

摂津市中学校給食 使用食材一覧表



摂津市学校給食キャラクター
Qちゃん

令和元年11月
摂津市教育委員会

1日			5日			6日			7日		
<p>ごはん 鶏すき 鶏もも 糸こんにゃく 圧さく鮎 焼き豆腐 玉葱 白菜 チンゲン菜 白葱 上白糖 濃口醤油 食塩 大豆油 もやしときのこのバター炒め 大豆もやし 人参 しめじ 食塩 こしょう バター 濃口醤油 ゴマ団子 紫芋のゴマ団子 大豆油 牛乳</p>			<p>ごはん 八宝菜 豚もも しょうが むきえび いか 料理酒 うずら卵水餃 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 鶏ガラスープ 鶏内のゆずこしょう揚げ 鶏もも ゆずこしょう 食塩 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 白いりごま 上白糖 食塩 濃口醤油 牛乳</p>			<p>ごはん 豚肉の生姜炒め 豚もも しょうが 薄口醤油 玉葱 人参 チンゲン菜 上白糖 みりん 濃口醤油 大豆油 おでん うずら卵水餃 煮ほう天 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 ミックスフルーツ りんご缶 バイン缶 みかん缶 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>バーガーパン 照焼チキン 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 ホールコーン カレー粉 食塩 大豆油 チリコンカン 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 キャメルりんごボテト さつまいも りんご 大豆油 上白糖 バター オニオンスープ ベーコン 玉葱 パセリ コンソメ 鶏だし 牛乳</p>		
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)
785	31.1	21.0	770	35.5	20.1	808	34.7	19.2	818	35.5	26.6
8日			11日			12日			13日		
<p>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 青菜 にんにく しょうが 上白糖 食塩 赤みそ 濃口醤油 料理酒 豆板醤 鶏だし ごま油 でんぷん ミモザ風サラダ キャベツ 玉葱 きゅうり シーチキンフレーク もろろ卵 コーンクリーミードレッシング (小袋) ワカサギのフリッター ワカサギの玄米粉フリッター 大豆油 牛乳</p>			<p>ごまシャクご飯(小盛) 精白米 鮭ほくし 白いりごま 食塩 薄口醤油 肉うどん 【うどん】 冷凍うどん 大豆油 青菜 【具】 豚もも 料理酒 しょうが 玉葱 干椎茸 白葱 ちらし蒲鉾 みりん 上白糖 濃口醤油 削り節 だし昆布 切干大根の煮物 切干大根 さつま揚げ 人参 小松菜 上白糖 みりん 濃口醤油 薄口醤油 削り節 鶏肉のから揚げ 鶏もも しょうが 食塩 こしょう 料理酒 でんぷん 大豆油 牛乳</p>			<p>デニッシュパン スパゲティベーコンソー スパゲティ ベーコン 玉葱 人参 小松菜 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 オリーブオイル 白身魚のカレー揚げ ホキ 食塩 こしょう カレー粉 でんぷん 大豆油 りんご缶 りんご缶 ポトフ ウインナー じゃがいも 玉葱 人参 キャベツ 薄口醤油 食塩 こしょう コンソメ 牛乳</p>			<p>ごはん みそカツ 豚肩ロース 食塩 こしょう 鶏卵 小麦粉 パン粉 大豆油 にんにく 白いりごま 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 じゃが芋さんびら じゃがいも さやいんげん こんにゃく 人参 上白糖 みりん 濃口醤油 削り節 りんごのブチケーキ 牛乳</p>		
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)
820	28.1	25.5	826	37.2	17.3	770	26.3	33.9	899	28.8	29.7
14日			15日			18日			19日		
<p>ごはん ハンバーグケチャップソース 牛ミンチ 豚ミンチ 玉葱 食塩 こしょう 鶏卵 パン粉 大豆油 ケチャップ ウスターソース パシルスパゲティ スパゲティ えのき 玉葱 にんにく オリーブオイル ジェノバペースト 食塩 黒こしょう 内野菜炒め キャベツ 豚もも しょうが 料理酒 筍水餃 ビーマン 人参 上白糖 濃口醤油 豆板醤 食塩 こしょう 大豆油 ごま油 レアチーズ(イチゴ) コンソメスープ 玉葱 えのき 青菜 薄口醤油 食塩 こしょう コンソメ 牛乳</p>			<p>煮ごはん 精白米 ビタバーレ 豚しゃぶサラダ 豚もも 料理酒 キャベツ わかめ 人参 きゅうり ごまドレッシング(小袋) ごぼうのかき揚げ ごぼう 人参 玉葱 大豆 小麦粉 食塩 こしょう 大豆油 国産製ゼリー ビーフカレー 牛肩ロース にんにく しょうが じゃがいも 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 シリア(ブレン)</p>			