

# 令和6年 3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	1(金)	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	11(月)	12(火)	14(木)
献立	ごはん 牛乳 マーボー春雨 大学いも きゅうりの中華和え しそひじき	ごはん 牛乳 たけのこのすまし汁 さばの塩こうじ焼き セルフ五目ずし ひなあられ	わかめごはん 牛乳 豚汁 *チキンラーメンコロッケ ブロッコリーのごま和え ヨーグルトレーズン	ナン ジョア(プレーン) ビーフカレー ウインナーソーセージ 大根サラダ スティックチーズ	ごはん 牛乳 厚揚げのトマト煮 ささみフライ 小松菜の炒めもの かつおふりかけ	ごはん 牛乳 わかめスープ 棒ぎょうざ 切干大根の肉みそ炒め ミルク(キャラメル)	ごはん はっ酵乳(アシドミルク) かぼちゃのみそ汁 いか天ぷら かぶのサラダ のり佃煮	ごはん 牛乳 豚じゃが 赤魚の醤油焼き ほうれん草のお浸し 桜もち	減量ごはん 牛乳 焼きうどん セルフひじきごはん みかんミックス おさつチップ
材料	精白米 95 普通牛乳 1本 豚ひき肉 26 はるさめ 19.5 新玉ねぎ 39 春キャベツ 26 人参 13 エリンギ 6.5 冷凍おろししょうが 0.39 冷凍おろしにんにく 0.2 赤みそ 4.55 濃口しょうゆ 3.25 砂糖 0.65 食塩 0.39 トウバンジャン 0.13 こしょう 0.03 なたね油 1.3	精白米 95 普通牛乳 1本 豆腐 32.5 油揚げ 10.4 大根 26 たけのこ 13 人参 13 ほうれん草 3.9 淡口しょうゆ 5.2 食塩 0.13 削り節 2.6 だし昆布 0.26 さば塩こうじ漬(50g) 1コ 鶏肉 細切れ 19.5 人参 13 揚げ油 5.2 れんこん 6.5 さやいんげん 6.5 砂糖 3.9 食酢 2.6 淡口しょうゆ 1.95 なたね油 0.65 まぐろ油漬 10 きゅうり 20 人参 5 食酢 1.5 砂糖 1.2 濃口しょうゆ 1.2 ごま油 0.8 しそひじき(8g) 1コ	精白米 95 わかめご飯の素 1.95 ごはん まざっています 普通牛乳 1本 豚肉 26 大根 26 ささがきごぼう 19.5 里芋 13 人参 13 青ねぎ 3.9 信州みそ 7.15 赤みそ 6.5 削り節 3.25 *チキンラーメンコロッケ(50g) 1コ (卵乳小麦含む) 揚げ油 5.2 池田市限定献立! 焼き竹輪 10.4 ブロッコリー 39 人参 6.5 白すりごま 0.65 練りごま 0.65 濃口しょうゆ 1.43 砂糖 0.78 ヨーグルトレーズン(10g) 1コ	ナン(100g) 1袋 ジョア(プレーン) 1本 牛肉 39 新玉ねぎ 45.5 新じゃがいも 19.5 カットポテト 19.5 人参 13 冷凍おろししょうが 0.2 冷凍おろしにんにく 0.2 カレールウA 13 カレールウB 13 ポークブイオン 6.5 濃口しょうゆ 1.3 なたね油 0.65 ウインナーソーセージ(20g) 2コ まぐろ油漬 13 大根 39 青じそドレッシング 4.29 スティックチーズ(10g) 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 ベーコン 13 厚揚げ 32.5 新じゃがいも 39 新玉ねぎ 32.5 春キャベツ 26 人参 19.5 トマト水煮 13 トマトピューレー 6.5 むきえだまめ 6.5 トマトケチャップ 1.3 濃口しょうゆ 1.3 砂糖 1.3 スープストック 0.65 食塩 0.26 なたね油 0.65 ささみフライ(50g) 1コ 揚げ油 5.2 濃厚ソース 5.2 豚肉千切り 10 小松菜 20 新玉ねぎ 10 濃口しょうゆ 0.2 食塩 0.2 こしょう 0.01 なたね油 0.5 かつおふりかけ(2g) 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 26 なると 13 乾燥わかめ 0.39 新玉ねぎ 19.5 白菜 19.5 人参 13 ホールコーン 6.5 ガラスープ 23.4 淡口しょうゆ 4.55 食塩 0.26 こしょう 0.03 棒ぎょうざ(40g) 1コ 豚ひき肉 19.5 切干大根 2.6 人参 9.1 白ねぎ 6.5 冷凍おろししょうが 0.13 冷凍おろしにんにく 0.13 砂糖 2.6 日本酒 2.6 八丁味噌 2.21 淡口しょうゆ 0.33 なたね油 0.39 ミルク(キャラメル)(7g) 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 19.5 油揚げ 10.4 かぼちゃ 39 新玉ねぎ 26 人参 13 赤みそ 7.8 白みそ 7.8 削り節 3.25 だし昆布 0.2 いか天ぷら(50g) 1コ 揚げ油 5.2 みりん 5.85 濃口しょうゆ 2.99 砂糖 2.6 片栗粉 0.39 ボンレスハム 13 かぶ 32.5 ホールコーン 6.5 ごまドレッシング 5.2 のり佃煮(8g) 1コ 桜もち(45g)<直送> 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 豚肉 39 新玉ねぎ 39 カットポテト 35.1 人参 13 糸こんにゃく 13 グリーンピース 3.9 濃口しょうゆ 6.5 砂糖 2.86 みりん 1.3 なたね油 1.3 削り節 0.65 赤魚の醤油焼き(50g) 1コ 油揚げ 5 ほうれん草 30 人参 2.5 みりん 2.3 淡口しょうゆ 1.2 削り節 0.5 みかん(缶詰) 39 ダイスゼリー(みかん) 19.5 おさつチップ(5g) 1コ	
エネルギー	823 kcal	762 kcal	784 kcal	793 kcal	780 kcal	745 kcal	826 kcal	820 kcal	750 kcal
蛋白質	22.3 g	32.9 g	28.5 g	34.9 g	30.9 g	28.1 g	29.5 g	35.6 g	27.4 g
脂質	23.4 g	25.7 g	22.3 g	35.4 g	25.5 g	22.5 g	24.1 g	17.7 g	20.6 g

