

令和5年度(1月10日~1月23日)

1月 学校給食献立表
(食材確認用献立表)

川西市教育委員会

※食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

日・曜	10日(水)		11日(木)		12日(金)		15日(月)		16日(火)		17日(水)		18日(木)		19日(金)		22日(月)		23日(火)			
献立名	牛乳 白飯 じゃがいものみそ汁 かぶのそぼろ煮		牛乳 白飯 すまし汁 煮しめ 紅白なます		牛乳 白飯 ぞう煮 こんぶの炒め煮 しほり黒豆		牛乳 あずきごはん すまし汁 牛肉のしぐれ煮 野菜のごまあえ		牛乳 食パン りんごジャム(手作り) 白いんげんのトマト煮 にんじんサラダ		牛乳 白飯 味付けのり 豚汁 切干大根の煮物		牛乳 白飯 スーミータン 豚肉とちんげん菜の炒め煮 ぼんかん		牛乳 白飯 だいこんのみそ汁 ぶりのてり煮 きやべつのおえもの		牛乳 白飯 肉じゃが ゆばと野菜のおかか煮		牛乳 白飯 豚肉とこまつな ぶどうかん			
材料名および使用量(g)	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本	牛乳	1本
	精白米	75	精白米	75	精白米	60	精白米	75	食パン	1袋	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75
	水	101	水	101	水	81	水	5	りんご(60/80/100)	1袋	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101
	じゃがいも	20	ふ(てまりふ)	1.5	白玉粉	10	塩	0.8	りんご	30	味付けのり(8切5枚)	1袋	*鶏卵	15	だいこん	20	牛肉(スライス)	20	えび(80~120・冷)	15	えび(80~120・冷)	15
	豆腐(冷)	20	わかめ(乾)	0.5	上新粉	5	水	109	てんさい糖	6	はるさめ	3	油あげ(冷)	5	じゃがいも	80	わかめ(乾)	0.5	たまねぎ	40	豆腐(冷)	20
	油あげ(冷)	5	にんじん	15	水	10	豆腐(冷)	20	レモン果汁	0.1	たまねぎ	20	クリームコーン	20	にんじん	15	糸こんにやく	35	たまねぎ	15	たまねぎ	15
	わかめ(乾)	0.5	葉ねぎ	3	さけ(角・皮なし・冷)	20	わかめ(乾)	0.5	白いんげん(ゆで)	25	じゃがいも	20	サラダ油	0.5	葉ねぎ	5	にんじん	25	ホールコーン(冷)	10	ホールコーン(冷)	10
	にんじん	15	干し椎茸(スライス)	0.5	さといも	20	にんじん	15	ベーコン	5	緑豆もやし	15	×0糖(エックスオーゼジャン)	0.2	みそ(赤)	10	サラダ油	1	しょうゆ(濃)	5.5	しょうゆ(濃)	5.5
	葉ねぎ	5	しょうゆ(淡)	4	金時にんじん	15	えのきだけ	3	じゃがいも	30	つきこんにやく	10	清酒	1	煮干し(だし用)	2	煮干し(だし用)	1	水	130	水	130
	みそ(赤)	9	清酒	1	だいこん	15	みつば	3	たまねぎ	30	ごぼう(さががき)	5	塩	0.7	みそ(赤)	9	しょうゆ(淡)	0.5	みりん	1	みりん	1
	けずりぶし(だし用)	2	塩	0.2	葉ねぎ	5	しょうゆ(淡)	4	にんじん	15	葉ねぎ	5	しょうゆ(白)	0.02	あごだし	0.5	水	50	でんぷん	8	でんぷん	8
	煮干し(だし用)	1	けずりぶし(だし用)	2	干し椎茸(スライス)	0.5	清酒	1	パセリ(乾)	0.03	みそ(赤)	9	ごま油	0.3	水	120	ガーリック	0.02	てんぷら油	8	てんぷら油	8
	水	120	こんぶ(だし用)	0.5	みそ(赤)	8	塩	0.2	サラダ油	1	あごだし	0.5	水	0.02	ごま油	0.3	みりん	0.5	水	5	水	5
	かぶ	45	水	130	みそ(白)	3	けずりぶし(だし用)	2	ケチャップ	8	水	0.5	鶏手羽先(だし用)	15	水	130	でんぷん	0.5	きやべつ	30	きやべつ	30
