

学校給食12月号

(A)

豊中市教育委員会
第698号

学校給食予定献立表

令和4年(2022年)12月

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

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	
12月1日(木)	ごめこうとうにゅうパン1こ	●	ごめこうとうにゅうパン1こ	1こ	黄	12月9日(金)	ごはん	○	ごめ	70	黄	
	ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう	1ほん	赤		きゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう	1ほん	赤	
	ラビオリースープ	▲	ラビオリ	5	赤		きゅうにゅう	●	やさい	1ほん	赤	
	にんじん	●	にんじん	5	黄		やさい	●	やさい	1ふくろ	緑	
	たまねぎ	●	たまねぎ	25	緑		かにん	●	パラベーコン	20	黄	
	エリンギ	●	エリンギ	5	緑		たまねぎ	にんじん	20	緑		
	チングンサイ	●	チングンサイ	10	緑		じゃがいも	はくさい	60	黄		
	ポークスープ	●	ポークスープ	8	緑		じゃがいも	じゃがいも	30	赤		
	しょうゆ	●	しょうゆ	1.6	緑		○	ぎゅうにゅう	20	緑		
	しお	●	しお	0.5	黄		●	パークスープ	5	黄		
	こしょう	●	こしょう	0.025	黄		こめこ	こめこ	2.5	黄		
	なたねあぶら	●	なたねあぶら	0.1	黄		しお	しお	1	黄		
	フレンチポテト	▲	フレンチポテト	60	黄		こしょう	こしょう	0.025	黄		
	なたねあぶら	●	なたねあぶら	6	黄		なたねあぶら	なたねあぶら	0.1	黄		
	しお	●	しお	0.1	黄		▲	おさかなナゲット	2こ	赤		
	ウインナーとコーンのソテー	●	ウインナーとコーンのソテー	15	赤		おさかなナゲット	なたねあぶら	4	黄		
	ソテー	●	ソテー	15	赤		とりにくとコーンのバターいたため	とりにくとコーンのバターいたため	15	黄		
	とうもろこし	●	とうもろこし	15	緑		バター	とうもろこし	10	緑		
	しお	●	しお	0.2	黄		にんじん	にんじん	5	緑		
	なたねあぶら	●	なたねあぶら	0.1	黄		たまねぎ	たまねぎ	20	黄		
栄養価	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂肪 g	ナトリウム (食塩相当量) mg	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミン AugRAE	ビタミン Bi mg	ビタミン Bz mg	ビタミン C mg	食物繊維 g
626	24.2	27.1	2.4	256	55	1.2	131	0.35	0.44	18	3.8	7.5

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	
12月2日(金)	ごはん		ごめ	70	黄	12月12日(月)	ごはん		ごめ	70	黄	
	ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう	1ほん	赤		きゅうにゅう	▲	りょくちゃ	1ほん	赤	
	げんまいりふりかけ	▲	げんまいりふりかけ	1ふくろ	赤		きゅうにゅう	▲	りょくちゃ	1ほん	赤	
	だいすのへんしんみそしる	●	とうふ	25	赤		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	やくば	●	やくば	2	赤		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	うすあげ	●	うすあげ	3	赤		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	かぶ	●	かぶ	15	赤		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	えのきたけ	●	えのきたけ	5	緑		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	あおねぎ	●	あおねぎ	5	緑		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	だしバック	●	だしバック	2	緑		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	だしこんぶ	●	だしこんぶ	0.2	緑		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	とうにゅう	●	とうにゅう	10	赤		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	みそ	●	みそ	7.5	赤		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	さけちゃんちゃんふうフライ	▲	さけちゃんちゃんふうフライ	1こ	赤		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	フライ	●	なたねあぶら	4	黄		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	もやしのこまよえ	●	やきぶた	10	赤		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	さんどまめ	●	さんどまめ	30	緑		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	しろすりごま	●	しろすりごま	5	緑		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	さとう	●	さとう	1.5	黄		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	す	●	す	2	黄		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	しょうゆ	●	しょうゆ	2	黄		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
	ごまあぶら	●	ごまあぶら	0.1	黄		きゅうにゅう	●	りょくちゃ	1ほん	赤	
栄養価	602	24.0	19.4	1.9	298	105	2.4	127	0.33	0.45	10	3.4

