令和5年12月　学校給食予定献立表

川辺町学校給食センター

1日(金)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

ちくわの磯辺揚げ
- 竹輪(焼き竹輪) 2こ
- あおのり(素干し) 0.15
- 小麦粉(岐阜県産) 6
- 鶏卵(冷凍液卵) 3
- 大豆油 3
- かたくり粉 1

かおり和え
- キャベツ 20
- チンゲンツアイ 10
- 千切たくあん 5
- かおり 0.3
- ごま(いりごま) 0.5

高野豆腐の卵とじ
- 凍り豆腐 10
- 鶏卵(冷凍液卵) 20
- 干ししいたけ(乾) 1
- にんじん 10
- えだまめ(むき枝豆) 5
- たまねぎ 30
- サラダ油(米サラダ油) 1
- 和風だしの素 0.8
- しょうゆ(うすくち) 3
- しょうゆ(こいくち) 1.2
- 砂糖・中ざら 1.6
- 本醸造酒 1
- 水 54

ミルメーク
- ミルメーク 1こ

4日(月)
オムライス
- 米・精白米 60
- おおむぎ・米粒麦 6
- 本醸造酒 1
- 鶏むね皮なし(若鶏) 17
- たまねぎ 15
- エリンギ 10
- にんじん 10
- えだまめ(むき枝豆) 4
- 無塩バター 1
- ケチャップ 14
- トマトピューレー 2
- ソース(ウスターソース) 1.7
- 洋風だしの素 0.8
- 塩(食塩) 0.2
- こしょう(白) 0.04
- オムライス用卵焼き 1枚
- ケチャップ(一食用) 1袋

ポテトサラダ
- じゃがいも 40
- にんじん 8
- きゅうり 7
- マヨネーズ 7

パスタのスープ
- アルファベットパスタ 3
- ベーコン(豚ショルダー) 5
- キャベツ 10
- たまねぎ 15
- とうもろこし・ホールカーネル 5
- にんじん 5
- 洋風だしの素 0.2
- コンソメ 1.3
- 塩(食塩) 0.1
- こしょう(白) 0.015
- しょうゆ(うすくち) 1

味付け小魚
- 味付け小魚 1袋

5日(火)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

鶏肉とごぼうの甘辛
- 鶏むね皮つき(若鶏) 35
- 本醸造酒 1
- しょうが・おろし 0.2
- ごぼう 15
- かたくり粉 8
- 大豆油 3
- あおのり(素干し) 0.08
- ごま(いりごま) 0.6
- 三温糖 1.5
- しょうゆ(こいくち) 2.3
- みりん(本みりん) 1.2
- 水 1

昆布豆
- 大豆(国産) 乾 8
- 昆布素干(のしりこんぶ) 0.4
- 砂糖・中ざら 1.2
- しょうゆ(こいくち) 1.5
- みりん(本みりん) 0.3

ずいきのみそ汁
- 豆腐(木綿) 25
- 油あげ 3
- カットわかめ 0.5
- だいこん 15
- ねぎ 8
- にんじん 8
- ずいき(干し・乾) 0.15
- 豆みそ 3.9
- みそ(米) 淡色辛みそ 3.8
- 煮干し 2.5

オレンジ
- バレンシアオレンジ 1切

6日(水)
枝豆とわかめのごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7
- えだまめ(むき枝豆) 8
- 炊き込みワカメ 1.2

白身魚のフライ
- まだら(生) 1切
- 塩(食塩) 0.32
- こしょう(白) 0.04
- 鶏卵(冷凍液卵) 4
- 小麦粉(岐阜県産) 3.2
- パン粉・乾燥 4.8
- 大豆油 4

タルタルソース
- タルタルソース 1袋

キャベツのサラダ
- にんじん 5
- キャベツ 28
- きゅうり 8
- 和風ドレッシング 5

白味噌汁
- 厚揚げ 10
- ねぎ 8
- にんじん 8
- たまねぎ 15
- だいこん 22
- 煮干し 2.5
- みそ(米) 淡色辛みそ 7.8
- カットわかめ 0.1

