

摂津市中学校給食 使用食材一覧表

令和2年9月
摂津市教育委員会

1日			2日			3日			4日																																																																																																																																																																																																																										
バーガーパン チーズ入りメンチカツ チーズ入りメンチカツ 大豆油 キャベツのカレーソテー キャベツ コーン カレー粉 食塩 大豆油 ジャーマンポテト ジャがいも 大豆油 玉葱 ウィンナー パセリ 濃口醤油 白糖 食塩 大豆油 ピーンズトマト 大豆 ベーコン 玉葱 人参 ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 白糖 食塩 こしょう 鶏だし 大豆油 きのこのクリームスープ 鶏もも しめじ エリンギ 玉葱 人参 食塩 シチューフレック 薄口醤油 こしょう 牛乳 牛乳			ごはん 厚揚げの中華風みそ炒め 厚揚げ 白糖 料理酒 濃口醤油 豚もも 玉葱 筍水煮 人参 干椎茸 にんにく しょうが 大豆油 てんぷん 赤みそ 食塩 豆板醤 鶏だし チンゲン菜 海藻サラダ キャベツ コーン 人参 海藻ミックス コーンクリームドレッシング(小袋) 大豆とじゃこのごまがらめ かえりちりめん 大豆油 大豆 小麦粉 白いりごま 白糖 濃口醤油 牛乳			黒糖パン 豚肉のカレー風味揚げ 豚肩ロース しょうが にんにく 濃口醤油 料理酒 カレー粉 てんぷん 大豆油 和風スパゲティ スパゲティ しめじ 玉葱 ピーマン 薄口醤油 食塩 こしょう 大豆油 トマト豚じゃが 豚もも ジャがいも 玉葱 人参 ホールトマト 糸こんにやく コーン にんにく オリーブオイル 食塩 こしょう 濃口醤油 コンソメ 白糖 炒めナムル キャベツ 大豆もやし 人参 ごま油 食塩 濃口醤油 コンソメスープ 玉葱 人参 薄口醤油 こしょう 鶏がらスープ 牛乳			ごぼうと薄揚げの炊き込みごはん 精白米 ごぼう 人参 きざみ揚げ 薄口醤油 みりん 食塩 だし昆布 たらもの西京焼き たら しょうが 大豆油 白みそ みりん 白糖 料理酒 濃口醤油 ほうれん草とコーンの炒め物 ほうれん草 玉葱 コーン 食塩 こしょう バター 濃口醤油 大豆油 野菜のかき揚げ ごぼう さつまいも 玉葱 冷凍枝豆 大豆 食塩 小麦粉 大豆油 人参のじゃこ炒め 人参 かえりちりめん 料理酒 薄口醤油 ごま油 白玉入りフルーツポンチ 白玉団子 バイン缶 みかん缶 黄桃缶 白糖 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	909	32.1	36.0	804	32.3	24.6	829	34.7	24.2	801	32.6	17.9	7日			8日			9日			10日			玄米入りごはん 精白米 アルファ化もち玄米 豚しゃぶサラダ 豚もも 料理酒 キャベツ 人参 きゅうり クリーミー胡麻ドレッシング(小袋) オムレツのきのこのクリームソース ミニブレインオムレツ バター マッシュルーム しめじ 玉葱 小麦粉 牛乳 食塩 こしょう キャンディチーズ ひよこ豆のカレー にんにく 玉葱 大豆油 豚ミンチ 鶏ミンチ ジャがいも 人参 ひよこ豆 カレーフレック コンソメ 食塩 こしょう 牛乳			キムタクごはん 精白米 ベーコン 白菜キムチ たくあん 薄口醤油 ごま油 かぼちゃと海鮮のかき揚げ 南瓜 かえりちりめん いか 料理酒 玉葱 人参 青のり粉 食塩 小麦粉 てんぷん 大豆油 五日焼きビーフン ビーフン 豚もも しょうが 料理酒 濃口醤油 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン 白糖 薄口醤油 ごま油 大豆油 揚げえび焼売 えび焼売 大豆油 卵とえのきのスープ えのき 鶏卵 てんぷん 人参 こしょう 鶏がらスープ 食塩 こしょう 牛乳			ごはん 揚げ魚の野菜あんかけ あじ 食塩 こしょう てんぷん 大豆油 玉葱 人参 しめじ 白葱 料理酒 みりん 濃口醤油 削り節 てんぷん 大豆油 焼きかぼちゃ 南瓜 じゃがいもの磯煮 じゃがいも 芽ひじき さつま揚げ ジャがいも 大豆油 つきこんにやく 人参 さやいんげん 大豆油 みりん 濃口醤油 薄口醤油 削り節 りんご缶 大根のすまし汁 大根 きざみ揚げ 青葱 薄口醤油 削り節 だし昆布 牛乳			オリーブパン 秋なすのミートソーススパゲティ スパゲティ 食塩 豚ミンチ なす 大豆油 玉葱 人参 ケチャップ ウスターソース 食塩 こしょう 大豆油 鶏肉のバジル炒め 鶏もも ジャがいも 大豆油 ジェノバペースト 白ワイン オリーブオイル 食塩 濃口醤油 こしょう 野菜サラダ キャベツ 小松菜 コーン ノンオイルドレッシングフレンチ白 えのきのスープ 玉葱 えのき 薄口醤油 こしょう 鶏がらスープ てんぷん 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	868	34.6	27.0	811	30.1	26.1	822	33.9	20.9	839	33.8	28.9	11日			14日			15日			16日			ごはん すき焼き 牛肩ロース 糸こんにやく すき麩 白菜 白葱 人参 玉葱 青葱 焼き豆腐 