

令和5年度(12月1日~12月12日)

12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	1日(金)		4日(月)		5日(火)		6日(水)		7日(木)		8日(金)		11日(月)		12日(火)	
献立名	牛乳 白飯 はくさいのみそ汁 ちくぜん煮		牛乳 白飯 ラーメン 五目炒め煮 ぶどうかん		牛乳 白飯 豚汁 高野豆腐のオランダ煮		牛乳 白飯 いも子汁 あらめと大豆の煮物		牛乳 白飯 マーボー豆腐 にらマヨサラダ		牛乳 貝柱ごはん もち麦めん汁 豚肉とだいこんの煮物		牛乳 白飯 つくね汁 こまつなの煮びたし みかん		牛乳 カレーライス 白飯 冬野菜のカレー にんじんサラダ	
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
	精白米	75	□	精白米	60	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	50	精白米	75	精白米
水	101	□	水	81	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101
はくさい	20	△	中華めん(冷)	40	豚肉(スライス)	10	さといも	30	合挽肉(4.8)	30	貝柱(冷)	15	鶏挽肉(細)	25	鶏肉(若10)	30
豆腐(冷)	20	○	豚肉(スライス)	25	じゃがいも	20	牛肉(スライス)	20	豆腐(冷)	100	清酒	1	たまねぎ	5	たまねぎ	30
油あげ(冷)	5	○	にんじん	15	緑豆もやし	15	だいこん	25	たまねぎ	30	にんじん	5	* 鶏卵	3	にんじん	20
わかめ(乾)	0.5	○	きゃべつ	15	にんじん	15	つきこんにやく	15	にんじん	15	干し椎茸(スライス)	0.5	しょうが	0.8	だいこん	20
にんじん	15	△	緑豆もやし	15	つきこんにやく	10	にんじん	10	たけのこ(水煮)	10	しょうゆ(淡)	7	パン粉	3	れんこん	15
葉ねぎ	5	△	葉ねぎ	5	ごぼう(ささがき)	5	葉ねぎ	5	葉ねぎ	5	清酒	5	でんぶん	1	ごぼう(洗い)	10
みそ(赤)	9	○	しょうゆ(淡)	4	葉ねぎ	5	しょうゆ(濃)	2	しょうが	1	けずりぶし(だし用)	1	しょうゆ(濃)	0.5	サラダ油	1
けずりぶし(だし用)	2	□	清酒	1	みそ(赤)	9	しょうゆ(淡)	2	にんにく	0.3	こんぶ(だし用)	0.5	清酒	0.5	カレー粉	0.5
煮干し(だし用)	1	□	塩	0.4	煮干し(だし用)	1	みりん	1	ごま油	1	水	76	はくさい	15	しょうゆ(淡)	3
水	120	□	こしょう(黒)	0.02	けずりぶし(だし用)	1	けずりぶし(だし用)	1	豆板醤	0.2	もち麦めん	10	にんじん	15	しょうゆ(濃)	3
鶏肉(若5)	15	○	ガーリック	0.02	水	120	水	100	みそ(赤)	10	油あげ(冷)	5	葉ねぎ	5	清酒	1
厚揚げ(ミニ・冷)	10	○	ごま油	0.3	高野豆腐(1/60)	3	あらめ	3	さとう(三温)	1	たまねぎ	15	みそ(赤)	9	塩	0.2
だいこん	10	△	鶏手羽先(だし用)	15	でんぶん	3	大豆(乾)	5	清酒	1	にんじん	15	けずりぶし(だし用)	1	ガーリック	0.02
板こんにやく	10	△	葉ねぎ(だし用)	1	てんぷら油	3	にんじん	5	でんぶん	1	葉ねぎ	5	水	120	けずりぶし(だし用)	1
にんじん	10	△	にんじん(だし用)	0.5	かに(冷)	10	サラダ油	0.5	水	5	干し椎茸(スライス)	0.5	こまつな	30	でんぶん	2.5
たけのこ(水煮)	5	△	しょうが(だし用)	0.3	はくさい	20	しょうゆ(濃)	2.5	にら	15	しょうゆ(淡)	3	油あげ(冷)	5	水	100
れんこん	10	△	にんにく(だし用)	0.2	しめじ	5	さとう(三温)	1.8	ハム	5	しょうゆ(濃)	1	にんじん	5	にんじん	25
サラダ油	0.5	□	水	130	しょうゆ(淡)	2	みりん	0.5	はるさめ	4	清酒	1	しょうゆ(淡)	1.5	まぐち油漬(ブルー)	10
しょうゆ(濃)	3	□	牛肉(細切)	10	さとう(三温)	0.5	けずりぶし(だし用)	1	* マヨネーズ	3	けずりぶし(だし用)	2	みりん	0.5	たまねぎ	5
さとう(三温)	1.5	□	たけのこ(水煮)	10	けずりぶし(だし用)	1	水	5	しょうゆ(淡)	1.5	こんぶ(だし用)	0.5	けずりぶし(だし用)	1	しょうゆ(淡)	1
みりん	0.5	□	にんじん	10	水	20			酢	0.5	水	130	水	5	酢	0.5
水	10	□	ホールコーン(冷)	10					辛子	0.03	豚肉(スライス)	20	みかん	1	さとう(三温)	0.1
			葉ねぎ	3							だいこん	45			塩	0.05
			しょうが	0.3							サラダ油	0.5			辛子	0.03
			にんにく	0.1							しょうゆ(濃)	3			こしょう(白)	0.01
			ごま油	0.5							さとう(三温)	2				
			しょうゆ(濃)	1.5							みりん	0.5				
			さとう(三温)	0.7												
			清酒	0.5												
			塩	0.1												
			こしょう(黒)	0.01												
			ぶどう果汁	25												
			寒天(フレーク)	0.6												
			さとう(上白)	5												
			水	25												
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	
4年	520kcal	19.1g	561kcal	21.2g	536kcal	18.8g	533kcal	18.5g	636kcal	24.5g	539kcal	21.1g	550kcal	21.2g	547kcal	20.6g