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
12月5日(月)	ごはん		ごめ	70	黄	12月13日(火)	ごはん		ごめ	70	黄
	ぎゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう	1ほん	赤		きゅうにゅう	○	ぎゅうにゅう	1ほん	赤
	きざみのり	○	きざみのり	1ふくろ	赤		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
	しおとりしゃづけ(卵入り)	●	とりにく	20	赤		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
		●	たまご	20	赤		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
		●	にんじん	5	緑		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
		みずな	5	緑	緑		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
		きゅうり	8	緑	緑		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
		あおねぎ	3	緑	緑		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
		つちしょうが	0.5	緑	緑		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
		おろしににく	0.1	緑	緑		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
		しろいりごま	2	緑	緑		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
		●	チキンスープ	8	黄		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
		●	でんぶん	1	黄		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
		●	ごまあぶら	0.1	黄		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
		●	なたねあぶら	0.1	黄		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
	ひとくちいかてんぶら	▲	ひとくちいかてんぶら	50	赤		きゅうにゅう	●	のりのつくだに	1ふくろ	赤
	ゆばとはれんそうのおひたし	▲	ゆばとはれんそうのおひたし	1.5	赤						

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
12月19日(月)	ごはん	こめ		70	黄	12月21日(水)	ごはん	こめ		70	黄
	ぎゅうにゅう	○ぎゅうにゅう		1ほん	赤		○ぎゅうにゅう			1ほん	赤
	ぶたすきに	ぶたにく ●やきどうふ ●あっしゅくふ ●つきこんにゃく にんじん たまねぎ しろねぎ はくさい ●さけ(酒) さとう ●しようゆ 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 緑 緑 黄			ハヤシライス	ぎゅうにく にんじん たまねぎ ブラウンマッシュルーム ●ポークスープ ●トマトソース ●トマトケチャップ ○こむぎこ ●あかワイン ●ウスターーソース	20 20 80 10 10 12 11 4.5 2 2 0.8 0.025 0.1	赤 緑 緑 緑 黄	
	やさいシューまい だいこんサラダ	▲やさいシューまい ●まぐろ(レトルト) にんじん だいこん きゅうり さとう ●す ●しようゆ	2こ 8 10 20 10 0.8 1.5 1.5	赤 緑 緑 緑 黄			④ローストチキン	とりにく ●みりん さとう ●しようゆ ●でんぶん	1きれ 1 1.5 2 0.3	赤 黄	
	栄養価	エネルギー kcal たんぱく質 g 脂肪 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	ビタミン AugRAE B1 mg B2 mg C mg	食物繊維 g	おたのしみケーキ(直送)(卵・乳・小麦を含む)		▲おたのしみケーキ	1こ	黄		
12月20日(火)	ロールパン2こ	●ロールパン2こ	1しょく	黄		12月22日(木)	コッペパン1こ	●コッペパン1こ	1こ	黄	
	ぎゅうにゅう	○ぎゅうにゅう	1ほん	赤			ぎゅうにゅう	○ぎゅうにゅう	1ほん	赤	
	フォー・ガー	とりにく ▲クイッティオ しろねぎ にんじん こまつな ●チキンスープ レモンかじゅう ▲ヌクマム ●しようゆ しお こしょう なたねあぶら	20 9 10 5 5 8 0.8 1.4 1.6 0.5 0.025 0.1	赤 黄 緑 緑 緑 緑 緑 緑 緑 緑 黄			えきたいココア	●えきたいココア	1ほん	黄	
	まぐろのノルウェーフラ	まぐろ つちしおが ●さけ(酒) ●しようゆ ●でんぶん なたねあぶら ●トマトケチャップ さとう ●ウスターーソース	50 1 2 0.5 8 5 6 1.5 1	赤 緑 黄 黄 黄 黄 黄 黄			オニオンスープ	とりにく にんじん たまねぎ とうみょう ●チキンスープ ●しようゆ しお こしょう なたねあぶら	10 10 40 3 8 1.6 0.6 0.025 0.1	赤 緑 緑 緑 黄	
	ベーコンとはくさいのソテー	●ショルダーベーコン にんじん はくさい ●しようゆ しお なたねあぶら	10 5 40 0.7 0.1 0.1	赤 緑 緑 黄			きのこスパゲティ	●バラベーコン ●スパゲティ たまねぎ しめじ えのきたけ ブラウンマッシュルーム おろしにんにく ●しようゆ しお オリーブあぶら	5 10 5 5 10 5 0.2 1 0.1 0.5	赤 黄 黄 黄 黄 黄 黄 黄 黄	
	栄養価	630 34.7 24.1 3.0 310 79 2.0 171 0.37 0.53 14 2.5	栄養価	610 23.3 20.6 2.7 297 78 1.7 170 0.36 0.48 10 4.3							

