

令和8年2月分 学校給食献立表(小学校)

高槻市教育委員会

日付	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	9日(月)	10日(火)	12日(木)	13日(金)	16日(月)	17日(火)
献立名	○中華おこわ ○牛乳 ○はるさめのいためもの ○白玉スープ	○ごはん ○牛乳 ○いわしのねぎおろしだれ ○こまつなのみそ汁 ○福豆	○減量パン ○牛乳 ○スパゲッティミートソース ○みかん寒天	○ごはん ○牛乳 ○鶏ちゃん焼き ★もやしのごま酢いため	○あげパン ○牛乳 ○豚肉とニョッキのトマト煮 ★焼き野菜	○ごはん ○牛乳 ★さばの塩麹焼き ○キャベツのからしあえ ○だいこんのみそ汁	○ピラフ ○牛乳 ○キャロットポターージュ<除> ○ごぼうサラダ(豆乳ソース付)	○ごはん ○牛乳 ○麻婆豆腐 ★もやしの甘酢煮	○パン ○牛乳 ○そらまめ豆腐のかきあげ ○スープ ○いちごジャム	○麦ごはん ○牛乳 ○さばのチヨリム ★ナムル ○チンゲン菜のスープ	○ごはん ○牛乳 ○大根の中華そばろ煮 ○ワンタンスープ
	(はし)	(はし)	(スプーン)	(はし)	(はし)	(はし)	(スプーン)	(スプーン)	(はし)	(はし)	(スプーン)
材料および使用量(3・4年生量)(g)	米 1・2年生 36 ■ 3・4年生 42 ■ 5・6年生 48 ■ もち米 1・2年生 24 ■ 3・4年生 28 ■ 5・6年生 32 ■ 焼き豚 20 ● にんじん 10 ▲ たけのこ水煮(短冊) 10 ▲ しいたけ(干・カット) 0.5 ▲ こい口しょうゆ 4 ▲ みりん 1 ▲ 塩 0.3 ▲ 水(しいたけの戻し汁とも) 10 ▲ 水(煮汁とも)米+もち米の 1.3倍 豚肉 15 ● たまねぎ 30 ▲ にんじん 10 ▲ キャベツ 30 ▲ 緑豆はるさめ 9 ■ サラダ油 0.5 ■ 塩 0.3 ■ こしょう 0.03 ■ こい口しょうゆ 2 ■ 酒 1 ■ オイスターソース 0.6 ■ 水 0~5 ■ 鶏肉(もも) 10 ● たまねぎ 20 ▲ にんじん 10 ▲ サラダ油 0.3 ■ (冷)白玉だんご 25 ■ 青ねぎ 5 ▲ うす口しょうゆ 2 ■ 酒 0.5 ■ 塩 0.4 ■ こしょう 0.03 ■ けずりぶし 1.1 ■ だし昆布 0.6 ■ 水 110 ■	米 1・2年生 75 ■ 3・4年生 85 ■ 5・6年生 95 ■ 水 米の 1.4倍 いわし(粉付・8~12g) 50 ● なたね油(あげ油) 5 ■ こい口しょうゆ 3.5 ■ みりん 1.5 ■ さとう 1.5 ■ 大根おろし(冷蔵) 15 ▲ 根深ねぎ 10 ▲ 水 5 ■ たまねぎ 30 ▲ にんじん 5 ▲ こまつな 10 ▲ 青ねぎ 5 ▲ 赤みそ 6.5 ● 白みそ 3.5 ● 煮干し 1.8 ■ だし昆布 0.6 ■ 水 110 ■ 福豆(10g) 1袋 ●	スパゲッティ(4cmカット) 35 ■ 塩 水の 0.5% 牛ひき肉 35 ● たまねぎ 50 ▲ にんじん 20 ▲ サラダ油 0.5 ■ パセリ 0.5 ▲ トマトケチャップ 17 ■ ウスターソース 6 ■ さとう 1 ■ 塩 0.3 ■ こしょう 0.03 ■ 水 0~5 ■ みかんジュース 35 ▲ 糸寒天 0.5 ● さとう 5 ■ 水 25 ■	米 1・2年生 