令和5年度(12月13日~12月22日)

12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	13日(水)		14日(木)		15日(金)		18日(月)		19日(火)		20日(水)		21日(木)		22日(金)	
献立名	牛乳 白飯 おでん はりはり大根		牛乳 白飯 平めんビーフンスープ えびのケチャップかけ		牛乳 白飯 のっぺい はくさいのあえもの		牛乳 白飯 かぶのみそ汁 鶏肉のレモンソースかけ きやべつをあえもの		牛乳 白飯 ゆずか汁 れんこんのきんぴら りんごかん		牛乳 食パン ホワイトシチュー ツナサラダ		牛乳 白飯 わかめ汁 豚肉のしょうが炒め だいこんます		牛乳 白飯 そぼろ煮 もやしのあえもの	
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
	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75	精白米	75	食パン (60/80/100)	1袋	精白米	75	精白米	75
	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101	水	101
	牛肉(スライス)	20	平めんビーフン	10	鶏肉(若5)	20	かぶ	20	ゆず	0.4	鶏肉(若5)	20	わかめ(乾)	0.6	豚挽肉	30
	ボール天	20	豚肉(スライス)	20	ちくわ	15	豆腐(冷)	20	ちくわ	10	じゃがいも	50	貝柱(冷)	20	じゃがいも	80
	* うずら卵(水煮)	15	たまねぎ	20	厚揚げ(冷)	20	油あげ(冷)	5	油あげ(冷)	3	たまねぎ	40	清酒	1	たまねぎ	60
	厚揚げ(冷)	20	にんじん	15	だいこん	35	わかめ(乾)	0.5	だいこん	20	にんじん	20	にんじん	15	にんじん	25
	じゃがいも	50	ちんげん菜	15	さといも	30	にんじん	15	にんじん	5	小麦粉	4	緑豆もやし	15	サラダ油	1
	だいこん	30	干し椎茸(スライス)	0.5	板こんにゃく	20	葉ねぎ	5	えのきだけ	5	バター(調)	4	しょうゆ(淡)	4	しょうゆ(濃)	6
	にんじん	20	しょうが	0.3	にんじん	20	みそ(赤)	9	水菜	3	牛乳(調)	40	清酒	1	さとう(三温)	3.5
	板こんにゃく	20	サラダ油	1	しょうゆ(濃)	5.5	けずりぶし(だし用)	2	みそ(白)	8	ぶどう酒(白)	1	塩	0.2	みりん	1
	しょうゆ(濃)	6.5	しょうゆ(淡)	4	さとう(三温)	3	煮干し(だし用)	1	しょうゆ(淡)	2	塩	0.8	けずりぶし(だし用)	2	水	20
	さとう(三温)	4	清酒	1	みりん	1	水	120	けずりぶし(だし用)	2	こしょう(白)	0.02	水	120	緑豆もやし	50
	みりん	1	塩	0.4	けずりぶし(だし用)	2	鶏肉(若10)	50	煮干し(だし用)	1	ガーリック	0.02	豚肉(スライス)	30	しょうゆ(淡)	2
	水	20	こしょう(黒)	0.02	水	0.5	でんぶん	5	水	130	鶏手羽先(だし用)	15	たまねぎ	10	たまねぎ	0.5
	切干大根	4	ガーリック	0.02	水	40	てんぷら油	8	れんこん	30	にんじん(だし用)	0.5	にんじん	5	さとう(三温)	0.2
	しらす干し	2	煮干し(だし用)	1	はくさい	55	レモン	0.23	豚挽肉	20	たまねぎ(だし用)	0.5	葉ねぎ	3	辛子	0.03
	にんじん	5	こんぶ(だし用)	0.5	いりごま	0.5	さとう(三温)	2	しょうが	0.3	ペーリーフ	0.03	しょうが	0.5		
	酢	1.2	水	130	しょうゆ(淡)	1	しょうゆ(濃)	2	サラダ油	0.5	水	50	サラダ油	0.5		
	しょうゆ(淡)	1	えび(51~60・冷)	50	酢	0.5	きやべつ	30	しょうゆ(濃)	3	まぐる油漬(フレーク)	15	しょうゆ(濃)	0.5		
	さとう(三温)	0.3	でんぶん	8	さとう(三温)	0.2	にんじん	5	さとう(三温)	2	きやべつ	25	さとう(三温)	1		
			てんぷら油	8			しょうゆ(淡)	2	みりん	0.5	たまねぎ	6	みりん	0.5		
			ケチャップ	3			酢	0.5	りんご果汁	25	にんじん	6	だいこん	50		
			みりん	1			さとう(三温)	0.2	寒天(フレーク)	0.6	酢	1.2	酢	2.4		
			さとう(三温)	1					さとう(上白)	5	しょうゆ(淡)	1.2	さとう(三温)	1.3		
			しょうゆ(濃)	1					水	25	さとう(三温)	0.2	塩	0.2		
		清酒	1													
エネルギー/たんぱく質																
4年	637kcal	24.2g	662kcal	26.4g	545kcal	21.0g	633kcal	24.7g	555kcal	19.2g	570kcal	25.0g	525kcal	22.2g	592kcal	21.2g