

学校給食 1月号 (B)

豊中市教育委員会
第699号

お問い合わせ
(6843)-9101 学校給食課
(6151)-4107 原田南学校給食センター
(6152)-9501 走井学校給食センター

学校給食予定献立表

令和5年(2023年)1月

栄養三色

- 赤…からだをつくる食品
- 黄…熱や力のもとになる食品
- 緑…からだの調子を整える食品

<食品名の左に表示している記号「○・●・▲」について>

○ アレルギー表示が義務付けられている7品目

● 「学校給食用パン及び年間使用食品の配合表について」(年度当初に配布)に表示している食品

▲ 当月分の「学校給食用半製品・加工品の配合表」に表示している食品

実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量g	栄養三色	実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量g	栄養三色								
1月11日(水) 正月メニュー	ごはん		こめ	70	黄	1月13日(金)	ごはん		こめ	70	黄								
	ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤								
	ぞうに		とりにく ▲うめがたかまぼこ ▲にこみもち きんときにんじん ほうれんそう だいこん ●だしパック ●しょうゆ しお なたねあぶら	10 5 20 10 5 10 2 1.5 0.6 0.1	赤 赤 黄 緑 緑 緑 黄		さきやきに		ぎゅうにく ●やきどうふ ●あっしゅくふ ●つきこんにやく にんじん たまねぎ しろねぎ はくさい ●さけ(酒) さとう ●しょうゆ なたねあぶら	20 30 2 20 10 30 8 40 1 2.5 5 0.1	赤 赤 黄 緑 緑 緑 黄								
	㊟ぶりのてりやき		ぶり ●みりん さとう ●しょうゆ ●でんぶん	1 1.5 2 0.3	赤 黄 黄		とうふシュウマイ		▲とうふシュウマイ	2こ	赤								
	れんこんのきんぴら		ぶたにく ●つきこんにやく にんじん れんこん しろいりごま ●みりん さとう ●しょうゆ なたねあぶら	15 5 5 15 1 1 2 0.1	赤 緑 緑 黄		ぶたにくともやしの カレーソー		ぶたにく にんじん たまねぎ もやし ●さっきんカレーこ ●ウスターソース ●とんかつソース ●しょうゆ しお こしょう なたねあぶら	15 10 10 25 0.2 1 1.5 0.5 0.1 0.015 0.1	赤 緑 緑 黄								
	きんとんタルト(直送)		▲さつまいもタルト	1こ	黄		栄養価	エネルギー kcal 635	たんぱく質 g 23.9	脂肪 g 22.3	ナトリウム(食塩相当量) g 1.7	カルシウム mg 304	マグネシウム mg 75	鉄 mg 2.0	ビタミン AvgRAE 229	B1 mg 0.43	B2 mg 0.47	C mg 19	食物繊維 g 3.6
	栄養価	エネルギー kcal 703	たんぱく質 g 29.6	脂肪 g 23.2	ナトリウム(食塩相当量) g 1.7		カルシウム mg 269	マグネシウム mg 75	鉄 mg 3.0	ビタミン AvgRAE 194	B1 mg 0.44	B2 mg 0.55	C mg 18	食物繊維 g 2.7					
	1月12日(木)	こめこうじゅうパン1こ		●こめこうじゅうパン1こ	1こ		黄	1月16日(月)	ごはん		こめ	70	黄						
		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん		赤		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤						
		キャロットシチュー		ぶたにく にんじん たまねぎ じゃがいも にんじんペースト ●ポークスープ こめこ ○ぎゅうにゅう ●バター しお こしょう なたねあぶら	15 10 50 35 20 5 2.5 20 1 0.8 0.025 0.1		赤 緑 緑 黄 緑 黄 赤 黄		おでん		とりにく ▲ひとくちねりてんぶら ●ねじりこんにやく じゃがいも にんじん だいこん こんぶ(角切り) ●さけ(酒) さとう ●しょうゆ なたねあぶら	20 20 15 30 1 2.5 5.5 0.1	赤 赤 黄 緑 赤 黄						
にくだんごの ケチャップソースかけ			▲にくだんご(フライずみ) ●トマトケチャップ ●でんぶん さとう ●ウスターソース	50 5 0.3 1 2	赤 黄 黄	㊟ごぼうチップス			ごぼう ●でんぶん なたねあぶら しお	30 5 3 0.1	緑 黄 黄								
ぼんかん			ぼんかん	1こ	緑	ちゅうかサラダ			●やきぶた にんじん もやし きゅうり しろすりごま さとう ●す ●しょうゆ ●ごまあぶら	10 5 20 10 1.5 1 1.5 1.5 0.5	赤 緑 緑 黄 黄 黄								
栄養価		エネルギー kcal 641	たんぱく質 g 29.6	脂肪 g 23.6	ナトリウム(食塩相当量) g 2.5	カルシウム mg 295	マグネシウム mg 66		鉄 mg 2.2	ビタミン AvgRAE 386	B1 mg 0.59	B2 mg 0.54	C mg 48	食物繊維 g 7.2					
栄養価		エネルギー kcal 593	たんぱく質 g 22.0	脂肪 g 16.5	ナトリウム(食塩相当量) g 2.0	カルシウム mg 306	マグネシウム mg 92		鉄 mg 1.3	ビタミン AvgRAE 230	B1 mg 0.33	B2 mg 0.41	C mg 26	食物繊維 g 8.9					

