

摂津市中学校給食 使用食材一覧表

平成30年11月
摂津市教育委員会

1日			2日			5日			6日		
デニッシュパン 照り焼きチキン 鶏もも しょうが 料理酒 濃口醤油 大豆油 みりん 上白糖 でんぷん キャベツのカレーソテー キャベツ ビーマン コーン カレー粉 食塩 大豆油 フリソソカン 金時豆煮 大豆 豚もも にんにく 赤ワイン 玉葱 パセリ ケチャップ チリソース ウスターソース 食塩 こしょう 鶏だし 大豆油 黄桃缶 オニオンスープ ベーコン 玉葱 パセリ コンソメ 鶏だし シヨア			ごはん みそカツ 豚もも 食塩 こしょう 鶏卵 小麦粉 パン粉 大豆油 にんにく 白すりごま 赤みそ 上白糖 濃口醤油 ごま油 料理酒 チンゲン菜のソテー チンゲン菜 食塩 こしょう 大豆油 切干大根の煮物 切干大根 さつま揚げ 人参 上白糖 みりん 濃口醤油 薄口醤油 削り節 りんごのプチケーキ ゆばのすまし汁 海菜 人参 青葱 薄口醤油 削り節 だし昆布 鮭ふりかけ 牛乳			ごはん 豚肉のしょうが焼き 豚もも しょうが 薄口醤油 玉葱 人参 上白糖 みりん 濃口醤油 大豆油 青葱 おでん うすら卵水煮 さつま揚げ じゃがいも 板こんにゃく 大根 上白糖 みりん 濃口醤油 薄口醤油 削り節 すりおろしミニゼリー(りんご) すまし汁 おつゆ 人参 糸みつば 薄口醤油 削り節 だし昆布 牛乳			ごはん 八宝菜 豚もも しょうが わきえび いか 料理酒 うすら卵水煮 白菜 玉葱 人参 干椎茸 濃口醤油 食塩 こしょう でんぷん 大豆油 鶏がらスープ 豚肉のから揚げ 豚もも 食塩 こしょう でんぷん 大豆油 切干大根と青菜のごま和え 切干大根 ほうれん草 白すりごま 上白糖 食塩 濃口醤油 中華スープ 大豆もやし 人参 白葱 薄口醤油 食塩 こしょう 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)
804	25.0	34.4	883	33.8	26.6	781	33.7	18.2	800	37.3	20.8
7日			8日			9日			12日		
ごはん 厚揚げとチンゲン菜のピリ辛炒め 厚揚げ 豚もも 料理酒 しょうが 玉葱 人参 白菜キムチ チンゲン菜 濃口醤油 上白糖 赤みそ 白みそ 料理酒 みりん でんぷん 大豆油 海鮮かき揚げ さつまいも わきえび いか 玉葱 人参 青さのり 食塩 小麦粉 でんぷん 大豆油 エリンギのソテー エリンギ 薄口醤油 バター 食塩 こしょう かき玉汁 鶏卵 でんぷん 玉葱 青葱 薄口醤油 削り節 だし昆布 牛乳			ごはん 豚肉のユウリンチソース 鶏もも 食塩 こしょう でんぷん 大豆油 青葱 しょうが 料理酒 米酢 濃口醤油 ゆでブロッコリー ブロッコリー 薄口醤油 みりん 炒めピーマン ピーマン ロースハム 小松菜 キャベツ 人参 玉葱 上白糖 食塩 薄口醤油 白すりごま ごま油 大豆油 ひじきの五目煮 芽ひじき さつま揚げ 糸こんにゃく 人参 枝豆 上白糖 みりん 濃口醤油 大豆油 削り節 みかん 牛乳			ナン たらのムニエル タラ 食塩 こしょう 小麦粉 バター ゆでチンゲン菜 チンゲン菜 薄口醤油 みりん フロットコロリ フロットコロリ かぼちゃ 濃口醤油 食塩 マヨネーズ 照り焼きチーズ キマカレー 豚ミンチ 大豆 玉葱 人参 ビーマン 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 ケチャップ ウスターソース とんかつソース 食塩 牛乳			ごはん 豚肉のオイスターソース炒め 豚もも しょうが 料理酒 玉葱 人参 白菜 人参 ビーマン オイスターソース 濃口醤油 食塩 こしょう 大豆油 ごま油 フロットコロリサラダ フロットコロリ キャベツ コーン 青じそドレッシング(小袋) カレーポテト じゃがいも 玉葱 ウインナー パセリ カレー粉 濃口醤油 上白糖 食塩 大豆油 わかめと大根のみそ汁 大根 わかめ 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)
797	33.3	24.4	851	36.9	20.2	785	38.6	29.5	744	31.4	20.3
13日			14日			15日			16日		
ごはん マーボーじゃが じゃがいも 大豆油 豚ミンチ 人参 玉葱 干椎茸 青葱 にんにく しょうが 上白糖 食塩 赤みそ 濃口醤油 料理酒 豆腐板 鶏だし ごま油 でんぷん 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 ごま団子 紫芋のごま団子 大豆油 牛乳			ごはん スタミナピビンバ 豚もも 大豆もやし チンゲン菜 人参 玉葱 青葱 にんにく 上白糖 濃口醤油 ごま油 大豆油 鮭とお芋の塩バター 鮭 食塩 こしょう でんぷん 大豆油 じゃがいも さつまいも でんぷん 大豆油 バター ひじきのマヨネーズ和え 芽ひじき シーチキン さやいんげん キャベツ みりん 薄口醤油 上白糖 白すりごま マヨネーズ 牛乳			ツイストパン フライ焼き合わせ えび ホキ 鶏卵 小麦粉 パン粉 大豆油 タルタルソース(小袋) 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 スリザティベロンチーノ スリザティ ベーコン 