



令和4年度(11月16日~11月30日)

11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	16日(水)	17日(木)	18日(金)	21日(月)	22日(火)	24日(木)	25日(金)	28日(月)	29日(火)	30日(水)
献立名	牛乳 白飯 いも子汁 うの花のいり煮	牛乳 白飯 すまし汁 豚肉のたつたあげ もやしのあえもの	牛乳 いり大豆ごはん かす汁 こまつなの煮びたし	牛乳 白飯 わかめ汁 五目炒め煮 ぶどうかん	牛乳 白飯 カレーうどん 水菜とツナのあえもの	牛乳 白飯 けんちん汁 さばの煮つけ ゆばと野菜のあえもの	牛乳 白飯 ハヤシライス 発芽玄米入りごはん ハッシュドビーフ カリフラワーソテー	牛乳 白飯 おでん はくさいのあえもの	牛乳 白飯 さつま汁 高野豆腐のオランダ煮	牛乳 ロールパン スパゲティイタリアン ブロッコリーサラダ
材料名および使用量(g)	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	精白米 75	精白米 75	精白米 65	精白米 75	精白米 60	精白米 75	精白米 70	精白米 75	精白米 75	精白米 75
	水 101	水 101	水 101	水 101	水 81	水 101	水 108	水 101	水 101	水 101
	さといも 30	豆腐(冷) 20	いり大豆 3	わかめ(乾) 0.6	うどん(冷) 60	豆腐(冷) 20	水 108	牛肉(スライス) 20	鶏肉(若5) 15	スパゲティ 35
	牛肉(スライス) 20	わかめ(乾) 0.5	鶏肉(若5) 15	鶏肉(若5) 20	豚肉(スライス) 25	だいこん 15	牛肉(細切) 35	ポール天 20	だいこん 20	合挽肉(4.8) 25
	だいこん 20	にんじん 15	油あげ(冷) 3	にんじん 15	たまねぎ 20	さといも 15	たまねぎ 70	うずら卵(水煮) 15	さつまいも 20	たまねぎ 40
	つきこんにやく 15	えのきだけ 10	にんじん 5	にんじん 15	にんじん 10	にんじん 10	にんじん 20	厚揚げ(冷) 20	ごぼう(ささがき) 10	にんじん 20
	にんじん 10	みつば 3	干し椎茸(スライス) 0.5	しょうゆ(淡) 4	葉ねぎ 5	ごぼう(ささがき) 10	にんじん 10	じゃがいも 50	にんじん 10	マッシュルーム(水煮) 5
	葉ねぎ 5	しょうゆ(淡) 4	しょうゆ(淡) 7	しょうゆ(淡) 1	サラダ油 1	つきこんにやく 10	にんにく 0.3	だいこん 30	葉ねぎ 5	にんにく 0.5
	しょうゆ(濃) 2	清酒 1	清酒 5	塩 0.2	カレー粉 0.5	れんこん 5	サラダ油 1	にんじん 20	にんじん 20	オリーブ油 1
	しょうゆ(淡) 2	塩 0.2	水 83	水 130	しょうゆ(淡) 3	葉ねぎ 5	小麦粉 6	板こんにやく 20	しょうゆ(濃) 6.5	ケチャップ 15
	みりん 1	けずりふし(だし用) 1	さけ(角・皮なし・冷) 10	油あげ(冷) 5	しょうゆ(濃) 3	ごま油 1	バター(調) 6	しょうゆ(濃) 6.5	小麦粉 9	ソース(ウスター) 1
	けずりふし(だし用) 1	こんぶ(だし用) 0.5	油あげ(冷) 5	だいいん 20	清酒 1	しょうゆ(淡) 4	トマトペースト 8	さとう(三温) 4	みりん 1	ぶどう酒(赤) 1
	水 100	水 130	だいいん 20	だいいん 20	塩 0.2	しょうゆ(濃) 1	ソース(ウスター) 4	みりん 20	水 120	塩 0.2
	おから(冷) 15	豚肉(短冊) 40	にんじん 15	にんじん 10	けずりふし(だし用) 3	しょうゆ(濃) 1	しょうゆ(濃) 2	水 20	水 20	こしょう(黒) 0.02
	鶏肉(若5) 5	しょうが 1	つきこんにやく 10	ホルンコーン(冷) 10	けずりふし(だし用) 3	水 110	ぶどう酒(赤) 1	はくさい 55	はくさい 55	パブリカパウダー 0.02
	油あげ(冷) 2	しょうゆ(濃) 3	さといも 20	にんじん 10	水 100	水 110	塩 0.2	いりごま 0.5	いりごま 0.5	ブロッコリー 25
	ごぼう(ささがき) 3	みりん 0.5	葉ねぎ 5	葉ねぎ 3	水 100	さば(三枚おろし・冷) 1	こしょう(黒) 0.02	しょうゆ(淡) 1	しょうゆ(淡) 1	花かつお 0.5
	にんじん 3	上新粉 10	酒かす 6	しょうが 0.3	水 100	まぐろ油漬(フレーク) 5	パブリカパウダー 0.02	酢 0.5	かに(冷) 10	しょうゆ(淡) 1
	葉ねぎ 2	てんぷら油 6	みそ(赤) 8	しょうが 0.3	水 100	緑豆もやし 20	水 70	さとう(三温) 0.2	さとう(三温) 0.2	酢 0.5
干し椎茸(スライス) 0.2	緑豆もやし 50	しょうゆ(淡) 1	しょうが 0.1	水 100	にんじん 5	カリフラワー 20	はくさい 20	はくさい 20	米油 0.5	
サラダ油 0.5	しょうゆ(淡) 2	けずりふし(だし用) 1	しょうゆ(濃) 1.5	水 100	いりごま 0.5	きやべつ 20	しめじ 5	しめじ 5	さとう(三温) 0.1	
さとう(三温) 2	酢 0.5	煮干し(だし用) 1	さとう(三温) 0.7	水 100	こんぶ(だし用) 0.5	ベーコン 5	しょうゆ(淡) 2	しょうゆ(淡) 2		
しょうゆ(濃) 1	さとう(三温) 0.2	水 120	清酒 0.5	水 100	水 20	米油 0.5	さとう(三温) 0.5	さとう(三温) 0.5		
しょうゆ(淡) 1	辛子 0.03	こまつな 30	塩 0.1	水 100	水 20	しょうゆ(淡) 0.5	水 20	水 20		
けずりふし(だし用) 1		にんじん 5	こしょう(黒) 0.01	水 100	水 20	こしょう(白) 0.01				
水 15		ちくわ 10	ぶどう果汁 25	水 100	水 20	ガーリック 0.01				
		しょうゆ(淡) 1.5	寒天(フレーク) 0.6	水 100	水 20					
		みりん 0.5	さとう(上白) 5	水 100	水 20					
		けずりふし(だし用) 1	水 25	水 100	水 20					
		水 5		水 100	水 20					

※「\*」は、除去食対応日の除去対象食品(鶏卵・うずら卵・マヨネーズ)につけています。  
 ※「塩」の使用について: 献立の材料名欄に記載されていなくても、「ゆで塩」など、味をととのえること等を目的に使用することがあります。

川西市のホームページでは、給食関連情報を掲載しています。  
(例: 献立表やレシピ集など)

エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質	エネルギー/たんぱく質
536kcal 18.7g	609kcal 22.9g	537kcal 23.5g	528kcal 18.6g	520kcal 19.9g	615kcal 25.2g	656kcal 21.9g	631kcal 23.8g	580kcal 19.6g	590kcal 24.6g	