7日(木)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

焼き鯖の味噌だれ
- まさば・生 1切
- 本醸造酒 0.8
- しょうが・おろし 0.16
- 豆みそ 3.2
- 本醸造酒 1.6
- みりん(本みりん) 0.8
- 三温糖 2.8
- 水 0.08
- 水 1.6

うの花煮
- おから・新製法 14
- 鶏もも皮つき(若鶏) 5
- にんじん 7
- 干ししいたけ(乾) 1
- 油あげ 2.1
- 牛乳(調理用) 7
- 砂糖・中ざら 0.9
- しょうゆ(うすくち) 2
- 和風だしの素 0.6
- サラダ油(米サラダ油) 1
- まめまめサラダ
- キャベツ 15
- きゅうり 10
- えだまめ(むき枝豆) 8
- みりん(本みりん) 0.4
- ごまドレッシング 6

けんちん汁
- だいこん 25
- ごぼう 10
- にんじん 5
- 油あげ 2
- 里芋 15
- 豆腐(木綿) 10
- 干ししいたけ(乾) 0.3
- 塩(食塩) 0.05
- しょうゆ(こいくち) 4
- フレーク節 3
- みりん(本みりん) 1

7日　つづき

ぶどうグミ
- 果汁グミ(ぶどう) 1袋

8日(金)
冬野菜カレーライス
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7
- じゃがいも 35
- たまねぎ 30
- にんじん 20
- 豚肩・脂付(大型) 15
- ほうれんそう 12
- はす(れんこん) 10
- 牛乳(調理用) 8
- 洋風だしの素 1.5
- ソース(ウスターソース) 5
- ナチュラルチーズ 2
- 塩(食塩) 0.5
- しょうが・おろし 0.2
- カレー粉 0.6
- 無塩バター 6
- 小麦粉(岐阜県産) 6
- ケチャップ 3
- サラダ油(米サラダ油) 1

わかさぎフリッター
- わかさぎフリッター 30
- 大豆油 3

まめまめサラダ
- キャベツ 15
- きゅうり 10
- えだまめ(むき枝豆) 8
- 大豆(国産) ゆで 6
- ごまドレッシング 6

ミニアセロラゼリー
- アセロラゼリーミニ 1こ

11日(月)
ビビンバ
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7
- 豚もも・脂付(大型) 27
- もやし(緑豆) 18
- たけのこ・水煮 12
- 干しぜんまい(ゆで) 5
- チンゲンツアイ 9
- こねぎ・生 3.2
- しょうが・おろし 0.45
- こしょう(白) 0.02
- トウバンジャン 0.36
- しょうゆ(こいくち) 7
- 酢・米酢 2.7
- 三温糖 1.8
- ごま(いりごま) 0.6
- ごま(すりごま) 0.7
- ごま油 1.3
- サラダ油(米サラダ油) 0.9
- いり卵 10

ポークシュウマイ
- しゅうまい(冷凍) 2こ

韓国わかめスープ
- 鶏ささ身水煮 5
- 干ししいたけ(乾) 0.8
- にんじん 10
- とうもろこし・ホールカーネル 5
- カットわかめ 0.6
- 鶏ガラスープ 5
- 中華風だしの素 0.5
- しょうゆ(うすくち) 3
- 塩(食塩) 0.1
- こしょう(白) 0.02
- コチジャン 0.01
- 水 120

オレンジ
- バレンシアオレンジ 1切

12日(火)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

鶏肉のレモン風味
- 鶏むね皮つき(若鶏) 45
- 塩(食塩) 0.15
- 本醸造酒 1.6
- かたくり粉 8
- 大豆油 4
- 三温糖 1.1
- サラダ油(米サラダ油) 0.3
- カレールウ 12
- フレーク節 2
- しょうゆ(こいくち) 4.8
- みりん(本みりん) 2.4

