

平成24年度 第8期(11月21日～12月17日) 学校給食献立表

川西市教育委員会

日付	11月21日(水)	11月22日(木)	11月26日(月)	11月27日(火)	11月28日(水)	11月29日(木)	11月30日(金)	12月3日(月)	12月4日(火)	12月5日(水)	
献立名	牛乳 白飯 みそ汁 まぐろのてり煮 はくさいのあえもの	牛乳 白飯 トック チャプチェ	牛乳 白飯 そうめん汁 鶏肉のレモンソースかけ きゃべつのごまあえ	牛乳 白飯 かにと豆腐のスープ じゃがいもの中華炒め煮	牛乳 かやくごはん すまし汁 ちくわとこんにやくの甘辛煮	牛乳 牛丼 かきたま汁 だいこんのあえもの	牛乳 白飯 いも子汁 はたはたのからあげ 切干大根たきあわせ	牛乳 白飯 カレーうどん コーンソテー りんごかん	牛乳 白飯 ちゃんこなべ 五目豆	牛乳 白飯 中華スープ マーボーはるさめ	牛乳 白飯 中華スープ マーボーはるさめ
材	牛乳 1本 精白米 80 豆腐 20 わかめ(干) 0.5 にんじん 15 葉ねぎ 5 だいこん 20 みそ(赤) 9 けずりぶし 2 煮干し 1 水 120 まぐろ(角) 30 塩 0.1 ごしょう(白) 0.02 でんぶん 6 じゃがいも 20 にんじん 15 てんぷら油 8 さとう(三) 1.5 しょうゆ(濃) 1.5 みりん 0.5 水 5 はくさい 55 花かつお 0.5 酢 0.5 さとう(三) 0.2 しょうゆ(淡) 1	牛乳 1本 精白米 70 トックもち 30 鶏卵 20 鶏肉(若5) 20 にんじん 15 かまぼこ 0.5 干しいたけ 0.5 葉ねぎ 5 塩 0.2 ごしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 鶏手羽先(だし用) 10 葉ねぎ(だし用) 1 にんにく(だし用) 0.2 しょうが(だし用) 0.3 にんじん(だし用) 0.5 水 120 牛肉(細切) 10 にんじん 5 たまねぎ 10 干しいたけ 0.5 にんにく 0.2 ほうれんそう 5 韓国はるさめ 8 ごま 0.5 しょうゆ(濃) 2 さとう(三) 0.8 ごま油 0.5 塩 0.1 ごしょう(黒) 0.01	牛乳 1本 精白米 80 そうめん 7 たまねぎ 15 にんじん 15 かまぼこ 5 葉ねぎ 5 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 けずりぶし 2 ごんぶ(だし用) 0.5 水 120 鶏肉(若10) 50 塩 0.3 ごしょう(白) 0.05 でんぶん 5 てんぷら油 8 さとう(三) 2 しょうゆ(濃) 2 レモン(川西市産) 1/50 きゃべつ 30 にんじん 5 すりごま 1 しょうゆ(濃) 1.5 酢 1 花かつお 0.5 ごま油 0.1	牛乳 1本 精白米 80 豆腐 30 かに 20 たまねぎ 15 ホールコーン 20 葉ねぎ 5 干しいたけ 0.5 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 XO醤 0.2 ゆば(乾) 2 えのきだけ 10 ガーリック 15 鶏手羽先(だし用) 15 にんじん(だし用) 0.5 わかめ(干) 0.5 けずりぶし 2 ごんぶ(だし用) 0.5 しょうゆ(淡) 4 塩 0.2 清酒 1 水 120 豚肉(細切) 10 じゃがいも 35 にんじん 5 しょうが 0.3 にんにく 0.1 さとう(三) 0.8 しょうゆ(濃) 2 清酒 0.5 ごま油 0.5	牛乳 1本 精白米 