令和3年度

11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

1日（月）

材料名	分量	6群	アレルゲン
ごはん			
●精白米	100 g	5	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
さんまの生姜だれ			
さんま切り身	1 切	1	
土しょうが	1.1 g	4	
砂糖	1.5 g	5	
清酒	1 g		
本みりん	3 g		
こいくちしょうゆ	2 g		麦 豆
でんぷん	1 g	5	
きのこのみそ汁			
うす揚げ	8 g	1	豆
豆腐	20 g	1	豆
たまねぎ	30 g	4	
じゃがいも	20 g	5	
にんじん	12 g	3	
●ぶなしめじ	8 g	4	
えのきたけ	8 g	4	
●青ねぎ	8 g	3	
みそ	8 g	1	豆
白みそ	2 g	1	豆
だしパック	3 g		鯖
豚肉と大根のべっこう煮			
●豚肉	20 g	1	豚
●だいこん	20 g	4	
にんじん	10 g	3	
清酒	0.5 g		
本みりん	1 g		
砂糖	1 g	5	
こいくちしょうゆ	2.3 g		麦 豆
エネルギー	789	kcal	
たんぱく質	31.3	g	

2日（火）

材料名	分量	6群	アレルゲン
ごはん			
●精白米	100 g	5	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
トッポギ			
●豚肉	40 g	1	豚
土しょうが	0.5 g	4	
にんにく	0.5 g	4	
トッポギ	26 g	5	
白菜	20 g	4	
白菜キムチ	10 g	4	
ニラ	10 g	3	
こいくちしょうゆ	3 g		麦 豆
清酒	1 g		
砂糖	2 g	5	
トウバンジャン	0.1 g		
でんぷん	0.5 g	5	
こめ油	0.6 g	6	
卵と豆腐のスープ			
ベーコン	8 g	1	豚
豆腐	30 g	1	豆
にんじん	8 g	3	
たまねぎ	20 g	4	
干ししいたけ	0.7 g	4	
わかめ	0.5 g	2	
●鶏卵	30 g	1	卵
●青ねぎ	5 g	3	
中華スープ	1.5 g		豆 鶏 豚
鳥がらスープ	0.5 g		鶏
こいくちしょうゆ	2 g		麦 豆
清酒	1 g		
塩	0.1 g		
こしょう	0.02 g		
でんぷん	0.8 g	5	
野菜のナムル			
キャベツ	20 g	4	
●小松菜	10 g	3	
にんじん	8 g	3	
切り干し大根	1.3 g	4	
こいくちしょうゆ	1.7 g		麦 豆
砂糖	1 g	5	
コチジャン	1 g		豆
ごま油	0.7 g	6	ｺﾞ
一口ゼリー			
一口アセロラゼリー	1 こ	5	
エネルギー	797	kcal	
たんぱく質	30.2	g	

4日（木）

材料名	分量	6群	アレルゲン
カレーライス			
●精白米	90 g	5	
精麦	10 g	5	
牛肉	30 g	1	牛
こめ油	0.25 g	6	
ぶどう酒	1.5 g		
にんにく	0.3 g	4	
土しょうが	0.3 g	4	
たまねぎ	60 g	4	
じゃがいも	60 g	5	
にんじん	20 g	3	
●ぶなしめじ	10 g	4	
むき枝豆	8 g	4	豆
カレールウ(辛口)	7 g	6	麦 豆 り
カレールウ(甘口)	6 g	6	麦 豆
トマトケチャップ	3 g		
トンカツソース	2 g		
ウスターソース	1 g		
コンソメ	1.8 g		
塩	0.1 g		
こしょう	0.03 g		
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
チキンカツ			
チキンカツ	1 こ	1	麦 鶏
こめ油(揚げ用)	4 g	6	
れんこーンサラダ			
れんこん	30 g	4	
ささみほぐし	10 g	1	鶏
きゅうり	5 g	4	
ホールコーン	5 g	4	
和風ドレッシング	7 g	6	麦 豆 鶏 豚 り
エネルギー	875	kcal	
たんぱく質	31.4	g	