学校給食用半製品・加工品の配合表

12月1日 ラビオリ	12月1日 フレンチポテト	12月2日 げんまいふりかけ	12月2・5日 ゆば	12月2日 とうにゅう
皮(小麦粉、食塩) 豚肉、パン粉、玉ねぎ、食塩 ポークエキス、香辛料 酵母エキス (小麦・豚肉由来の原材料を含む)	馬鈴薯 植物油脂(バーム油)	味付けぬか(米ぬか、砂糖、みりん、食塩、かつお節粉末、玉ねぎ粉末、昆布粉末) 発芽焼き玄米、あおさ粉 焼きのり ※同一ラインでアレルギー28品目を含む食品を製造	大豆 (大豆由来の原材料を含む)	大豆 (大豆由来の原材料を含む)
12月2日 さけちゃんちゃんふうフライ	12月5日 ひとくちいかてんぶら	12月7日 ごもくごはんのもと	12月7日 たまふ	12月7日 あじのフライ
秋鮭、カットキャベツ、ダイスオニオン 調味油(ぶどう糖果糖液糖、みそ、砂糖、しょうゆもろみ、醸造酢、酵母エキス) パン粉、粒状植物性たん白 にんじん、とうもろこし 植物油脂(大豆油、なたね油) 砂糖、食塩 衣(パン粉、ミックス粉(小麦粉、ライ麦粉、コーンフラワー)、 打ち粉(とうもろこしでん粉、小麦粉)) 増粘剤(グーガム、キサンタン) (小麦・鮭・大豆由来の原材料を含む)	いか 小麦粉 とうもろこしでん粉 鶏肉、油揚げ たん白加水分解物 食用植物油脂(なたね油) 食塩、かつお節エキス みりん、煮干しあじ ビタミンB2 (小麦・いか・大豆由来の原材料を含む)	野菜(ごぼう、たけのこ、にんじん) しょうゆ、こんにゃく 鶏肉、油揚げ たん白加水分解物 食用植物油脂(なたね油) 食塩、かつお節エキス みりん、煮干しあじ ビタミンB2 (小麦・いか・大豆由来の原材料を含む)	小麦粉 小麦たん白 白玉粉 重曹 酸化防止剤(ビタミンE) (小麦由来の原材料を含む)	めあじ 衣(パン粉、小麦粉、食塩) 乳化剤 増粘多糖類 (小麦・大豆由来の原材料を含む)