<p>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 みりん でんぷん 大豆油 海鮮かき揚げ さつまいも むきえび いか 玉葱 人参 青さのり粉 食塩 小麦粉 でんぷん 大豆油 大根のツナ和え 大根 シーチキンフレーク 上白糖 濃口醤油 食塩 豚汁 豚もも きざみ揚げ ごぼう 人参 青菜 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳</p>			<p>エリンギごはん 精白米 きざみ揚げ エリンギ さやいんげん 薄口醤油 みりん 食塩 だし昆布 つくねのデリヤキソース 牛ミンチ 豚ミンチ 冷凍豆腐 鶏卵 しょうが 大豆油 濃口醤油 上白糖 みりん 料理酒 でんぷん まのこ野菜のソテー しめじ チンゲン菜 玉葱 濃口醤油 食塩 こしょう 大豆油 ごま油 かぼちゃとごぼうの煮物 南瓜 ごぼう天 人参 しょうが 上白糖 みりん 薄口醤油 濃口醤油 でんぷん 削り節 わかめのかき揚げ 錦糸卵 わかめ 玉葱 米酢 上白糖 濃口醤油 食塩 牛乳</p>		
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)
876	32.7	29.2	870	27.9	21.8	861	34.8	25.1	800	30.6	24.5
20日			21日			22日			25日		
<p>ごはん フライド合わせ むきえび ホキ 鶏卵 小麦粉 パン粉 大豆油 タルタルソース(小袋) ポイルキャベツ炒め 鶏ミンチ 料理酒 ビーフン 大豆もやし 玉葱 人参 小松菜 オイスターソース 大豆油 食塩 こしょう 濃口醤油 ごま油 ピュウズマト 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 巨峰ゼリー 牛乳</p>			<p>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 筍水餃 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 カレーポテト じゃがいも 玉葱 パセリ カレー粉 濃口醤油 上白糖 食塩 こしょう 大豆油 ブロッコリーサラダ ブロッコリー ホールコーン ソンオイルフレンチドレッシング (白) 豆腐のみそ汁 冷凍豆腐 きざみ揚げ 青菜 白みそ 削り節 だし昆布 牛乳</p>			<p>ごはん あじの南蛮漬け あじ 食塩 こしょう 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 でんぷん ひしきとツナの炒めもち 芽ひしき シーチキンフレーク キャベツ 人参 上白糖 みりん 濃口醤油 削り節 大豆油 おはぎ えのきのすまし汁 えのき おすまし粉 青菜 薄口醤油 削り節 だし昆布 牛乳</p>			<p>ごはん 豚肉のマリアナソース 豚肩ロース しょうが 濃口醤油 でんぷん 大豆油 じゃがいも 大豆油 玉葱 パブリカ ビーマン ケチャップ ウスターソース 上白糖 野菜サラダ キャベツ シーチキンフレーク ホールコーン 大豆もやし 人参 和風たまごドレッシング(小袋) バイン缶 牛乳</p>		
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)
871	36.7	23.1	774	31.3	20.1	836	31.9	20.4	899	27.2	27.7
26日			28日			29日			<p>摂津市学校給食キャラクター Pちゃん</p>		
<p>おきつパン オムレツ 鶏卵 ほうれん草 人参 玉葱 牛乳 食塩 こしょう 大豆油 ケチャップ 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 スパゲティナポリタン スパゲティ ウインナー 玉葱 人参 ビーマン 食塩 こしょう バター ケチャップ オリーブオイル パルメザンチーズ ごぼうと豆のサラダ ごぼう ひよこ豆 ホールコーン 人参 上白糖 濃口醤油 食塩 こしょう マヨネーズ 野菜スープ 玉葱 えのき でんぷん 人参 こしょう コンソメ 牛乳</p>			<p>ごはん スタミナピピンパ 豚もも 大豆もやし 小松菜 人参 玉葱 にんにく 上白糖 濃口醤油 コチュジャン 食塩 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 だし昆布 ひしきのマヨネーズ和え 芽ひしき シーチキンフレーク キャベツ 大豆油 薄口醤油 みりん 上白糖 マヨネーズ 白いりごま 牛乳</p>			<p>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 青菜 小松菜のごま和え 小松菜 白いりごま みりん 濃口醤油 削り節 だし昆布 高野豆腐の佃とし 高野豆腐 鶏卵 玉葱 人参 白葱 干椎茸 上白糖 みりん 薄口醤油 きなごわらひ餅 大根のみそ汁 大根 きざみ揚げ 青菜 薄口醤油 削り節 だし昆布 牛乳</p>					
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)			
908	29.4	28.8	889	33.2	28.2	916	33.4	28.8			

○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。

