

摂津市中学校給食 使用食材一覧表

平成30年7,8月  
摂津市教育委員会

7月				2日			3日			4日					
				<b>ごはん</b> <b>牛肉と白菜の甘辛煮</b> 牛肩ロース 糸こんにゃく おつゆ駄 白菜 白葱 玉葱 青葱 上白糖 濃口醤油 大豆油 <b>野菜炒め</b> 豚もも 大豆もやし 玉葱 人参 チンゲン菜 濃口醤油 食塩 こしょう ごま油 <b>人参のじゃこ炒め</b> 人参 しらす 料理酒 薄口醤油 ごま油 <b>キャベツとわかめのみそ汁</b> キャベツ わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 <b>牛乳</b>			<b>ごはん</b> <b>ゴーヤチャンプル</b> にかうり 食塩 豚もも 鶏卵 玉葱 人参 大豆もやし キャベツ 冷凍豆腐 上白糖 濃口醤油 こしょう 大豆油 ごま油 鶏だし <b>切干大根と青菜のごま和え</b> 切干大根 ほうれん草 さつま揚げ 白いりごま 上白糖 濃口醤油 <b>揚げシューマイ</b> ポークシューマイ 大豆油 <b>牛乳</b>			<b>パニーニ</b> <b>チキンカツ</b> 鶏もも 食塩 こしょう 小麦粉 パン粉 大豆油 ソース (小袋) <b>ゆでキャベツ</b> キャベツ <b>ハムと野菜のからし酢</b> ロースハム 人参 大豆もやし 青葱 春雨 大豆油 米酢 上白糖 薄口醤油 粉からし 食塩 こしょう <b>黄桃缶</b> <b>ミネストローネ</b> ベーコン 玉葱 人参 じゃがいも キャベツ セロリ パセリ ホールトマト ケチャップ 上白糖 食塩 こしょう 大豆油 鶏だし <b>牛乳</b>					
				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)
	812	29.1	28.3		831	34.2	26.4			860	28.2	31.6			
5日				6日			9日			10日					
<b>ごはん</b> <b>塩肉じゃが</b> 牛肩ロース じゃがいも 糸こんにゃく 玉葱 人参 さやいんげん 上白糖 みりん 料理酒 食塩 こしょう 削り節 だし昆布 大豆油 ゆず果汁 <b>切干大根のごま酢</b> 切干大根 ほうれん草 白いりごま 米酢 上白糖 濃口醤油 ごま油 <b>わかさぎのから揚げ</b> わかさぎ 食塩 こしょう 濃口醤油 小麦粉 青さのり粉 大豆油 <b>豆腐のみそ汁</b> 冷凍豆腐 青葱 白みそ 削り節 だし昆布 <b>牛乳</b>				<b>ひじきごはん</b> 精白米 筍水煮 人参 ひじき 薄口醤油 上白糖 みりん 食塩 <b>冷やしうどん</b> <b>【うどん】</b> 冷凍うどん オクラ 大豆油 <b>【うどんだし】</b> 薄揚げ みりん 濃口醤油 上白糖 削り節 だし昆布 <b>鮭の塩バター</b> 鮭 食塩 こしょう 片栗粉 大豆油 バター <b>ごぼうと豆のサラダ</b> ごぼう 大豆 ホールコーン 人参 星型プロセスチーズ 濃口醤油 食塩 上白糖 こしょう 大豆油 マヨネーズ <b>天の川ゼリー</b> <b>ジョア (プレーン味)</b>			<b>キーマカレー</b> <b>【ごはん】</b> <b>【キーマカレー】</b> 豚ミンチ 大豆 玉葱 人参 ピーマン にんにく しょうが セロリ 大豆油 カレーフレーク トマトピューレ ウスターソース ケチャップ トンカツソース 食塩 <b>たらのムニエル</b> タラ 食塩 こしょう 小麦粉 バター タルトソース (小袋) <b>ゆでチンゲン菜</b> チンゲン菜 薄口醤油 <b>野菜サラダ</b> キャベツ ロースハム 人参 ホールコーン フレンチドレッシング (白) <b>みかん缶</b> <b>牛乳</b>			<b>ツイストパン</b> <b>青菜とじゃこのスパゲティ</b> ベーコン ちりめん スパゲティ ほうれん草 玉葱 エリンギ にんにく オリブオイル 食塩 こしょう 薄口醤油 <b>かぼちゃと枝豆のサラダ</b> かぼちゃ むき枝豆 人参 食塩 こしょう マヨネーズ <b>鶏肉の照り焼き</b> 鶏もも 料理酒 濃口醤油 みりん 大豆油 <b>コンソメスープ</b> 玉葱 えのき 青葱 薄口醤油 食塩 こしょう コンソメ <b>ラ・フランスゼリー</b> <b>牛乳</b>					