5日（金）

材料名	分量	6群	アレルゲン
ごはん			
●精白米	100 g	5	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
白身魚のいろどり野菜あんかけ			
メルルーサ澱粉付き	1 こ	1	
こめ油(揚げ用)	5 g	6	
たまねぎ	6 g	4	
にんじん	5 g	3	
えのきたけ	3 g	4	
みずな	3 g	3	
砂糖	1 g	5	
うすくちしょうゆ	2 g		麦 豆
本みりん	0.2 g		
でんぷん	0.6 g	5	
豚汁			
●豚肉	30 g	1	豚
清酒	1 g		
こめ油	1.5 g	6	
さつまいも	30 g	5	
白菜	20 g	4	
●だいこん	15 g	4	
ごぼう	10 g	4	
にんじん	10 g	3	
●青ねぎ	8 g	3	
みそ	8 g	1	豆
白みそ	2 g	1	豆
だしパック	3 g		鯖
ほうれん草の和え物			
ほうれん草	25 g	3	
キャベツ	15 g	4	
にんじん	5 g	3	
こいくちしょうゆ	1.2 g		麦 豆
砂糖	0.5 g	5	
昆布茶	0.1 g		
ぶどうゼリー			
ぶどうゼリー	1 こ	5	
エネルギー	772	kcal	
たんぱく質	29.7	g	

8日（月）

材料名	分量	6群	アレルゲン
ごはん			
●精白米	100 g	5	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
れんこんはさみ揚げ			
れんこんはさみ揚げ	1 こ	1	麦 豆 鶏
こめ油(揚げ用)	5 g	6	
肉じゃが			
牛肉	35 g	1	牛
こめ油	0.3 g	6	
じゃがいも	60 g	5	
たまねぎ	50 g	4	
にんじん	20 g	3	
●つきこんにゃく	20 g	5	
むき枝豆	5 g	4	豆
こいくちしょうゆ	6 g		麦 豆
砂糖	3 g	5	
本みりん	0.8 g		
清酒	2 g		
だしパック	1 g		鯖
しゃきしゃき和え			
切り干し大根	7 g	4	
キャベツ	15 g	4	
にんじん	7 g	3	
きゅうり	5 g	4	
こいくちしょうゆ	2 g		麦 豆
レモン果汁	2 g	4	
砂糖	1.5 g	5	
ごま油	1 g	6	ｺﾞ
中華スープ	0.2 g		豆 鶏 豚
のり佃煮			
のり佃煮	1 袋	1	麦 豆
エネルギー	831	kcal	
たんぱく質	23.6	g	

9日（火）

材料名	分量	6群	アレルゲン
ごはん			
●精白米	100 g	5	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
焼売			
●焼売	2 こ	1	麦 豆 豚
麻婆豆腐			
豚ひき肉	25 g	1	豚
蒸しひきわり大豆	20 g	1	豆
豆腐	70 g	1	豆
たけのこ	30 g	4	
にんじん	20 g	3	
干ししいたけ	1 g	4	
●青ねぎ	10 g	3	
にんにく	0.3 g	4	
土しょうが	0.3 g	4	
でんぷん	2 g	5	
中華スープ	2 g		豆 鶏 豚
トウバンジャン	0.3 g		
清酒	3 g		
ごま油	0.6 g	6	ｺﾞ
赤みそ	5.5 g	1	豆
こいくちしょうゆ	4 g		麦 豆
砂糖	3 g	5	
塩	0.01 g		
こしょう	0.04 g		
チンゲンサイの中華和え			
チンゲンサイ	40 g	3	
にんじん	5 g	3	
ごま油	0.5 g	6	ｺﾞ
砂糖	0.3 g	5	
こいくちしょうゆ	1.5 g		麦 豆
エネルギー	802	kcal	
たんぱく質	32.5	g	

10日（水）

材料名	分量	6群	アレルゲン
米粉パン			
●米粉パン	1 こ	5	乳 麦
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
焼きそば			
やきそばめん	65 g	5	麦 豆 ｾﾞ
●豚肉	25 g	1	豚
清酒	1.3 g		
キャベツ	40 g	4	
たまねぎ	30 g	4	
にんじん	20 g	3	
あおのり	0.4 g	2	
ウスターソース	1.3 g		
トンカツソース	1.95 g		
トマトケチャップ	1.04 g		
こめ油	0.65 g	6	
コンソメ	0.39 g		
こしょう	0.04 g		
塩	0.13 g		
ウインナー			
ウインナー	1 こ	1	鶏 豚
いんげんのツナマヨ和え			
さやいんげん	40 g	3	
ツナ	10 g	1	豆
ﾏﾖﾈｰｽﾞﾀｲﾌﾟ調味料	6 g	6	豆
こいくちしょうゆ	0.2 g		麦 豆
こしょう	0.01 g		
ミルメーク			
ミルメークコーヒー	1 こ	5	
エネルギー	846	kcal	
たんぱく質	36.8	g	

