

令和5年 7月分 中学校給食献立表

池田市教育委員会
池田市立学校給食センター

<お願い>アレルギーをお持ちの方は、使用している食品を必ずご確認ください。 *印は卵を使用したメニュー、献立です。 <直送>は業者から学校へ直接配送する食品です。

日・曜日	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	10(月)	11(火)
献立	ごはん 牛乳 たこ里芋の煮物 *いわしの梅煮 小松菜の炒め物 ミルク(コーヒー)	ごはん 牛乳 スマイル玉ねぎのみそ汁 かき揚げのレモン醤油 フルーツ白玉 のり佃煮	食パン 牛乳 キャロットポタージュ のり塩ポテト ツナマヨトースト スライスチーズ	ごはん 牛乳 野菜のコンソメ煮 ロールキャベツ 鶏肉とエリンギのソテー ソフールヨーグルト	ごはん 牛乳 七タみそ汁 星型コロッケ セルフ鶏すき井 七タゼリー	ごはん 牛乳 かぼちゃのそぼろ煮 まぐろのオーロラソース きゅうりのごま和え 納豆ふりかけ	ごはん はっ酵乳(アシドミルク) 夏野菜キーマカレー ウインナーソーセージ ほうれん草サラダ ハイチーズ
材料	精白米 95 普通牛乳 1本 たこ 19.5 厚揚げ 32.5 里芋 39 大根 39 れんこん 13 人参 13 こんにやく 13 さやいんげん 6.5 冷凍おろししょうが 0.65 濃口しょうゆ 6.5 砂糖 1.95 みりん 1.3 削り節 0.65 *いわしの梅煮(32g) 1コ 豚肉 19.5 小松菜 39 人参 6.5 濃口しょうゆ 1.3 みりん 1.3 なたね油 0.65 ミルク(コーヒー)(5g) 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 豚肉 19.5 油揚げ 6.5 スマイル玉ねぎ 26 大根 19.5 えのきたけ 9.1 青ねぎ 3.9 赤みそ 7.8 白みそ 7.8 削り節 3.25 だし昆布 0.13 かき揚げ(50g) 1コ 揚げ油 5.2 みりん 5.85 濃口しょうゆ 2.99 砂糖 2.47 レモン(果汁) 1.3 片栗粉 0.4 白玉団子 25 みかん(缶詰)(大阪産) 15 砂糖 1 のり佃煮(8g) 1コ	食パン(小麦70g) 1コ 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 26 玉ねぎ 26 ソテードオニオン 6.5 じゃがいも 26 ほうれん草 13 人参 9.1 ブロッコリー 19.5 しめじ 6.5 粉末コンソメ 1.3 淡口しょうゆ 0.65 食塩 0.26 食塩 0.26 こしょう 0.03 ナチュラルカットポテト 45 揚げ油 4 精製塩 0.1 あおのり 0.02 まぐろ油漬 26 玉ねぎ 26 きゅうり 13 ノンエッグマヨ 6.5 スライスチーズ(18g) 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 ベーコン 13 じゃがいも 32.5 玉ねぎ 32.5 冬瓜 32.5 人参 19.5 ブロッコリー 19.5 しめじ 6.5 粉末コンソメ 1.3 淡口しょうゆ 0.65 食塩 0.26 こしょう 0.03 ロールキャベツ(50g) 1コ トマト水煮 2.34 トマトケチャップ 7.8 ウスターソース 3.12 鶏肉 細切れ 15 玉ねぎ 15 エリンギ 10 濃口しょうゆ 0.5 食塩 0.1 こしょう 0.01 なたね油 0.5 ソフール元気ヨーグルト(70g) 1コ <直送>	精白米 95 普通牛乳 1本 豚肉 26 大根 19.5 緑豆もやし 13 人参 13 オクラ 6.5 えのきたけ 6.5 信州みそ 7.15 赤みそ 6.5 削り節 3.25 みりん 0.13 だし昆布 0.13 星型コロッケ(60g) 1コ 揚げ油 5.2 濃厚ソース 5.2 鶏肉 細切れ 20 玉ねぎ 15 白菜 10 糸こんにやく 5 濃口しょうゆ 2 砂糖 1 なたね油 0.5 七タゼリー(38g)<直送> 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 豚ひき肉 32.5 さつま揚げ 13 かぼちゃ 52 玉ねぎ 32.5 人参 19.5 糸こんにやく 13 さやいんげん 6.5 濃口しょうゆ 8.19 砂糖 2.6 みりん 0.65 削り節 0.65 まぐろ(角切り) 40 小麦粉 3 揚げ油 4 冷凍おろししょうが 1.1 トマトケチャップ 5 砂糖 2.5 赤みそ 2 日本酒 1.8 ささみフレーク 13 きゅうり 32.5 人参 6.5 白すりごま 0.39 ごまドレッシング 5.2 納豆ふりかけ(3g) 1コ	精白米 95 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 合ひき肉 26 玉ねぎ 39 じゃがいも 26 なす 19.5 人参 13 ピーマン 3.9 冷凍おろしにんにく 0.13 カレールウA 13 カレールウB 13 ポークブイヨン 6.5 濃口しょうゆ 1.3 なたね油 1.3 ウインナーソーセージ(20g) 2コ まぐろ油漬 13 ほうれん草 39 人参 10.4 青じそドレッシング 5.2 ハイチーズ(12g) 1コ
エネルギー	747 kcal	820 kcal	789 kcal	707 kcal	778 kcal	791 kcal	814 kcal
蛋白質	31 g	24.7 g	30.3 g	27.6 g	29.5 g	36.8 g	27 g
脂質	20.8 g	25.9 g	37 g	19.5 g	23.7 g	22.4 g	27.6 g

