

# 2024年01月分献立明細表

分量は小学校（3年）基準値、単位はすべて(g)です。◆は加工品です。

学校給食センター（輪之内町）

09(火)	10(水)	11(木)	12(金)	15(月)	16(火)	17(水)	18(木)	19(金)
【ゆかりごはん】 ◆赤しそ粉 1.1 こめ 73 強化米 0.22 麦 7	【麦ごはん】 こめ 73 強化米 0.22 麦 7 【さわらの西京焼き】 ◆さわらの西京漬け 50	【麦ごはん】 こめ 73 強化米 0.22 麦 7 【揚げ豆腐のおろしだれ】 ◆でん粉 8 だいこん(おろし) 7 ◆大豆油 1 ◆米油 3 砂糖 1.5 豆腐 60 ◆みりん 1 ◆こいくちしょうゆ 2.5	【麦ごはん】 こめ 73 強化米 0.22 麦 7 【アジフライ】 ◆トマトケチャップ 8 ◆アジフライ 50 ◆大豆油 1 ◆米油 3 砂糖 0.5 ◆ウスターソース 5	【麦ごはん】 こめ 73 強化米 0.22 麦 7 【豚肉のねぎみそ焼き】 ◆合わせみそ 4 豚かたロース肉 50 砂糖 0.8 ねぎ 0.3 ◆清酒 1.5 ◆みりん 2.5 ◆こいくちしょうゆ 1 しょうがおろし 0.5 にんにく 0.3	【黒パン】 ◆黒パン 1個 【いかのオリーブ焼き】 ◆白ワイン 1 いか 60 ◆オリーブ油 1.5 塩 0.3 ◆しろこしょう 0.02 にんにく 0.1 香辛料 0 【ブロッコリーのサラダ】 ◆イタリアンドレッシング 7 ブロッコリー 15 キャベツ 30 スイートコーン 5	【麦ごはん】 こめ 73 強化米 0.22 麦 7 【あんこうのから揚げ】 米粉 2 ◆でん粉 10 ◆大豆油 1 ◆米油 3 あんこう 50 ◆清酒 1.5 ◆うすくちしょうゆ 1.5 しょうがおろし 0.5	【一食うどん】 ◆一食うどん 1袋 【大豆と小魚の揚げ煮】 ◆味つけ小魚 3 ◆でん粉 2 ◆大豆油 1 ◆米油 3 さつまいも 25 砂糖 1.5 大豆水煮 25 いりごま 1 ◆清酒 1.5 ◆こいくちしょうゆ 1.2	【麦ごはん】 こめ 73 強化米 0.22 麦 7 【ポークシューマイ】 ◆シューマイ 36 【もやしのナムル】 ◆ごま油 0.5 砂糖 0.3 スイートコーン 8 にんじん 5 ほうれんそう 15 りよくとうもろこし 2
【鶏肉の照り焼き】 ◆でん粉 0.5 水 1.3 とり肉 60 砂糖 1.2 ◆清酒 1.1 ◆みりん 1.2 ◆みりん 2 ◆こいくちしょうゆ 2.3 ◆こいくちしょうゆ 1.8 しょうがおろし 0.2	【筑前煮】 ◆米油 0.3 ◆和風だしの素 0.3 ◆こんにやく 10 とり肉 10 ごぼう 15 れんこん 18 さやいんげん 5 砂糖 1.5 にんじん 8 しいたけ 1 ◆清酒 0.6 ◆みりん 2 ◆こいくちしょうゆ 3	【キャベツの塩こんぶあえ】 ◆塩昆布 1 キャベツ 35 きゅうり 15 にんじん 10 ◆こいくちしょうゆ 1	【ポテトサラダ】 じゃがいも 40 えだまめ 10 にんじん 5 塩 0.1 ◆しろこしょう 0.01	【切り干しだいこんのごまあえ】 すりごま 1.5 切り干し大根 5 ほうれんそう 20 ◆みりん 1.2 ◆こいくちしょうゆ 2	【かぶのシチュー】 ◆米油 0.5 ◆白ワイン 1.6 ◆生クリーム 5 ◆ベーコン 12 コーンペースト 15 ◆コンソメ 1.2 ◆小麦粉 4 じゃがいも 20 かぶ 20 