ごま親子豆
- コーンとキャベツのサラダ 5
- とうもろこし・ホールカーネル
- キャベツ 32
- きゅうり 8
- 和風ドレッシング 5

関東煮
- こんにゃく(板) 17
- はんぺん(玉)冷凍 12
- 里芋 21
- にんじん 14
- だいこん 30
- うずら卵(水煮・レトルト) 18
- 昆布素干(のしりこんぶ) 0.5
- フレーク節 1
- しょうゆ(こいくち) 2.8
- みりん(本みりん) 0.7
- 本醸造酒 0.7

ミニりんごゼリー
- すりおろしりんごゼリーミニ 1こ

13日(水)
カレーうどん
- うどん(給食用ゆで) 1袋
- 鶏もも皮つき(若鶏) 15
- キャベツ 20
- たまねぎ 30
- にんじん 20
- えだまめ(むき枝豆) 8
- 小麦粉(岐阜県産) 9
- 鶏卵(冷凍液卵) 4
- 油あげ 5
- ねぎ 5
- 塩(食塩) 0.15
- サラダ油(米サラダ油) 0.3
- カレールウ 12
- フレーク節 2
- しょうゆ(こいくち) 4.8
- 水 2.4
- みりん(本みりん) 2.4

大豆(国産) 乾 7.2
- 大豆油 2.4
- 三温糖 3.6
- きな粉・全粒大豆 0.7
- ごま(すりごま) 0.7
- 水 0.9

大根サラダ
- だいこん 37
- にんじん 5
- こまつな 7
- 青じそドレッシング 5

みかん
- みかん(温州) 1こ

14日(木)
天丼
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7
- きす 1枚
- 西洋かぼちゃ 1切
- かたくり粉 3
- 小麦粉(岐阜県産) 9
- 鶏卵(冷凍液卵) 4
- ブロッコリーとキャベツのサラダ
- ブロッコリー 20
- キャベツ 15
- にんじん 5
- しょうゆ(こいくち) 5
- 本醸造酒 2.4
- みりん(本みりん) 4.8
- フレーク節 1
- 水 20
- かたくり粉 0.48

金時豆の甘煮
- 金時豆 11
- 砂糖・中ざら 3
- 塩(食塩) 0.14

かき玉汁
- 鶏卵(冷凍液卵) 15
- にんじん 8
- たまねぎ 23
- えのきたけ 10
- ねぎ 8
- 糸かまぼこほぐし 5
- フレーク節 3
- しょうゆ(うすくち) 4
- 塩(食塩) 0.1
- かたくり粉 0.6

りんご
- りんご 1袋

15日(金)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

納豆
- 納豆(糸引納豆) 1こ

千草焼き
- 千草焼き 1こ

ブロッコリーとキャベツのサラダ
- ブロッコリー 20
- キャベツ 15
- にんじん 5
- 和風ドレッシング 8

大根のみそ汁
- だいこん 15
- 豆腐(木綿) 10
- 油あげ 3
- ねぎ 10
- にんじん 6
- カットわかめ 0.3
- 豆みそ 4
- みそ(米) 淡色辛みそ 4
- 煮干し 2.5

18日(月)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

ホキのレモン風味
- ホキ 50
- 本醸造酒 1.4
- かたくり粉 8
- 大豆油 3.6
- 三温糖 2.6
- しょうゆ(こいくち) 2.6
- レモン・果汁・生 1.9

五目きんぴら
- じゃがいも 18
- ごぼう 6
- にんじん 9
- こんにゃく(つき) 7
- いんげん 3
- ごま(いりごま) 0.7
- しょうゆ(こいくち) 2.3
- 塩(食塩) 0.07
- 三温糖 1.35
- サラダ油(米サラダ油) 0.7

