

摂津市中学校給食 使用食材一覧表

平成30年10月
摂津市教育委員会

1日			2日			3日			4日		
<p>ごはん 豚肉コロッケ 大豆油 豚肉コロッケ おかか和え フロッコリー 薄口醤油 かつお破片 鶏と秋野菜の煮物 鶏もも じゃがいも ましたけ れんこん 人参 さやいんげん 食塩 上白糖 料理酒 濃口醤油 削り節 大豆油 でんぷん じゃが芋かき揚げ しらすずし わかめ 白いりごま 大豆油 みりん 濃口醤油 ゆばのすまし汁 ゆば わかめ 青葱 薄口醤油 削り節 だし昆布 牛乳</p>	<p>ごはん 魚の変わり揚げ ホキ 料理酒 食塩 カレー粉 小麦粉 鶏卵 パン粉 ソーダクラッカー 大豆油 煮揚げかぼちゃ かぼちゃ 食塩 大豆油 豆腐のごま炒め 小松菜 冷凍豆腐 豚もも しょうが 食塩 こしょう 白いりごま 料理酒 上白糖 濃口醤油 ごま油 大豆油 ハイン缶 なすのみそ汁 玉葱 なす 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳</p>	<p>ごはん 焼肉 牛肩ロース 料理酒 濃口醤油 玉葱 人参 食塩 黒こしょう んにく しょうが 大豆油 上白糖 濃口醤油 ウスターソース ケチャップ 赤みそ 豆板醤 でんぷん 白いりごま ツナビーフン シーチキンフレーク 料理酒 濃口醤油 ビーフン キャベツ 玉葱 人参 にら 干椎茸 オイスターソース 大豆油 食塩 ごま油 杏仁豆腐 みかん缶 黄桃缶 ハイン缶 牛乳</p>	<p>黒糖パン 鶏肉のトマト煮 鶏もも じゃがいも 玉葱 人参 ケチャップ トマトピューレ ホールトマト ウスターソース 上白糖 食塩 こしょう 鶏だし オリーブオイル 大豆油 キャベツと卵の炒め物 キャベツ しめじ 鶏卵 ピーマン 大豆油 食塩 薄口醤油 みりん かぼちゃのサラダ かぼちゃ 人参 食塩 こしょう マヨネーズ 卵スープ 玉葱 白葱 鶏卵 でんぷん こしょう コンソメ 食塩 牛乳</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 742 26.6 19.2</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 822 33.7 20.4</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 913 26.2 36.1</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 836 29.5 26.2</p>				
5日			9日			10日			11日		
<p>ごはん いしフライ いし 食塩 こしょう 小麦粉 鶏卵 パン粉 大豆油 ソース (小袋) 小松菜のごま和え 小松菜 白いりごま みりん 薄口醤油 削り節 里いもでほろあんかけ 里いも 鶏ミンチ しょうが 大根 さやいんげん 上白糖 みりん 濃口醤油 薄口醤油 でんぷん 削り節 人参のじやこ炒め 人参 しらすずし 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 ハイン缶 みかん缶 黄桃缶 上白糖 牛乳</p>	<p>金時ごはん 精白米 もち米 食塩 濃口醤油 さつまいも 鮭のちやんちゃん焼き 鮭 料理酒 食塩 ほうれん草 しめじ 玉葱 ホールコーン しょうが 赤みそ 料理酒 上白糖 パター 食塩 こしょう 野菜の炒め 玉葱 キャベツ 筍水煮 人参 にら しょうが 干椎茸 濃口醤油 食塩 こしょう でんぷん 揚げ餃子 餃子 大豆油 牛乳</p>	<p>ごはん どんかつ 豚もも 食塩 こしょう 鶏卵 小麦粉 パン粉 大豆油 ソース (小袋) ゆでキャベツ きんぴらごぼう ごぼう さやいんげん つきこんにやく 人参 みりん 濃口醤油 食塩 大豆油 白いりごま 上白糖 チンゲン菜の塩ひたし チンゲン菜 きざみ揚げ みりん 薄口醤油 削り節 紅葱のみそ汁 青葱 おみじぎ 玉葱 薄口醤油 削り節 だし昆布 牛乳</p>	<p>ごはん 肉じゃが 牛肩ロース じゃがいも 糸こんにやく 玉葱 人参 さやいんげん 上白糖 みりん 濃口醤油 薄口醤油 削り節 だし昆布 大豆油 卵入り野菜ソテー 玉葱 チンゲン菜 鶏卵 人参 濃口醤油 食塩 こしょう 大豆油 さくら磯辺揚げ 焼きたけのこ 青のり粉 小麦粉 大豆油 豆腐とわかめのみそ汁 冷凍豆腐 わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 838 30.6 20.1</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 736 32.0 17.7</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 800 32.0 23.7</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 863 30.8 29.4</p>				