食事の前には手をきれいに洗いましょう。

実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量g	栄養三色	実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量g	栄養三色								
1月17日(火)	コッペパン1こ		●コッペパン1こ	1こ	黄	1月23日(月)	ごはん		こめ	70	黄								
	ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤		ごはん		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤								
	ミルククリーム		●ミルククリーム	1ぶくろ	黄		とうふのみそしる		●とうふ ●うすあげ にんじん たまねぎ あおねぎ だしこんぶ ●にぼしこ ●みそ	25 3 10 20 5 0.2 0.4 7.5	赤 赤 緑 緑 赤								
	ぼかぼかかつねスープ		▲つくねだんご(ノンフライ) にんじん だいこん はくさい しろねぎ ▲こんにやくかんてん ●チキンスープ ゆずかじゅう ▲ゆずこしょう ●みりん ●しょうゆ しお	30 20 30 40 10 1 8 2 0.1 1 2 0.4	赤 緑 緑 赤		㊟さばのおろしだれかけ		さば だいこん かぼすかじゅう さとう ●しょうゆ	1きれ 5 1.5 1.5 2	赤 赤 赤 赤 赤								
	たまごロール		▲たまごロール	1こ	赤		ごめごめんのちゅうかあえ		●やきぶた ▲ごめごめん にんじん きゅうり さとう ●しょうゆ ●ごまあぶら	35 10	赤 黄								
	さつまいも		●さつまいも	10	黄		栄養価	エネルギー kcal 643	たんぱく質 g 24.5	脂肪 g 26.4	ナトリウム(食塩相当量) g 2.6	カルシウム mg 386	マグネシウム mg 72	鉄 mg 1.6	ビタミン AvgRAE 309	B1 mg 0.33	B2 mg 0.56	C mg 34	食物繊維 g 5.8
	栄養価	エネルギー kcal 582	たんぱく質 g 27.5	脂肪 g 13.8	ナトリウム(食塩相当量) g 2.9		カルシウム mg 327	マグネシウム mg 93	鉄 mg 2.1	ビタミン AvgRAE 181	B1 mg 0.29	B2 mg 0.45	C mg 12	食物繊維 g 2.8					
	1月18日(水)	ごはん		こめ	70		黄	1月24日(火) 学校給食週間 調理員が考えたメニュー	ロールパン2こ		●ロールパン2こ	1しよく	黄						
		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん		赤		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤						
		㊟じゃごてんのかぼすしょうゆかけ		▲じゃごてん かぼすかじゅう さとう ●しょうゆ ●でんぶん	1こ 1.5 2 2 0.3		赤 黄 黄		レタスとはるさめの スープ		ぶたにく ●はるさめ にんじん たまねぎ レタス しろねぎ ●ポークスープ しお こしょう ●しょうゆ なたねあぶら ●ごまあぶら	10 2 10 15 20 3 5 0.6 0.025 1.6 0.1 0.3	赤 黄 緑 緑 赤 黄						
ごうやどうふのそぼろに			とりにく ▲ごうやどうふ つちしょうが にんじん ●だしパック ●さけ(酒) ●みりん さとう ●しょうゆ ●でんぶん	15 3 0.2 5 1 1 1.5 2 0.5	赤 赤 赤 赤 黄	㊟とりにくのレモンマリネ			とりにく ●さけ(酒) ●しょうゆ ●でんぶん なたねあぶら たまねぎ レモンかじゅう さとう ●しょうゆ ●まぐろ(レトルト) にんじん たまねぎ とうもろこし ●さっきんカレーこ ●トマトケチャップ ●ウスターソース しお なたねあぶら	10 1 1 11 5 3 2.5 3 2 20 5 25 5 0.3 4 2 0.05 0.1	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄								
栄養価		エネルギー kcal 623	たんぱく質 g 23.3	脂肪 g 23.2	ナトリウム(食塩相当量) g 1.9	カルシウム mg 280	マグネシウム mg 87		鉄 mg 2.0	ビタミン AvgRAE 211	B1 mg 0.29	B2 mg 0.51	C mg 9	食物繊維 g 2.2					
1月19日(木)		コッペパン1こ		●コッペパン1こ	1こ	黄	1月25日(水) 学校給食週間 沖繩料理		わかめごはん		こめ ▲わかめごはんのもと	70 2.2	黄						
		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤			ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤						
		かたぬきチーズ		▲かたぬきチーズ	1こ	赤			ななみじる		ぶたにく ぶたもつ ▲しろかまぼこ ●いたこんにやく ほしいたけ にんじん えのきたけ つちしょうが あおねぎ ●だしパック ●ポークスープ ●さけ(酒) ●しょうゆ しお なたねあぶら	10 15 5 10 8 5 0.5 5 2 5 1.5 1.5 0.6 0.1 50 3 1 2 1.5	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄						
		チキンヌードルスープ		とりにく ●スパゲティ にんじん たまねぎ セロリー ●チキンスープ つちしょうが おろしにんにく オレガノ しお こしょう なたねあぶら ▲フレンチポテト なたねあぶら しお	15 5 10 30 3 8 0.3 0.3 0.015 0.9 0.025 0.1 60 6 0.1	赤 黄 緑 緑 赤 赤 赤 黄			㊟ごぼうチップス		ごぼう ●でんぶん なたねあぶら しお	30 5 3 0.1	緑 黄 黄						
