

**除去副食用**

**令和6年3月分 中学校給食除去副食献立表**

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。★印は除去食として代替調理した献立です。※揚げ物、焼き物は別に調理しています。＜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 ★ポテトコロッケ 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 新玉ねぎ 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 ミルメーク(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 さつまいもカット 52 揚げ油 5.2 黒いりごま 0.26 砂糖 6.5 濃口しょうゆ 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 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 ささがきごぼう 6.5 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 ひなあられ(5g) 1コ ひな祭り献立	精白米 95 わかめご飯の素 1.95 ごはんにごま油 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 ★ポテトコロッケ(60g) 1コ 揚げ油 5.2 濃厚ソース 5.2 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 カレーウA 13 カレーウB 13 ポークパイオン 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 ミルメーク(キャラメル) 7g 1コ	精白米 95 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 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	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 桜もち(45g)＜直送＞ 1コ みかん(缶詰) 39 ダイゼリー(みかん) 19.5 おさつチップ(5g) 1コ	精白米 90 普通牛乳 1本 冷凍うどん 52 豚肉 32.5 春キャベツ 32.5 緑豆もやし 32.5 新玉ねぎ 19.5 人参 13 粉かつお 0.13 ウスターソース 3.9 粉末ソース 3.25 濃厚ソース 1.95 食塩 0.13 こしょう 0.03 なたね油 1.3 鶏肉 細切れ 26 干しひじき 1.82 人参 13 濃口しょうゆ 2.6 砂糖 2.08 みりん 1.56 なたね油 0.91
エネルギー	823 kcal	762 kcal	829 kcal	793 kcal	780 kcal	745 kcal	826 kcal	820 kcal	750 kcal
蛋白質	22.3 g	32.9 g	29.2 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	25.3 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＞ 《除去副食用》  
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)	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)	★ポテトコロッケ(60g)	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)	赤魚の醤油焼き(50g)	桜もち(45g)＜直送＞	粉かつお	ダイゼリー(みかん)
しょうゆ	サバ	ばれいしょ	チョコレートコーティング	脱脂粉乳(乳)	大豆	鶏ササミ肉	魚肉	キャベツ	いか(赤いか)	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	たまねぎ	[衣]	リン酸カルシウム	食塩	[衣]	スケソウタラ	小麦粉(皮)	小麦粉	醤油	もち米		果糖ぶどう糖液糖
干しひじき	みりん風調味料	豚肉	植物油脂	揚げ油	食塩	加工澱粉	加工澱粉	小麦粉(皮)	澱粉(コーン)	砂糖	麦芽糖		果糖
酵母エキス		砂糖	(大豆)	植物油	揚げ油	馬鈴薯澱粉	馬鈴薯澱粉	玉葱	ベーキングパウダー	みりん風調味料	トレハロース		砂糖
寒天		乾燥マッシュポテト	全粉乳(乳)	植物性脂肪酸	加工デンプン	砂糖	砂糖	豚肉	食塩		桜葉塩漬		グラニュー糖
クエン酸鉄Na		植物油脂	発酵乳粉末(乳)	(殺菌)	凝固剤	食塩	発酵調味料	鶏肉	揚げ油(なたね)		食塩		ゲル化剤
しそ香料		豚脂	(殺菌)	ビタミンD	塩化Mg	植物性タンパク	鶏肉	パン粉(小麦)			着色料		酸味料
		食塩	乳糖(乳)	でん粉分解物	(一部に)	(小麦)	パン粉(小麦)	オイスターソース			アカビート色素		香料
		香辛料	ココアバター	乳化剤	大豆を含む)	トマト色素	オイスターソース	(大豆)					クエン酸鉄Na
			フラクトオリゴ糖	光沢剤	スティックチー	コンヨウ	粒状小麦蛋白	のり佃煮(8g)					
			オイルコートレーズン	酸味料	ズ(10g)	酵母エキス	(小麦)	のり					
			(一部に小麦・大豆)	ピロリン酸鉄	ナチュラルチー	加工澱粉	馬鈴薯澱粉	醤油					
			豚肉を含む)	香料	ズ(乳)	増粘多糖類	食塩	水飴					
					乳化剤	(一部に小麦・鶏肉を含む)	砂糖	大豆食物繊維					
							醤油	酵母エキス					
							生姜	澱粉					
							コショウ	寒天					

＜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で見ることができます。