令和7年11月分 学校給食献立表(小学校)

高槻市教育委員会

日付	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	17日(月)	18日(火)
шіз	つごはん	○減量バターロール	○鶏めし	Oパン	Oごはん	Oパン	Oごはん	○玄米ごはん	Oナン	○ごはん	Oごはん
	〇牛乳	〇牛乳	〇牛乳	○牛乳	〇牛乳	○牛乳	〇牛乳	〇牛乳	〇牛乳	〇牛乳	〇牛乳
4.+				○〒乳 ○コロッケ(ソース付き)		○無肉のからあげ	○大根の中華そぼろ煮		〇十 <u>ポ</u> 〇カレー		
献立名	★ハンバーグおろしだれ										
		★くき付きわかめサラダ	ひすまし汁	★そえ野菜	○鮭つみれのみそ汁		○じゃがいももちスープ		★れんこんサラダ	★もやしの甘酢煮	○ひじきとコーンのいため煮
14	○だいこんのみそ汁	(柑橘ドレッシング付)		○五目スープ		〇スープ	○のりかつおふりかけ	○すまし汁	(ごまドレッシング付)	○みたらし団子	○えのきたけのみそ汁
						○みかんジャム			○角チーズ		1
	(はし)	(スプーン)	(はし)	(はし)	(はし)	(はし)	(スプーン)	(はし)	(スプーン)	(はし)	(はし)
	┌ 1・2年生 75 ■	スパゲッティ(4cmカット) 35	「1・2年生 60 ■	コロッケ(60g) 1個 ■	┌ 1・2年生 75 ■	鶏肉(もも15g) 60 ●	┌ 1・2年生 75 ■	- 1・2年生 60 ■	ナン(50g)1·2年生 1枚 ■	r 1·2年生 75 ■	r 1·2年生 75 ■
	米 3.4年生 85 ■	塩 水の 0.5%	米 3・4年生 70 ■	なたね油(あげ油) 6 ■	米 3.4年生 85 ■	塩 0.4	米 3.4年生 85 ■	米 3.4年生 70 ■	ナン(70g)3~6年生 1枚 ■	米 3・4年生 85 ■	米 3・4年生 85 ■
	5.6年生 95 ■			中濃ソース(10g) 1袋			5.6年生 95 ■				
							水 米の 1.4倍			水 米の 1.4倍	
	水 米の 1.4倍										水 米の 1.4倍
		れんこん 20 ▲				かたくり粉 9 ■		水 米+玄米の 1.45億	土しょうが 0.1 ▲		
	ハンバーグ(60g) 1個 ●	たまねぎ 40 ▲		にんじん 5 ▲		なたね油(あげ油) 6 ■	豚ひき肉 30 ●		1	、豚ひき肉 35 ●	
	クッキングシート	にんじん 20 ▲	サラダ油 0.5 ■		ささがきごぼう 10 ▲		(冷)豚レバーチップ 3 ●	さば(角切) 60 ●	クッキングワイン 0.5	にんじん 20 ▲	クッキングシート
	こい口しょうゆ 3	サラダ油 0.5 ■	酒 3	鶏肉(もも) 10 ●	にんじん 10 ▲	キャベツ 35 ▲	だいこん 80 ▲	土しょうが 1.3 ▲	たまねぎ 50 ▲	たまねぎ 40 ▲	
	みりん 1.5	トマトケチャップ 17	こい口しょうゆ 7	たまねぎ 30 ▲	たまねぎ 20 ▲	にんじん 5 ▲	たまねぎ 25 ▲	赤みそ 5 ●	にんじん 20 ▲	サラダ油 0.3 ■	ベーコン(スライス) 7 ●
		ウスターソース 6	さとう 1.5 ■	にんじん 15 ▲			にんじん 5 ▲			しじゃがいも 45 ■	
++		さとう 1 ■		しいたけ(干・カット) 0.5 ▲	```		にんにく 0.3 🛦		じゃがいも 40 ■		
材料			"		-	たまねぎ 30 ▲	トーバンジャン 0.1		塩 1		(11-712 10 -
料	かたくり粉 0.1 ■		水(煮汁とも) 米の 1.4倍								にんじん 10 ▲
お		こしょう 0.03	H. H	根深ねぎ 3 ▲					こしょう 0.03	こい口しょうゆ 4.5	こい口しょうゆ 1.5
ょ	ハム(スライス) 10 ●	水 0~3	豚肉 20 ●	うす口しょうゆ 2	うす口しょうゆ 3	じゃがいも 25 ■	にら 5 ▲	水 10-20	カレー粉 1	酒 1.5	さとう 1.4 ■
び	切干し大根 4 ▲		たまねぎ 30 ▲	酒 0.5	みりん 0.8	うす口しょうゆ 2	さとう 0.9 ■		トマトケチャップ 1.6	水 0~20	水 5~10