		栄養価	エネルギー kcal 582	たんぱく質 g 27.5	脂肪 g 13.8	ナトリウム(食塩相当量) g 2.9			カルシウム mg 327	マグネシウム mg 93	鉄 mg 2.1	ビタミン AvgRAE 181	B1 mg 0.29	B2 mg 0.45	C mg 12	食物繊維 g 2.8			
	1月20日(金)	コッペパン1こ		●コッペパン1こ	1こ	黄		1月20日(金)	ごはん		こめ	70	黄						
		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤			ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤						
		かたぬきチーズ		▲かたぬきチーズ	1こ	赤			ビーフカレーライス		ぎゅうにく にんじん たまねぎ じゃがいも つちしょうが おろしにんにく ●ソテードオニオン おろしりんご ●ポークスープ ●チャツネ ○こむぎこ ●さっきんカレーこ ターメリック なたねあぶら ●トマトケチャップ ●あかワイン ●ウスターソース ●とんかつソース ●しょうゆ しお こしょう なたねあぶら	15 5 10 30 3 0.3 3 3 10 5 4.5 0.4 0.2 3.5 1 1 2 1 0.5 0.8 0.025 0.1 1 5	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄 黄						
		スラッピージョー		あいびぎにく にんじん たまねぎ こめこ ●あかワイン ●トマトケチャップ ●トマトソース ●ウスターソース しお こしょう なたねあぶら	15 10 25 0.3 1 5 1.5 0.05 0.015 0.1	赤 赤 赤 赤 黄			㊟さかなずりみカツ		▲さかなずりみカツ なたねあぶら	1こ 5	赤 黄						
		栄養価	エネルギー kcal 622	たんぱく質 g 26.1	脂肪 g 26.3	ナトリウム(食塩相当量) g 2.9			カルシウム mg 380	マグネシウム mg 75	鉄 mg 1.6	ビタミン AvgRAE 276	B1 mg 0.35	B2 mg 0.50	C mg 18	食物繊維 g 4.7			
1月20日(金)		コッペパン1こ		●コッペパン1こ	1こ	黄	1月20日(金)		ごはん		こめ	70	黄						
		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤			ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤						
		ビーフカレーライス		ぎゅうにく にんじん たまねぎ じゃがいも つちしょうが おろしにんにく ●ソテードオニオン おろしりんご ●ポークスープ ●チャツネ ○こむぎこ ●さっきんカレーこ ターメリック なたねあぶら ●トマトケチャップ ●あかワイン ●ウスターソース ●とんかつソース ●しょうゆ しお こしょう なたねあぶら	20 20 60 50 0.5 0.3 3 3 10 5 4.5 0.4 0.2 3.5 1 1 2 1 0.5 0.8 0.025 0.1 1 5	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄 黄													
		ヨーグルト(直送)		▲ヨーグルト	1こ	赤			㊟さかなずりみカツ		▲さかなずりみカツ なたねあぶら	1こ 5	赤 黄						
		栄養価	エネルギー kcal 752	たんぱく質 g 24.6	脂肪 g 26.2	ナトリウム(食塩相当量) g 1.8			カルシウム mg 441	マグネシウム mg 78	鉄 mg 3.9	ビタミン AvgRAE 265	B1 mg 0.30	B2 mg 0.53	C mg 26	食物繊維 g 7.5			
	1月20日(金)	コッペパン1こ		●コッペパン1こ	1こ	黄		1月20日(金)	ごはん		こめ	70	黄						
		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤			ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤						
		ビーフカレーライス		ぎゅうにく にんじん たまねぎ じゃがいも つちしょうが おろしにんにく ●ソテードオニオン おろしりんご ●ポークスープ ●チャツネ ○こむぎこ ●さっきんカレーこ ターメリック なたねあぶら ●トマトケチャップ ●あかワイン ●ウスターソース ●とんかつソース ●しょうゆ しお こしょう なたねあぶら	20 20 60 50 0.5 0.3 3 3 10 5 4.5 0.4 0.2 3.5 1 1 2 1 0.5 0.8 0.025 0.1 1 5	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄 黄													
		ヨーグルト(直送)		▲ヨーグルト	1こ	赤			㊟さかなずりみカツ		▲さかなずりみカツ なたねあぶら	1こ 5	赤 黄						
		栄養価	エネルギー kcal 752	たんぱく質 g 24.6	脂肪 g 26.2	ナトリウム(食塩相当量) g 1.8			カルシウム mg 441	マグネシウム mg 78	鉄 mg 3.9	ビタミン AvgRAE 265	B1 mg 0.30	B2 mg 0.53	C mg 26	食物繊維 g 7.5			
1月20日(金)		コッペパン1こ		●コッペパン1こ	1こ	黄	1月20日(金)		ごはん		こめ	70	黄						
