

令和7年12月分 学校給食献立表(小学校)

高槻市教育委員会

日付	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)
献立名	○ひじきごはん ○牛乳 ★肉だんごの照り焼きソース ○チンゲン菜のスープ	○ごはん ○牛乳 ★さばのよしる干し ○きんぴらごぼう ○じゃがいものみそ汁	○ミートドッグ(パン) ○牛乳 ○冬野菜のスープ ○デザートセレクト	○ごはん ○牛乳 ○豚肉とかぶのごまみそ煮 ★くわがめのいため煮 ○のりかつおふりかけ	○減量バターロール ○牛乳 ○和風カレーうどん ★冬の焼き野菜	○ごはん ○牛乳 ○ピリカラ豚じゃが ★切干し大根の梅風味	○パン ○牛乳 ★ポテトのピザソース焼き(チーズ入り) ○白玉スープ ○メープルジャム	○麦ごはん ○牛乳 ○牛肉と魚のそぼろ ○豆腐のみそ汁	○ごはん ○牛乳 ○おでん<除> ★もやしの甘酢煮 ○のりの佃煮	○パン ○牛乳 ○メンチカツ(カレー風味)(ソース付) ★そえ野菜 ○じゃがいももちスープ	○麦ごはん ○牛乳 ○厚あげの梅みそいため ○たぬき汁
材料および使用量(3・4年生生量)(g)	(はし) 米 1・2年生 60 3・4年生 70 5・6年生 80 鶏肉(もも) 20 にんじん 7 ひじき 1.1 こい口しょうゆ 5 さとう 1 みりん 1 塩 0.3 水 10 水(煮汁とも) 米の 1.4倍 肉だんご(豚) 50 たまねぎ 15 にんじん 5 サラダ油 0.2 さとう 0.8 みりん 3.4 こい口しょうゆ 2 水 8 かたくり粉 0.6 たまねぎ 30 にんじん 7 発芽玄米麺 8 チンゲン菜 15 うす口しょうゆ 2 酒 0.5 塩 0.4 こしょう 0.01 けずりぶし 1.1 だし昆布 0.6 水 110	(はし) 米 1・2年生 75 3・4年生 85 5・6年生 95 水 米の 1.4倍 さば(よしる干し50g) 1切 クッキングシート 豚肉 10 ささがきごぼう 25 にんじん 5 赤つきこんにやく 10 ごま油 0.3 さとう 1.35 こい口しょうゆ 2 酒 0.5 水 0~10 白ごま 1.5 たまねぎ 20 にんじん 10 じゃがいも 20 えのきたけ(カット) 7 青ねぎ 5 赤みそ 6.5 白みそ 3.5 煮干し 1.8 うす口しょうゆ 0.6 水 110	(スプーン) 牛ひき肉 30 クッキングワイン 0.5 たまねぎ 40 にんじん 10 土しょうが 0.1 にんにく 0.1 サラダ油 0.3 レンズ豆(乾) 5 塩 0.3 こしょう 0.02 トマトケチャップ 7 ウスターソース 3.5 トンカツソース 1 さとう 0.2 水 0~5 上新粉 2 水 8 豚肉 10 たまねぎ 20 にんじん 10 サラダ油 0.3 カリフラワー 10 はくさい 30 パセリ 0.5 塩 0.5 こしょう 0.03 うす口しょうゆ 2 ポークブイヨン 3 水 120 低アレルゲンプリン(40g) 1袋 ワッフル(20g) 1袋 ぶどうゼリー(40g) 1袋 低アレルゲンプリン 600kcal 23.3g 20.7g 2.8g ワッフル 632kcal 24.7g 23.9g 2.9g	(はし) 米 1・2年生 75 3・4年生 85 5・6年生 95 水 米の 1.4倍 豚肉 20 にんじん 20 たまねぎ 35 ごま油 0.3 かぶ 30 (冷)絹厚あげ 40 さいとう 2 こい口しょうゆ 4 みりん 0.8 赤みそ 3 白ごま 1 かたくり粉 0.5 ハム(スライス) 10 (冷)くわがめ(細) 8 緑豆太もやし 30 にんじん 5 サラダ油 0.3 さとう 1 こい口しょうゆ 1.5 酢 1.5 塩 0.2 のりかつおふりかけ(1.3g) 1袋	(はし) (冷)うどん 80 豚肉 25 サラダ油 0.2 たまねぎ 30 にんじん 15 青ねぎ 5 (冷)油あげ(さざみ) 4 カレー粉 0.8 こい口しょうゆ 5 みりん 0.5 塩 0.5 けずりぶし 1.3 だし昆布 0.6 水 130 かたくり粉 1.1 フランソワソーセージ 15 れんこん 15 たまねぎ 20 にんじん 10 ブロッコリー 10 オリーブ油 0.5 塩 0.2 こしょう 0.01	(はし) 米 1・2年生 