白糖 濃口醤油 大豆油 ししゃもの天ぷら ししゃも 小麦粉 てんぷん 食塩 大豆油 冬瓜の煮物 冬瓜 鶏ミンチ しょうが 白糖 みりん 薄口醤油 濃口醤油 てんぷん 削り節 牛乳			ごはん さんまの蒲焼き風 さんま しょうが 料理酒 濃口醤油 てんぷん 大豆油 白糖 みりん 料理酒 キャベツのごま和え キャベツ シーチキン 白いりごま みりん 薄口醤油 削り節 小松菜と豚肉の炒め物 小松菜 人参 冷凍豆腐 豚もも しょうが 食塩 こしょう 料理酒 白糖 濃口醤油 ごま油 大豆油 五日煮 大豆 芽ひじき つきこんにやく 人参 さやいんげん 白糖 みりん 濃口醤油 削り節 和製ゼリー 牛乳			オレンジピールパン 豚肉のマリアナソース 豚肩ロース 食塩 しょうが てんぷん 大豆油 トマトピューレ コンソメ 白糖 ウスターソース ピーマン バジルカカロニ マカロニ にんにく 玉葱 食塩 こしょう ジェノバペースト オリーブオイル スパイスポテト ジャがいも 大豆油 食塩 カレー粉 チリパウダー ガーリックパウダー ミニゼリー(ぶどう) オニオンスープ 玉葱 人参 パセリ 薄口醤油 こしょう 削り節 だし昆布 牛乳			ごはん 八宝菜 豚もも しょうが むきえび いか 食塩 料理酒 うずら卵水煮 白菜 玉葱 人参 干椎茸 食塩 濃口醤油 こしょう てんぷん 大豆油 鶏がらスープ 牛肉とトマトの炒め物 牛肩ロース 料理酒 濃口醤油 にんにく 玉葱 キャベツ ピーマン ホールトマト しめじ 濃口醤油 オスターソース 食塩 こしょう 大豆油 ごま油 じゃがいものごま揚げ ジャがいも てんぷん 大豆油 白糖 濃口醤油 白いりごま 豆腐のみそ汁 木綿豆腐 きざみ揚げ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	870	30.6	32.1	850	31.1	27.0	887	31.6	34.5	899	33.8	30.1	17日			18日			23日			24日			エビクリームライス 【バターライス】 精白米 人参 バター 料理酒 【エビクリームソース】 むきえび 料理酒 鶏もも 玉葱 エリンギ 大豆油 食塩 こしょう シチューフレック 牛乳 スパイン風オムレツ 鶏卵 ロースハム ジャがいも 玉葱 牛乳 食塩 こしょう 大豆油 ケチャップ ペペロンチーノ スパゲティ 小松菜 玉葱 オリーブオイル 食塩 唐辛子 黒こしょう 春雨サラダ 春雨 人参 きゅうり 柑橘ドレッシング(小袋) バイン缶 牛乳			ごはん くらげ 豚ミンチ なす にがうり 南瓜 大豆油 人参 玉葱 小麦粉 大豆油 薄口醤油 濃口醤油 白糖 みりん 生揚げの煮物 厚揚げ しめじ 白菜 鶏がらスープ 料理酒 みりん 白糖 薄口醤油 大望いも さつまいも 大豆油 白糖 米酢 タイビーエン風 豚もも 大豆油 むきえび キャベツ うずら卵水煮 春雨 みりん 料理酒 薄口醤油 こしょう ごま油 青葱 鶏がらスープ 牛乳			ごはん 鶏肉のから揚げ 鶏もも しょうが にんにく 料理酒 濃口醤油 てんぷん 大豆油 キャベツソテー キャベツ 食塩 こしょう 豆腐のミートグラタン 冷凍豆腐 豚ミンチ 玉葱 ピーマン にんにく 大豆油 白ワイン 食塩 こしょう ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 小麦粉 パルメザンチーズ パン粉 バジルポテト ベーコン ジャがいも 玉葱 大豆油 食塩 こしょう ジェノバペースト 牛乳			ドッグパン ソース焼きそば 中華麺 豚もも キャベツ 玉葱 人参 大豆もやし チンゲン菜 ウスターソース とんかつソース 濃口醤油 食塩 こしょう 大豆油 はんぺんフライ はんぺん 鶏卵 小麦粉 パン粉 大豆油 ウスターソース ケチャップ 白糖 からし粉 黄桃缶 ミネストローネ ベーコン 玉葱 人参 ジャがいも キャベツ セロリ ホールトマト ケチャップ 白糖 食塩 こしょう 大豆油 鶏だし 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	918	34.6	25.0	890	27.1	24.5	840	38.2	24.7	816	27.4	25.1	25日			28日			29日			30日			ごはん スタミナピザパン 豚もも 大豆もやし チンゲン菜 人参 玉葱 青葱 にんにく 白糖 濃口醤油 ごま油 大豆油 コチジャン 白いりごま かぼちゃのそぼろ煮 豚ミンチ 人参 玉葱 南瓜 グリンピース 濃口醤油 白糖 てんぷん 削り節 だし昆布 大豆油 キムチハリハリ 切干大根 白菜キムチ 米酢 白糖 濃口醤油 大豆油 豆板醤 わかめと玉葱のみそ汁 玉葱 わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			ごはん 自身魚の磯辺揚げ ホキ 食塩 こしょう 小麦粉 青さりの粉 大豆油 野菜のおかか炒め チンゲン菜 人参 大豆もやし 薄口醤油 糸かつお 大豆油 おひものほちみつマスタード和え ウィンナー さつまいも ジャがいも ほちみつ 粒入りマスタード 濃口醤油 うずら卵の醤油煮 うずら卵水煮 白糖 濃口醤油 料理酒 なすのみそ汁 なす 玉葱 きざみ揚げ わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			丹後のまつぶた寿司 【ごはん】 【具】 人参 かんぴょう 干椎茸 さば水煮 シーチキン かまぼこ ごぼう 米酢 白糖 濃口醤油 食塩 削り節 だし昆布 錦糸卵 うどん 