今月の給食で使用している旬の食材

オクラ きゅうり ピーマン 冬瓜 たこ

<お知らせ>

- 加工食品等は、「学校給食用半製品の材料」に原材料を記載しています。
アレルギーをお持ちの方は、必ずご確認ください。
- 年間を通じて使用する調味料や加工食品等については、配合内容を一覧にして、各学校園に配布しています。
必要とされる方は、学校園、もしくは、学校給食センターまでお申し出ください。
- そば・落花生・えび・かには使用していません。
- 7月に使用するお米は、豊能町でとれた「キヌヒカリ」を使用しています。



ホームページ



Instagram

毎日の献立をホームページやInstagramで見ることができます。

<学校給食用半製品の材料> 保存料は使用していません

	3日(月)	3日(月)	3日(月)	4日(火)	4日(火)	4日(火)	5日(水)	5日(水)	5日(水)	6日(木)	6日(木)	7日(金)	7日(金)	10日(月)	10日(月)	11日(火)				
	たこ	厚揚げ	*いわしの梅煮(32g)	かき揚げ(50g)	白玉団子	のり佃煮(8g)	にんじんペースト	ナチュラルカットポテト	スライスチーズ(18g)	ロールキャベツ(50g)	ソフール元気ヨーグルト(70g)<直送>	星型コロッケ(60g)	七タゼリー(38g)<直送>	さつま揚げ	納豆ふりかけ(3g)	ハイチーズ(12g)				
ミズダコ	大豆 食塩 揚げ油 植物油 加工デンプン 凝固剤 塩化Mg (一部に大豆を含む)	いわし 〔タレ〕 糖類 砂糖 水あめ しょうゆ 梅酢 発酵調味料 でん粉 梅肉ペースト かつお削りぶし こんぶだし	増粘剤 (キサンタンガム) 着色料 紅麴 シソ色素 (一部に小麦・大豆を含む)	野菜 たまねぎ にんじん ごぼう しゅんぎく 小麦粉 食塩 粉末状植物性たん白	揚げ油(パーム) 調味料 (アミノ酸等) ベーキングパウダー カロチノイド色素 (一部に小麦・大豆を含む)	米粉 砂糖 加工でん粉 酵素製剤 大豆 とうもろこし	のり 醤油 水飴 砂糖 大豆食物繊維 酵母エキス 澱粉 寒天	にんじん ばれいしょ 揚げ油(パーム油)	ナチュラルチーズ(乳) 乳化剤	キャベツ 鶏肉 豚肉 たまねぎ しょうゆ 粒状植物性たん白 パン粉(小麦) でん粉 にんじん 砂糖 ベツパー 食塩 ゼラチン	脱脂粉乳(乳) ぶどう糖果糖液糖 砂糖 全粉乳(乳) ゼラチン 寒天 乳酸カルシウム 香料 ピロリン酸鉄	野菜 ばれいしょ たまねぎ 豚肉 イヌリン(食物繊維) 砂糖 しょうゆ 食塩 植物性油脂 発酵調味料 醸造調味料 胡椒	〔衣〕 パン粉(小麦) 小麦粉 粉末状植物性たん白(大豆) でん粉(とうもろこし) 植物性油脂(菜種) 食塩 貝Ca(小麦) ピロリン酸第二鉄(大豆)	〔レモンゼリー〕 砂糖・ぶどう糖 果糖液糖 ぶどう糖 レモン果汁 (濃縮還元) 酸味料 ゲル化剤 クエン酸鉄Na 香料	〔ぶどうゼリー〕 砂糖・ぶどう糖 果糖液糖 ぶどう糖 ぶどう果汁 (濃縮還元) 酸味料 ゲル化剤 ビタミンC クチナン色素 香料 クエン酸鉄Na	〔モチーフ〕 うんしゅうみかん 果汁(濃縮還元) 砂糖・ぶどう糖 果糖液糖 水あめ 砂糖 粉末油脂 寒天 乳化剤 ゲル化剤 (キサンタンガム) 香料 カロチノイド色素	魚肉 イトヨリ 助宗 エソ でん粉 砂糖 食塩 ぶどう糖 揚げ油(菜種)	ひきわり納豆 ひきわり納豆 納豆菌 かぼちゃ 人参 のり 風味調味料 砂糖 食塩 かつお骨粉末 かつおぶし粉末 酵母エキス でん粉	ぶどう糖 植物油 砂糖 ベーキングパウダー 酸化防止剤(V.E)	ナチュラルチーズ(乳) 乳化剤