50 もち米 20 鶏肉(若5) 20 油あげ 3 ごぼう(ささがき) 3 にんじん 10 干しいたけ 3 しょうゆ(淡) 7 みりん 0.5 水 76 ゆば(乾) 2 えのきだけ 10 にんじん 15 みつば 3 わかめ(干) 0.5 けずりぶし 2 ごんぶ(だし用) 0.5 しょうゆ(淡) 4 塩 0.2 清酒 1 水 120 ちくわ 25 板こんにやく 20 しょうゆ(濃) 1.5 さとう(三) 1 サラダ油 0.5 けずりぶし 1 水 5	牛乳 1本 精白米 80 牛肉(スライス) 25 たまねぎ 30 糸こんにやく 20 根深ねぎ 15 しょうゆ(濃) 3 さとう(三) 1.5 みりん 0.5 サラダ油 0.5 鶏卵 20 豆腐 20 たまねぎ 20 にんじん 15 葉ねぎ 5 でんぶん 1 しょうゆ(淡) 4 清酒 1 塩 0.2 ごんぶ(だし用) 0.5 けずりぶし 3 水 120 だいこん 50 花かつお 0.5 しょうゆ(淡) 1 酢 0.5 さとう(三) 0.2	牛乳 1本 精白米 80 牛肉(スライス) 20 さといも 30 だいこん 20 にんじん 10 つきこんにやく 15 葉ねぎ 5 カレー粉 0.7 しょうゆ(淡) 2 しょうゆ(濃) 3 みりん 2 塩 1 けずりぶし 1 水 100 はたはた(生干し) 2尾 上新粉 8 てんぷら油 8 油あげ 3 切干大根 5 にんじん 5 干しいたけ 0.5 さとう(三) 1.5 しょうゆ(濃) 2.5 みりん 0.5 けずりぶし 1 水 10	牛乳 1本 精白米 60 うどん(冷) 60 豚肉(スライス) 25 糸こんにやく 20 たまねぎ 30 葉ねぎ 5 カレー粉 0.7 しょうゆ(淡) 2 しょうゆ(濃) 3 サラダ油 1 塩 0.2 ごしょう(黒) 0.02 ガーリック 0.02 すりごま 1.5 清酒 2 でんぶん 1 けずりぶし 3 ごんぶ(だし用) 0.5 ごま油 0.3 水 90 ホールコーン 30 ベーコン 5 にんじん 0.1 板こんにやく 7 ごぼう(乱切) 7 干しいたけ 0.6 ごんぶ(短冊) 0.5 さとう(上) 5 りんご果汁 25 みりん 0.5 水 25	牛乳 1本 精白米 80 鶏肉(若5) 10 豚肉(スライス) 10 糸こんにやく 10 たまねぎ 10 にんじん 15 葉ねぎ 5 はくさい 15 油あげ 5 ごしょう(白) 0.02 すりごま 4 清酒 1 ごま油 0.3 水 120 大豆 7 にんじん 7 板こんにやく 7 ごぼう(乱切) 7 干しいたけ 0.6 ごんぶ(短冊) 0.5 さとう(三) 1.5 しょうゆ(濃) 1.8 みりん 0.5 水 5	牛乳 1本 精白米 80 鶏卵 20 パン粉 1 えび(80～120) 20 清酒 1 にんじん 15 葉ねぎ 5 干しいたけ 0.5 塩 0.2 ごしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 すりごま 1.5 清酒 1 ごま油 0.3 鶏手羽先(だし用) 15 ごま油 0.3 にんじん(だし用) 0.5 葉ねぎ(だし用) 1 にんにく(だし用) 0.2 しょうが(だし用) 0.3 水 120 はるさめ 5 豚挽肉 10 にんじん 5 干しいたけ 10 たまねぎ 10 にら 3 にんにく 0.1 しょうが 0.2 ごま油 0.5 豆板醤 0.1 しょうゆ(濃) 2 みりん 1	
エネルギー	636	523	646	541	500	592	727	580	577	539	
たんぱく質	23.8	20.3	24.4	20.3	21.0	22.1	26.4	19.5	23.4	20.9	
