除去副食用

令和6年 4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。★4月は卵を使用したメニューはありません。※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	12（金）	15（月）	16（火）	17（水）	18（木）	19（金）	22（月）	23（火）	24（水）	25（木）	26（金）
献立	ごはん 牛乳 チキンカレー 枝豆コーン ぶどうゼリー	ごはん 牛乳 けんちん汁 白身魚のフリッター 切干大根の肉みそ炒め	ごはん 牛乳 にらスープ ぎょうざ きゅうりの中華和え プリンタルト	コッペパン 牛乳 焼きそば ハッシュドポテト ブロッコリーの和え物 りんごジャム	ごはん 牛乳 豚じゃが 鶏つくねのねぎソース ほうれん草のお浸し ミルメーク（コーヒー）	ごはん 牛乳 わかめと豆腐のみそ汁 さけの塩焼き 筑前煮 毎月19日は食育の日	ごはん はっ酵乳（アシドミルク） 春雨スープ 春巻き もやしとツナの和え物 きらず揚げ	ごはん 牛乳 お祝いすまし汁 照り焼きハンバーグ いんげんのごま炒め わらびもち	アップルパン 牛乳 チキンのトマト煮 5種野菜のタルトグラタン ブロッコリーのマヨサラダ	菜めし 牛乳 豚汁 ささみフライ 竹輪とピーマンの炒め物 おさつチップ	ごはん 牛乳 キーマカレー コンソメポテト 小松菜のソテー 型抜きチーズ
材料	精白米 95 普通牛乳 1本 鶏肉　細切れ 39 新玉ねぎ 45.5 新じゃがいも 39 人参 13 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 ポークブイヨン 6.5 濃口しょうゆ 1.3 なたね油 1.3 カットウインナー 13 むきえだまめ 13 ホールコーン 6.5 人参 6.5 濃口しょうゆ 0.52 砂糖 0.26 なたね油 0.39 ダイスゼリー（ぶどう） 52	精白米 95 普通牛乳 1本 豆腐 19.5 油揚げ 13 大根 26 里芋 13 人参 13 ささがきごぼう 6.5 れんこん 6.5 青ねぎ 3.9 淡口しょうゆ 5.2 食塩 0.26 片栗粉 1.3 削り節 2.6 だし昆布 0.26 白身魚のフリッター（30g） 2コ 揚げ油 4 精製塩 0.13 豚ひき肉 19.5 切干大根 1.95 人参 13 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	精白米 95 普通牛乳 1本 鶏肉　細切れ 26 白菜 32.5 新玉ねぎ 26 人参 13 にら 6.5 生しいたけ 3.9 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 ぎょうざ（18g） 3コ 濃口しょうゆ 3.9 食酢 3.25 まぐろ油漬 13 乾燥わかめ 0.13 きゅうり 19.5 人参 6.5 食酢 1.95 砂糖 1.56 濃口しょうゆ 1.56 ごま油 1.04 プリンタルト（25g） 1コ （卵乳小麦不使用）＜直送＞ 入学・進級お祝い献立	コッペパン（小麦80g） 1コ 普通牛乳 1本 中華そば 52 豚肉 19.5 焼き竹輪 13 春キャベツ 32.5 緑豆もやし 32.5 新玉ねぎ 26 人参 13 ウスターソース 3.9 粉末ソース 3.25 濃厚ソース 1.56 食塩 0.26 こしょう 0.03 なたね油 1.3 ハッシュドポテト（40g） 1コ 揚げ油 4 ささみフレーク 13 ブロッコリー 32.5 人参 3.25 醤油ドレッシング 5.2 りんごジャム（15g） 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 豚肉 32.5 新じゃがいも 32.5 カットポテト 26 新玉ねぎ 39 糸こんにゃく 26 人参 19.5 グリンピース 2.6 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 鶏つくね 45.5 白ねぎ 3.9 