		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤			ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤						
		ビーフカレーライス		ぎゅうにく にんじん たまねぎ じゃがいも つちしょうが おろしにんにく ●ソテードオニオン おろしりんご ●ポークスープ ●チャツネ ○こむぎこ ●さっきんカレーこ ターメリック なたねあぶら ●トマトケチャップ ●あかワイン ●ウスターソース ●とんかつソース ●しょうゆ しお こしょう なたねあぶら	20 20 60 50 0.5 0.3 3 3 10 5 4.5 0.4 0.2 3.5 1 1 2 1 0.5 0.8 0.025 0.1 1 5	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄 黄													
		ヨーグルト(直送)		▲ヨーグルト	1こ	赤			㊟さかなずりみカツ		▲さかなずりみカツ なたねあぶら	1こ 5	赤 黄						
		栄養価	エネルギー kcal 752	たんぱく質 g 24.6	脂肪 g 26.2	ナトリウム(食塩相当量) g 1.8			カルシウム mg 441	マグネシウム mg 78	鉄 mg 3.9	ビタミン AvgRAE 265	B1 mg 0.30	B2 mg 0.53	C mg 26	食物繊維 g 7.5			
	1月20日(金)	コッペパン1こ		●コッペパン1こ	1こ	黄		1月20日(金)	ごはん		こめ	70	黄						
		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤			ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤						
		ビーフカレーライス		ぎゅうにく にんじん たまねぎ じゃがいも つちしょうが おろしにんにく ●ソテードオニオン おろしりんご ●ポークスープ ●チャツネ ○こむぎこ ●さっきんカレーこ ターメリック なたねあぶら ●トマトケチャップ ●あかワイン ●ウスターソース ●とんかつソース ●しょうゆ しお こしょう なたねあぶら	20 20 60 50 0.5 0.3 3 3 10 5 4.5 0.4 0.2 3.5 1 1 2 1 0.5 0.8 0.025 0.1 1 5	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄 黄													
		ヨーグルト(直送)		▲ヨーグルト	1こ	赤			㊟さかなずりみカツ		▲さかなずりみカツ なたねあぶら	1こ 5	赤 黄						
		栄養価	エネルギー kcal 752	たんぱく質 g 24.6	脂肪 g 26.2	ナトリウム(食塩相当量) g 1.8			カルシウム mg 441	マグネシウム mg 78	鉄 mg 3.9	ビタミン AvgRAE 265	B1 mg 0.30	B2 mg 0.53	C mg 26	食物繊維 g 7.5			
1月20日(金)		コッペパン1こ		●コッペパン1こ	1こ	黄	1月20日(金)		ごはん		こめ	70	黄						
		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤			ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤						
		ビーフカレーライス		ぎゅうにく にんじん たまねぎ じゃがいも つちしょうが おろしにんにく ●ソテードオニオン おろしりんご ●ポークスープ ●チャツネ ○こむぎこ ●さっきんカレーこ ターメリック なたねあぶら ●トマトケチャップ ●あかワイン ●ウスターソース ●とんかつソース ●しょうゆ しお こしょう なたねあぶら	20 20 60 50 0.5 0.3 3 3 10 5 4.5 0.4 0.2 3.5 1 1 2 1 0.5 0.8 0.025 0.1 1 5	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄 黄													
		ヨーグルト(直送)		▲ヨーグルト	1こ	赤			㊟さかなずりみカツ		▲さかなずりみカツ なたねあぶら	1こ 5	赤 黄						
		栄養価	エネルギー kcal 752	たんぱく質 g 24.6	脂肪 g 26.2	ナトリウム(食塩相当量) g 1.8			カルシウム mg 441	マグネシウム mg 78	鉄 mg 3.9	ビタミン AvgRAE 265	B1 mg 0.30	B2 mg 0.53	C mg 26	食物繊維 g 7.5			
	1月20日(金)	コッペパン1こ		●コッペパン1こ	1こ	黄		1月20日(金)	ごはん		こめ	70	黄						
		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤			ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤						
		ビーフカレーライス		ぎゅうにく にんじん たまねぎ じゃがいも つちしょうが おろしにんにく ●ソテードオニオン おろしりんご ●ポークスープ ●チャツネ ○こむぎこ ●さっきんカレーこ ターメリック なたねあぶら ●トマトケチャップ ●あかワイン ●ウスターソース ●とんかつソース ●しょうゆ しお こしょう なたねあぶら	20 20 60 50 0.5 0.3 3 3 10 5 4.5 0.4 0.2 3.5 1 1 2 1 0.5 0.8 0.025 0.1 1 5	赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 赤 黄 黄													
		ヨーグルト(直送)		▲ヨーグルト	1こ	赤			㊟さかなずりみカツ										