12日			15日			16日			17日		
<p>ごはん 手作りハンバーグ 〜デミグラスソースかけ〜 【ハンバーグ】 牛ミンチ 豚ミンチ 玉葱 食塩 こしょう 鶏卵 パン粉 大豆油 キャベツ 【デミグラスソース】 生椎茸 しめじ デミグラスソース缶 ケチャップ 赤ワイン ウスターソース 上白糖 鶏ガラスープ 大豆油 ゆでキャベツ わかめサラダ わかめ キャベツ 人参 ホールコーン 香味塩ドレッシング (小袋) りんご缶 牛乳</p>	<p>ごはん ミックスフライ えび いか 料理酒 さやいんげん 小麦粉 鶏卵 パン粉 大豆油 ソース (小袋) ゆでフロッコリー フロッコリー 濃口醤油 切干大根の煮物 切干大根 さつまいも 人参 小松菜 上白糖 みりん 濃口醤油 薄口醤油 削り節 レアチーズ (ハニラ) 牛乳</p>	<p>アップルパン ホーローキャップ 豚もも 赤ワイン 玉葱 バセリ ケチャップ ウスターソース 食塩 こしょう 小麦粉 大豆油 キャベツソテー フロッコリー 濃口醤油 白いりごま パシルポテト ベーコン じゃがいも 玉葱 大豆油 食塩 こしょう ジェノバペースト フライビーコン 大豆 でんぷん 大豆油 上白糖 濃口醤油 みりん 白いりごま 卵と玉葱のスープ 玉葱 鶏卵 でんぷん 人参 こしょう コンソメ 食塩 牛乳</p>	<p>ひしごごはん 精白米 筍水煮 人参 芽ひじき 薄口醤油 上白糖 みりん 食塩 あんかけ焼きそば 【焼きそば】 中華麺 大豆もやし チンゲン菜 食塩 こしょう 大豆油 【あん】 豚もも しょうが 料理酒 いか 玉葱 筍水煮 ピーマン 上白糖 食塩 鶏だし こしょう 濃口醤油 でんぷん 大豆油 かき揚げ もきぎん かえりちりめん 玉葱 人参 青のり粉 食塩 小麦粉 でんぷん 大豆油 黄桃缶 牛乳</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 853 32.6 28.3</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 758 32.6 20.8</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 838 33.3 27.6</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 779 30.6 19.9</p>				
18日			19日			22日			23日		
<p>ごはん 鶏肉の塩麹焼き 鶏もも 塩麹 こしょう 大豆やしの炒めナムル 大豆もやし チンゲン菜 上白糖 米酢 食塩 濃口醤油 一味とがらし ごま油 大豆油 オイスターソース炒め なす 豚もも 玉葱 人参 オイスターソース 濃口醤油 食塩 こしょう 大豆油 小松菜の煮ひたし 小松菜 人参 みりん 薄口醤油 削り節 ヨーグルトあえ ヨーグルト 黄桃缶 ハイン缶 みかん缶 上白糖 牛乳</p>	<p>ごはん 精白米 ビターレ スパイン風オムレツ 鶏卵 ロースハム じゃがいも 玉葱 牛乳 食塩 こしょう 大豆油 ケチャップ ほうれん草のソテー ほうれん草 大豆油 薄口醤油 野菜サラダ キャベツ ホールコーン 人参 サウザンアイランドドレッシング (小袋) みかん缶 かまきみ根菜和風カレー 鶏ミンチ 玉葱 人参 じゃがいも ごぼう 米酢 筍水煮 んにく しょうが カレーフレーク 薄口醤油 食塩 こしょう 赤ワイン 大豆油 削り節 だし昆布 牛乳</p>	<p>秋のきのこごはん 精白米 もち米 鶏ミンチ 人参 干椎茸 しめじ 薄口醤油 みりん 食塩 だし昆布 さばのしょうが煮 さば しょうが 上白糖 みりん 料理酒 濃口醤油 ごぼうの甘辛煮 ごぼう 上白糖 みりん 料理酒 濃口醤油 切干大根とツナの和え物 切干大根 シーチキンフレーク 人参 小松菜 米酢 上白糖 濃口醤油 食塩 こんにやくのピリ辛炒め 板こんにやく しょうが ごま油 一味とがらし しやがいとわかめのみそ汁 じゃがいも 玉葱 わかめ 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳</p>	<p>ごはん マーボー豆腐 冷凍豆腐 豚ミンチ しょうが 玉葱 人参 にら 上白糖 赤みそ 白みそ 豆板醤 でんぷん 大豆油 鶏ガラスープ ごま油 チヤブライス 牛肩ロース しょうが んにく 上白糖 濃口醤油 春雨 筍水煮 青葱 干椎茸 白いりごま 食塩 こしょう 大豆油 みりん ミネゼリー (ぶどう) 牛乳</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 814 32.8 26.5</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 866 32.0 26.4</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 821 31.8 27.5</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 828 30.1 29.5</p>				