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)				
	798	26.7	23.1		823	26.0	17.8		844	34.3	25.3		905	32.7	32.8
11日				12日			28日								
<b>ごはん</b> <b>鶏肉とさつまいもの南蛮ソース</b> 鶏もも 料理酒 食塩 こしょう 片栗粉 大豆油 青葱 しょうが 白いりごま 上白糖 米酢 濃口醤油 ごま油 さつまいも <b>高野豆腐の含め煮</b> 高野豆腐 玉葱 人参 さやいんげん 干椎茸 上白糖 みりん 薄口醤油 削り節 <b>小松菜のおかか和え</b> 小松菜 人参 濃口醤油 上白糖 糸かつお <b>バイコンポート</b> <b>牛乳</b>				<b>ごはん</b> <b>さばのごまだれ焼き</b> さば 上白糖 みりん 濃口醤油 料理酒 白いりごま <b>寒揚げじゃがいも</b> じゃがいも 片栗粉 大豆油 上白糖 濃口醤油 <b>とうがんとごぼう天の煮物</b> とうがん ごぼう天 人参 しょうが 上白糖 みりん 薄口醤油 濃口醤油 片栗粉 削り節 <b>キャベツとわかめのだし汁</b> キャベツ わかめ 濃口醤油 米酢 上白糖 食塩 ごま油 <b>かきたま汁</b> 鶏卵 片栗粉 えのき 青葱 薄口醤油 削り節 だし昆布 <b>牛乳</b>			 <b>麦ごはん</b> 精白米 ビタヴァレー <b>千草焼き</b> 鶏卵 玉葱 人参 干椎茸 食塩 薄口醤油 大豆油 青葱 上白糖 片栗粉 削り節 <b>粉ふきいも</b> じゃがいも 食塩 こしょう <b>野菜サラダ</b> キャベツ 胡瓜 大豆もやし 香味塩ドレッシング (小袋) <b>国産果汁ぶどうゼリー</b> <b>夏野菜カレー</b> なす 豚ミンチ ホールトマト しょうが にんにく 赤ワイン スツキーニ 玉葱 人参 大豆油 カレーフレーク トンカツソース 食塩 こしょう <b>牛乳</b>								
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)							
	844	37.2	19.5		892	33.3	30.4			818	29.7	25.1			
29日				30日			31日								
<b>バイコン</b> <b>白身魚のバーベキューソース</b> ホキ 白ワイン 食塩 こしょう 片栗粉 大豆油 りんごクリーム 玉葱 しょうが パセリ にんにく 上白糖 料理酒 濃口醤油 鶏だし <b>ゆでブロッコリー</b> ブロッコリー 薄口醤油 <b>ポテトとかぼちゃのマヨソース</b> じゃがいも かぼちゃ 濃口醤油 食塩 マヨネーズ <b>キャベツとチンゲン菜の炒め物</b> キャベツ 人参 チンゲン菜 薄口醤油 食塩 こしょう 大豆油 <b>マカロニクリームスープ</b> マカロニ 人参 玉葱 薄口醤油 食塩 こしょう シチューフレーク 牛乳 <b>牛乳</b>				<b>ごはん</b> <b>マーボー豆腐</b> 冷凍豆腐 豚ミンチ しょうが 玉葱 人参 たら 上白糖 赤みそ 白みそ 豆板醤 片栗粉 大豆油 ガラスープ ごま油 <b>チャプチェ</b> 牛肩ロース しょうが にんにく 上白糖 春雨 筍水煮 青葱 干椎茸 白いりごま 濃口醤油 食塩 こしょう 大豆油 みりん <b>フルーツ白玉</b> みかん缶 黄桃缶 白玉団子 上白糖 <b>牛乳</b>			<b>ごはん</b> <b>鶏すき</b> 鶏もも 糸こんにゃく おつゆ駄 焼き豆腐 玉葱 チンゲン菜 白葱 上白糖 濃口醤油 大豆油 <b>ししやもの南蛮漬け</b> ししやも 片栗粉 大豆油 玉葱 人参 青葱 濃口醤油 米酢 上白糖 豆板醤 <b>人参シリシリ</b> 人参 シーチキンフレーク 料理酒 薄口醤油 大豆油 <b>牛乳</b>								
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)							
	858	30.1	24.9		890	31.9	30.1			817	34.4	24.7			

◎給食は、卵・乳・小麦・落花生・えび・かに・そば・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。