玉葱 人参 アスパラガス しめじ にんにく 濃口醤油 白ワイン 食塩 黒こしょう 唐辛子 バター オリーブオイル わかめと大根のサラダ わかめ 大根 コーン 米酢 上白糖 濃口醤油 食塩 野菜スープ 玉葱 えのき にら 人参 薄口醤油 こしょう コンソメ 食塩 牛乳			ごはん 豚肉のねぎ塩焼き 豚肉のこし 料理酒 玉葱 青葱 にんにく ごま油 食塩 鶏がらスープ レモン果汁 素揚げれんこん れんこん 大豆油 食塩 豆腐のチャンプル 冷凍豆腐 シーチキン キャベツ 人参 にら きくらげ 大豆油 上白糖 濃口醤油 食塩 削り節 だし昆布 でんぷん 国産製ゼリー なめこのすまし汁 なめこ おつゆ 人参 青葱 薄口醤油 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)
895	30.5	28.2	889	35.8	29.9	829	35.4	27.5	733	29.7	21.9
19日			20日			21日			22日		
ごはん 精白米 ピタバーレ さばのソース焼き さば しょうが ウスターソース 上白糖 料理酒 濃口醤油 小松菜の和え物 小松菜 人参 みりん 薄口醤油 削り節 だし昆布 かきみ揚げ 大豆 でんぷん しらす干し さつまいも れんこん 大豆油 濃口醤油 上白糖 みりん 白すりごま わかめの酢の物 きゅうり わかめ 米酢 上白糖 濃口醤油 食塩 玉葱のみそ汁 きざみ揚げ 人参 玉葱 白みそ 削り節 だし昆布 りんご&カムカムゼリー 牛乳			オリーブパン スベイン風オムレツ 鶏卵 じゃがいも ほうれん草 玉葱 牛乳 食塩 こしょう 大豆油 ケチャップ ゆでブロッコリー ブロッコリー 薄口醤油 みりん マカロニサラダ マカロニ キャベツ 人参 玉葱 食塩 こしょう マヨネーズ 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 上白糖 食塩 こしょう 鶏だし 大豆油 わかめスープ わかめ 大豆もやし 白葱 こしょう コンソメ 食塩 牛乳			ツナごはん 精白米 シーチキン 人参 食塩 料理酒 濃口醤油 ほんだし つくねの照り焼きソース 牛ミンチ 豚ミンチ 冷凍豆腐 鶏卵 しょうが でんぷん 大豆油 濃口醤油 上白糖 みりん 料理酒 ポルキキャベツ キャベツ 食塩 きのこ野菜のソテー しめじ チンゲン菜 玉葱 濃口醤油 食塩 こしょう キヤラメルポテト さつまいも 大豆油 上白糖 バター 牛乳			ごはん あじの南蛮揚げ あじ 食塩 こしょう でんぷん 大豆油 玉葱 人参 ビーマン 上白糖 米酢 濃口醤油 一味とうがらし ひじきとツナの炒め物 芽ひじき シーチキン キャベツ 人参 上白糖 みりん 濃口醤油 削り節 大豆油 えのきとちゅうすうかん えのきのすまし汁 えのき おつゆ 人参 青葱 薄口醤油 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)
914	31.0	29.2	809	31.7	34.3	900	30.2	31.4	828	32.3	21.5
26日			27日			29日			30日		
ごはん さんまのみぞれあん さんま 食塩 でんぷん 大豆油 大根 濃口醤油 でんぷん 青葱 小松菜のごま和え 小松菜 白すりごま みりん 濃口醤油 削り節 だし昆布 高野豆腐の卵とじ 高野豆腐 鶏卵 玉葱 人参 ほうれん草 干椎茸 上白糖 みりん 薄口醤油 のりの佃煮 豚汁 豚もも きざみ揚げ ごぼう 人参 青葱 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳			ごはん 豚肉のマリアナソース 豚もも しょうが 濃口醤油 でんぷん 大豆油 じゃがいも でんぷん フロットコロリ 黄ピーマン 青ピーマン ケチャップ ウスターソース 上白糖 野菜サラダ キャベツ コーン 大豆もやし 人参 コーンクリームドレッシング(小袋) フルーツ缶 バイン缶 黄桃缶 コンソメスープ 玉葱 えのき 青葱 薄口醤油 食塩 こしょう コンソメ 牛乳			ごはん 和風おろしシソハンバーグ 牛ミンチ 豚ミンチ 玉葱 食塩 こしょう 鶏卵 パン粉 大豆油 玉葱 大根 しそ 上白糖 濃口醤油 みりん 料理酒 でんぷん 焼きかぼちゃ 肉野菜炒め 豚肉のこし しめじ しょうが にら 玉葱 白菜 菊水煮 人参 干椎茸 濃口醤油 食塩 こしょう でんぷん 大豆油 小松菜のお浸し 小松菜 しらす干し 錦糸卵 薄口醤油 削り節 牛乳			ごはん 豚肉のはちみつソース 豚もも 食塩 こしょう でんぷん 大豆油 玉葱 人参 白すりごま はちみつ 濃口醤油 青のりポテト じゃがいも 食塩 青さのり粉 春雨の炒め物 春雨 豚肉のこし しょうが 料理酒 玉葱 菊水煮 ビーマン 人参 上白糖 濃口醤油 豆腐板 食塩 こしょう 大豆油 ごま油 野菜サラダ キャベツ 小松菜 人参 コーン フレンチドレッシング(白) わかめのすまし汁 わかめ 白葱 薄口醤油 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)
856	35.4	30.2	867	29.8	22.7	891	37.4	31.1	824	36.3	20.3

○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。