24日			25日			26日			29日		
<p>ごはん 豚キムチ 豚もも 白菜キムチ キャベツ 玉葱 大豆もやし にら 食塩 こしょう 濃口醤油 大豆油 高野豆腐のめし煮 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 食塩 揚げごぼう ごぼう でんぷん 大豆油 上白糖 濃口醤油 白いりごま 中華スープ 人参 玉葱 青葱 薄口醤油 食塩 こしょう 鶏だし 牛乳</p>	<p>ハンブキンパン タンダリーチキン 鶏もも んにく しょうが ヨーグルト カレー粉 食塩 こしょう 大豆油 スパイシーポテト じゃがいも 食塩 カレー粉 チリパウダー カリックパウダー 大豆油 しめじとキャベツの炒め物 キャベツ しめじ 焼きたけのこ ほうれん草 薄口醤油 みりん 大豆油 根菜のレモンパシルサラダ かぼちゃ さつまいも れんこん 人参 食塩 こしょう パシル レモン オリーブオイル コーンポタージュ ホールコーン ベーコン じゃがいも 玉葱 人参 牛乳 食塩 こしょう コーンクリームスープ 牛乳</p>	<p>ごはん いかにチリソース イカ 料理酒 こしょう でんぷん 大豆油 玉葱 ケチャップ チリソース 上白糖 料理酒 濃口醤油 揚げじゃがいも じゃがいも でんぷん 大豆油 食塩 海藻サラダ キャベツ きゅうり 人参 ホールコーン 海藻ミックス 青じしドレッシング (小袋) もやちとベーコンの韓国風炒め 白いりごま 上白糖 濃口醤油 ごま油 大豆油 春雨スープ 春雨 人参 青葱 薄口醤油 食塩 こしょう 鶏だし こしょう 牛乳</p>	<p>塩昆布の吹き込みごはん 精白米 シーチキンフレーク ごぼう 人参 塩昆布 食塩 料理酒 濃口醤油 削り節 だし昆布 カレーうどん 【カレーうどんの具】 冷凍うどん 大豆油 青葱 【カレーうどんの具】 豚もも 赤ワイン 玉葱 人参 白葱 カレー粉 みりん 濃口醤油 薄口醤油 食塩 こしょう でんぷん 削り節 だし昆布 大豆油 【にら玉豆腐】 冷凍豆腐 豚もも 鶏卵 玉葱 にら 人参 上白糖 濃口醤油 食塩 こしょう でんぷん 大豆油 ごま油 チンゲン菜のゆずこしょう炒め チンゲン菜 きざみ揚げ 食塩 こしょう ゆずこしょう 薄口醤油 大豆油 牛乳</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 747 29.8 19.8</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 805 33.6 28.5</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 765 25.1 16.2</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 824 36.8 26.0</p>				
30日			31日			<p>○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。</p> <p>○海産物(わかめ・しらす等)は、えび・かにかが混ざる場合があります。</p>					
<p>バーガーパン ハンブキンコロッケ かぼちゃコロッケ 大豆油 マカロニのケチャップ炒め マカロニ 玉葱 ホールコーン 食塩 ケチャップ 大豆油 野菜サラダ キャベツ 小松菜 大豆もやし 人参 イタリアンドレッシング (小袋) おさつりごハイ クリームスープ 鶏もも 玉葱 人参 シチューフレーク 薄口醤油 食塩 こしょう 牛乳 牛乳</p>	<p>ごはん 鶏肉のから揚げ 鶏もも 食塩 黒こしょう でんぷん 大豆油 キャベツソテー キャベツ 食塩 こしょう 大豆油 煮物の炒め物 春雨 豚肩ロース しょうが 料理酒 玉葱 筍水煮 ピーマン 人参 上白糖 濃口醤油 豆板醤 食塩 こしょう 大豆油 ごま油 ほうれん草のナムル ほうれん草 ぜんまい水煮 切干大根 ごま油 食塩 濃口醤油 ハロウィンデザート 牛乳</p>	<p>人気!</p>	<p>人気!</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 842 23.4 29.6</p>	<p>エネルギー (kcal) たんぱく質(g) 脂質(g) 817 32.9 25.3</p>						