	鶏挽肉(粗)	20	鶏肉(若5)	20	けずりぶし(だし用)	2	こんぶ(だし用)	0.5	ソース(ウスター)	2	切干大根	5	水	10	ごま油	0.3	みりん	0.5	にんじん	5	にんじん	5
	にんじん	5	高野豆腐(1/20)	0.2	煮干し(だし用)	0.5	水	130	しょうゆ(濃)	1.5	油あげ(冷)	5	鶏手羽先(だし用)	15	水	130	水	130	水	130	水	130
	葉ねぎ	3	こんぶ(角)	0.3	水	120	牛肉(スライス)	30	ぶどう酒(赤)	1	にんじん	5	にんにく(だし用)	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
	しょうゆ(濃)	2.5	だいこん	15	こんぶ(細切)	3	糸こんにやく	15	さとう(三温)	0.5	干し椎茸(スライス)	0.5	しょうゆ(濃)	2.5	水	130	水	130	水	130	水	130
	さとう(三温)	1	さといも	10	豚肉(細切)	15	しょうが	1	塩	0.2	しょうゆ(濃)	2.5	さとう(三温)	1.5	水	130	水	130	水	130	水	130
	みりん	0.5	板こんにやく	10	にんじん	10	しょうが	0.5	こしょう(白)	0.02	さとう(三温)	1.5	みりん	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
	でんぷん	0.5	れんこん	10	しょうが	0.2	しょうゆ(濃)	3	ガーリック	0.02	パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
	水	5	金時にんじん	5	ごま油	0.5	みりん	3	パブリカパウダー	0.02	パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
			しょうゆ(濃)	3.2	しょうゆ(濃)	1	清酒	2	鶏手羽先(だし用)	15	パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
			さとう(三温)	1.2	しょうゆ(濃)	1	さとう(三温)	1	にんにく(だし用)	0.5	パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
			みりん	0.5	さとう(三温)	0.3	水	2	たまねぎ(だし用)	0.5	パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
			水	10	しほり黒豆(個装)	1袋	きやべつ	30	ベーリーフ	0.03	パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
			だいこん	45			にんじん	5	水	80	パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
			金時にんじん	5			ほうれんそう	5	にんじん	25	パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
			酢	2.4			すりごま	1	まぐろ油漬(フレーク)	10	パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
			さとう(三温)	1.3			しょうゆ(淡)	1.5	たまねぎ	5	パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
			塩	0.2			酢	1	しょうゆ(淡)	1	パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
									こしょう(白)	0.01	パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130	水	130
											パブリカパウダー	0.02	水	0.5	水	130	水	130	水	130		