たまねぎ 40 にんじん 10 牛乳 30 ◆バター 4 塩 0.4 ◆しろこしょう 0.02 乾燥パセリ 0.1	【韓国風肉じゃが】 ◆米油 0.3 ◆ごま油 0.4 ◆コチュジャン 0.3 じゃがいも 55 花かつお 0.5 牛肉 15 砂糖 2 たまねぎ 15 にら 6 ◆和風だしの素 1.2 ◆かまぼこ 12 ◆カレーフレーク 7.2 ◆冷凍油揚げ 3.5 ◆でん粉 3.5 水 105 とり肉 15 たまねぎ 25 にんじん 12 ねぎ 6 しいたけ 1.2 ◆こいくちしょうゆ 5.4 塩 0.2 ◆カレー粉 0.18	【もやしと小松菜のおかあえ】 花かつお 1 こまつな 20 にんじん 5 りよくとうもろこし 30 ◆みりん 0.6 ◆こいくちしょうゆ 2.5	【麻婆豆腐】 ◆中華スープの素 0.7 ◆米油 0.5 ◆赤みそ 6 ◆ごま油 0.5 ◆豆板醤 0.2 ◆でん粉 1.8 水 16 豚ひき肉 20 砂糖 1 ◆木綿豆腐 85 たけのこ 10 たまねぎ 18 にんじん 12 ねぎ 10 ◆清酒 1.8 ◆みりん 1.8 ◆こいくちしょうゆ 0.7 しょうがおろし 1 にんにく 0.5
【はくさいのごまあえ】 すりごま 1 いりごま 1 こまつな 15 にんじん 5 はくさい 40 ◆みりん 0.8 ◆こいくちしょうゆ 2.6	【白玉雑煮汁】 ◆だしパック 3 ◆白玉もち 20 ◆うめ型かまぼこ 8 こまつな 15 だいこん 20 にんじん 10 ◆うすくちしょうゆ 4.5 塩 0.2	【豚汁】 ◆合わせみそ 5 ◆赤みそ 5 ◆だしパック 3 じゃがいも 20 ごぼう 12 豚肉 20 だいこん 15 にんじん 8 ねぎ 5 はくさい 20	【キャベツのみそ汁】 ◆合わせみそ 9 ◆だしパック 3 ◆冷凍油揚げ 4 キャベツ 30 たまねぎ 10 ねぎ 7 わかめ 0.3	【かきたま汁】 ◆だしパック 3 ◆でん粉 1 卵 15 ◆木綿豆腐 20 たまねぎ 20 ねぎ 5 えのきたけ 10 ◆清酒 1 ◆こいくちしょうゆ 4.5 塩 0.2	【かぶのシチュー】 ◆米油 0.5 ◆白ワイン 1.6 ◆生クリーム 5 ◆ベーコン 12 コーンペースト 15 ◆コンソメ 1.2 ◆小麦粉 4 じゃがいも 20 かぶ 20 たまねぎ 40 にんじん 10 牛乳 30 ◆バター 4 塩 0.4 ◆しろこしょう 0.02 乾燥パセリ 0.1	【わかめスープ】 ◆中華スープの素 1.2 たまねぎ 20 チンゲンサイ 15 わかめ 1 ◆うすくちしょうゆ 4.5 塩 0.2 ◆しろこしょう 0.01	【カレー南蛮】 ◆米油 0.5 ◆和風だしの素 1.2 ◆かまぼこ 12 ◆カレーフレーク 7.2 ◆冷凍油揚げ 3.5 ◆でん粉 3.5 水 105 とり肉 15 たまねぎ 25 にんじん 12 ねぎ 6 しいたけ 1.2 ◆こいくちしょうゆ 5.4 塩 0.2 ◆カレー粉 0.18	【みかんゼリー】 ◆みかんゼリー 80
【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206
22(月)	23(火)	24(水)	25(木)	26(金)	29(月)	30(火)	31(水)	
