

令和3年度1月分

## 中学校給食献立表（Ｂブロック）

第一中学校・庭窪中学校・八雲中学校・梶中学校・  
大久保中学校・錦中学校・穂風中学校

実施日	立	名	品	実施日	立	名	品
1/12水	ごはん 牛乳 ぶりの照焼き 筑前煮 なます きな粉だんご すまし汁	【米】 【ぶり、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、片栗粉、油】 【鶏肉、こんにゃく、ごぼう、人参、絹さや、しょうゆ、砂糖、酒、けずりぶし】 【大根、金時人参、白ごま、酢、砂糖、しょうゆ、塩】 【白玉だんご、きな粉、砂糖、塩】 【てまり麩、えのきたけ、青ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】		1/21金	ごはん 牛乳 肉じゃが ちくわの磯辺揚げ もやしのとえ物 みそ汁	【米】 【牛肉、糸こんにゃく、じゃが芋、玉ねぎ、人参、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、けずりぶし】 【ちくわ、天ぷら粉、青のり、塩、油】 【ハム、もやし、きゅうり、人参、酢、しょうゆ、砂糖、塩】 【麩、青ねぎ、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ】	
1/13木	ツイストパン 牛乳 白菜のクリームシチュー ミンチカツ フレンチサラダ りんご缶	【ツイストパン】 【鶏肉、白菜、玉ねぎ、人参、牛乳、シチューフレーク、砂糖、塩、こしょう】 【ミンチカツ、油】 【キャベツ、きゅうり、コーン、人参、酢、オリーブ油、砂糖、しょうゆ、塩、こしょう】 【りんご缶】		1/24月	ごはん 牛乳 ホイコウロウ コロッケ 春雨サラダ 中華スープ	【米】 【豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマン、しょうが、油、テンメンジャン、赤みそ、しょうゆ、砂糖、こしょう】 【コロッケ、油】 【ツナ、錦糸卵、春雨、きゅうり、人参、白ごま、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油、中華スープ】 【玉ねぎ、コーン、中華スープ、塩、こしょう】	
1/14金	ツナピラフ 牛乳 豚肉のバーベキューソース炒め かぼちゃのマヨサラダ いかときゅうりのピクルス 卵スープ	【米、ツナ、玉ねぎ、人参、バター、コンソメ、塩、こしょう】 【豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、にんにく、油、ケチャップ、ウスターソース、りんごビュレ、粒マスタード、砂糖】 【かぼちゃ、枝豆、人参、マヨネーズ、砂糖、塩、こしょう】 【いか、きゅうり、酢、砂糖、塩、こしょう】 【卵、コーン、わかめ、コンソメ、塩、こしょう】		1/25火	たきこみごはん 牛乳 さけの塩焼き 鶏肉と里芋のごまみそ煮 切干大根の煮物 すまし汁	【米、うす揚げ、人参、ごぼう、しょうゆ、酒、塩、けずりぶし】 【さけ、酒、塩、油】 【鶏肉、こんにゃく、里芋、人参、白ごま、白みそ、砂糖、みりん、酒、けずりぶし】 【うす揚げ、人参、切干大根、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし】 【えのきたけ、わかめ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】	
1/17月	ごはん 牛乳 チキンステーキ・玉ねぎソース えび入りベロンチーノ ブロッコリーのごま和え コンソメスープ	【米】 【鶏肉、酒、しょうゆ、塩、こしょう、油、玉ねぎ、にんにく、しょうゆ、砂糖、酢、みりん、酒】 【スパゲティ、えび、枝豆、にんにく、オリーブ油、砂糖、塩、こしょう、たかのつめ】 【ブロッコリー、人参、白ごま、しょうゆ、みりん】 【人参、わかめ、コンソメ、塩、こしょう】		1/26水	ごはん 牛乳 鶏肉の天ぷら えびと野菜の炒め煮 ふかしさつま芋 みそ汁	【米】 【鶏肉、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖、天ぷら粉、油】 【えび、キャベツ、玉ねぎ、人参、枝豆、中華スープ、塩、こしょう、油】 【さつま芋、塩】 【うす揚げ、玉ねぎ、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ】	
1/18火	ごはん 牛乳 あじのカレー風味揚げ ポトフ 白菜の和え物 コンソメスープ	【米】 【あじ、カレー粉、塩、こしょう、片栗粉、油】 【ウインナー、じゃが芋、キャベツ、枝豆、コンソメ、しょうゆ、塩、こしょう】 【ちくわ、白菜、チンゲン菜、人参、しょうゆ、みりん】 【玉ねぎ、コーン、コンソメ、塩、こしょう】		1/27木	ごはん 牛乳 韓国風煮込み あげぎょうざ 白菜と水菜の煮物 すまし汁	【米】 【牛肉、大根、玉ねぎ、人参、しょうが、にんにく、ごま油、しょうゆ、砂糖、トウバンジャン】 【ぎょうざ、油】 【ちくわ、うす揚げ、白菜、水菜、しょうゆ、砂糖、酒、けずりぶし】 【しめじ、白ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】	
1/19水	ごはん 牛乳 鶏肉の竜田揚げ 五目煮 きゅうりの甘酢和え みそ汁	【米】 【鶏肉、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、塩、こしょう、片栗粉、油】 【ちくわ、大豆、人参、ごぼう、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、けずりぶし】 【うす揚げ、きゅうり、酢、砂糖、しょうゆ、みりん】 【大根、わかめ、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ】		1/28金	ごはん 牛乳 中華焼きそば エビカツ ひじきの炒め煮 中華スープ	【米】 【焼きそば、豚肉、小松菜、玉ねぎ、もやし、人参、にんにく、ごま油、しょうゆ、オイスターソース、酒、みりん、中華スープ、塩、こしょう】 【エビカツ、油】 【豚肉、こんにゃく、人参、ひじき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし】 【豆腐、コーン、わかめ、中華スープ、塩、こしょう】	
1/20木	ごはん 牛乳 照焼きハンバーグ フライドポテト えびと卵の炒め物 チンゲン菜の中華和え 中華スープ	【米】 【ハンバーグ、油、エリンギ、えのきたけ、枝豆、しょうゆ、砂糖、酒、片栗粉】 【じゃが芋、油、塩】 【卵、えび、玉ねぎ、青ねぎ、しょうゆ、塩、こしょう、油】 【ちくわ、チンゲン菜、ごま油、しょうゆ、塩、こしょう】 【白菜、人参、中華スープ、塩、こしょう】		1/31月	ごはん 牛乳 ボークカレーライス カマンベールチーズコロッケ いかとキャベツの和え物 オレンジゼリー	【米】 【豚肉、玉ねぎ、人参、トマト水煮、にんにく、油、カレーフレーク、塩】 【カマンベールチーズコロッケ、油】 【いか、キャベツ、きゅうり、人参、しょうゆ、みりん】 【オレンジゼリー】	

※食品のアレルゲンについてご質問がございましたら、守口市教育委員会事務局 教育部 保健給食課 までお問い合わせください。 TEL 06-6995-3156