

摂津市中学校給食 使用食材一覧表

令和3年1月
摂津市教育委員会



8日				12日				13日				14日			
五目ちらし寿司 【ごはん】 れんこん 干椎茸 筍水煮 人参 鶏ミンチ 削り節 だし昆布 上白糖 濃口醤油 みりん 米酢 錦糸卵 七草うどん 【うどん】 冷凍うどん 大豆油 青葱 【具】 鶏もも きざみ揚げ 大根 かぶ せり 食塩 濃口醤油 みりん 料理酒 削り節 だし昆布 揚げごぼう ごぼう でんぶん 大豆油 上白糖 濃口醤油 白いりごま 牛乳				ごはん カミカミンチジャオコース 切干大根 豚もも ピーマン 玉葱 筍水煮 人参 みりん にんにく オイスターソース 鶏だし 濃口醤油 食塩 こしょう でんぶん 大豆油 海藻サラダ キャベツ 芽ひじき わかめ 人参 中華ドレッシング(小袋) 揚げ高野のバーベキューソース 高野豆腐 食塩 こしょう でんぶん 大豆油 濃口醤油 料理酒 上白糖 りんごクリーム にんにく しょうが 中華スープ 木綿豆腐 青葱 薄口醤油 食塩 こしょう 鶏がらスープ 牛乳				ごはん すき焼き 黒毛和牛肩ローススライス 焼き豆腐 糸こんにゃく すき麩 玉葱 白菜 白葱 えのき 上白糖 濃口醤油 大豆油 ひじきとキャベツのサラダ キャベツ 芽ひじき 小松菜 人参 和風玉葱ドレッシング(小袋) ミックスフルーツ りんご缶 黄桃缶 みかん缶 わかめのすまし汁 わかめ 花麩 きざみ揚げ 薄口醤油 食塩 削り節 だし昆布 ジョア(ストロベリー味)				アップルパン 白身魚のチリソースがけ ホキ 食塩 こしょう でんぶん 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 でんぶん 素揚げじゃがいも じゃがいも 大豆油 食塩 ピーマン入り野菜炒め 鶏ミンチ 料理酒 キャベツ 玉葱 ピーマン 人参 濃口醤油 食塩 こしょう ごま油 大豆油 小松菜のかつお和え 小松菜 錦糸卵 濃口醤油 上白糖 かつお破片 卵と玉葱のスープ 玉葱 鶏卵 人参 でんぶん こしょう 鶏がらスープ 食塩 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)	
827	31.2	16.6		856	35.2	25.0		879	27.6	32.4		858	33.8	23.3	
15日				18日				19日				20日			
ごはん オムレツ マカロニのケチャップ炒め マカロニ 玉葱 コーン 食塩 ケチャップ 大豆油 ハムと野菜のからし酢 ロースハム 人参 大豆もやし 春雨 青葱 大豆油 米酢 上白糖 薄口醤油 からし粉 食塩 こしょう ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー 薄口醤油 みりん かつお破片 ポークカレー 豚もも にんにく しょうが じゃがも 玉葱 人参 カレーフレーク とんかつソース 食塩 こしょう 大豆油 牛乳				ひじきごはん(小盛) 精白米 筍水煮 人参 芽ひじき 薄口醤油 上白糖 みりん 食塩 海鮮焼うどん 冷凍うどん きざみ揚げ むきえび イカ 料理酒 大豆もやし 玉葱 人参 ピーマン ウスターソース とんかつソース 濃口醤油 食塩 こしょう 系かつお 大豆油 茎わかめのゆず風味和え キャベツ ほうれん草 茎わかめ 大豆油 上白糖 みりん 薄口醤油 ゆず果汁 さつまいもと栗のタルト 野菜スープ 玉葱 えのき 人参 白葱 薄口醤油 鶏がらスープ 牛乳				たごごはん 精白米 たこ しょうが 上白糖 薄口醤油 料理酒 削り節 だし昆布 かき揚げ つきこんにゃく 南瓜 ちりめん 玉葱 青さのり粉 食塩 小麦粉 でんぶん 大豆油 煮しめ つきこんにゃく じゃがいも 人参 れんこん さやいんげん 大豆油 上白糖 みりん 濃口醤油 削り節 だし昆布 ぶどうゼリー ごんぼ汁 鶏ミンチ ごぼう 人参 大豆油 きざみ揚げ 濃口醤油 みりん 料理酒 食塩 おから 青葱 削り節 だし昆布 牛乳				ごはん にら玉豆腐 玉葱 大豆もやし 人参 大豆油 冷凍豆腐 かに 上白糖 濃口醤油 食塩 こしょう でんぶん 鶏卵 ごま油 削り節 牛肉のしぐれ煮 牛肩ロース しょうが 大豆油 糸こんにゃく ごぼう 人参 削り節 だし昆布 上白糖 料理酒 濃口醤油 揚げえび焼売 えび焼売 大豆油 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)	
859	30.0	22.3		760	28.1	20.1		863	38.4	21.8		848	29.3	30.3	
21日				22日				25日				26日			