豚汁
- たまねぎ 20
- だいこん 25
- にんじん 10
- 干ししいたけ(乾) 1
- 豚もも・脂付(大型) 15
- カットわかめ 0.3
- ねぎ 8
- 煮干し 2.5
- 豆みそ 7.7

さつまいもチップス
- さつまいもチップス 1こ

19日(火)
黒食パン
- 黒食パン(給食用) 1枚

ささみのピカタ
- 鶏ささ身(若鶏) 1本
- 塩(食塩) 0.14
- こしょう(白) 0.03
- 小麦粉(岐阜県産) 1
- 鶏卵(冷凍液卵) 10
- パン粉・乾燥 1.5
- パセリ・乾 0.02
- ナチュラルチーズ(パルメザン) 1.5
- サラダ油(米サラダ油) 1
- つぶケチャップ(卓上用) 5

コーンわかめサラダ
- とうもろこし・ホールカーネル 10
- カットわかめ 0.8
- キャベツ 10
- サラダ油(米サラダ油) 0.3
- 青じそドレッシング 6

白菜とさつまいものシチュー
- はくさい 35
- たまねぎ 25
- にんじん 10
- さつまいも 25
- ベーコン(豚) 5
- サラダ油(米サラダ油) 0.1
- 牛乳(調理用) 30
- 生クリーム 3
- ナチュラルチーズ 1
- コンソメ 1
- ローリエ 0.01
- 塩(食塩) 0.4
- こしょう(白) 0.01
- 上新粉 3.5

青りんごグミ
- 果汁グミ(青りんご) 1袋

20日(水)
五目ラーメン
- 中華めん(ゆで)・ラーメン 1袋
- もやし(緑豆) 15
- にんじん 12
- はくさい 23
- とうもろこし・ホールカーネル 6
- 焼き豚 5
- うずら卵(水煮・レトルト) 15
- ねぎ 10
- しょうゆ(こいくち) 6
- 三温糖 1.5
- こしょう(白) 0.08
- みりん(本みりん) 1.2
- フレーク節 3
- 鶏ガラスープ 5
- 中華風だしの素 1.8
- 豚ばら・脂付(大型) 8
- ごま(いりごま) 1
- ごま(すりごま) 1
- 塩(食塩) 0.1

鶏の唐揚げ
- 鶏もも皮つき(若鶏) 40
- しょうゆ(こいくち) 2.2
- しょうが 1.8
- 本醸造酒 0.45
- みりん(本みりん) 0.45
- ねぎ 2.7
- にんにく・おろし 0.15
- かたくり粉 12
- 大豆油 1

ゆでブロッコリー
- ブロッコリー 35
- 和風ドレッシング 5

みかん
- みかん(温州) 1こ

21日(木)
麦ごはん
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7

ブリの照り焼き
- ぶり(養殖) 1切
- しょうゆ(こいくち) 2.5
- みりん(本みりん) 0.6
- しょうゆ(こいくち) 1.5
- みりん(本みりん) 0.5
- 三温糖 1.5
- かたくり粉 0.15

白菜のごま和え
- はくさい 35
- もやし(緑豆) 15
- こまつな 12
- ごま(いりごま) 1
- ごま(すりごま) 1
- しょうゆ(こいくち) 2
- みりん(本みりん) 0.5

年越しのおかず
- 干ししいたけ(乾) 1
- 糸昆布 1
- だいこん 32
- 里芋 16
- にんじん 12
- ごぼう 8
- 油あげ 4
- 焼き豆腐 16
- 鶏もも皮つき(若鶏) 4
- 煮干し 1.6
- しょうゆ(こいくち) 4
- 本醸造酒 1.6
- みりん(本みりん) 1

