

令和4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・樟風中学校

実 施 日 誌	立	名 産 品	実 施 日 誌	立	名 産 品
1/11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、こんにやく、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】 【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】	1/23月	ごはん 牛乳 マーボー豆腐丼 春巻 えびとチンゲン菜の和え物 炒り卵 黄桃缶	【米】 【豚ひき肉、豆腐、玉ねぎ、青ねぎ、しょうが、ごま油、赤みそ、しょうゆ、中華スープ、トウバンジャン、砂糖、片栗粉】 【春巻、油】 【えび、チンゲン菜、人参、しょうゆ、みりん】 【卵、枝豆、油、しょうゆ、塩、こしょう】 【黄桃缶】
1/12木	ごはん 牛乳 照焼きハンバーグ ポトフ いかのマリネ ふかしさつま芋 コンソメスープ	【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】 【ウインナー、じゃが芋、キャベツ、人参、にんにく、油、しょうゆ、コンソメ、塩、こしょう】 【いか、きゅうり、玉ねぎ、人参、しょうゆ、酢、砂糖、オリーブ油、塩】 【さつま芋、塩】 【白菜、人参、コーン、コンソメ、塩、こしょう】	1/24火	ごはん 牛乳 鶏肉の竜田揚げ いかとキャベツの和え物 しゅうまい 中華スープ	【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】 【いか、キャベツ、きゅうり、人参、しょうゆ、みりん】 【しゅうまい】 【玉ねぎ、わかめ、中華スープ、塩、こしょう】
1/13金	ツイストパン 牛乳 スパゲティミートソース バジルチキン ごぼうマヨサラダ コンソメスープ	【ツイストパン】 【スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、にんにく、油、ケチャップ、トマトピューレ、ウスターソース、塩、こしょう】 【鶏肉、レモン果汁、バジル、塩、こしょう、オリーブ油】 【ツナ、ごぼう、人参、きゅうり、コーン、マヨネーズ、塩、こしょう】 【キャベツ、玉ねぎ、コンソメ、塩、こしょう】	1/25水	ごはん 牛乳 ピリ辛肉じゃが ひじきの炒め煮 キャベツのおひたし すまし汁	【米】 【鶏肉、玉ねぎ、じゃが芋、人参、ニラ、しょうが、にんにく、白ごま、ごま油、赤みそ、しょうゆ、砂糖、トウバンジャン】 【うす揚げ、こんにやく、人参、ひじき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし】 【キャベツ、コーン、えのきたけ、しょうゆ、みりん、けずりぶし】 【豆腐、白菜、青ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】
1/16月	ごはん 牛乳 根菜カレーライス トンカツ・ソース キャベツのサラダ フルーツミックス缶	【米】 【牛肉、玉ねぎ、大根、さつま芋、人参、トマト水煮、にんにく、油、カレーフレーク、塩】 【トンカツ、油、ソース（小袋）】 【キャベツ、コーン、人参、砂糖、酢、しょうゆ、オリーブ油、塩】 【フルーツミックス缶】	1/26木	ごはん 牛乳 さけの塩焼き 鶏肉と里芋のごまみそ煮 水菜のはりはり煮 すまし汁	【米】 【さけ、酒、塩、油】 【鶏肉、こんにやく、里芋、人参、白ごま、白みそ、砂糖、みりん、酒、けずりぶし】 【牛肉、水菜、白菜、油、しょうゆ、砂糖、酒】 【麩、しめじ、青ねぎ、しょうゆ、みりん、塩、けずりぶし、だしこんぶ】
1/17火	ごはん 牛乳 ホイコウロウ かぼちゃコロッケ チンゲン菜と厚揚げの煮物 かぶのスープ	【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】 【かぼちゃコロッケ、油】 【厚揚げ、チンゲン菜、人参、しょうゆ、砂糖、みりん、酒】 【かぶ、人参、わかめ、中華スープ、塩、こしょう】	1/27金	ごはん 牛乳 関東煮 春菊のかきあげ ほうれん草のおひたし みそ汁	【米】 【鶏肉、平天、こんにやく、じゃが芋、大根、人参、さやいんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし、だしこんぶ】 【ちくわ、玉ねぎ、春菊、小麦粉、塩、油】 【ほうれん草、白菜、しょうゆ、みりん、けずりぶし】 【大根、わかめ、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ】
1/18水	ごはん 牛乳 さばの塩焼き きんぴらごぼう ほうれん草のごま和え 豚汁	【米】 【さば、酒、塩、油】 【牛肉、こんにやく、ごぼう、人参、白ごま、ごま油、しょうゆ、砂糖、みりん、けずりぶし】 【ほうれん草、人参、白ごま、砂糖、しょうゆ、みりん】 【豚肉、こんにやく、大根、人参、白みそ、赤みそ、けずりぶし、だしこんぶ】	1/30月	ごはん 牛乳 あじのカレームニエル 白菜のクリーム煮 いかときゅうりのピクルス コンソメスープ	【米】 【あじ、小麦粉、カレー粉、塩、こしょう、油】 【鶏肉、白菜、玉ねぎ、人参、牛乳、小麦粉、バター、コンソメ、塩、こしょう】 【いか、きゅうり、酢、砂糖、塩、こしょう】 【ハム、玉ねぎ、コーン、コンソメ、塩、こしょう】
1/19木	ごはん 牛乳 ピビンバ風炒め れんこんのからあげ きゅうりのナムル 中華スープ	【米】 【牛肉、もやし、人参、ほうれん草、にんにく、ごま油、しょうゆ、中華スープ、砂糖、コチュジャン】 【れんこん、しょうゆ、砂糖、酒、みりん、からあげ粉、小麦粉、油】 【きゅうり、キャベツ、人参、しょうゆ、ごま油、中華スープ】 【白菜、コーン、中華スープ、塩、こしょう】	1/31火	ごはん 牛乳 鶏肉の天ぷら こんにやくちりめん 白菜のおかか和え みそ汁	【米】 【鶏肉、しょうが、しょうゆ、酒、砂糖、天ぷら粉、油】 【ちりめんじゃこ、系こんにやく、ピーマン、人参、白ごま、油、しょうゆ、砂糖、みりん、酒】 【ツナ、白菜、きゅうり、人参、かつおぶし、しょうゆ、みりん】 【うす揚げ、玉ねぎ、赤みそ、白みそ、けずりぶし、だしこんぶ】
1/20金	ごはん 牛乳 ポークビーンズ 鶏肉のチーズ焼き キャベツのサラダ 野菜スープ	【米】 【豚肉、大豆、じゃが芋、玉ねぎ、人参、マッシュルーム、トマト水煮、ケチャップ、ウスターソース、砂糖、塩、コンソメ、こしょう】 【鶏肉、チーズ、枝豆、マヨネーズ、塩、こしょう】 【キャベツ、きゅうり、人参、かつおぶし、しょうゆ、オリーブ油、酢、塩】 【ハム、玉ねぎ、チンゲン菜、人参、コンソメ、塩、こしょう】			

※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