75 3・4年生 85 5・6年生 95 水 米の 1.4倍 豚肉 30 にんにく 0.1 土しょうが 0.3 たまねぎ 40 にんじん 20 じゃがいも 50 赤つきこんにやく 15 にら 5 白ごま 1 赤みそ 1 さとう 1.5 トバンジャン 0.2 酒 0.5 こい口しょうゆ 4 水 0~5 ハム(スライス) 10 切干し大根 4 にんじん 10 緑豆太もやし 25 さとう 1 うす口しょうゆ 1.2 酒 0.4 梅肉 1 水 0~5	(はし) (冷)カットポテト(ナチュラルカット) 50 たまねぎ 10 シヨルダベーコン(スライス) 5 (冷)粒コーン 5 塩 0.2 こしょう 0.02 チリソース 6 トマトケチャップ 7 ピザ用チーズ 10 パセリ 0.5 紙カップ(150ml) 1枚 鶏肉(もも) 10 たまねぎ 20 にんじん 10 はくさい 20 しいたけ(干・カット) 0.5 (冷)白玉だんご 30 うす口しょうゆ 2 酒 0.5 塩 0.5 こしょう 0.02 けずりぶし 1.2 だし昆布 0.6 水 120 メープルジャム(12g) 1袋	(スプーン) 米 1・2年生 60 3・4年生 70 5・6年生 80 米粒麦 米の 20% 水 米+麦の 1.45倍 牛ひき肉 30 かんぱち(そぼろ) 10 土しょうが 0.5 たまねぎ 10 にんじん 10 切干し大根 1.5 (冷)粒コーン 10 (冷)むき枝豆 5 サラダ油 0.3 さとう 2 酒 1 みりん 1.5 こい口しょうゆ 5 水 0~10 (冷)とうふ 20 たまねぎ 20 にんじん 10 えのきたけ 7 青ねぎ 5 赤みそ 6.5 白みそ 4.5 煮干し 2 だし昆布 0.6 水 120	(はし) メンチカツ(レバー入り・カレー風味)(60g) 1個 なたね油(あげ油) 6 中濃ソース(10g) 1袋 キャベツ 30 にんじん 3 たまねぎ 30 にんじん 10 (冷)じゃがいももち 30 しいたけ(干・カット) 0.5 うす口しょうゆ 5 酒 0.5 塩 0.5 こしょう 0.01 けずりぶし 1.2 だし昆布 0.6 水 120 まぐろ油漬 10 にんじん 5 緑豆太もやし 40 さとう 1 酢 1.5 こい口しょうゆ 1.5 のりの佃煮(8g) 1袋	(はし) 米 1・2年生 60 3・4年生 70 5・6年生 80 米粒麦 米の 20% 水 米+麦の 1.45倍 豚肉 25 にんにく 0.1 (冷)絹厚あげ 40 キャベツ 30 にんじん 7 サラダ油 0.3 梅肉 1.4 赤みそ 3 みりん 2 酒 1 水 0~5 こい口しょうゆ 0.5 かたくり粉 0.5 にんじん 10 たまねぎ 20 平天(スライス) 15 こんにやく 10 チンゲン菜 10 土しょうが 0.3 うす口しょうゆ 2 酒 0.5 塩 0.2 けずりぶし 1.1 だし昆布 0.6 水 110 かたくり粉 0.6	
エネルギー	567 kcal	675 kcal	609kcal	602 kcal	562 kcal	577 kcal	609 kcal	602 kcal	603 kcal	636 kcal	569 kcal
たんぱく質	22.7 g	25.7 g	23.8g	24.9 g	23.5 g	23.6 g	27.1 g	23.8 g	23.7 g	21.9 g	24.9 g
脂質	16.5 g	24.1 g	21.5g	16.0 g	22.5 g	13.2 g	16.0 g	18.5 g	16.6 g	23.0 g	14.9 g
食塩相当量	2.7 g	1.7 g	2.8g	2.0 g	2.6 g	1.5 g	3.0 g	2.1 g	2.5 g	3.6 g	1.7 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、9日(火)、12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・うす口しょうゆ・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。

今月の除去食	<鶏卵>を除去	なし
	<うす口しょうゆ>を除去	11日(木)おでん
	<牛乳>を除去	19日(金)さといものポタージュ

