令和7年12月分 学校給食献立表(中学校)

高槻市教育委員会

日付	1日(月)	1日(月) 2日(火)		3日(水)		4日(木)		5日(金)		8日(月)		9日(火)		10日(水)		11日(木)		12日(金	:)	15日(月))		
	Oひじきごはん Oごはん										Oごはん		Oパン		○麦ごはん								
	○牛乳		○牛乳		○牛乳		○牛乳		○牛乳		○牛乳		○牛乳		○牛乳		○牛乳		○牛乳		○牛乳		
献 立 名	★肉だんごの照り焼きソース★さばのよしる			∓U			○豚肉とかぶのごまみそ煮			どん	〇ピリカラ豚じ	じゃが	★ポテトのピザソース焼き	(チーズ入り)	〇牛肉と魚のそ	ぼろ	〇おでん<除>			(ソース付)	○厚あげの梅みる	そいため	
	〇チンゲン菜の			んぴらごぼ		Oデザートセレク		★ くきわかめのし						〇バジルパスタ		○豆腐のみそ汁		★もやしの甘酢		★そえ野菜	, (1 1112)	〇たぬき汁	
	0,2,2,10,	, ,		らったいもの でっかいもの		0,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		〇のりかつおふ		A C COMICEIN		○昆布の佃煮	> 149/24/07/	〇白玉スープ		O 11/1/2007 C71		〇のりの佃煮	<i>/</i> ///	〇じゃがいもも ⁵	ちスープ	0/2002/1	ļ
				. (/3 0 . 00)0	,, (,)			007 773 2 03.5.	7/3 ()			OLD ID OVER MIX.		Oメープルジャ	,/,			Ооууолщик		001130100	J/ /		ļ
		(はし)			(はし)	(ス [・]	プーン)		(はし)		(はし)		(はし)		ユ (プーン)	(ス	プーン)		(はし)		(はし)		(はし)
	米	90	米		105	牛ひき肉	39	米	105	(冷)うどん	112		105			米	90 ■	米	105	メンチカツ(レバー入り・カ レー風味)(70g)	1個 ●	米	85 ■
	鶏肉(もも)	26	zk		1.5倍	クッキングワイン	0.65	水米の	1.5倍	豚肉		水米の		たまねぎ	10 🛦	米粒麦 米の	20%	水 米の	1.5倍	なたね油(あげ油)	7	米粒麦 米の	20%
		9.1 ▲		71.02		たまねぎ	52 A	13. 11.05	эщ		0.26		1.510	ショルダーベーコン(スライス)		水 米+麦の	1.55倍	3. 1,00	1.512	中濃ソース(10g)		水 米+麦の	1.55倍
	ひじき		±1f(.	(よしる干し60g)	1切 ●	1	13	豚肉	26	たまねぎ	39 A		45	(冷)粒コーン	5 A	3. 7. 20	1.55%	だいこん	65 ▲		120	3. 7. 20	1.55%
	こい口しょうゆ			キングシート	193			にんじん		にんじん		にんにく	0.13		0.2	牛ひき肉	30	にんじん		キャベツ	45 ▲	豚肉	32.5
	さとう	1.3		インノン 1·								土しょうが				かんぱち(そぼろ)		じゃがいも					0.13
				t 1	12									チリソース	0.02					ICNON	4.5		
	みりん	1.3	豚肉	-	-		0.39					たまねぎ			6			こんにゃく	26	+ + + + *	20.4		52
		0.39					6.5 ■	かぶ		カレ一粉	1.04	にんじん	1 1	トマトケチャップ	7	たまねぎ	1 1	(冷)絹厚あげ		たまねぎ	39 🛦	キャベツ	39 🛦
	水	13			6.5 ▲		0.39			こい口しょうゆ		じゃがいも		ピザ用チーズ				一口ごぼう天	26		13		9.1
	水(煮汁とも) 米の	1.5倍			13	こしょう	0.026	しいたけ(干・カット)		みりん	0.65	赤つきこんにゃく		パセリ	0.5	切干し大根	1.95		32.5		39 ■	サラダ油	0.39
			ごま	ま油	0.39	トマトケチャップ	9.1	さとう	2.6	塩	0.65	ごま油		紙カップ(150ml)	1枚	(冷)粒コーン	13	さとう	2.6	しいたけ(干・カット)	0.65		1.82
	肉だんご(豚)	65 ●	さと	とう	1.755	ウスターソース	4.55	こい口しょうゆ	5.2	けずりぶし	1.69	にら	6.5 ▲			(冷)むき枝豆	6.5 ▲	酒	0.65	青ねぎ	6.5	赤みそ	3.9 ●
	たまねぎ	19.5	こい	1口しょうゆ 2	2.6	トンカツソース	1.3	みりん	1.04	だし昆布	0.78	白ごま	1.3 ■	マカロニ(フジッリ)	13 ■	サラダ油	0.39	塩	0.78	うす口しょうゆ	2.6	みりん	2.6
	にんじん	6.5	酒		0.65	さとう	0.26	赤みそ	3.9 ●	水	169	赤みそ	1.3	塩 水の	0.65%	さとう	2.6 ■	こい口しょうゆ	5.85	酒	0.65	酒	1.3
材		0.26			0~13	水	0~6.5	白ごま	1.3 ■	かたくり粉	1.43	さとう	1.95	たまねぎ	26	酒	1.3	けずりぶし	0.78	塩	0.65	水	0~6.5
材料		1.04			1.95	_	2.6 ■					トーバンジャン	0.26	オリーブ油	0.39	** *	1.95	だし昆布	0.39	~	0.013	こい口しょうゆ	0.65
お	みりん	4.42					10.4			フランクソーセージ	19.5		0.65	塩	0.39	こい口しょうゆ		水	78	けずりぶし	1.56		0.65
j L	こい口しょうゆ		<i>t</i> -=	まねぎ	26 🛦	۸,	10.4	73 72 () 1/3	0.03	れんこん		/ロ こい口しょうゆ		こしょう	0.013	水	0.3	71,	, 0		0.78	73 72 \ 743	0.03
び	-V-110& 519				13		12	ハム(スライス)	12	たまねぎ	26			バジルペースト		71	0~13	まぐろ油漬	13	1	156	にんじん	13 🛦
	かまていか	10.4										小	0~6.5			(A) L= :	26		_	水(しいたけの戻し汁とも)	156		
使 用	かたくり粉	0.78				たまねぎ				にんじん	13		12	水	0~13	(冷)とうふ		にんじん	6.5			たまねぎ	26
量			1			にんじん				ブロッコリー		ハム(スライス)		50-1-(+ + \	10.0	たまねぎ		緑豆太もやし	52 A				19.5
里	たまねぎ	39 🛦								オリーブ油		切干し大根	5.2	鶏肉(もも)	13			さとう	1.3			こんにゃく	13
		9.1				カリフラワー			0.39		0.26	にんじん	13		26		9.1		1.95			チンゲン菜	10 🛦
g	発芽玄米麺	10.4			4.55	はくさい				こしょう	0.013	緑豆太もやし			13		6.5 ▲	こい口しょうゆ	1.95			土しょうが	0.39
	チンゲン菜	15 ▲	煮干	干し :	2.34	パセリ	0.65	こい口しょうゆ	1.95			さとう		はくさい	26	赤みそ	8.45			1		うす口しょうゆ	2.6
	うす口しょうゆ	2.6	だし)昆布	0.78	塩	0.65	酢	1.95			うす口しょうゆ	1.56	しいたけ(干・カット)	0.65	白みそ	5.85	のりの佃煮(10g)	1袋 ●			酒	0.65
	酒	0.65	水		143	こしょう	0.039	塩	0.26			酒	0.52	(冷)白玉だんご	39 ■	煮干し	2.6					塩	0.26
	塩	0.52				うす口しょうゆ	2.6					梅肉	1.3	うす口しょうゆ	2.6	だし昆布	0.78					けずりぶし	1.43
	こしょう	0.013				ポークブイヨン	3.9	のりかつおふりかけ(1.3g)	1袋 ●			水	0~6.5	酒	0.65	水	156					だし昆布	0.78
	けずりぶし	1.43				水	156							塩	0.65							水	143
		0.78				低アレルゲンブリン(40g)	U					昆布の佃煮(8g)	1袋 ●	こしょう	0.026								0.78
	水	143				ワッフル(20g)	-n ■					25,1-17,12,111 (03)			1.56							10 / 2 1 / 1/3	" -
	71,	143				ぶどうゼリー(40g)	か 1 個								0.78								i
							737kcal																i
						レル	28.3g							水(しいたけの戻し汁とも)	156								i
						ケンプ	24.6g 3.7g								144								i
						y >								メープルジャム(12g)	Ⅰ設■								i
						7	769kcal 29.7g																i
						ラ ル	27.8g																
				E0.4			3.8g	E4.0	\square	20.			<u> </u>	880	<u> </u>	500	\vdash				Ļ.		لبب
エネルギー たんぱく質	690 27.0		1	796 l 29.6 g		ぶ ど	733kcal 28.3g	713 29.6		824 36.6		29.6	kcal g	779 25.6		732 28.5		714 28.7		774 25.6		670 29.7	
脂質	18.5	g		26.9	g	フ ゼ リ	23.9g	17.7	g	40.1	g	14.4	g	19.5	g	21.1	g	18.4	g	26.3	g	16.5	g
食塩相当量	3.5	g		2.1		<u>í</u>	3.7g	2.4	g	3.6		2.3	g	3.9		2.6		3.3		4.4		2.2	

※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。

<栄養三色>

■…黄色(おもにエネルギーになる)、●…赤色(おもに体の組織をつくる)、▲…緑色(おもに体の調子を整える)

★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< >が記入されています。

	<鶏卵>を除去	なし
今月の除去食	<うずら卵>を除去	11日(木)おでん
	<牛乳>を除去	19日(金)さつまいものポタージュ

19	OETA	-3.3	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	22日(月)	23日(火)	24日(水)		ĺ	1
○中央	○中科											
	の無限さらか つました つました つました つました つました つました つました つました	立				-		○牛乳	-			
② Oかかさきのかりふあげ	J ○ A 日 A ア											1
(はし) (はし) (はし) (はし) (スプーン)	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○											1
(注し) (注し) (注し) (注し) (注し) (スプーン) (注し) (スプーン) (注し) (スプーン) (注し) (スプーン) (注し) (スプーン) (注し) (スプーン) (スプーン	(はし)											1
(抗し) (抗し) (抗し) (抗し) (抗し) (大力) (大力) (大力) (大力) (大力) (大力) (大力) (大力	(はし)				02410110099		000000000	(2011 0) 2 2 2 1 1 1 1 1				1
おかけ	# ※ 155 ■ ※ 105 ■ 終詞 150 ● ※ 105 ■ ※ 90 ■ 2m(16:15:29) 78 ● 2m((はし	(はし)	(はし)	(スプーン)	(はし)	(スプーン)				1
	 本格主 参り 200 目 水 ※ 100 目 次 ※ 100 目 が きゅう できゅう できゅう できゅう できゅう できゅう できゅう できゅう		(冷)ちゃんぽん麺 82.5									
たまれき 20 A 水 米 米 * * * * * * * * * * * * * * * * *	本 水 井 夕 0 250											1 '
たんしん 2 本 表現はるさめ 1.7 本 本現はるもの 1.7 本 本の 本の 本の 本の 本の 本の 本の	横型はおきか 13 mm											1 '
サラダ油 0.5 m 検型はるとめ 13 m だいこん 78 A careculatory 30 m 塩 0.15 (分)的性知一 12 A kivと 5	■ 様型ときでき											1 '
(冷) 和一シー 12 A 豚の芒馬 35 色 国来も大 26 人 大きい 1.3 人 上部が 5.2 本かたくり 3.5 上北きが 5.5 本のかに 1.3 人 上北きが 5.5 本 上北まが 5.5 本	▲ 原ひ音片 33 ● 白茶子女子 26 ▲ 17世 26 ★ 13 ● 上前榜 5.2 ■ かたくり物 1.3 ■ 大田 25 ●				1							1 '
キャペツ 36 A C の (たいかい 13 13 13 13 13 13 13 1											1 '
なるとくステス) 8.4 ●	土山土が								-8/слад (в) г/д / 7.0			1 '
## おようが 0.30	▲ にんじん 13								±ャベツ 455 ▲			1 '
はしようが 7.2 にんじん 10.5 A ボークブイヨン 3.9 A 下まれざ 3.9 A 下まれざ 3.9 A 下ボークブイヨン 3.9 A 下ルーグブイヨン 3.9 A 下ルーグブイコン 3.9 A 下ルーグ 3.0												1 '
うす口はようゆ 7.2 塩	たみだめ 39 ▲ 水 13											1 '
塩 0.6 にんじん 1.5 本	にんしん 10.5 本 ボークフィョン 3.9 できる 2.6 本 大きねぎ 3.5 本 ボークフィョン 3.9 できる 1.5 本 ボークフィョン 3.9 本 ボークフィョン 3.9 本 できる 1.5 本 ボークフィョン 3.9 ボークフィョン 3.9 本 ボークフィョン 3.9 ボークフィョン 3.9 ボークフィョン 3.9 ボークフィョン 3.9 本 ボークフィョン 3.9 ボークマッ 3.0 3.							阪内 20 ▲	□ E 1 1.50 ■			1 '
ボークブイヨン 3.6 にら 6.5	にら				小 13	ピレムノ 0.039						1 '
ボークブイヨン 3.6 下でら 5.5 下でら 5.5 下で 5.5	にら				t) 3" 10.5 A	ハークノ1コン 3.9						1 '
対												1 '
料	_ さとう				13 A							1 '
お	こい口しょうゆ 5.2 方す口しょうゆ 2.6 液 たまねぎ 1.04 かぼうや 1.05 次 1.05 か 1.05		水 156									1 '
は	トーバンジャン 0.3											1 '
び	▲ 赤みそ 3.25											1 '
使用 無糖 5.2 ■ 水 156	水											1 '
用量	■ かたくり粉 0.39											1 '
量 黒糖 5.2 ■	■ 編肉(もも) 13 ◆	"器										1 '
(つ	■ 鶏肉(もも) 13 ◆											1 '
9 りんご酢 水 2.6 水 たまねぎ にんじん 32.5 にんじん 本業まんじゅう(409) 1個 目標 をおいりかけ(29) 水 143 わかめ(干) キャベツ にんじん にんじん にんじん においりかけ(29) 1.56 にんじん においりかけ(29) 1袋 目標 をおいりかけ(29) 1袋 目標 をおいりかけ(29) 1後 目標 をおいりかけ(29) 1個 目標 をおいりかけ(29) 1個 目標 をおいりかけ(29) 1個 目標 をおいりかけ(29) 1個 目標 をおいりがけ(29) 2 はまいりがけ(29) 2 はまいりがけ(29) </th <td>たまねぎ にんじん 13 本 **********************************</td> <th></th> <td></td> <td></td> <td> 水 156 </td> <td>こしょう 0.013</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>1 '</td>	たまねぎ にんじん 13 本 **********************************				水 156	こしょう 0.013						1 '
水 2.6 にんじん 13 ▲ サラダ油 0.39 ■ (冷)粒コーン 13 ▲ 根深ねぎ 3.9 ▲ うす口しようゆ 3.9 塩 0.52 こしよう 0.039 ポークブイヨン 3.9 ポークブイヨン 3.9 オークブイヨン 3.9	にんじん 13 ▲ サラダ油 0.39 ■ (冷)粒コーン 13 ▲ 根深ねぎ 3.9 ▲ うす口ようゆ 3.9 塩 0.52 こしよう 0.39 水 143											1 '
こい口しょうゆ 1.56 サラダ油 0.39	サラダ油 (冷)粒コーン 13 ▲ 13 ▲ 13 ● 123.5 123.5						水 143					1 '
酒 0.65 (冷)粒コーン 13 ▲ 根深ねぎ 3.9 ▲ おす口しょうゆ 3.9 塩 0.52 こしょう 0.039 ポークブイヨン 3.9 3.9 は	(冷)粒コーン 13 ▲ 根深ねぎ 3.9 ▲ 3.5 ロしょうゆ 3.9 塩 0.5.2 こしょう 0.3.9 ボークブイヨン 3.9 水 143	_						キャベツ 52 ▲	ポークブイヨン 3.9			1 '
酒 0.65 (冷)粒コーン 13 ▲ 根深ねぎ 3.9 ▲ うす口しょうゆ 3.9 塩 0.52 こしょう 0.039 ポークブイヨン 3.9	(冷)粒コーン 13 ▲ 根深ねぎ 3.9 ▲ 3.5 ロしょうゆ 3.9 塩 0.52 こしょう 0.039 ボークブイヨン 3.9 水 143		こい口しょうゆ 1.56				ひじきふりかけ(2g) 1袋	にんじん 13 ▲	水 123.5			1 '
は 0.52	うす口しようか 3.9 は 5.52 こしよう 1.43 が 1.43		酒 0.65					ごまドレッシング(10ml) 1袋				1 '
塩 0.52 こしょう 0.039 ポークブイヨン 3.9	塩 0.52 0.039 ポークブイヨン 3.9 水 143 683 kcal 775 kcal 720 kcal 725 kcal 869 kcal 869 kcal 869 kcal								みかんゼリー(70g) 1個 ■			1 '
こしょう 0.039 ポークブイヨン 3.9	こしょう			うす口しょうゆ 3.9								1 '
ポークブイヨン 3.9	ポークブイヨン 3.9 水 143											1 '
	水 143			こしょう 0.039								1 '
	691 kcal 683 kcal 775 kcal 720 kcal 725 kcal 869 kcal kcal kcal			ポークブイヨン 3.9								1 '
				水 143								1 '
												1 '
												1 '
												1 '
												1 '
												1 '
												1 '
	267 a 279 a 284 a 286 a 284 a 304 a									I I		kcal
たがく質 32.6 g 26.7 g 27.9 g 28.4 g 28.6 g 28.4 g 39.4 g		たんぱく質 脂質	32.6 g 21.9 g				28.6 g		39.4 g			g
	17.4 g 15.8 g 24.5 g 17.5 g 24.9 g 27.9 g g 27.9 g g 27.9 g g	食塩相当量		2.7 g	2.7 g	3.6 g	2.6 g	3.5 g	27.9 g 3.7 g			g