使	にんじん 10 ▲	まぐろ油漬 10 ●	にんじん 10 ▲	塩 0.5	水 10~20	塩 0.5	酒 0.6	緑豆太もやし 40 ▲	ウスターソース 1.8	かたくり粉 1 ■	1 1
用	ごま油 0.2 ■	(冷)くき付きわかめ 5 ●	(冷)絹厚あげ 40 ●	こしょう 0.02		こしょう 0.01	塩 0.3	にんじん 7 ▲	トンカツソース 2.4		たまねぎ 25 ▲
量		キャベツ 40 ▲			たまねぎ 20 ▲	けずりぶし 1.2	こしょう 0.02		チャツネ 1.6	まぐろ油漬 10 ●	にんじん 15 ▲
_		にんじん 5 ▲		だし昆布 0.6		だし昆布 0.6	こい口しょうゆ 1.5	こい口しょうゆ 1.5		にんじん 5 ▲	
3											
3	こい口しょうゆ 1.4			水(しいたけの戻し汁とも) 120	(冷)鮭ボール 25 ●		テンメンジャン 2.5	かつおぶし 1 ●	こい口しょうゆ 0.7	緑豆太もやし 40 ▲	
1	ごま油 0.2 ■		みりん 0.6		わかめ(干) 0.2 ●		水 0~5	 	1	1 =	
4	白ごま 1 ■		こい口しょうゆ 2.4		根深ねぎ 3 ▲	みかんジャム(15g) 1袋 ■	かたくり粉 0.6 ■	たまねぎ 15 ▲	水 22	酢 1.5	白みそ 3.5 ●
年生			酒 0.6		赤みそ 6.5 ●			にんじん 10 ▲	ポークブイヨン 3	こい口しょうゆ 1.5	煮干し 1.8
筆	だいこん 20 ▲		けずりぶし 0.3		白みそ 3.5 ●		鶏肉(もも) 10 ●	(冷)とうふ 25 ●	水 68		だし昆布 0.6
量	たまねぎ 20 ▲		だし昆布 0.2		煮干し 1.8		たまねぎ 15 ▲	えのきたけ 7 ▲		みたらし団子(30g) 1袋 ■	水 110
$\overline{}$	にんじん 7 ▲		水 20~30		だし昆布 0.6		にんじん 10 ▲		鶏肉油漬 10 ●		1 1
$\overline{}$	(冷)油あげ(きざみ) 2		20 30		7K 110			うす口しょうゆ 2	キャベツ 20 🛦		1 1
g	根深ねぎ 3 ▲		たまねぎ 25 ▲	1	71.0				れんこん 20 🛦		1 1
											1 1
	赤みそ 6.5 ●		にんじん 10 ▲				根深ねぎ 3 ▲		(冷)粒コーン 10 ▲		
	白みそ 3.5 ●		蒸しかまぼこ(いちょう切り) 13 ●				うす口しょうゆ 3	けずりぶし 1.2	にんじん 5 ▲		1
	煮干し 1.8		わかめ(干) 0.2 ●				塩 0.4	だし昆布 0.6	ごまドレッシング(10ml) 1袋 ■		1
	だし昆布 0.6		うす口しょうゆ 2				こしょう 0.03	水 120			1
	水 110		酒 0.5				ポークブイヨン 3		角チーズ(15g) 1個 ●] '	1
			塩 0.5				zk 110				1 1
			けずりぶし 1.2				1,10				1 1
							14				1
'			だし昆布 0.6				のりかつおふりかけ(1.39) 1袋 ●				1
1 '			水 120	1							1
l '											
	(42)	(00	560	504	504	(31	(04)	((2)	500	(70)	
エネルギー たんぱく質	642 kcal 25.5 g	609 kcal 23.6 g	568 kcal 29.1 g	596 kcal 18.7 g	594 kcal 26.0 g	621 kcal 25.7 g	604 kcal 23.1 g	662 kcal 26.5 g	590 kcal 29.0 g	670 kcal 23.8 g	661 kcal 23.1 g
脂質	25.5 g 19.1 g	20.6 g	15.6 g	21.9 g	16.9 g	21.4 g	15.9 g	26.5 g	23.3 g	17.1 g	24.3 g
食塩相当量	2.3 g	2.8 g	2.7 g	3.1 g	1.7 g	2.7 g	2.0 g	1.9 g	3.4 g	1.2 g	2.1 g

