

令和6年度

12月

中学校給食予定献立表

広陵町・香芝市共同中学校給食センター スマイル																							
日	材料名				分量	6群	アレルギー	日	材料名				分量	6群	アレルギー	日	材料名				分量	6群	アレルギー
2日 (月)	ボーケカレー							3日 (火)	ごはん							4日 (水)	あげパン						
	●精白米				90 g	5			●精白米				100 g	5			●規格パン				1 こ	5	乳 麦
	精麦				10 g	5			牛乳				1 本	2	乳		こめ油(揚げ用)				6 g	6	
	豚肉				10 g	1	豚		棒餃子				1 こ	1	麦 豆 鶏 豚		グラニュー糖				7 g	5	
	ぶどう酒				1.5 g	4			肉団子				35 g	1	豆 鶏 豚		牛乳				1 本	2	乳
	にんにく				0.3 g	4			たまねぎ				60 g	4			冬野菜のポトフ						
	土しろうが				0.3 g	4			たけのこ				20 g	4			ミニウインナー				20 g	1	鶏 豚
	じゃがいも				50 g	5			にんじん				20 g	4			じゃがいも				40 g	5	
	たまねぎ				60 g	4			ピーマン				10 g	3			たまねぎ				40 g	4	
	にんじん				20 g	3			穀物酢				1 g				●だいこん				40 g	4	
むき枝豆				8 g	4	豆	砂糖				1.7 g	5		かぶ				20 g	4				
カレールウ(辛口)				5 g	6	麦 豆 り	こいくちしょうゆ				4 g		麦 豆	にんにく				20 g	3				
カレールウ(甘口)				12 g	6	麦 豆	トマトケチャップ				3 g			にんにく				0.2 g	4				
トマトケチャップ				3 g			中華スープ				1 g			コンソメ				20 g	3				
トンカツソース				2 g			でんぶん				0.4 g	5		こしょう				0.2 g	4				
ウスターソース				1 g			ごま油				0.5 g			ペンネアラビアーダ									
コンソメ				1.8 g			チンゲンサイの中華炒め							ペンネ				12 g	5	麦			
塩				0.1 g			ちくわ				10 g	1		豚ひき肉				12 g	1	豚			
こしょう				0.03 g			チンゲンサイ				40 g	3		たまねぎ				20 g	4				
							にんじん				5 g	3		にんにく				5 g	3				
							にんにく				0.1 g	4		にんにく				0.2 g	4				
							こいくちしょうゆ				0.5 g		麦 豆	オリーブ油				0.4 g	6				
							本みりん				0.7 g			トマトケチャップ				10 g					
							中華スープ				0.6 g		豆 鶏 豚	トマト				10 g	3				
							でんぶん				0.5 g	5		塩				0.1 g					
							ごま油				0.5 g	6	ゴ	こしょう				0.02 g					
														コンソメ				0.2 g					
														砂糖				0.2 g	5				
														ウスターソース				0.1 g					
														豆板ジャン				0.1 g					

●は、奈良県内で栽培されたものまたは、奈良県内で製造加工されたものです。 ☆献立は都合により変更になることがあります。

献立表について

献立ごとに、材料・分量・食品群別・アレルギーについて記載しております。
また、各日のエネルギー量・たんぱく質の量を示しています。
広陵町及び香芝市教育委員会のホームページにおいて、冷凍加工食品等の原材料・アレルギーの分かる資料を公開しています。
(QRコードより各ページに飛ぶことができます。)

広陵町イメージキャラクター
かぐやちゃん



広陵町
教育委員会HP

香芝市イメージキャラクター
カッシー



香芝市
教育委員会HP

「アレルギー」項目

特定義務表示8品目ならびに推奨義務表示20品目をすべて記載してます。（下図参照）

特定義務表示8品目及び推奨表示20品目の略字表記							
卵	卵	麦	小麦	ビ	落花生	蟹	かに
乳	乳	蕎	そば	エ	えび	く	くるみ
ア	アーモンド	カ	カシューナッツ	ゴ	ごま	マ	まつたけ
鮑	あわび	キ	キウイフルーツ	鮭	さけ	桃	もも
缶	いか	牛	牛肉	鯖	さば	芋	やまいも
ら	いくら	鶏	鶏肉	豆	大豆	りん	りんご
レ	オレンジ	豚	豚肉	バ	バナナ	ゼ	ゼラチン

6つの基礎食品群

1群の食品	2群の食品	3群の食品	4群の食品	5群の食品	6群の食品
肉・魚・卵	牛乳・乳製品	緑黄色野菜	その他の野菜	米・パン・めん	油脂
豆・豆製品	小魚・海藻		果物	いも・砂糖	

12月 平均栄養量

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維
kcal	g	g	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g
812	30.7	25.5	379	111	3.3	304	0.71	0.58	33	7.7