実施日	献立名	アレルギー加工品	食品名	重量g	栄養三色	実施日	献立名	アレルギー加工品	食品名	重量g	栄養三色	
1月26日(木) 学校給食週間 調理員が考えたメニュー	コッペパン1こ	●	コッペパン1こ	1こ	黄	1月30日(月)	ごはん		こめ	70	黄	
	ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう	1ぼん	赤		ぎゅうにゅう		○ぎゅうにゅう	1ぼん	赤	
1月27日(金) 学校給食週間 沖縄料理	ぎゅうにくのトマトに		ぎゅうにく にんじん たまねぎ じゃがいも しめじ ▲むきえだまめ(大豆) トマト	20 10 35 40 10 5 30	赤 緑 緑 緑 緑 緑	1月31日(火)	はっほうさい		ぶたにく ●なるとかまぼこ にんじん たまねぎ はくさい もやし ▲たけのこ(水煮) ほししいたけ	20 10 15 45 50 10 10 0.3	赤 赤 緑 緑 緑 緑 緑 緑	
	ハムステーキ	▲	ハム(ステーキ用)	1きれ	赤		はるまき	▲	はるまき	1こ	1	黄
栄養価	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	ナトリウム (食塩相当量) g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミ				食物繊維 g
578	29.0	18.9	2.6	296	82	1.9	178	0.74	0.54	24	7.1	
1月27日(金) 学校給食週間 沖縄料理	イナムドッチ		ぶたにく ▲しろかまぼこ ●あつあげ(角切り) ●いたこんにゃく ほししいたけ だいこん あおねぎ ●だしパック ●ポークスープ ▲あまくちしろみそ しお なたねあぶら	15 10 10 0.3 15 3 2 5 13 0.05 0.1	赤 赤 赤 緑 緑 赤 赤 黄 黄	1月31日(火)	かぶのあったかスープ		●コッペパン1こ ○ぎゅうにゅう ●えきたいココア ●ウインナーソーセージ にんじん たまねぎ ほうれんそう かぶ ●ポークスープ ●しょうゆ しお こしょう なたねあぶら	10 10 15 5 20 5 1.6 0.6 0.025 0.1	黄 赤 黄 赤 赤 赤 黄 黄	
	クープイリチー		●やきぶた にんじん ▲たけのこ(水煮) こんぶ(細切り) ●だしパック さとう ●しょうゆ なたねあぶら ●ごまあぶら	15 5 10 2 1 1.5 0.5 0.1 0.2	赤 緑 緑 赤 黄 黄 黄		しろうみざかなのフリッター	▲	しろうみざかなのフリッター	50	5	黄 赤 黄
栄養価	731	30.8	28.3	2.0	281	86	1.9	121	0.70	0.53	6	2.0
栄養価	672	26.2	28.0	2.7	311	77	1.6	216	0.42	0.50	20	3.6