【うどん】 冷凍うどん 大豆油 青葱 【具】 きざみ揚げ みりん 濃口醤油 白糖 削り節 だし昆布 豚肉と大根の炊いたん 大根 豚もも 小松菜 削り節 だし昆布 白糖 食塩 濃口醤油 みりん 牛乳			混ぜたらキんライス 【ごはん】 【具】 鶏ミンチ 玉葱 人参 コーン にんにく ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 白ワイン 食塩 こしょう 大豆油 ひじき入り卵焼き 豚ミンチ 芽ひじき 人参 玉葱 白糖 食塩 濃口醤油 料理酒 大豆油 鶏卵 ゆて小松菜 小松菜 薄口醤油 お米deスイートポテト 春雨スープ 春雨 人参 青葱 薄口醤油 食塩 こしょう 鶏がらスープ 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	806	30.8	18.7	846	32.5	24.3	755	28.2	17.2	865	34.3	20.9
エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)																																																																																																																																																																																																																								
909	32.1	36.0	804	32.3	24.6	829	34.7	24.2	801	32.6	17.9																																																																																																																																																																																																																								
7日			8日			9日			10日																																																																																																																																																																																																																										
玄米入りごはん 精白米 アルファ化もち玄米 豚しゃぶサラダ 豚もも 料理酒 キャベツ 人参 きゅうり クリーミー胡麻ドレッシング(小袋) オムレツのきのこのクリームソース ミニブレインオムレツ バター マッシュルーム しめじ 玉葱 小麦粉 牛乳 食塩 こしょう キャンディチーズ ひよこ豆のカレー にんにく 玉葱 大豆油 豚ミンチ 鶏ミンチ ジャがいも 人参 ひよこ豆 カレーフレック コンソメ 食塩 こしょう 牛乳			キムタクごはん 精白米 ベーコン 白菜キムチ たくあん 薄口醤油 ごま油 かぼちゃと海鮮のかき揚げ 南瓜 かえりちりめん いか 料理酒 玉葱 人参 青のり粉 食塩 小麦粉 てんぷん 大豆油 五日焼きビーフン ビーフン 豚もも しょうが 料理酒 濃口醤油 キャベツ 玉葱 人参 ピーマン 白糖 薄口醤油 ごま油 大豆油 揚げえび焼売 えび焼売 大豆油 卵とえのきのスープ えのき 鶏卵 てんぷん 人参 こしょう 鶏がらスープ 食塩 こしょう 牛乳			ごはん 揚げ魚の野菜あんかけ あじ 食塩 こしょう てんぷん 大豆油 玉葱 人参 しめじ 白葱 料理酒 みりん 濃口醤油 削り節 てんぷん 大豆油 焼きかぼちゃ 南瓜 じゃがいもの磯煮 じゃがいも 芽ひじき さつま揚げ ジャがいも 大豆油 つきこんにやく 人参 さやいんげん 大豆油 みりん 濃口醤油 薄口醤油 削り節 りんご缶 大根のすまし汁 大根 きざみ揚げ 青葱 薄口醤油 削り節 だし昆布 牛乳			オリーブパン 秋なすのミートソーススパゲティ スパゲティ 食塩 豚ミンチ なす 大豆油 玉葱 人参 ケチャップ ウスターソース 食塩 こしょう 大豆油 鶏肉のバジル炒め 鶏もも ジャがいも 大豆油 ジェノバペースト 白ワイン オリーブオイル 食塩 濃口醤油 こしょう 野菜サラダ キャベツ 小松菜 コーン ノンオイルドレッシングフレンチ白 えのきのスープ 玉葱 えのき 薄口醤油 こしょう 鶏がらスープ てんぷん 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	868	34.6	27.0	811	30.1	26.1	822	33.9	20.9	839	33.8	28.9	11日			14日			15日			16日			ごはん すき焼き 牛肩ロース 糸こんにやく すき麩 白菜 白葱 人参 玉葱 青葱 焼き豆腐 白糖 濃口醤油 大豆油 ししゃもの天ぷら ししゃも 小麦粉 てんぷん 食塩 大豆油 冬瓜の煮物 冬瓜 鶏ミンチ しょうが 白糖 みりん 薄口醤油 濃口醤油 てんぷん 削り節 牛乳			ごはん さんまの蒲焼き風 さんま しょうが 料理酒 濃口醤油 てんぷん 大豆油 白糖 みりん 料理酒 キャベツのごま和え キャベツ シーチキン 白いりごま