日付	12月6日(木)	12月7日(金)	12月10日(月)	12月11日(火)	12月12日(水)	12月13日(木)	12月14日(金)	12月17日(月)	学校給食モニタリング事業の実施について		
献立名	牛乳 白飯 みそ汁 さばの煮つけ はくさいのあえもの	牛乳 白飯 野菜スープ ミンチカツ きゃべつサラダ	牛乳 白飯 かす汁 れんこんのきんぴら みかん	牛乳 食パン りんごジャム(手作り) ポワイトシチュー にんじんサラダ	牛乳 白飯 すきやき だいこんのあえもの	牛乳 豚キムチごはん わかめスープ パンサンスー	牛乳 白飯 ちりめんの甘辛煮 のっぺい きゃべつあえもの	牛乳 白飯 ビーフシチュー カリフラワーソテー チーズ(角)	<p>今回の学校給食モニタリング事業は、兵庫県教育委員会が国(文部科学省)からの委託を受けて実施するものです。全国規模で実施されるため、本市の学校給食も協力することとしました。</p> <p>なお、川西市の学校給食においては、流通している食材は基本的に安全であるとの観点から、本市独自の放射性物質検査は実施しておりません。</p> <p>1. 検査方法 加茂小学校で検体採取を行います。 実際に提供した給食について、1食全体を検査機関に依頼してゲルマニウム半導体検出器を用いた検査を行います。 5日分をまとめて1検体として検査します。 検査項目は「放射性セシウム134、137」で、検出限界下限値は「1kgあたり各1ベクレル」、検査の基準値は「1kgあたり50ベクレル(一般食品の基準値の2分の1)」とします。 検査の回数は、4回(のべ20日分)とします。</p> <p>2. 実施週 ・第1回 平成24年12月3日(月)～7日(金) ・第2回 平成24年12月10日(月)～14日(金) ・第3回 平成25年1月21日(月)～25日(金) ・第4回 平成25年1月28日(月)～2月1日(金)</p> <p>3. その他 検査の結果は、本市および県教育委員会のホームページ等で公表されます。</p>		
材	牛乳 1本 精白米 80 豆腐 20 油あげ 5 わかめ(干) 0.5 にんじん 15 葉ねぎ 5 さつまいも 20 みそ(赤) 9 けずりぶし 2 ごんぶ(だし用) 0.5 水 120 さば(三枚おろし) 1枚 さとう(三) 2.5 しょうゆ(濃) 3 みりん 0.5 しょうが 1 水 20 ごんぶ(だし用) 0.5 はくさい 55 さくらえび(素干し) 0.5 酢 0.5 さとう(三) 0.2 しょうゆ(淡) 1	牛乳 1本 精白米 80 鶏肉(若5) 20 たまねぎ 40 にんじん 15 じゃがいも 30 パセリ(乾) 0.03 塩 0.6 ごしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 しょうゆ(淡) 2 ぶどう酒(白) 1 鶏手羽先(だし用) 10 にんじん(だし用) 0.5 たまねぎ(だし用) 0.5 ペーリーフ 1/50枚 水 120 ミンチカツ 1 てんぷら油 5 きゃべつ 30 塩 0.15 酢 0.5 ごしょう(白) 0.01 サラダ油 0.5	牛乳 1本 精白米 80 さけ(角・皮なし) 20 だいこん 20 にんじん 15 つきこんにやく 10 さといも 20 葉ねぎ 5 酒かす 6 みそ(赤) 8 しょうゆ(淡) 1 けずりぶし 1 煮干し 0.5 水 120 豚挽肉 10 れんこん 30 しょうが 0.3 サラダ油 0.5 しょうゆ(濃) 3 さとう(三) 2 みりん 0.5 ごしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 ぶどう酒(白) 1 水 50 まぐろ油漬(フレーク) 10 にんじん 25 たまねぎ 5 辛子 0.03 酢 0.5 しょうゆ(淡) 1 さとう(三) 0.1 塩 0.05 ごしょう(白) 0.01	牛乳 1本 食パン(25) 2枚 りんご 40 さとう(上) 6 レモン(川西市産) 1/100 鶏肉(若5) 20 たまねぎ 10 にんじん 20 焼き豆腐 40 サラダ油 1 さとう(三) 4 マッシュルーム(水煮) 5 小麦粉 1 バター(調) 4 牛乳(調) 40 鶏手羽先(だし用) 15 にんじん(だし用) 0.5 たまねぎ(だし用) 0.5 ペーリーフ 1/30枚 塩 0.8 ごしょう(白) 0.02 ガーリック 0.02 ぶどう酒(白) 1 水 50 まぐろ油漬(フレーク) 10 にんじん 25 たまねぎ 5 辛子 0.03 酢 0.5 しょうゆ(淡) 1 さとう(三) 0.1 塩 0.05 ごしょう(白) 0.01	牛乳 1本 精白米 80 牛肉(スライス) 30 ふ 2 にんじん 20 たまねぎ 40 はくさい 35 糸こんにやく 30 根深ねぎ 10 清酒 1 にんじん 15 緑豆もやし 15 うずら卵(水煮) 20 わかめ(干) 0.6 しょうゆ(淡) 4 みりん 1 だいこん 40 ごま 0.5 しょうゆ(淡) 1 酢 0.5 さとう(三) 0.2	牛乳 1本 精白米 70 豚肉(細切) 20 はくさいキムチ 15 サラダ油 1 しょうゆ(淡) 5 清酒 2 水 98 貝柱 20 清酒 1 にんじん 15 生あげ 20 板こんにやく 20 にんじん 20 だいこん 35 ちくわ 15 しょうゆ(濃) 5.5 さとう(三) 3 みりん 1 でんぶん 0.5 けずりぶし 2 水 40 はるさめ 5 ハム 10 きゃべつ 20 にんじん 5 きくらげ(干) 0.3 しょうゆ(淡) 2.5 酢 0.8 さとう(三) 0.2 ごま油 0.3 辛子 0.03	牛乳 1本 精白米 80 しらす干し 5 ごま 0.3 しょうゆ(濃) 0.7 さとう(三) 0.5 みりん 0.5 さんしょ 0.01 鶏肉(成5) 20 さといも 30 生あげ 20 板こんにやく 20 にんじん 20 だいこん 35 ちくわ 15 しょうゆ(濃) 5.5 さとう(三) 3 みりん 1 でんぶん 0.5 けずりぶし 2 水 40 きゃべつ 30 にんじん 5 花かつお 0.5 しょうゆ(淡) 2 さとう(三) 0.2 酢 0.5	牛乳 1本 精白米 80 牛肉(角) 30 じゃがいも 50 たまねぎ 40 にんじん 20 小麦粉 6 バター(調) 6 ソース(ウスター) 4 塩 0.3 ごしょう(黒) 0.02 パブリカ 0.02 にんにく 0.5 ぶどう酒(赤) 1 サラダ油 1 水 75 カリフラワー 35 ベーコン 5 しょうゆ(淡) 0.5 ごしょう(白) 0.01 ガーリック 0.01 チーズ(角型) 1	<p>栄養三色()</p> <p><食品を栄養素の働きにより、三つに分類しています></p> <ul style="list-style-type: none"> …赤色の食品(血や肉のもとになる食品) …黄色の食品(熱や力のもとになる食品) …緑色の食品(体の調子をととのえる食品) 		
エネルギー	632	702	596	588	615	554	574	746			
たんぱく質	27.0	23.5	22.2	22.2	22.9	24.7	23.4	25.7			