令和5年度(1月24日～1月31日)

1月 学校給食献立表
(食材確認用献立表)

川西市教育委員会

※食材の入荷状況により、献立内容を変更することがあります。

日・曜	24日(水)			25日(木)			26日(金)			29日(月)			30日(火)			31日(水)					
献立名	牛乳 白飯 白みそシチュー ブロッコリーサラダ チーズ(スモーク)			牛乳 白飯 さといものみそ汁 五目炒め煮			牛乳 白飯 はるさめスープ さけのフライ きゃべつサラダ			牛乳 白飯 すきやき はりはり大根			牛乳 カレーライス 白飯 冬野菜のカレー ひじきマヨサラダ			牛乳 白飯 あんかけうどん さといもの炒め煮					
材 料 名 お よ び 使 用 量 (g)	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○	牛乳	1本	○
	精白米	75	□	精白米	75	□	精白米	75	□	精白米	75	□	精白米	75	□	精白米	75	□	精白米	60	□
	水	101		水	101		水	101		水	101		水	101		水	101		水	81	
	鶏肉(若5)	20	○	さといも	20	□	はるさめ	7	□	牛肉(スライス)	30	○	鶏肉(若10)	30	○	うどん(冷)	50	□	豚肉(スライス)	10	○
	じゃがいも	30	□	豆腐(冷)	20	○	豚肉(細切)	20	○	厚揚げ(冷)	20	○	たまねぎ	30	△	えび(80~120・冷)	10	○	いしか(かのこ・冷)	10	○
	にんじん	20	△	油あげ(冷)	5	○	はくさい	15	△	ふ	2	□	にんじん	20	△	清酒	1		はくさい	20	△
	たまねぎ	20	△	わかめ(乾)	0.5	○	にんじん	10	△	たまねぎ	40	△	だいこん	20	△	にんじん	5	△	葉ねぎ	5	△
	はくさい	20	△	にんじん	15	△	きくらげ(乾)	0.3	△	はくさい	35	△	れんこん	15	△	清酒	1		葉ねぎ	5	△
	ほうれんそう	5	△	葉ねぎ	5	△	しょうゆ(淡)	4		糸こんにゃく	30	△	ごぼう(洗い)	10	△	にんじん	5	△	干し椎茸(スライス)	0.5	△
	豆乳	40	○	みそ(赤)	9	○	清酒	1		にんじん	20	△	サラダ油	1	□	しょうゆ(濃)	3		しょうが	0.5	△
	みそ(白)	8	○	けずりぶし(だし用)	2		塩	0.2		根深ねぎ	10	△	カレー粉	0.5		しょうゆ(淡)	3		しょうゆ(淡)	5	
	麦みそ	1	○	煮干し(だし用)	1		こしょう(黒)	0.02		しゆんぎく	5	△	しょうゆ(濃)	7		しょうゆ(濃)	3		水	100	
	しょうゆ(淡)	0.5		水	120		ガーリック	0.02		サラダ油	1	□	しょうゆ(濃)	3		塩	0.2		けずりぶし(だし用)	3	
	塩	0.1		牛肉(細切)	10	○	煮干し(だし用)	1		しょうゆ(濃)	7		清酒	1		ガーリック	0.02		こんぶ(だし用)	0.5	
	こしょう(白)	0.02		たけのこ(水煮)	10	△	こんぶ(だし用)	0.5		さとう(三温)	4	□	塩	0.2		けずりぶし(だし用)	3		でんぶん	1.5	□
	ガーリック	0.02		にんじん	10	△	水	130		みりん	1		でんぶん	2.5	□	水	100		水	100	
	こんぶ(だし用)	0.5		ホールコーン(冷)	10	△	さけ	1枚	○	切干大根	5	△	けずりぶし(だし用)	1		ひじき	0.5	○	さといも	30	□
	でんぶん	1	□	葉ねぎ	3	△	塩	0.3		にんじん	5	△	でんぶん	2.5	□	まぐろ油漬(フレーク)	10	○	鶏肉(若5)	20	○
	水	50		しょうが	0.3	△	こしょう(白)	0.04		しらす干し	2	○	水	100		ホールコーン(冷)	10	△	にんじん	5	△
	ブロッコリー	25	△	にんにく	0.1	△	ガーリック	0.02		酢	1.5		ひじき	0.5	○	大豆(むし)	7	○	ごま油	0.5	□
花かつお	0.5	○	ごま油	0.5	□	小麦粉	5	□	しょうゆ(淡)	1.2		まぐろ油漬(フレーク)	10	○	ホールコーン(冷)	10	△	しょうゆ(濃)	2		
しょうゆ(淡)	1		しょうゆ(濃)	1.5		* 鶏卵	3	○	さとう(三温)	0.3	□	大豆(むし)	7	○	にんじん	5	△	さとう(三温)	0.8	□	
酢	0.5		清酒	0.7	□	水	5					にんじん	5	△	* マヨネーズ	5	□	みりん	0.5		
米油	0.5	□	清酒	0.5		パン粉	10	□				* マヨネーズ	5	□	しょうゆ(淡)	0.5		水	5		
さとう(三温)	0.1	□	塩	0.1		てんぷら油	6	□				しょうゆ(淡)	0.5		辛子	0.03		こしょう(白)	0.01		
チーズ(スモーク)	2本	○	こしょう(黒)	0.01		きゃべつ	30	△				こしょう(白)	0.01								
						酢	0.5														
						米油	0.5	□													
						塩	0.15														
						こしょう(白)	0.01														
	エネルギー/たんぱく質	583kcal 23.9g	エネルギー/たんぱく質	518kcal 17.3g	エネルギー/たんぱく質	672kcal 29.7g	エネルギー/たんぱく質	609kcal 22.6g	エネルギー/たんぱく質	594kcal 22.0g	エネルギー/たんぱく質	513kcal 22.6g									