からふとししゃも・小麦粉・でん粉・膨張剤・乳化剤・菜種油・パーム油】(※コンタミネーション:卵・乳・小麦・えび・いか・さけ・大豆・鶏肉・魚介類) 長ねぎ にんにく しょうが なたね油 砂糖 ○みりん風味調味料 一味唐辛子 ごま油 白すりごま ○醤油 ○料理酒					
14	(日)	●	おかひじきのあえもの	おかひじき キャベツ にんじん 緑豆もやし	623	27.4			
			↑ドレッシング	○ごまクリーミードレッシング					
			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)					
			ジュリエンスープ	豚肉 はくさい にんじん 玉ねぎ えのきたけ 青ピーマン なたね油 ○コンソメ 食塩 ○薄口醤油 こしょう					
15	(月)	●	てりやきハンバーグ	ハンバーグ【鶏肉・豚肉・たまねぎ・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・加工デンプン・炭酸Ca・無機塩・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) 砂糖 ○みりん風味調味料 でん粉 ○醤油 ○料理酒	628	22.9	◆	◆	
			ブロccoliのアーリオオーリオ	ベーコン【豚肩肉・食塩・砂糖・香辛料】(※コンタミネーション:鶏肉・牛肉・大豆・小麦) ブロccoli 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					
			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)					
			ジュリエンスープ	豚肉 はくさい にんじん 玉ねぎ えのきたけ 青ピーマン なたね油 ○コンソメ 食塩 ○薄口醤油 こしょう					
16	(火)	●	ABCスープ	鶏肉 こまつな にんじん 玉ねぎ しめじ アルファベットマカロニ(小麦) なたね油 ○薄口醤油 こしょう ○コンソメ 食塩	628	22.9	◆	◆	
			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) なたね油 砂糖 ○ケチャップ ○中濃ソース					
			もやしのカレーソテー	豚肉 青ピーマン にんじん 緑豆もやし でん粉 なたね油 ○コンソメ カレー粉【ターメリック・コリアンダー・フェネル・クミン・唐辛子・フェネグリーク・シナモン・ディル・オールスパイス・キャラウェイ・クローブ・スターアニス・タイム・ナツメグ・セロリー・ジンジャー・ベイリプス】 食塩 こしょう					
			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)					
17	(水)	●	おかひじきのあえもの	おかひじき キャベツ にんじん 緑豆もやし	628	22.9	◆	◆	
			↑ドレッシング	○ごまクリーミードレッシング					
			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)					
			ジュリエンスープ	豚肉 はくさい にんじん 玉ねぎ えのきたけ 青ピーマン なたね油 ○コンソメ 食塩 ○薄口醤油 こしょう					
18	(木)	●	てりやきハンバーグ	ハンバーグ【鶏肉・豚肉・たまねぎ・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・加工デンプン・炭酸Ca・無機塩・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) 砂糖 ○みりん風味調味料 でん粉 ○醤油 ○料理酒	628	22.9	◆	◆	
			ブロccoliのアーリオオーリオ	ベーコン【豚肩肉・食塩・砂糖・香辛料】(※コンタミネーション:鶏肉・牛肉・大豆・小麦) ブロccoli 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					
			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)					
			ジュリエンスープ	豚肉 はくさい にんじん 玉ねぎ えのきたけ 青ピーマン なたね油 ○コンソメ 食塩 ○薄口醤油 こしょう					

ひ に ち	よ う び	使用 する 加工 品	に ぎ ゆ う	こ ん だ て め い	こ ん だ て し ょう し よ 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	卵 乳 除 去 食	
19	(金)			●	ごはん やさいのすまし汁 かつおフライ ↑ソース ごもくまめ	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 木綿豆腐(大豆) ☆だし昆布 ☆かつお節 にんじん 長ねぎ だいこん ○干しいたけ ○料理酒 食塩 ○薄口醤油 かつおフライ【かつお・たまねぎ・おろししょうが・パン粉(小麦・大豆)・しょうゆ(小麦・大豆)・砂糖・食塩・かつおエキス・小麦粉・植物油(大豆)・加工デンプン(大豆)・ドロマイト・ピロリン酸鉄・乳化剤・香料】(※コンタミネーション:えび・卵・乳) なたね油 ○中濃ソース 大豆水煮【大豆・デキストリン・食塩・乳酸Ca・ビタミンC】 ○さつま揚げ にんじん いんげん(※コンタミネーション:乳・大豆・やまいも) 角切り昆布 ごぼう こんにやく 砂糖 ○みりん風味調味料 なたね油 ○醤油 ○和風だし	611	23.9			
22	(月)			●	★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		635	25.3			