【麦ごはん】 こめ 73 強化米 0.22 麦 7	【米粉食パン】 ◆米粉食パン 2枚 【ホキのカレーチーズ焼き】 ◆オリーブ油 1.5 ◆白ワイン 1 ◆カレーアロマ 0.15 ◆チーズ 11 ホキ 50 塩 0.2 ◆カレー粉 0 ◆しろこしょう 0	【コーンバターライス】 ◆洋風だしの素 0.1 こめ 73 強化米 0.22 たまねぎ 35 スイートコーン 15 ◆バター 0.5 ◆うすくちしょうゆ 1.5 塩 0.3 ◆しろこしょう 0.02	【白飯】 こめ 80 強化米 0.22 麦 7 【鶏ちゃん】 ◆米油 0.5 ◆郡上みそ 4 とり肉 40 砂糖 1 キャベツ 40 たまねぎ 25 にんじん 10 ◆清酒 1 ◆みりん 1 ◆こいくちしょうゆ 3 しょうがおろし 0.4 にんにく 0.3	【麦ごはん】 こめ 73 強化米 0.22 麦 7 【岐阜県産大根葉の菜めし】 ◆岐阜県産乾燥大根葉 2 こめ 73 強化米 0.22 麦 7 【大豆とうふハンバーグトマトソースかけ】 ◆トマトケチャップ 6 トマトピューレ 6 ◆大豆とうふハンバーグ 50 ◆ウスターソース 0.5	【岐阜県産大根葉の菜めし】 こめ 73 強化米 0.22 麦 7 【あゆの佃入り甘だれかけ】 ◆柿ピューレ 1 ◆大豆油 1 ◆米油 3 ◆あゆ米粉付き 40 砂糖 2 ◆清酒 1 ◆こいくちしょうゆ 2.5	【丸パン】 ◆丸パン 1個 【サーモンのハニーマスタード焼き】 ◆白ワイン 1 ◆粒入りマスタード 2 はちみつ 4 トラウトサーモン 50 ◆こいくちしょうゆ 3.5	【鶏肉のから揚げ】 ◆でん粉 9 ◆大豆油 1 とり肉 50 ◆米油 3 ◆清酒 2 ◆みりん 1 ◆こいくちしょうゆ 2.5 しょうがおろし 0.6	
【円空さといもコロッケ】 ◆円空里芋コロッケ 60 ◆大豆油 1 ◆米油 3	【ツナそぼろどんぶりの具】 ◆まぐろ水煮 20 ◆まぐろ油漬 15 砂糖 1.5 にんじん 20 ◆清酒 1 ◆こいくちしょうゆ 2 しょうがおろし 0.1	【エスロップ風カツのデモソースかけ】 ◆赤ワイン 0.5 ◆トマトケチャップ 3 ◆ヒレカツ 40 ◆大豆油 1 ◆米油 3 砂糖 0.5 ◆ウスターソース 0.8 ◆デミグラスソース 5	【なばなのアーモンドあえ】 アーモンド(粉末) 1 アーモンド(粒) 1 スイートコーン 5 なばな 20 りよくとうもろこし 30 ◆みりん 1 ◆こいくちしょうゆ 2.5	【飛騨牛カレー】 ◆洋風だしの素 1.2 ◆米油 0.5 ◆トマトケチャップ 3 ◆カレーフレーク 3 ◆おろしりんご 5 ◆小麦粉 6 じゃがいも 50 ローリエ 0 たまねぎ 50 にんじん 12 牛肉 15 牛乳 15 ◆ウスターソース 2 塩 0.2 ◆カレー粉 1 しょうがおろし 0.7 にんにく 0.7	【あゆの佃入り甘だれかけ】 ◆柿ピューレ 1 ◆大豆油 1 ◆米油 3 ◆あゆ米粉付き 40 砂糖 2 ◆清酒 1 ◆こいくちしょうゆ 2.5	【コールスローサラダ】 キャベツ 45 スイートコーン 8 にんじん 5 ◆コールスロッドレッシング 6.5	【小松菜の磯和え】 こまつな 25 りよくとうもろこし 30 のり 0.3 ◆みりん 1 ◆こいくちしょうゆ 2.3	