学校給食用半製品・加工品の配合表

1月11日	1月11日	1月11日	1月12日
うめがたかまほこ	にこみもち	さつまいもタルト	にくだんご(フライずみ)
魚肉(スケソウタラ) 馬鈴薯でん粉、砂糖 発酵調味料、食塩 にんじん、加工でん粉 トマト色素 ※同一ラインで小麦・大豆を含む 食品を製造	もち米粉 米粉 とうもろこしでん粉 こんにゃく粉 トレハロース	さつまいもペースト、豆乳、砂糖、ショートニング 米粉、くり、コーンフラワー、とうもろこしでん粉 植物油(米油)、水溶性食物繊維、調整豆乳粉末 食用油脂(パーム油、ヤシ油)、加工でん粉、香料 凝固剤、増粘剤(キサンタンガム)、乳化剤 ピロリン酸第二鉄 (大豆由来の原材料を含む)	豚肉、玉ねぎ、粉末状植物性たん白、豚脂 ぶどう糖、食塩、砂糖、トマトペースト 小麦不使用しょうゆ、しょうがペースト 酵母エキス、香辛料、加工でん粉 セルロース、ピロリン酸第二鉄 揚げ油(なたね油) (大豆・豚肉由来の原材料を含む)
1月13日	1月16日	1月17日	1月17日
とうふシュウマイ	ひとくちねりてんぷら	つくねだんご(ノンフライ)	こんにゃくかんでん
豚肉、玉ねぎ、豆腐、小麦粉(皮)、鶏肉、豚脂 馬鈴薯でん粉、粒状小麦たん白、砂糖、食塩 しょうが、しょうゆ、こしょう、ベニコウジ色素 (小麦・大豆・鶏肉・豚肉由来の原材料を含む) ※同一ラインでえび・かに・ごまを含む食品を製造	いとより無りんすり身 発酵調味料 砂糖、食塩 揚げ油(なたね油) 加工でん粉(タピオカ)	鶏肉、玉ねぎ、タピオカでん粉 馬鈴薯でん粉、砂糖、食塩 発酵調味料、香辛料、酵母エキス (鶏肉由来の原材料を含む) ※同一ラインで小麦・卵・乳を含む食品を製造	寒天 こんにゃく粉 増粘多糖類
1月17日	1月17日	1月17日	1月17日
ゆずこしょう	ゆず	青唐辛子	酒精