23	(火)			●	ごはん ちゅうかうまに シュウマイ 2こ ↑しょうゆ コロコロきゅうり ↑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) 豚肉 ○なると はくさい にんじん ○たけのこ 玉ねぎ 青ピーマン きくらげ しょうが でん粉 なたね油 ごま油 ○醤油 食塩 ○豚ガラスープ ○中華スープの素 こしょう ○オイスターソース ○料理酒 しゅうまい【豚肉・たまねぎ・小麦粉・鶏肉・パン粉(小麦)・馬鈴薯澱粉・粒状小麦蛋白・砂糖・食塩・コショウ・醤油(小麦・大豆)・生姜・ピロリン酸第二鉄・イーストフード・ビタミンC・ベニコウジ色素・ヒマワリレシチン】(※コンタミネーション:小麦・大豆・豚肉・鶏肉・かに・えび・ごま) ボトル醤油【大豆・小麦・食塩】 きゅうり ○青じそドレッシング	616	23.6			
24	(水)	ス プ ー ン		●	★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		629	29.7			
25	(木)			●	ごはん きつねじる ゼリーフライ ↑ソース キャベツのおかかいため	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) 油揚げ(大豆) 豚肉 細切り昆布 ☆だし昆布 ☆かつお節 にんじん 長ねぎ はくさい えのきたけ 砂糖 ○みりん風味調味料 ○醤油 ○料理酒 食塩 ゼリーフライ【おからパウダー(大豆)・じゃがいも・マッシュポテト・小麦粉・玉葱・にんじん・食塩】(※コンタミネーション:かに・卵・乳・牛肉・豚肉・鶏肉・ごま・ゼラチン) なたね油 ○中濃ソース 鶏肉 ○さつま揚げ ○かつお節 キャベツ にんじん スナックえんどう しょうが ○みりん風味調味料 なたね油 ○醤油	688	31.0			
26	(金)			●	ごはん トックスープ あじのかんこくふうりやきソース ぶたにくのスタミナため	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 ○干しいたけ こまつな 緑豆もやし 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 あじ切り身(※コンタミネーション:卵・乳・小麦・えび・いか・鮭・さば・大豆・鶏肉・豚肉・山芋・りんご・ごま) 長ねぎ にんにく しょうが なたね油 砂糖 ○みりん風味調味料 一味唐辛子 ごま油 白いりごま ○醤油 ○料理酒 豚肉 玉ねぎ にんじん 青ピーマン しょうが にんにく 砂糖 なたね油 こしょう ○醤油 ○料理酒	646	28.6			
29	(月)			●	ごはん もずくじる メンチカツ ↑ソース にんじんシリシリ	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 ☆だし昆布 ☆かつお節 もずく(※コンタミネーション:えび・かに) にんじん ○たけのこ だいこん 長ねぎ ○料理酒 ○薄口醤油 食塩 メンチカツ【豚肉・鶏肉・たまねぎ・でん粉・砂糖・食塩・酵母エキス・香辛料・パン粉(小麦・大豆)・バター粉(小麦・大豆)・増粘多糖類】(※コンタミネーション:えび・かに・小麦・卵・乳・落花生・アーモンド・あわび・いか・カシューナッツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・もも・りんご・ゼラチン) なたね油 ○中濃ソース 鶏卵 ○ツナフレーク にんじん 緑豆もやし スナックえんどう なたね油 砂糖 ○醤油 食塩 こしょう	636	25.3	◆	◆	
30	(火)	ス プ ー ン		●	ナン コーンいりスープ チキンケバブ キーマカレー	ナン【小麦粉・なたね油・イースト・砂糖・食塩】(※コンタミネーション:乳・卵・大豆・豚肉・牛肉・鶏肉・りんご・くるみ・オレンジ) 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) ホールコーン 玉ねぎ にんじん キャベツ なたね油 パセリ ○チキンスープストック ○薄口醤油 食塩 こしょう 鶏肉 にんにく パプリカ クミン粉末 オリーブオイル 食塩 こしょう ○白ワイン 豚肉 ミックスビーンズ【ひよこ豆・レッドキドニー・青えんどう豆】(※コンタミネーション:大豆) ○粉チーズ(乳) スキムミルク(乳) 玉ねぎ にんじん 青ピーマン にんにく しょうが ○でん粉カレールウ なたね油 ○カレールウ ○ケチャップ カレー粉【ターメリック・コリアンダー・フェネル・クミン・唐辛子・フェネグリーク・シナモン・ディル・オールスパイス・キャラウェイ・クローブ・スターアニス・タイム・ナツメグ・セロリー・ジンジャー・ペイリープス】 ○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	641	33.1	◆	◆	
31	(水)	ス プ ー ン		●	ごはん すぶた いためナムル メロン	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) 豚肉 しょうが 玉ねぎ にんじん ○たけのこ ○干しいたけ グリンピース でん粉 なたね油 じゃがいも 砂糖 ○醤油 ○料理酒 ○ケチャップ ○穀物酢 ○オイスターソース ○中華スープの素 緑豆もやし にんじん えのきたけ たら にんにく なたね油 ごま油 白いりごま ○薄口醤油 ○中華スープの素 食塩 メロン	653	22.6			
						基準栄養価 (小学校の栄養価は3・4年生が基準になっています。)	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	だしで使用する食材です。(☆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お願いします。※『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。 <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)</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)