75 ■ 3・4年生 85 ■ 5・6年生 95 ■ 水 米の 1.4倍 鶏肉(もも10g) 45 ● にんにく 0.3 ▲ 塩 0.1 ■ トーバンジャン 0.2 ■ たまねぎ 20 ▲ にんじん 10 ▲ キャベツ 35 ▲ しめじ 10 ▲ (冷)絹厚あげ 30 ● サラダ油 0.3 ■ ハム(スライス) 10 ● 緑豆太もやし 40 ▲ にんじん 10 ▲ ごま油 0.2 ■ さとう 0.8 ■ 酢 1.2 ■ こい口しょうゆ 2 ■ ごま油 0.3 ■ 白ごま 1 ■	減量パン 1本 ■ グラニュー糖 2 ■ なたね油(あげ油) 5.5 ■ 豚肉(かたロス角切) 30 ● クッキングワイン 0.5 ■ たまねぎ 40 ▲ にんじん 15 ▲ サラダ油 0.3 ■ パセリ 0.5 ▲ (冷)ポテトニョッキ 30 ■ 塩 0.5 ■ こしょう 0.03 ■ トマトケチャップ 5 ■ トマトソース(食塩無添加) 15 ▲ ウスターソース 1.5 ■ さとう 0.9 ■ ポークパイオン 3 ■ 水 80 ■ フランクソース 20 ● たまねぎ 20 ▲ にんじん 10 ▲ (冷)粒コーン 10 ▲ (冷)むき枝豆 10 ▲ オリーブ油 0.5 ■ 塩 0.2 ■ こしょう 0.01 ■	米 1・2年生 75 ■ 3・4年生 85 ■ 5・6年生 95 ■ 水 米の 1.4倍 さば(塩麹漬50g) 1切 ● クッキングシート 1 ■ 焼き豚 10 ● キャベツ 45 ▲ にんじん 5 ▲ サラダ油 0.3 ■ からし粉 0.1 ■ うす口しょうゆ 2 ■ 酢 2 ■ さとう 0.8 ■ だいこん 30 ▲ にんじん 10 ▲ しめじ 10 ▲ (冷)大根葉 7 ▲ 赤みそ 6.5 ● 白みそ 3.5 ● 煮干し 1.8 ■ だし昆布 0.6 ■ 水 110 ■ ちくわ(スライス) 10 ● ささがきごぼう 25 ▲ にんじん 5 ▲ (冷)粒コーン 10 ▲ うす口しょうゆ 1.5 ■ みりん 1 ■ 水 10 ■ 豆乳ソース(8g) 1袋 ●	米 1・2年生 60 ■ 3・4年生 70 ■ 5・6年生 80 ■ 水 米の 1.4倍 ウィンナーソーセージ 15 ● たまねぎ 20 ▲ にんじん 5 ▲ サラダ油 1 ■ (冷)むき枝豆 5 ▲ 塩 1 ■ こしょう 0.03 ■ ポークパイオン 3 ■ 水(煮汁とも) 米の 1.3倍 豚肉 15 ● たまねぎ 30 ▲ にんじん 10 ▲ じゃがいも 30 ■ サラダ油 0.3 ■ (冷)にんじんベスト 20 ▲ パセリ 0.5 ▲ 上新粉 4 ■ 水 16 ● <牛乳> 40 ● 塩 1 ■ こしょう 0.03 ■ ポークパイオン 3 ■ 水 64 ■ 鶏肉油漬 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 ■	米 1・2年生 75 ■ 3・4年生 85 ■ 5・6年生 95 ■ 水 米の 1.4倍 (冷)粒コーン 10 ▲ ハム(スライス) 10 ● たまねぎ 20 ▲ にんじん 15 ▲ こい口しょうゆ 3 ■ さとう 0.5 ■ 赤みそ 4 ● トーバンジャン 0.2 ■ 水 0~5 ■ かたくり粉 0.5 ■ 鶏肉油漬 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 ■ そらまめ豆腐(3cmカット) 