※ 毎日 はし を 持 参 し ま し ょ う 。

1月17日	1月18日	1月18日	1月19日	1月19日
たまごロール	じゃこてん	こうやどうふ	かたぬきチーズ	フレンチポテト
鶏卵 だし汁(昆布抽出液、たん白加水分解物、食塩、砂糖、 酵母エキス、還元水あめ) とうもろこしでん粉、砂糖、食塩、植物油(なたね油) (卵由来の原材料を含む)	たらすり身、ちりめんじゃこ 小麦でん粉 植物油(大豆油)、砂糖 食塩、みりん風調味料、水 (小麦・大豆由来の原材料を含む)	大豆 炭酸カリウム 豆腐用凝固剤 (大豆由来の原材料を含む)	ナチュラルチーズ 乳化剤 (乳由来の原材料を含む)	馬鈴薯 植物油(パーム油)
1月20日	1月20日	1月23日	1月25日	1月25・27日
さかなすりみカツ	ヨーグルト	こめこめん	わかめごはんのもと	しろかまほこ
すけそうだらすり身、野菜(キャベツ、玉ねぎ、にんじん) 馬鈴薯でん粉、発酵調味料、醸造調味料、食塩、衣〔パン粉、小麦粉、 粉末状大豆たん白、とうもろこしでん粉、植物油(なたね油)、食塩〕 貝カルシウム、ピロリン酸第二鉄、クエン酸 (小麦・大豆由来の原材料を含む) ※同一ラインでえび・卵・乳・いか・牛肉・ごま・鮭・鶏肉・豚肉・ゼラチ ンを含む食品を製造	生乳 砂糖 (乳由来の原材料を含む)	うるち米 馬鈴薯でん粉 植物油(米油、 とうもろこし油) pH調整剤 グリシン	塩蔵わかめ 食塩、砂糖 酵母エキス ※本製品に使用するわか めは、えび・かにの生息 域で採取しています。	魚肉(スケソウタラ) 馬鈴薯でん粉 砂糖、発酵調味料 食塩、加工でん粉 ※同一ラインで小麦・大 豆を含む食品を製造
1月25日	1月26日	1月26日	1月26日	1月26日
サーターアングギー	むきえだまめ(大豆)	ハム(ステーキ用)	ほしがたあんにんどうふ	みかん(レトルト)
調整ミックス粉(小麦粉、砂糖、 加糖脱脂粉乳、粉末油脂(パーム油、 食塩 (大豆由来の原材料 を含む) 鶏卵、植物油(なたね油、大豆油) ベーキングパウダー、香料	枝豆 食塩 (大豆由来の原材料 を含む) 香辛料 (豚肉由来の原材料 を含む)	豚肉 食塩 砂糖 香辛料 (豚肉由来の原材料 を含む)	ブドウ糖果糖液糖、砂糖、にんじん汁、オレンジ果汁 植物性油脂(大豆油、なたね油)、寒天 温州みかん果汁、乳製品、こんにゃく ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料 着色料(β-カロテン)、乳酸カルシウム、香料、乳化剤 (乳・オレンジ・大豆由来の原材料を含む)	みかん 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 クエン酸
1月27日	1月27日	1月27・30日	1月30日	1月31日
あまくちしろみそ	こくとう	たけのこ(水煮)	はるまき	しろみざかなのフリッター
米 大豆 食塩 水あめ 酒精 (大豆由来の原材 料を含む)	原料糖 糖蜜 黒糖 水酸化カルシウム	たけのこ pH調整剤(クエン酸)	豚肉、野菜(にんじん、玉ねぎ、キャベツ)、植物油(大豆油)、豚脂 しょうゆ、小麦粉、ショートニング、はるさめ、馬鈴薯でん粉 しょうがペースト、ポークブイヨン、ポークエキス、発酵調味料 酵母エキス、砂糖、乾燥しいたけ、たん白加水分解物、香辛料 皮〔小麦粉、植物油(大豆油)、米粉、粉あめ、ショートニング、食塩〕 ソルビトール、乳化剤、クエン酸鉄ナトリウム、増粘剤(キサンタンガム) (小麦・大豆・豚肉由来の原材料を含む)	ホキ 衣(小麦粉、小麦でん粉、 食塩、砂糖) 揚げ油(パーム油) (小麦由来の原材料を含む) ※同一ラインでえび・卵・ 乳を含む食品を製造

学校給食調理場内ではすべての食材がアレルギーのコンタミネーションの可能性がります。
詳細は4月に配布している「学校給食用パン及び年間使用食品の配合表について」をご覧ください。

1月 小学校給食費のお支払いについて

1月分給食費の口座振替予定日は 2月27日(月) です。



★2月24日(金)までに引き落とし口座への入金をお願いします★

※12月分は1月26日(木)に口座振替予定です。

1月25日(水)までに入金をお願いします。



給食に使用するお米について

豊中市の小学校給食では、12月から今年度収穫された豊中産と能勢産の新米を使用しています！

地域で収穫したものをその地域で消費することを「地産地消」と言います。「地産地消」では、輸送距離が短いため、環境にやさしく、食材をより新鮮な状態で消費者のもとへ届けることができます。給食に地元のお米を使うことで、食に対する関心を高めてもらいたいと思います。

豊中市ホームページでは、給食のおすすめレシピを紹介しています。