※献立名の前に★のある献立は、ガススチームコンベクションオーブンを使って調理します。

||※献立の材料は、天候などにより、やむを得ず変更することがありますので、ご了承ください。

・ ※米粉パンが、21日(金)・28日(金)のうち1回あります。

<栄養三色>

■…黄色(主にエネルギーのもとになる食品)、●…赤色(主に体をつくるもとになる食品)、▲…緑色(主に体の調子を整えるもとになる食品)

★食物アレルギー対応については、献立表の食品名、加工食品の物資配合表でご確認ください。

鶏卵・うずら卵・牛乳の除去食を実施しています。献立表には、除去できる献立名の後に<除>、食品名にく >が記入されています。

 <鶏卵>を除去
 10日(月)牛肉の柳川煮

 今月の除去食
 <うずら卵>を除去
 なし

 <牛乳>を除去
 19日(水)マカロニのクリーム煮

日付	19日(水)	20日(木)	21日(金)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)			
- Н13	Oパン	Oごはん	Oパン	○麦ごはん	○黒糖パン	Oピビンパ	Oパン			
献立名	○牛乳	○牛乳	〇牛乳	〇牛乳	○牛乳	(麦ごはん)	○ヨーグルトドリンク(牛乳なし)			
		○豚肉と大豆の中華煮		○ 厚あげとひき肉のカレーいため		○牛乳	○ひよこ豆のトマト煮			
		○ワンタンスープ	★そえ野菜	〇のっぺい汁		〇トッポギスープ	★ツナサラダ			
		〇さつまいもベビーフィッシュ		0.77	000000000000000000000000000000000000000		(イタリアンドレッシング付)			
	(,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	000000000	01010 2077				(12 37 21 0 32 2 7 13)			
	(スプーン)	(はし)	(はし)	(はし)	(はし)	(スプーン)	(スプーン)			
材料および使用量(3・4年生量)(g)	マカロニ(エルボ) 15 ■	1・2年生 75 ※ 1・2年生 75 3・4年生 85 5・6年生 95 水 米の 25 土しようが 0.3 ▲ たけのこ米魚(短冊) 15 にんじん 20 青ねぎ 3 ごま油 0.2 さとう 0.5 酒 1 こい口しようゆ 4 水 20 鶏肉(もも) 10 たまねぎ 25 にんじん 10 たまねぎ 25 にんじん 10 たまねぎ 25 にんじん 10 たまねぎ 25 にんじん 3 こい口しようゆ 4 水 20	鮭(角切)	1・2年生 60 ■ 3・4年生 70 ■ 5・6年生 80 ■ 米粒麦 米の 20% ■ 1 45mm	酒かたくり粉 4.5 ■ 5.6 ■	1・2年生 60 **	B 両 (かたロース角切) 30 ● たまねぎ にんじん 20 ▲ サラベル・シュース 30 ■ いった では、アマトケチャップ トマトゲューレ 5 カウスターソース 3 こしょう ボークブイヨン 水 65 まぐろ油漬 10 ● キャベツ (冷) むき枝豆 にんじん 1907 から 10 ▲ イタリア・ドゥシュの(のの) 3 まやベツ (冷) むき枝豆 にんじん 140 ■ 140			
		バビーフィッシュ (さつまいもより)(5g) 1袋 ●		かたくり粉 0.6		500 had				
エネルギー たんぱく質	601 kcal 24.2 g	610 kcal 25.7 g	581 kcal 31.6 g	602 kcal 24.4 g	666 kcal 24.0 g	583 kcal 22.3 g	555 kcal 23.3 g			
脂質	20.6 g	17.1 g	19.5 g	17.7 g	21.9 g	13.9 g	14.4 g		 	
食塩相当量	2.6 g	2.0 g	2.9 g	1.6 g	2.5 g	1.8 g	2.4 g	_		_