みりん 薄口醤油 削り節 小松菜と豚肉の炒め物 小松菜 人参 冷凍豆腐 豚もも しょうが 食塩 こしょう 料理酒 白糖 濃口醤油 ごま油 大豆油 五日煮 大豆 芽ひじき つきこんにやく 人参 さやいんげん 白糖 みりん 濃口醤油 削り節 和製ゼリー 牛乳			オレンジピールパン 豚肉のマリアナソース 豚肩ロース 食塩 しょうが てんぷん 大豆油 トマトピューレ コンソメ 白糖 ウスターソース ピーマン バジルカカロニ マカロニ にんにく 玉葱 食塩 こしょう ジェノバペースト オリーブオイル スパイスポテト ジャがいも 大豆油 食塩 カレー粉 チリパウダー ガーリックパウダー ミニゼリー(ぶどう) オニオンスープ 玉葱 人参 パセリ 薄口醤油 こしょう 削り節 だし昆布 牛乳			ごはん 八宝菜 豚もも しょうが むきえび いか 食塩 料理酒 うずら卵水煮 白菜 玉葱 人参 干椎茸 食塩 濃口醤油 こしょう てんぷん 大豆油 鶏がらスープ 牛肉とトマトの炒め物 牛肩ロース 料理酒 濃口醤油 にんにく 玉葱 キャベツ ピーマン ホールトマト しめじ 濃口醤油 オスターソース 食塩 こしょう 大豆油 ごま油 じゃがいものごま揚げ ジャがいも てんぷん 大豆油 白糖 濃口醤油 白いりごま 豆腐のみそ汁 木綿豆腐 きざみ揚げ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	870	30.6	32.1	850	31.1	27.0	887	31.6	34.5	899	33.8	30.1	17日			18日			23日			24日			エビクリームライス 【バターライス】 精白米 人参 バター 料理酒 【エビクリームソース】 むきえび 料理酒 鶏もも 玉葱 エリンギ 大豆油 食塩 こしょう シチューフレック 牛乳 スパイン風オムレツ 鶏卵 ロースハム ジャがいも 玉葱 牛乳 食塩 こしょう 大豆油 ケチャップ ペペロンチーノ スパゲティ 小松菜 玉葱 オリーブオイル 食塩 唐辛子 黒こしょう 春雨サラダ 春雨 人参 きゅうり 柑橘ドレッシング(小袋) バイン缶 牛乳			ごはん くらげ 豚ミンチ なす にがうり 南瓜 大豆油 人参 玉葱 小麦粉 大豆油 薄口醤油 濃口醤油 白糖 みりん 生揚げの煮物 厚揚げ しめじ 白菜 鶏がらスープ 料理酒 みりん 白糖 薄口醤油 大望いも さつまいも 大豆油 白糖 米酢 タイビーエン風 豚もも 大豆油 むきえび キャベツ うずら卵水煮 春雨 みりん 料理酒 薄口醤油 こしょう ごま油 青葱 鶏がらスープ 牛乳			ごはん 鶏肉のから揚げ 鶏もも しょうが にんにく 料理酒 濃口醤油 てんぷん 大豆油 キャベツソテー キャベツ 食塩 こしょう 豆腐のミートグラタン 冷凍豆腐 豚ミンチ 玉葱 ピーマン にんにく 大豆油 白ワイン 食塩 こしょう ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 小麦粉 パルメザンチーズ パン粉 バジルポテト ベーコン ジャがいも 玉葱 大豆油 食塩 こしょう ジェノバペースト 牛乳			ドッグパン ソース焼きそば 中華麺 豚もも キャベツ 玉葱 人参 大豆もやし チンゲン菜 ウスターソース とんかつソース 濃口醤油 食塩 こしょう 大豆油 はんぺんフライ はんぺん 鶏卵 小麦粉 パン粉 大豆油 ウスターソース ケチャップ 白糖 からし粉 黄桃缶 ミネストローネ ベーコン 玉葱 人参 ジャがいも キャベツ セロリ ホールトマト ケチャップ 白糖 食塩 こしょう 大豆油 鶏だし 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	918	34.6	25.0	890	27.1	24.5	840	38.2	24.7	816	27.4	25.1	25日			28日			29日			30日			ごはん スタミナピザパン 豚もも 大豆もやし チンゲン菜 人参 玉葱 青葱 にんにく 白糖 濃口醤油 ごま油 大豆油 コチジャン 白いりごま かぼちゃのそぼろ煮 豚ミンチ 人参 玉葱 南瓜 グリンピース 濃口醤油 白糖 てんぷん 削り節 だし昆布 大豆油 キムチハリハリ 切干大根 白菜キムチ 米酢 白糖 濃口醤油 大豆油 豆板醤 わかめと玉葱のみそ汁 玉葱 わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			ごはん 自身魚の磯辺揚げ ホキ 食塩 こしょう 小麦粉 青さりの粉 大豆油 野菜のおかか炒め チンゲン菜 人参 大豆もやし 薄口醤油 糸かつお 大豆油 おひものほちみつマスタード和え ウィンナー さつまいも ジャがいも ほちみつ 粒入りマスタード 濃口醤油 うずら卵の醤油煮 うずら卵水煮 白糖 濃口醤油 料理酒 なすのみそ汁 なす 玉葱 きざみ揚げ わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			丹後のまつぶた寿司 【ごはん】 【具】 人参 かんぴょう 干椎茸 さば水煮 シーチキン かまぼこ ごぼう 米酢 白糖 濃口醤油 食塩 削り節 だし昆布 錦糸卵 うどん 【うどん】 冷凍うどん 大豆油 青葱 【具】 きざみ揚げ みりん 濃口醤油 白糖 削り節 だし昆布 豚肉と大根の炊いたん 大根 豚もも 小松菜 削り節 だし昆布 白糖 食塩 濃口醤油 みりん 牛乳			混ぜたらキんライス 【ごはん】 【具】 鶏ミンチ 玉葱 人参 コーン にんにく ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 白ワイン 食塩 こしょう 大豆油 ひじき入り卵焼き 豚ミンチ 芽ひじき 人参 玉葱 白糖 食塩 濃口醤油 料理酒 大豆油 鶏卵 ゆて小松菜 小松菜 薄口醤油 お米deスイートポテト 春雨スープ 春雨 人参 青葱 薄口醤油 食塩 こしょう 鶏がらスープ 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	806	30.8	18.7	846	32.5	24.3	755	28.2	17.2	865	34.3	20.9																																																
エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)																																																																																																																																																																																																																								
868	34.6	27.0	811	30.1	26.1	822	33.9	20.9	839	33.8	28.9																																																																																																																																																																																																																								
11日			14日			15日			16日																																																																																																																																																																																																																										
ごはん すき焼き 牛肩ロース 糸こんにやく すき麩 白菜 白葱 人参 玉葱 青葱 焼き豆腐 白糖 濃口醤油 大豆油 ししゃもの天ぷら ししゃも 小麦粉 てんぷん 食塩 大豆油 冬瓜の煮物 冬瓜 鶏ミンチ しょうが 白糖 みりん 薄口醤油 濃口醤油 てんぷん 削り節 牛乳			ごはん さんまの蒲焼き風 さんま しょうが 料理酒 濃口醤油 てんぷん 大豆油 白糖 みりん 料理酒 キャベツのごま和え キャベツ シーチキン 白いりごま みりん 薄口醤油 削り節 小松菜と豚肉の炒め物 小松菜 人参 冷凍豆腐 豚もも しょうが 食塩 こしょう 料理酒 白糖 濃口醤油 ごま油 大豆油 五日煮 大豆 芽ひじき つきこんにやく 人参 さやいんげん 白糖 みりん 濃口醤油 削り節 和製ゼリー 牛乳			オレンジピールパン 豚肉のマリアナソース 豚肩ロース 食塩 しょうが てんぷん 大豆油 トマトピューレ コンソメ 白糖 ウスターソース ピーマン バジルカカロニ マカロニ にんにく 玉葱 食塩 こしょう ジェノバペースト オリーブオイル スパイスポテト ジャがいも 大豆油 食塩 カレー粉 チリパウダー ガーリックパウダー ミニゼリー(ぶどう) オニオンスープ 玉葱 人参 パセリ 薄口醤油 こしょう 削り節 だし昆布 牛乳			ごはん 八宝菜 豚もも しょうが むきえび いか 食塩 料理酒 うずら卵水煮 白菜 玉葱 人参 干椎茸 食塩 濃口醤油 こしょう てんぷん 大豆油 鶏がらスープ 牛肉とトマトの炒め物 牛肩ロース 料理酒 濃口醤油 にんにく 玉葱 キャベツ ピーマン ホールトマト しめじ 濃口醤油 オスターソース 食塩 こしょう 大豆油 ごま油 じゃがいものごま揚げ ジャがいも てんぷん 大豆油 白糖 濃口醤油 白いりごま 豆腐のみそ汁 木綿豆腐 きざみ揚げ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	870	30.6	32.1	850	31.1	27.0	887	31.6	34.5	899	33.8	30.1	17日			18日			23日			24日			エビクリームライス 【バターライス】 精白米 人参 バター 料理酒 【エビクリームソース】 むきえび 料理酒 鶏もも 玉葱 エリンギ 大豆油 食塩 こしょう シチューフレック 牛乳 スパイン風オムレツ 鶏卵 ロースハム ジャがいも 玉葱 牛乳 食塩 こしょう 大豆油 ケチャップ ペペロンチーノ スパゲティ 小松菜 玉葱 オリーブオイル 食塩 唐辛子 黒こしょう 春雨サラダ 春雨 人参 きゅうり 柑橘ドレッシング(小袋) バイン缶 牛乳			ごはん くらげ 豚ミンチ なす にがうり 南瓜 大豆油 人参 玉葱 小麦粉 大豆油 薄口醤油 濃口醤油 白糖 みりん 生揚げの煮物 厚揚げ しめじ 白菜 鶏がらスープ 料理酒 みりん 白糖 薄口醤油 大望いも さつまいも 大豆油 白糖 米酢 タイビーエン風 豚もも 大豆油 むきえび キャベツ うずら卵水煮 春雨 みりん 料理酒 薄口醤油 こしょう ごま油 