7 ▲ 小麦粉 13 ■ かたくり粉 2 ■ 塩 0.3 ■ こしょう 0.03 ■ 水 5~10 ■ なたね油(あげ油) 8.2 ■ 豚肉 10 ● たまねぎ 30 ▲ にんじん 15 ▲ 発芽玄米麺 8 ■ 青ねぎ 5 ▲ うす口しょうゆ 2 ■ 酒 0.5 ■ 塩 0.5 ■ こしょう 0.03 ■ けずりぶし 1.2 ■ だし昆布 0.6 ■ 水 120 ■ いちごジャム(15g) 1袋 ■	米 1・2年生 60 ■ 3・4年生 70 ■ 5・6年生 80 ■ 水 米の 1.45倍 米粒麦 米の 20% 水 米+麦の 1.45倍 さば(角切) 50 ● にんにく 0.4 ▲ 土しょうが 0.5 ▲ こい口しょうゆ 3.5 ■ コチジャン 0.8 ■ さとう 2.5 ■ みりん 2 ■ 水 5 ■ ハム(スライス) 10 ● (冷)きわかめ(細) 8 ● 緑豆太もやし 30 ▲ にんじん 5 ▲ ごま油 0.2 ■ さとう 1 ■ こい口しょうゆ 1.5 ■ 酢 1.5 ■ 白ごま 1 ■ 豚肉 10 ● たまねぎ 25 ▲ にんじん 10 ▲ しいたけ(干・カット) 0.5 ▲ チンゲン菜 15 ▲ うす口しょうゆ 2 ■ 酒 0.5 ■ 塩 0.4 ■ こしょう 0.02 ■ けずりぶし 1.1 ■ だし昆布 0.6 ■ 水(しいたけの戻し汁とも) 110 ■	米 1・2年生 75 ■ 3・4年生 85 ■ 5・6年生 95 ■ 水 米の 1.4倍 豚ひき肉 30 ● だいこん 80 ▲ たまねぎ 25 ▲ にんじん 5 ▲ 青ねぎ 2 ▲ トーバンジャン 0.1 ■ サラダ油 0.3 ■ いら 5 ▲ さとう 0.9 ■ 酒 0.6 ■ 塩 0.3 ■ こしょう 0.02 ■ こい口しょうゆ 1.5 ■ テンメンジャン 2.5 ■ 水 0~5 ■ かたくり粉 0.6 ■ 鶏肉(もも) 20 ● たまねぎ 15 ▲ にんじん 5 ▲ 根深ねぎ 3 ▲ 土しょうが 0.3 ▲ ワンタン 7 ■ うす口しょうゆ 3 ■ 塩 0.5 ■ こしょう 0.03 ■ ポークパイオン 3 ■ 水 120 ■	
エネルギー	562 kcal	672 kcal	604 kcal	594 kcal	621 kcal	646 kcal	591 kcal	599 kcal	650 kcal	657 kcal	590 kcal
たんぱく質	22.2 g	27.1 g	22.3 g	28.1 g	23.2 g	23.8 g	23.9 g	23.2 g	19.4 g	26.5 g	24.0 g
脂質	13.3 g	23.3 g	19.4 g	16.7 g	28.6 g	23.4 g	17.9 g	17.5 g	22.8 g	25.2 g	16.3 g
食塩相当量	2.8 g	1.8 g	2.2 g	1.4 g	2.6 g	2.1 g	3.0 g	1.3 g	2.6 g	2.1 g	1.9 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(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< >が記入されています。

今月の除去食	<鶏卵>を除去 24日(火)油麩井
	<うずら卵>を除去 19日(木)おでん
	<牛乳>を除去 10日(火)キャロットポターージュ