ミニみかんゼリー
- みかんゼリーミニ 1こ

22日(金)
人参ごはん
- 米・精白米 60
- おおむぎ・米粒麦 6
- にんじん 30
- 本醸造酒 2
- 鶏もも皮なし(若鶏) 13
- こんにゃく(つき) 8
- 油あげ 2
- 干ししいたけ(乾) 0.8
- 和風だしの素 1
- しょうゆ(うすくち) 4.7
- しょうゆ(こいくち) 0.9
- 砂糖・中ざら 0.83
- サラダ油(米サラダ油) 1
- 水 76

かぼちゃのゴマゴマ天ぷら
- 西洋かぼちゃ 1切
- 小麦粉(岐阜県産) 4
- 鶏卵(冷凍液卵) 2.5
- 塩(食塩) 0.1
- 水 4.5
- かたくり粉 1
- 黒ごま(いりごま) 1
- 大豆油 3

れんこん入り野菜サラダ
- キャベツ 15
- にんじん 5
- はす(れんこん) 10
- こまつな 10
- とうもろこし・ホールカーネル 2
- ごまドレッシング 7

すまし汁
- 豆腐(木綿) 30
- えのきたけ 12
- ねぎ 10
- 糸かまぼこほぐし 4
- しょうゆ(うすくち) 4
- フレーク節 3

りんご
- りんご 1袋

25日(月)
メキシカンライス
- 米・精白米 55
- おおむぎ・米粒麦 5.5
- ウインナー・ソーセージ 18
- たまねぎ 20
- にんじん 6.5
- えだまめ(むき枝豆) 3.5
- カレー粉 0.46
- コンソメ 0.65
- サラダ油(米サラダ油) 1.5
- ソース(ウスターソース) 16
- 煮干し粉 0.45
- 塩(食塩) 0.53
- こしょう(白) 0.02

鶏肉のワイン焼き
- 鶏もも皮つき(若鶏) 1切
- ワイン(白) 1.5
- 塩(食塩) 0.13
- こしょう(白) 0.015
- 鶏卵(冷凍液卵) 6.5
- 三温糖 4
- 無塩バター 1.3
- ワイン(赤) 1.5
- ケチャップ 4.5
- 三温糖 0.6
- ソース(ウスターソース) 2
- 水 1.3
- かたくり粉 0.15

海藻入りサラダ
- とうもろこし・ホールカーネル 4
- きゅうり 10
- キャベツ 10
- カットわかめ 0.5
- 青じそドレッシング 8

コンソメスープ
- にんじん 6
- えだまめ(むき枝豆) 3
- たまねぎ 17
- キャベツ 8
- アルファベットパスタ 2
- ベーコン(豚ショルダー) 5
- コンソメ 1.5
- しょうゆ(うすくち) 1
- こしょう(白) 0.02

25日　つづき

- 塩(食塩) 0.1

クリスマスケーキ
- クリスマスケーキ 1こ

26日(火)
焼きそば
- 中華めん(ゆで)・やきそば 81
- 豚もも・脂付(大型) 15
- キャベツ 45
- たまねぎ 9
- むらさきいか・生 14
- にんじん 14
- 青ピーマン・生 3
- サラダ油(米サラダ油) 1.5
- ソース(ウスターソース) 16
- 煮干し粉 0.45
- 塩(食塩) 0.36
- こしょう(白) 0.02
- あおのり(素干し) 0.1

手作りカップケーキ
- ホットケーキの素 20
- 牛乳(調理用) 13.5
- 鶏卵(冷凍液卵) 6.5
- 三温糖 4
- 無塩バター 1.3
- アルミカップ・11号 1枚