12月8日 ポークハンバーグ	12月9日 とりだしのもと	12月12日 りょくちゃ	12月12日 とろろこんぶ	12月13日 とろけるしょくぶつせいチーズ	12月13日 トマト(レトルト)
食肉(豚肉、鶏肉)、玉ねぎ、粒状植物性たん白、豚脂 難消化性デキストリン、果糖ぶどう糖液糖 つなぎ(とうもろこしでん粉、粉末状植物性たん白) ドロマイド、ぶどう糖加工品、ポークエキス、発酵調味料 食塩、加工油脂、酵母エキス、チキンブイヨン 加工でん粉、ケエン酸鉄ナトリウム (大豆・鶏肉・豚肉由来の原材料を含む)	鶏肉粉末 とうもろこしでん粉分解物 砂糖 酵母エキス粉末 昆布エキス粉末 馬鈴薯でん粉 (鶏肉由来の原材料を含む)	緑茶 ビタミンC	昆布 醸造酢 砂糖	食用植物油脂(バーム油) ひよこ豆粉、食塩 発酵調味液、酵母エキス デキストリン、加工でん粉 セルロース、pH調整剤 安定剤(増粘多糖類) 香料、着色料(カロテン)	トマト トマトピューレー
12月13日 ヨーグルトプラス	12月14日 おさかなナゲット	12月15日 エルボマカロニ	12月15日 たまごロール	12月16日 のりのつくだに	12月16日 ちくわのいそべあげ
乳製品 砂糖・異性化液糖 イソマルトオリゴ糖シロップ 砂糖 乳たん白 寒天 リン酸カルシウム 増粘多糖類 香料 ビロリン酸鉄 (乳由来の原材料を含む)	あじ、大豆たん白、パン粉 植物油脂(なたね油)、豚脂 水あめ、チキンエキス調味料 カレー粉、食塩 衣(小麦粉、糖類(ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖)、食塩、とうもろこしでん粉、大豆粉、植物油脂(バーム油、サフラン油)) 揚げ油(バーム油)、加工でん粉 ベーキングパウダー、ケエン酸鉄 (小麦・大豆・鶏肉・豚肉由来の原材料を含む) ※本製品に使用するあじは、えび・かにを食べています。	小麦 (小麦由来の原材料を含む)	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 植物油脂(なたね油) (卵由来の原材料を含む)	糖類 (水あめ、砂糖) しょうゆ のり みりん にぼし かつお カラメル色素 増粘多糖類 (小麦・大豆由来の原材料を含む)	ちくわ【魚肉すり身(すけとうだら)、難消化性デキストリン、馬鈴薯でん粉、砂糖・植物油脂(なたね油、大豆油)、粉末状植物性たん白、食塩、ドロマイド、魚しょうゆ】衣(小麦粉、植物油脂(なたね油)、大豆油)、砂糖、あおさ、しょうゆ揚げ油(大豆油)、加工でん粉ビロリン酸鉄(小麦・大豆由来の原材料を含む) ※同一ラインで卵・乳を含む食品を製造 ※本製品に使用するちくわは、えび・かにを食べている魚種を使用しています。
12月19日 やさいシューまい	12月20日 クイッティオ	12月20日 ヌクマム	12月21日 おたのしみケーキ	12月22日 さといもコロッケ	
野菜(キャベツ、玉ねぎ) 豚肉、パン粉 たん白加水分解物 馬鈴薯でん粉、砂糖 清涼飲料水、発酵調味料、加工でん粉、トレハロース 増粘剤(カードラン、アルギン酸エステル) 皮(小麦粉、グルテン、食塩) カラメル色素、乳化剤、炭酸カルシウム、膨張剤 安定剤(増粘多糖類)、香料、凝固剤、ビロリン酸第二鉄 メタリックナトリウム (大豆由来の原材料を含む)	米 馬鈴薯でん粉	かたくちいわし 食塩	豆乳、砂糖、加工油脂、米粉、ココアパウダー、水あめ 植物油(米油、なたね油)、調整豆乳粉末 こんにゃく加工品(水あめ、こんにゃく粉、キャッサバでん粉) 清涼飲料水、発酵調味料、加工でん粉、トレハロース 増粘剤(カードラン、アルギン酸エステル) 皮(小麦粉、グルテン、食塩) カラメル色素、乳化剤、炭酸カルシウム、膨張剤 安定剤(増粘多糖類)、香料、凝固剤、ビロリン酸第二鉄 メタリックナトリウム (大豆由来の原材料を含む)	野菜(さといも、玉ねぎ、にんじん) 鶏肉、砂糖 パン粉、しょうゆ 大豆油、食塩 衣(パン粉、米粉、小麦粉) (小麦・大豆・鶏肉由来の原材料を含む) ※同一ラインでえび・かに・卵・乳・牛肉・豚肉を含む食品を製造	

学校給食調理場内ではすべての食材がアレルゲンのコンタミネーションの可能性があります。
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」をご覧下さい。

12月 小学校給食費のお支払いについて

12月分給食費の口座振替予定日は1月26日(木)です。

★1月25日(水)までに引き落とし口座への入金をお願いします★

※11月分は12月26日(月)に口座振替予定です。

12月23日(金)までに入金をお願いします。



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。



12月12日(月)のみ、牛乳の提供をせず
試行的に紙パックの「緑茶」を提供します。
学校給食(主食・副食・牛乳のいずれか)を
提供している方全員に緑茶が付きます。
※詳細については「学校給食用半製品・
加工品の配合表」をご確認下さい。