青葱 鶏がらスープ 牛乳			ごはん 鶏肉のから揚げ 鶏もも しょうが にんにく 料理酒 濃口醤油 てんぷん 大豆油 キャベツソテー キャベツ 食塩 こしょう 豆腐のミートグラタン 冷凍豆腐 豚ミンチ 玉葱 ピーマン にんにく 大豆油 白ワイン 食塩 こしょう ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 小麦粉 パルメザンチーズ パン粉 バジルポテト ベーコン ジャがいも 玉葱 大豆油 食塩 こしょう ジェノバペースト 牛乳			ドッグパン ソース焼きそば 中華麺 豚もも キャベツ 玉葱 人参 大豆もやし チンゲン菜 ウスターソース とんかつソース 濃口醤油 食塩 こしょう 大豆油 はんぺんフライ はんぺん 鶏卵 小麦粉 パン粉 大豆油 ウスターソース ケチャップ 白糖 からし粉 黄桃缶 ミネストローネ ベーコン 玉葱 人参 ジャがいも キャベツ セロリ ホールトマト ケチャップ 白糖 食塩 こしょう 大豆油 鶏だし 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	918	34.6	25.0	890	27.1	24.5	840	38.2	24.7	816	27.4	25.1	25日			28日			29日			30日			ごはん スタミナピザパン 豚もも 大豆もやし チンゲン菜 人参 玉葱 青葱 にんにく 白糖 濃口醤油 ごま油 大豆油 コチジャン 白いりごま かぼちゃのそぼろ煮 豚ミンチ 人参 玉葱 南瓜 グリンピース 濃口醤油 白糖 てんぷん 削り節 だし昆布 大豆油 キムチハリハリ 切干大根 白菜キムチ 米酢 白糖 濃口醤油 大豆油 豆板醤 わかめと玉葱のみそ汁 玉葱 わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			ごはん 自身魚の磯辺揚げ ホキ 食塩 こしょう 小麦粉 青さりの粉 大豆油 野菜のおかか炒め チンゲン菜 人参 大豆もやし 薄口醤油 糸かつお 大豆油 おひものほちみつマスタード和え ウィンナー さつまいも ジャがいも ほちみつ 粒入りマスタード 濃口醤油 うずら卵の醤油煮 うずら卵水煮 白糖 濃口醤油 料理酒 なすのみそ汁 なす 玉葱 きざみ揚げ わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			丹後のまつぶた寿司 【ごはん】 【具】 人参 かんぴょう 干椎茸 さば水煮 シーチキン かまぼこ ごぼう 米酢 白糖 濃口醤油 食塩 削り節 だし昆布 錦糸卵 うどん 【うどん】 冷凍うどん 大豆油 青葱 【具】 きざみ揚げ みりん 濃口醤油 白糖 削り節 だし昆布 豚肉と大根の炊いたん 大根 豚もも 小松菜 削り節 だし昆布 白糖 食塩 濃口醤油 みりん 牛乳			混ぜたらキんライス 【ごはん】 【具】 鶏ミンチ 玉葱 人参 コーン にんにく ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 白ワイン 食塩 こしょう 大豆油 ひじき入り卵焼き 豚ミンチ 芽ひじき 人参 玉葱 白糖 食塩 濃口醤油 料理酒 大豆油 鶏卵 ゆて小松菜 小松菜 薄口醤油 お米deスイートポテト 春雨スープ 春雨 人参 青葱 薄口醤油 食塩 こしょう 鶏がらスープ 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	806	30.8	18.7	846	32.5	24.3	755	28.2	17.2	865	34.3	20.9																																																																																																
エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)																																																																																																																																																																																																																								
870	30.6	32.1	850	31.1	27.0	887	31.6	34.5	899	33.8	30.1																																																																																																																																																																																																																								
17日			18日			23日			24日																																																																																																																																																																																																																										