## 3月5日に チキンラーメンコロッケが 登場します!

日清食品の創業者である  
安藤百福さんが  
1958年に「池田市」で世界初の  
インスタントラーメン  
「チキンラーメン」を発明しました。  
3月5日は、安藤百福さんの  
誕生日です。  
具材にチキンラーメンを混ぜ込んだ  
コロッケが登場します!

(※卵・乳・小麦含む)



## 今月の給食に使われている 旬の食材

新玉ねぎ、新じゃがいも、春キャベツ  
グリーンピース、ブロッコリー

### <学校給食用半製品の材料> 保存料は使用していません

1日(金)	4日(月)	5日(火)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	7日(木)	8日(金)	8日(金)	11日(月)	11日(月)	12日(火)	12日(火)	14日(木)	14日(木)	
しそひじき(8g)	さば塩こうじ漬(50g)	*チキンラーメンコロッケ(50g)(卵乳小麦含む)	ヨーグルトレーズン(10g)	ジョア(プレーン)	厚揚げ	ささみフライ(50g)	なると	棒ぎょうざ(40g)	いか天ぷら(50g)	のり佃煮(8g)	赤魚の醤油焼き(50g)	桜もち(45g)<直送>	粉かつお	ダイスゼリー(みかん)	
しょうゆ	サバ	じゃがいも	チョコレートコーティング	粉糖	脱脂粉乳(乳)	大豆	鶏ササミ肉	魚肉	キャベツ	いか(赤いか)	のり	赤魚	小豆こしあん	かつおのふし	みかん果汁(還元)
砂糖	塩こうじ	パン粉(小麦)	砂糖	砂糖	砂糖	食塩	[衣]	スケソウタラ	小麦粉(皮)	小麦粉	醤油	醤油	もち米	みかん(缶詰)	みかん果汁(還元)
干しひじき	みりん風調味料	チキンラーメン	植物油脂	でん粉分解物	リン酸カルシウム	揚げ油	加工澱粉	加工澱粉	玉葱	澱粉(コーン)	水飴	砂糖	麦芽糖	果糖	果糖ぶどう糖液糖
酵母エキス		(卵 小麦 乳)	(大豆)	乳酸菌粉末	香料	植物油	馬鈴薯澱粉	馬鈴薯澱粉	豚肉	ベーキングパウダー	砂糖	みりん風調味料	トレハロース	砂糖	果糖
寒天		鶏肉 大豆 ごま)	全粉乳(乳)	植物性乳酸菌	安定剤	加工デンプン	砂糖	砂糖	豚脂	食塩	大豆食物繊維		桜葉塩漬	グラニュー糖	砂糖
クエン酸鉄Na		バター=ミックス	発酵乳粉末(乳)	(殺菌)	ビタミンD	凝固剤	食塩	発酵調味料	鶏肉	揚げ油(なたね)	酵母エキス		食塩	ゲル化剤	
しそ香料		(小麦)	(殺菌)	でん粉分解物		塩化Mg	食塩	食塩	パン粉(小麦)		澱粉		着色料	香料	
	ひなあられ(5g)	玉ねぎ	乳糖(乳)	乳化剤		(一部に大豆を含む)	植物性タンパク	食塩	パン粉(小麦)		寒天		アカビート色素	クエン酸鉄Na	
	もち米	上白糖	ココアバター	(大豆)	スティックチーズ(10g)		(小麦)	トマト色素	オイスターソース						
	しょうゆ	青ネギ	フラクトオリゴ糖	光沢剤			コショウ		粒状小麦蛋白(小麦)						
	砂糖	乾燥マッシュポテト	オイルコートレーズン	酸味料	ナチュラルチーズ(乳)		酵母エキス		増粘多糖類(一部に小麦・鶏肉を含む)						
	のり	食塩	水あめ	ピロリン酸鉄	乳化剤		加工澱粉		馬鈴薯澱粉						
		こしょう		香料			増粘多糖類(一部に小麦・鶏肉を含む)		食塩						
									醤油						
									生姜						
									コショウ						


<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。

○3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。



Instagram



ホームページ

毎日の献立をインターネットやInstagramで見る您可以通过。