かぼちゃのサラダ
- 西洋かぼちゃ 30
- にんじん 5
- とうもろこし・ホールカーネル 10
- きゅうり 10
- マヨネーズ 8

ヨーグルト
- ヨーグルト 1こ

加工食品配合表

4日　オムライス用卵焼き
- 鶏卵　加工でん粉
- 砂糖　食塩
- メタリン酸ナトリウム
- 菜種油　水

6日　タルタルソース
- 食用植物油脂　ピクルス
- 卵　ぶどう糖果糖液糖
- 食塩　醸造酢　増粘剤
- 調味料(アミノ酸)
- 香辛料抽出物　水

8日　わかさぎフリッター
- わかさぎ　醤油
- 小麦粉　オキアミ　でん粉
- 砂糖　米粉　食塩　アオサ
- 大豆油　ベーキングパウダー　水

12日　はんぺん(玉)冷凍
- 魚肉　人参　玉ねぎ
- 砂糖　食塩　ぶどう糖
- ごぼう　植物油
- 植物性たん白
- 加工でん粉　水

15日　千草焼
- 鶏卵　だし汁　人参
- ほうれん草　れんこん
- でん粉　鶏肉　砂糖
- 醤油　食塩　植物油脂
- 鉄分強化剤

18日　さつまいもチップス
- さつまいも　砂糖
- 植物油脂

25日　ウインナーソーセージ
- 豚肉　食塩　砂糖
- 香辛料

25日　クリスマスケーキ
- 乳又は乳製品を主要原料とする食品
- 砂糖　小麦粉　チョコレート
- 乾燥全卵　ココアパウダー
- 水あめ　粉末油脂
- こんにゃく加工品

調整ココアパウダー　水
- 加工でん粉　乳化剤
- 増粘剤　膨張剤　カカオ色素
- カゼインナトリウム
- 炭酸カルシウム
- ピロリン酸第二鉄
- ホエイソルト　pH調整剤
- 香料

クリスマスケーキ(アレルギー対応)
- 豆乳　砂糖　加工油脂
- 米粉　ココアパウダー
- 水あめ　大豆粉　植物油
- こんにゃく加工品
- 清涼飲料水　発酵調味料　水

加工でん粉　トレハロース
- 増粘剤　カラメル色素
- 乳化剤　炭酸カルシウム
- 膨張剤　増粘多糖類
- 香料　ピロリン酸第二鉄
- メタリン酸ナトリウム

26日　ホットケーキの素
- 小麦粉　砂糖　粉末油脂
- 小麦でん粉　食塩
- ベーキングパウダー
- 乳化剤　香料　着色料

26日　ヨーグルト
- 生乳　砂糖　脱脂粉乳
- クリーム　ゼラチン　香料製剤
- 乳酸菌カルチャー　調合水

1/10日(水)
きのこ入りカレーライス
- 米・精白米 70
- おおむぎ・米粒麦 7
- じゃがいも 30
- たまねぎ 35
- にんじん 20
- 豚もも・脂付(大型) 25
- エリンギ 10
- しめじ(ほんしめじ) 8
- 牛乳(調理用) 8
- 洋風だしの素 1.5
- ソース(ウスターソース) 5
- ナチュラルチーズ 2
- 塩(食塩) 0.5
- しょうが・おろし 0.2
- カレー粉 0.6
- 無塩バター 6
- 小麦粉(岐阜県産) 6
- ケチャップ 3
- サラダ油(米サラダ油) 1

皮はぎ天ぷら
- かわはぎロール 10
- 小麦粉(岐阜県産) 7
- かたくり粉 2.8
- しょうが・酢漬け 0.8
- あおのり(素干し) 0.07
- 大豆油 1.5

海藻入りサラダ
- とうもろこし・ホールカーネル 4
- きゅうり 10
- キャベツ 10
- カットわかめ 0.5
- 青じそドレッシング 8

オレンジ
- バレンシアオレンジ 1切

加工食品の内容等についてご質問がある方は、給食センターまでご連絡ください。

※牛乳は毎日つきます。　※分量（ｇ）は、小学校３，４年生基準の可食量です。

※学校給食における岐阜県の米・米粉・小麦粉・大豆・きのこ類・青果物・豚肉・牛肉・水産物は「学校給食地産地消推進事業」により、県・川辺町・ＪＡグループからの補助を受けています。