濃口しょうゆ 1.95 砂糖 0.65 みりん 0.65 油揚げ 6.5 ほうれん草 39 人参 6.5 みりん 2.99 淡口しょうゆ 1.56 削り節 0.65 ミルメーク（コーヒー）（5g） 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 豆腐 39 油揚げ 13 乾燥わかめ 0.39 新玉ねぎ 26 人参 13 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 鮭切身（50g） 1コ 精製塩 0.13 鶏肉　細切れ 26 ごぼう 9.1 人参 9.1 れんこん 9.1 さやいんげん 3.9 濃口しょうゆ 1.95 砂糖 0.81 みりん 0.65 なたね油 0.65 削り節 0.16	精白米 95 はっ酵乳（アシドミルク） 1本 ボンレスハム 32.5 はるさめ 3.9 春キャベツ 26 新玉ねぎ 19.5 人参 13 小松菜 6.5 ポークブイヨン 13 淡口しょうゆ 5.2 食塩 0.39 こしょう 0.03 春巻き（50g） 1コ 揚げ油 5.2 まぐろ油漬 13 緑豆もやし 39 きゅうり 13 食酢 1.82 淡口しょうゆ 1.82 砂糖 1.3 食塩 0.09 ごま油 1.3 きらず揚げ（8g） 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 鶏肉　細切れ 32.5 桜型かまぼこ 2.6 お祝いかまぼこ 2.6 白菜 39 大根 32.5 人参 6.5 淡口しょうゆ 6.5 食塩 0.13 削り節 2.6 だし昆布 0.26 ハンバーグ（50g） 1コ 濃口しょうゆ 2.6 砂糖 1.82 みりん 0.78 片栗粉 0.26 豚肉千切り 10 さやいんげん 20 人参 7 練りごま 0.5 白いりごま 0.25 砂糖 0.6 濃口しょうゆ 0.5 みりん 0.3 なたね油 0.5 わらびもち（40g） 1コ ＜直送＞	アップルパン（小麦80g） 1コ 普通牛乳 1本 5種野菜のタルトグラタン（40g） 1コ ボンレスハム 10.4 ブロッコリー 32.5 人参 6.5 ノンエッグマヨ 6.5 淡口しょうゆ 0.65 食塩 0.18 こしょう 0.03	精白米 95 なめしの素 1.95 ごはんにまざっています 普通牛乳 1本 豚肉 26 大根 26 ささがきごぼう 13 里芋 13 人参 13 つきこんにゃく（小） 6.5 青ねぎ 3.9 信州みそ 7.15 赤みそ 6.5 削り節 3.25 ささみフライ（50g） 1コ 揚げ油 5.2 濃厚ソース 5.2 焼き竹輪 13 まぐろ油漬 13 ピーマン 6.5 人参 6.5 濃口しょうゆ 1.3 砂糖 0.65 みりん 0.26 なたね油 0.39 おさつチップ（5g） 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 豚ひき肉 32.5 新玉ねぎ 45.5 新じゃがいも 32.5 人参 6.5 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 ポークブイヨン 6.5 濃口しょうゆ 1.3 なたね油 1.3 ナチュラルカットポテト 35 揚げ油 4 粉末コンソメ 0.4 ベーコン 13 小松菜 32.5 人参 10.4 濃口しょうゆ 0.26 食塩 0.26 こしょう 0.01 なたね油 0.65 型抜きチーズ（10g） 1コ
ｴﾈﾙｷﾞｰ	833 kcal	810 kcal	785 kcal	813 kcal	761 kcal	741 kcal	764 kcal	740 kcal	909 kcal	775 kcal	878 kcal
蛋白質	26.4 g	33.9 g	27.4 g	32.6 g	32 g	38.1 g	22.9 g	29.8 g	34.3 g	35.3 g	27.1 g
脂質	28.5 g	28.6 g	26.2 g	27.3 g	20.5 g	23.5 g	20.4 g	22 g	38.3 g	23.1 g	38.1 g