エビクリームライス 【バターライス】 精白米 人参 バター 料理酒 【エビクリームソース】 むきえび 料理酒 鶏もも 玉葱 エリンギ 大豆油 食塩 こしょう シチューフレック 牛乳 スパイン風オムレツ 鶏卵 ロースハム ジャがいも 玉葱 牛乳 食塩 こしょう 大豆油 ケチャップ ペペロンチーノ スパゲティ 小松菜 玉葱 オリーブオイル 食塩 唐辛子 黒こしょう 春雨サラダ 春雨 人参 きゅうり 柑橘ドレッシング(小袋) バイン缶 牛乳			ごはん くらげ 豚ミンチ なす にがうり 南瓜 大豆油 人参 玉葱 小麦粉 大豆油 薄口醤油 濃口醤油 白糖 みりん 生揚げの煮物 厚揚げ しめじ 白菜 鶏がらスープ 料理酒 みりん 白糖 薄口醤油 大望いも さつまいも 大豆油 白糖 米酢 タイビーエン風 豚もも 大豆油 むきえび キャベツ うずら卵水煮 春雨 みりん 料理酒 薄口醤油 こしょう ごま油 青葱 鶏がらスープ 牛乳			ごはん 鶏肉のから揚げ 鶏もも しょうが にんにく 料理酒 濃口醤油 てんぷん 大豆油 キャベツソテー キャベツ 食塩 こしょう 豆腐のミートグラタン 冷凍豆腐 豚ミンチ 玉葱 ピーマン にんにく 大豆油 白ワイン 食塩 こしょう ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 小麦粉 パルメザンチーズ パン粉 バジルポテト ベーコン ジャがいも 玉葱 大豆油 食塩 こしょう ジェノバペースト 牛乳			ドッグパン ソース焼きそば 中華麺 豚もも キャベツ 玉葱 人参 大豆もやし チンゲン菜 ウスターソース とんかつソース 濃口醤油 食塩 こしょう 大豆油 はんぺんフライ はんぺん 鶏卵 小麦粉 パン粉 大豆油 ウスターソース ケチャップ 白糖 からし粉 黄桃缶 ミネストローネ ベーコン 玉葱 人参 ジャがいも キャベツ セロリ ホールトマト ケチャップ 白糖 食塩 こしょう 大豆油 鶏だし 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	918	34.6	25.0	890	27.1	24.5	840	38.2	24.7	816	27.4	25.1	25日			28日			29日			30日			ごはん スタミナピザパン 豚もも 大豆もやし チンゲン菜 人参 玉葱 青葱 にんにく 白糖 濃口醤油 ごま油 大豆油 コチジャン 白いりごま かぼちゃのそぼろ煮 豚ミンチ 人参 玉葱 南瓜 グリンピース 濃口醤油 白糖 てんぷん 削り節 だし昆布 大豆油 キムチハリハリ 切干大根 白菜キムチ 米酢 白糖 濃口醤油 大豆油 豆板醤 わかめと玉葱のみそ汁 玉葱 わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			ごはん 自身魚の磯辺揚げ ホキ 食塩 こしょう 小麦粉 青さりの粉 大豆油 野菜のおかか炒め チンゲン菜 人参 大豆もやし 薄口醤油 糸かつお 大豆油 おひものほちみつマスタード和え ウィンナー さつまいも ジャがいも ほちみつ 粒入りマスタード 濃口醤油 うずら卵の醤油煮 うずら卵水煮 白糖 濃口醤油 料理酒 なすのみそ汁 なす 玉葱 きざみ揚げ わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			丹後のまつぶた寿司 【ごはん】 【具】 人参 かんぴょう 干椎茸 さば水煮 シーチキン かまぼこ ごぼう 米酢 白糖 濃口醤油 食塩 削り節 だし昆布 錦糸卵 うどん 【うどん】 冷凍うどん 大豆油 青葱 【具】 きざみ揚げ みりん 濃口醤油 白糖 削り節 だし昆布 豚肉と大根の炊いたん 大根 豚もも 小松菜 削り節 だし昆布 白糖 食塩 濃口醤油 みりん 牛乳			混ぜたらキんライス 【ごはん】 【具】 鶏ミンチ 玉葱 人参 コーン にんにく ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 白ワイン 食塩 こしょう 大豆油 ひじき入り卵焼き 豚ミンチ 芽ひじき 人参 玉葱 白糖 食塩 濃口醤油 料理酒 大豆油 鶏卵 ゆて小松菜 小松菜 薄口醤油 お米deスイートポテト 春雨スープ 春雨 人参 青葱 薄口醤油 食塩 こしょう 鶏がらスープ 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	806	30.8	18.7	846	32.5	24.3	755	28.2	17.2	865	34.3	20.9																																																																																																																																																
エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)																																																																																																																																																																																																																								