【こまつなのみそ汁】 ◆合わせみそ 8.7 ◆だしパック 3 ◆冷凍油揚げ 4 ◆木綿豆腐 15 こまつな 20 ねぎ 5 わかめ 0.2	【ごまつなのみそ汁】 ◆合わせみそ 8.7 ◆だしパック 3 ◆冷凍油揚げ 4 ◆木綿豆腐 15 こまつな 20 ねぎ 5 わかめ 0.2	【海藻サラダ】 ◆海藻ミックス 1 キャベツ 25 きゅうり 15	【なばなのアーモンドあえ】 アーモンド(粉末) 1 アーモンド(粒) 1 スイートコーン 5 なばな 20 りよくとうもろこし 30 ◆みりん 1 ◆こいくちしょうゆ 2.5	【こも豆腐のすまし汁】 ◆だしパック 3 ◆こも豆腐 25 ◆雪だるま型かまぼこ 10 にんじん 10 ねぎ 5 えのきたけ 5 わかめ 0.5 ◆うすくちしょうゆ 4 塩 0.2	【あゆの佃入り甘だれかけ】 ◆柿ピューレ 1 ◆大豆油 1 ◆米油 3 ◆あゆ米粉付き 40 砂糖 2 ◆清酒 1 ◆こいくちしょうゆ 2.5	【ピーススープ】 ◆米油 0.3 ◆生クリーム 3 ◆ベーコン 5 コーンペースト 12 ◆コンソメ 1.2 米粉 2 えだまめペースト 2 たまねぎ 30 牛乳 30 塩 0.2 ◆しろこしょう 0.01 にんにく 0.2 乾燥パセリ 0.1	【さつまいものみそ汁】 ◆合わせみそ 9.5 ◆だしパック 3.1 ◆冷凍油揚げ 5 さつまいも 30 たまねぎ 15 ねぎ 5 わかめ 0.2	
【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206
	【ブルーベリージャム】 ◆ブルーベリージャム 15	【ブルーベリージャム】 ◆ブルーベリージャム 15	【ブルーベリージャム】 ◆ブルーベリージャム 15	【ブルーベリージャム】 ◆ブルーベリージャム 15	【ブルーベリージャム】 ◆ブルーベリージャム 15	【ブルーベリージャム】 ◆ブルーベリージャム 15	【ブルーベリージャム】 ◆ブルーベリージャム 15	
	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	
		【青じそドレッシング】 ◆青じそドレッシング 8	【青じそドレッシング】 ◆青じそドレッシング 8	【青じそドレッシング】 ◆青じそドレッシング 8	【青じそドレッシング】 ◆青じそドレッシング 8	【青じそドレッシング】 ◆青じそドレッシング 8	【青じそドレッシング】 ◆青じそドレッシング 8	
		【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	【牛乳】 牛乳 206	

この材料表は、アレルギーや病気などで、食べてはいけない食品があるとき、あるいは、朝・夕の食事と重ならないようにするときなどにご利用ください。また、献立は、気候・学校行事等により、やむを得ず、変更することがございます。  
※加工食品の原材料詳細表が必要な方は、担任の先生を通じて、給食センターまでご連絡下さい。  
給食センターで揚げ物用に使用している油は、数回繰り返し使用しています。



<食物アレルギー表示対象品目> 特定原材料：えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生（ピーナッツ）  
特定原材料に準ずるもの：アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・カシューナッツ・キウイフルーツ・牛肉・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・豚肉・まつたけ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン