

令和8年1月分 学校給食献立表(中学校)

高槻市教育委員会

日付	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	26日(月)	27日(火)
献立名	○減量ごはん ○牛乳 ○ぶりの照り煮 ★紅白なます ○雑煮	○減量バターロール ○牛乳 ○そらまめ豆苗のスパゲッティ ★冬の焼き野菜	○ひじきピラフ ○牛乳 ○ミネストローネ ★豆腐サラダ (ごまだれッシング付)	○パン ○牛乳 ○春菊とさつまいものかきあげ ○じゃがいももちスープ ○みかんジャム	○冬野菜のカレー (ごはん) ○牛乳 ○わかさぎのバーベキューソース ★ポテサラダ(豆乳ソース付)	○パン ○牛乳 ○厚あげの野菜あん<除> ○はるさめスープ	○ごはん ○牛乳 ○ゆかりふりかけ	○麦ごはん ○牛乳 ○タッカルビ ○トッポギスープ ○スライスチーズ	○パン ○牛乳 ○じゃがいものみぞ汁 ○ばち汁	○たこめし ○牛乳 ○かしわのすきやき ★もやしの梅風味	○ごはん ○牛乳 ○かしわのすきやき ★もやしの梅風味
	(はし)	(はし)	(スプーン)	(はし)	(スプーン)	(はし)	(はし)	(はし)	(スプーン)	(はし)	(はし)
米水	90 1.5倍	■ スパゲッティ(1/2カット)	45.5 0.5%	■ 米	90 26	■ ワインソーセージ	32.5 ● にんにく	■ 春菊	110 1.3	■ 米	105 20%
水の豚肉	32.5 ● にんにく	■ にんにく	1.17 ● ひじき	■ たまねぎ	10 26	■ 春菊	1.5倍	■ 米の水	■ 米の水	■ 米	80 10
ぶり(角切)	58.5 ● にんにく	■ にんにく	52 ▲ たまねぎ	■ たまねぎ	19.5 19.5	■ ちくわ(スライス)	● にんにく	■ 豚肉	58.5 5.85	■ 米の水	■ 米の水
土しょうが	1.3 ▲ たまねぎ	■ たまねぎ	13 ▲ にんじん	■ にんじん	9.1 9.1	■ 小麦粉	■ にんにく	■ かたくり粉	26 ● 豚肉	1.5倍	■ 肉だんご(鶏)
こい口しょうゆ	6.5 ■ えのさたけ(カット)	■ にんじん	13 ▲ サラダ油	■ サラダ油	1.3 1.3	■ かたくり粉	■ かたくり粉	■ クッキングワイン	26 ● たまねぎ	20% ■ たまねぎ	■ もち米
さとう	3.9 ■ えのさたけ(カット)	■ にんじん	15.6 ■ 塩	■ 塩	1.3 0.39	■ 塩	■ 塩	■ にんにく	19.5 19.5	■ たまねぎ	19.5 13
酒	1.3 ■ そらまめ豆苗(5cmカット)	■ にんじん	0.65 ■ サラダ油	■ サラダ油	0.039 0.039	■ こしよう	■ こしよう	■ にんじん	6.5 6.5	■ にんじん	■ にんじん
みりん	3.9 ■ サラダ油	■ にんじん	0.78 ■ 塩	■ 塩	3.9 0.039	■ ボーケブイヨン	■ ボーケブイヨン	■ だいこん	0.13 0.13	■ たまねぎ	■ たまねぎ
水	6.5 ■ 塩	■ にんじん	0.039 ■ こしよう	■ こしよう	1.4倍 ■ 水(煮汁とも)	■ 水(煮汁とも)	■ 水(煮汁とも)	■ だいこん	0.13 0.13	■ たまねぎ	■ たまねぎ
だいこん	42 ▲ こい口しょうゆ	■ 豚肉	26 ● たまねぎ	■ たまねぎ	39 1.54	■ たまねぎ	■ 塩	■ 水	26 ● 豚肉	85 20%	■ 肉だんご(鶏)
にんじん	6 ▲ 豚肉	■ たまねぎ	39 ▲ にんじん	■ にんじん	13 0.042	■ にんじん	■ こしよう	■ 水	19.5 19.5	■ たまねぎ	39 13
塩	0.36 ■ れんこん	■ れんこん	19.5 13	■ にんじん	19.5 19.5	■ にんじん	■ にんじん	■ カレー粉	1.4 1.4	■ にんじん	■ にんじん
酢	2.4 ■ れんこん	■ れんこん	26 ▲ にんじん	■ にんじん	0.39 0.39	■ サラダ油	■ サラダ油	■ トマトケチャップ	2.24 2.24	■ にんじん	■ にんじん
うす口しょうゆ	1.2 ■ にんじん	■ にんじん	19.5 19.5	■ にんじん	0.65 0.65	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	2.8 2.8	■ にんじん	■ にんじん
さとう	1.8 ■ にんじん	■ にんじん	10 10	■ にんじん	0.65 0.65	■ トマトピューレ	■ トマトピューレ	■ ウスターソース	3.64 3.64	■ にんじん	■ にんじん
だいこん	18 ▲ オリーブ油	■ トマトピューレ	13 ■ カレー粉	■ カレー粉	0.65 0.65	■ トマトピューレ	■ トマトピューレ	■ トマトケチャップ	1.95 1.95	■ にんじん	■ にんじん
金時にんじん	12 ▲ 塩	■ トマトケチャップ	2.6 ■ 豚肉	■ 豚肉	0.26 0.26	■ トマトケチャップ	■ トマトケチャップ	■ トマトケチャップ	0.65 0.65	■ にんじん	■ にんじん
かまぼこ(梅)	6 ● こしよう	■ にんじん	0.013 ■ にんじん	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
(冷)とうふ	18 ● にんじん	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
だいこん	18 ■ オリーブ油	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
金時にんじん	12 ▲ 塩	■ にんじん	0.26 0.26	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
かまぼこ(梅)	6 ● こしよう	■ にんじん	0.013 ■ にんじん	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
(冷)とうふ	18 ● にんじん	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
だいこん	18 ■ オリーブ油	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
金時にんじん	12 ▲ 塩	■ にんじん	0.26 0.26	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
かまぼこ(梅)	6 ● こしよう	■ にんじん	0.013 ■ にんじん	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
(冷)とうふ	18 ● にんじん	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
だいこん	18 ■ オリーブ油	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
金時にんじん	12 ▲ 塩	■ にんじん	0.26 0.26	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
かまぼこ(梅)	6 ● こしよう	■ にんじん	0.013 ■ にんじん	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
(冷)とうふ	18 ● にんじん	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
だいこん	18 ■ オリーブ油	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
金時にんじん	12 ▲ 塩	■ にんじん	0.26 0.26	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
かまぼこ(梅)	6 ● こしよう	■ にんじん	0.013 ■ にんじん	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
(冷)とうふ	18 ● にんじん	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
だいこん	18 ■ オリーブ油	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
金時にんじん	12 ▲ 塩	■ にんじん	0.26 0.26	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
かまぼこ(梅)	6 ● こしよう	■ にんじん	0.013 ■ にんじん	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
(冷)とうふ	18 ● にんじん	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
だいこん	18 ■ オリーブ油	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
金時にんじん	12 ▲ 塩	■ にんじん	0.26 0.26	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
かまぼこ(梅)	6 ● こしよう	■ にんじん	0.013 ■ にんじん	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
(冷)とうふ	18 ● にんじん	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
だいこん	18 ■ オリーブ油	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
金時にんじん	12 ▲ 塩	■ にんじん	0.26 0.26	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
かまぼこ(梅)	6 ● こしよう	■ にんじん	0.013 ■ にんじん	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
(冷)とうふ	18 ● にんじん	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
だいこん	18 ■ オリーブ油	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
金時にんじん	12 ▲ 塩	■ にんじん	0.26 0.26	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
かまぼこ(梅)	6 ● こしよう	■ にんじん	0.013 ■ にんじん	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
(冷)とうふ	18 ● にんじん	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
だいこん	18 ■ オリーブ油	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
金時にんじん	12 ▲ 塩	■ にんじん	0.26 0.26	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
かまぼこ(梅)	6 ● こしよう	■ にんじん	0.013 ■ にんじん	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
(冷)とうふ	18 ● にんじん	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
だいこん	18 ■ オリーブ油	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
金時にんじん	12 ▲ 塩	■ にんじん	0.26 0.26	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
かまぼこ(梅)	6 ● こしよう	■ にんじん	0.013 ■ にんじん	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
(冷)とうふ	18 ● にんじん	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
だいこん	18 ■ オリーブ油	■ にんじん	0.6 0.6	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
金時にんじん	12 ▲ 塩	■ にんじん	0.26 0.26	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん	■ にんじん	■ 青ねぎ	5.2 5.2	■ にんじん	■ にんじん
かまぼこ(梅)	6 ● こしよう	■ にんじん	0.013 ■ にんじん	■ にんじん	0.013 0.013	■ にんじん</					

※献立名の前に★のある献立は、ガ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。

学养三色

■…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。

卵・うずら卵・生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。

今月の除去食	<鶏卵>を除去	なし
	<うずら卵>を除去	21日(水)厚あげの野菜あん
	<牛乳>を除去	23日(金)白菜と肉だんごのクリーム煮

※今月のだいこんの一部は、高槻産大阪エコ農産物です。