918	34.6	25.0	890	27.1	24.5	840	38.2	24.7	816	27.4	25.1																																																																																																																																																																																																																								
25日			28日			29日			30日																																																																																																																																																																																																																										
ごはん スタミナピザパン 豚もも 大豆もやし チンゲン菜 人参 玉葱 青葱 にんにく 白糖 濃口醤油 ごま油 大豆油 コチジャン 白いりごま かぼちゃのそぼろ煮 豚ミンチ 人参 玉葱 南瓜 グリンピース 濃口醤油 白糖 てんぷん 削り節 だし昆布 大豆油 キムチハリハリ 切干大根 白菜キムチ 米酢 白糖 濃口醤油 大豆油 豆板醤 わかめと玉葱のみそ汁 玉葱 わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			ごはん 自身魚の磯辺揚げ ホキ 食塩 こしょう 小麦粉 青さりの粉 大豆油 野菜のおかか炒め チンゲン菜 人参 大豆もやし 薄口醤油 糸かつお 大豆油 おひものほちみつマスタード和え ウィンナー さつまいも ジャがいも ほちみつ 粒入りマスタード 濃口醤油 うずら卵の醤油煮 うずら卵水煮 白糖 濃口醤油 料理酒 なすのみそ汁 なす 玉葱 きざみ揚げ わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			丹後のまつぶた寿司 【ごはん】 【具】 人参 かんぴょう 干椎茸 さば水煮 シーチキン かまぼこ ごぼう 米酢 白糖 濃口醤油 食塩 削り節 だし昆布 錦糸卵 うどん 【うどん】 冷凍うどん 大豆油 青葱 【具】 きざみ揚げ みりん 濃口醤油 白糖 削り節 だし昆布 豚肉と大根の炊いたん 大根 豚もも 小松菜 削り節 だし昆布 白糖 食塩 濃口醤油 みりん 牛乳			混ぜたらキんライス 【ごはん】 【具】 鶏ミンチ 玉葱 人参 コーン にんにく ケチャップ トマトピューレ ウスターソース 白ワイン 食塩 こしょう 大豆油 ひじき入り卵焼き 豚ミンチ 芽ひじき 人参 玉葱 白糖 食塩 濃口醤油 料理酒 大豆油 鶏卵 ゆて小松菜 小松菜 薄口醤油 お米deスイートポテト 春雨スープ 春雨 人参 青葱 薄口醤油 食塩 こしょう 鶏がらスープ 牛乳			エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	806	30.8	18.7	846	32.5	24.3	755	28.2	17.2	865	34.3	20.9																																																																																																																																																																																																
エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)																																																																																																																																																																																																																								
806	30.8	18.7	846	32.5	24.3	755	28.2	17.2	865	34.3	20.9																																																																																																																																																																																																																								

○給食は、卵・乳・小麦・落花生・えび・かに・そば・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・くるみ・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツを含む製品と共通の設備で調理しています。

○海産物(わかめ・しらす等)は、えび・かにが混ざる場合があります。