日・曜日	30（火）
献立	ごはん はっ酵乳（ジョア） 関東煮 おさかなフライ ひじきのごまドレサラダ
材料	精白米 95 はっ酵乳（ジョア） 1本 鶏肉　細切れ 39 厚揚げ 26 大根 45.5 新じゃがいも 26 カットポテト 13 人参 13 こんにゃく 13 淡口しょうゆ 5.85 砂糖 2.6 日本酒 1.95 みりん 1.95 削り節 2.6 おさかなフライ（50g） 1コ 揚げ油 5.2 ボンレスハム 10.4 干しひじき 0.13 さやいんげん 19.5 ホールコーン 13 人参 6.5 ごまドレッシング 5.2
ｴﾈﾙｷﾞｰ	771 kcal
蛋白質	30.5 g
脂質	21.5 g

＜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

15日(月)	16日(火)	16日(火)		18日(木)	22日(月)	23日(火)	23日(火)		24日(水)		25日(木)	30日(火)	30日(火)
白身魚のフリッター(30g)	ぎょうざ(18g)	プリンタルト(25g)（卵乳小麦不使用）		鶏つくね	春巻き(50g)	桜型かまぼこ	ハンバーグ(50g)		5種野菜のタルトグラタン(40g)		ささみフライ(50g)	おさかなフライ(50g)	厚揚げ
すずき	キャベツ	豆乳	乳化剤(大豆)	鶏肉	キャベツ	魚肉(スケソウタラ)	鶏肉	炭酸Ca	ショートニング	ソテーオニオン	鶏ササミ肉	すけそうだら	大豆
小麦粉	豚肉	砂糖	ピロリン酸第二鉄	［つなぎ］	たまねぎ	加工澱粉	豚肉	調味料(無機塩)	乾燥マッシュポテト	食塩	［衣］	野菜(キャベツ	食塩
澱粉(コーン)	玉葱	米粉	香料	でん粉	にんじん	馬鈴薯澱粉	たまねぎ	焼成Ca	豆乳(大豆)	砂糖	パン粉(小麦)	玉ねぎ	揚げ油
植物性蛋白(大豆)	豚骨	ショートニング	増粘剤(キサンタンガム)	パン粉(小麦)	はるさめ	砂糖	粒状植物性	ピロリン酸鉄	おから(大豆)	大豆粉(大豆)	澱粉加工品	にんじん)	植物油
ベーキングパウダー	醤油	加工油脂	メタリン酸Na	粉末状植物性たん白	豚脂	発酵調味料	たん白(大豆)	着色料(ココア)	じゃがいも	酵母エキス	砂糖	でん粉(馬鈴薯)	加工デンプン
食塩	ごま油(ごま)	砂糖・ぶどう糖果糖液糖	安定剤(キサンタンガム)	（小麦・大豆）	でん粉	食塩	豚脂	硫酸Ca	たまねぎ	香辛料	食塩	発酵調味料	凝固剤
揚げ油(なたね)	砂糖	コーンフラワー	カロチノイド色素	玉ねぎ	しょうゆ	加工油脂	でん粉	（一部に大豆	米粉	加工デンプン	植物性タンパク	醸造調味料	塩化Mg
	食塩	植物油		粒状大豆たん白	大豆油(大豆)	トマト色素	砂糖	鶏肉	にんじん	増粘剤(加工デンプン	（小麦）	食塩	(一部に
	蛋白加水分解物	水溶性食物繊維		（大豆）	発酵調味料		トマトケチャップ	豚肉を含む）	スイートコーン	増粘多糖類)	コショウ	パン粉(小麦)	大豆を含む)
	（小麦・大豆）	大豆粉		砂糖	砂糖		植物油脂		粉末水あめ	炭酸Ca	酵母エキス	バターミックス	
	にんにく	小麦不使用しょうゆ		ドロマイト	食塩		乾燥マッシュポテト		ほうれんそう	乳化剤	加工澱粉	小麦粉	
	［皮］	（大豆）		（炭酸カルシウム	酵母エキス		野菜ペースト		水溶性食物繊維	ピロリン酸第二鉄	増粘多糖類	粉末状大豆	
	小麦粉	発酵調味料		マグネシウム含有物）	香辛料		香辛料		植物油	安定剤(キサンタンガム)	（一部に小麦・	たん白(大豆)	
	グルテン(小麦)	加工デンプン		発酵調味料	［皮］		オニオンエキスパウダー				鶏肉を含む）	でん粉(とうもろこし)	
	食塩	ゲル化剤(増粘多糖類)		食塩	小麦粉		食塩					植物性油脂(菜種)	
		カラメル色素		酵母エキス	糖類		酵母エキス					食塩	
		炭酸Ca		鉄含有酵母	（水あめ・ぶどう糖）		加工デンプン					貝Ca(小麦)	
				香辛料	大豆油							ピロリン酸第二鉄(大豆)	
					食塩							クエン酸	
					乳化剤								

17日(水)
ハッシュドポテト(40g)
馬鈴薯
たまねぎ
上新粉
食塩
揚げ油
植物油脂
（なたね・大豆）

23日(火)
わらびもち（40g)＜直送＞
加工でん粉
砂糖
トレハロース
きな粉(大豆)
酵素製剤(大豆)
わらび粉

お祝いかまぼこ
魚肉(スケソウタラ)
加工澱粉
馬鈴薯澱粉
砂糖
発酵調味料
食塩
加工油脂
トマト色素

今月の給食で使用している旬の食材

新じゃがいも　新玉ねぎ　春キャベツ
グリンピース　ごぼう　にら　わかめ　しいたけ

令和5年度　ふくまるアイデアメニューコンテスト　採用献立
（池田市内の中学生が考えたメニュー）

実施日	考えた人の学校名	献立名	ナイスアイデアポイント！
19日(金)	北豊島中学校	わかめと豆腐の味噌汁 鮭の塩焼き 筑前煮	「健康的なご飯」をテーマに考えました。鮭はおいしく焼けるようにおうちで試作もしました。

※給食で提供するために、内容を一部変更している場合があります。

＜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。**
- **○えび・かに・そば・落花生は使用していません。**
- **○４月に使用するお米は、豊能町でとれた「キヌヒカリ」を**

ホームページ　Instagram

毎日の献立をインターネットやインスタグラムで見ることができます。