ごはん 手作りハンバーグ〜デミグラスソースがけ〜 【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 【デミグラスソース】 マッシュルーム 玉葱 しめじ 赤ワイン デミグラスソース缶 ケチャップ ウスターソース 上白糖 鶏がらスープ 大豆油 ゆでキャベツ わかめと大根のサラダ わかめ 大根 コーン 大豆もやし かんきつドレッシング(小袋) バジルポテト じゃがいも 玉葱 大豆油 食塩 こしょう ジェノバペースト 牛乳				ごはん 白身魚の甘酢あんかけ ホキ 食塩 こしょう 小麦粉 でんぶん 大豆油 玉葱 人参 ピーマン 上白糖 米酢 濃口醤油 でんぶん もやしの和え物 大豆もやし 小松菜 きざみ揚げ みりん 薄口醤油 筑前煮 鶏もも じゃがいも 板こんにゃく ごぼう 人参 さやいんげん 大豆油 上白糖 みりん 濃口醤油 削り節 だし昆布 みたらし団子 白玉団子 黒糖 上白糖 濃口醤油 でんぶん キャベツのみそ汁 キャベツ 玉葱 人参 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳				混ぜたらバリエア 【ターメリックライス】 精白米 ターメリック バター 【具】 鶏もも 玉葱 人参 にんにく ピーマン ひよこ豆 むきえび イカ 白ワイン しめじ 食塩 こしょう カレー粉 ホールトマト 鶏がらスープ スペイン風オムレツ 鶏卵 じゃがいも 玉葱 牛乳 食塩 こしょう 大豆油 ケチャップ スパゲティベロンチーノ スパゲティ ベーコン 玉葱 人参 にんにく 白ワイン 食塩 黒こしょう 唐辛子 バター オリーブオイル りんごブチケキ ポトフ ウィンナー かぶ 玉葱 人参 キャベツ 食塩 薄口醤油 こしょう コンソメ アシドミルク				デニッシュパン たらのムニエル 真だら 食塩 こしょう 小麦粉 バター チンゲン菜のコーンソテー チンゲン菜 コーン 薄口醤油 食塩 こしょう 大豆油 アマトリチャーナ ベンネ 食塩 ベーコン 玉葱 にんにく 唐辛子 オリーブオイル ホールトマト ウスターソース パルメザンチーズ 食塩 こしょう 白ワイン りんご缶 オニオンスープ 玉葱 人参 パセリ 薄口醤油 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)	
875	32.3	29.6		871	36.5	18.5		905	37.2	21.8		752	29.6	30.1	
27日				28日				29日				<div style="border: 1px solid black; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>令和2年度12~2月の期間、 大阪府国産農林水産物学校 給食提供事業を利用して、 国産黒毛和牛肉と国産水産物 の提供を行います。 1月は13日・19日・26日に 使用していますので、是非 ご予約ください。</p> </div>			
ごはん マーボー豆腐 冷凍豆腐 豚ミンチ 牛ミンチ しょうが 玉葱 たら 上白糖 赤みそ 白みそ 豆板醤 でんぶん 大豆油 鶏がらスープ ごま油 パンサンズー 春雨 きゅうり ロースハム 錦糸卵 上白糖 米酢 濃口醤油 ごま油 白いりごま 揚げ餃子 餃子 大豆油 牛乳				オリープパン 骨ごとカレイの甘辛揚げ カレイ 澱粉付き 大豆油 しょうが 上白糖 濃口醤油 みりん 料理酒 マッシュポテト じゃがいも 食塩 こしょう 牛乳 バター 野菜サラダ キャベツ 小松菜 人参 サウザンアイランドドレッシング(小袋) ミニゼリー(りんご) ポルシチ 豚もも 玉葱 人参 じゃがいも ピーズ パセリ にんにく トマトピューレ ケチャップ デミグラスソース缶 赤ワイン 上白糖 薄口醤油 ホイップ 食塩 こしょう 大豆油 鶏がらスープ 牛乳				ごはん ヤンニオンチキン 鶏もも 食塩 こしょう 料理酒 でんぶん 大豆油 ケチャップ コチジャン はちみつ にんにく 四色のごま和え さやいんげん 糸こんにゃく 大根 人参 白いりごま みりん 濃口醤油 韓国風かき揚げ 玉葱 人参 コーン 小麦粉 食塩 こしょう ガーリックパウダー コチジャン 大豆油 かぼちゃの甘煮 南瓜 上白糖 薄口醤油 濃口醤油 でんぶん 鶏がらスープ もやしのスープ 大豆もやし わかめ 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)					
814	28.6	27.2		751	28.2	26.4		871	30.8	22.7					



○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・しらすが等)は、えび・かにが混ざる場合があります。