11日（木）

材料名	分量	6群	アレルゲン
親子どんぶり			
●精白米	100 g	5	
鶏肉	30 g	1	鶏
●鶏卵	35 g	1	卵
かまぼこ	10 g	1	
うす揚げ	8 g	1	豆
たまねぎ	50 g	4	
えのきたけ	15 g	4	
にんじん	10 g	3	
白ねぎ	10 g	4	
●青ねぎ	5 g	3	
こいくちしょうゆ	6 g		麦 豆
砂糖	3 g	5	
本みりん	2.5 g		
清酒	2.5 g		
塩	0.3 g		
だしパック	2 g		鯖
でんぷん	1.5 g	5	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
さわらの塩こうじ焼き			
さわらの塩こうじ焼き	1 こ	1	
キャベツの彩り和え			
キャベツ	40 g	4	
にんじん	10 g	3	
7種野菜の華やかごはんの素	2 g	4	豆
エネルギー	822	kcal	
たんぱく質	42.7	g	

12日（金）

材料名	分量	6群	アレルゲン
ごはん			
●精白米	100 g	5	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
ヤンニョムチキン			
鶏肉(澱粉付き)	1 こ	1	鶏
こめ油(揚げ用)	6 g	6	
トマトケチャップ	5 g		
本みりん	1 g		
清酒	1 g		
赤みそ	1 g	1	豆
コチジャン	0.5 g		豆
土しょうが	0.5 g	4	
こいくちしょうゆ	0.2 g		麦 豆
砂糖	0.2 g	5	
こしょう	0.01 g		
でんぷん	0.3 g	5	
トックスープ			
トック	30 g	5	
●豚肉	20 g	1	豚
たけのこ	15 g	4	
たまねぎ	20 g	4	
白菜	15 g	4	
にんじん	10 g	3	
干ししいたけ	0.5 g	4	
●青ねぎ	8 g	3	
中華スープ	2.5 g		豆 鶏 豚
うすくちしょうゆ	2 g		麦 豆
塩	0.1 g		
大根ナムル			
●だいこん	25 g	4	
●小松菜	20 g	3	
にんじん	5 g	3	
こいくちしょうゆ	1.2 g		麦 豆
ごま油	1 g	6	ｺﾞ
中華スープ	0.1 g		豆 鶏 豚
エネルギー	856	kcal	
たんぱく質	41	g	

15日（月）

材料名	分量	6群	アレルゲン
減量ごはん			
●精白米	80 g	5	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
大和ポークのメンチカツ			
●やまとポークのメンチカツ	1 こ	1	麦 豆 豚
こめ油(揚げ用)	6 g	6	
カレーうどん			
●吉野くず入りうどん	50 g	5	麦
鶏肉	20 g	1	鶏
たまねぎ	35 g	4	
にんじん	18 g	3	
●ぶなしめじ	10 g	4	
●青ねぎ	8 g	3	
カレールウ(甘口)	8 g	6	麦 豆
カレールウ(辛口)	4 g	6	麦 豆 り
うすくちしょうゆ	3 g		麦 豆
本みりん	3 g		
カレー粉	0.12 g		
だしパック	3 g		鯖
大和まなのごま和え			
●大和まな	30 g	3	
キャベツ	20 g	4	
●金ごま	1 g	6	ｺﾞ
砂糖	1 g	5	
こいくちしょうゆ	2 g		麦 豆
エネルギー	839	kcal	
たんぱく質	25.2	g	

16日（火）

材料名	分量	6群	アレルゲン
ごはん			
●精白米	100 g	5	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
ちくわのお茶揚げ			
焼きちくわ	1 本	1	
●大和茶(奈良県産粉茶)	0.3 g		
てんぷら粉	6 g	5	麦
こめ油(揚げ用)	5 g	6	
そうめん汁			
●そうめん	5 g	5	麦
鶏肉	25 g	1	鶏
たまねぎ	30 g	4	
●豆腐(奈良県産)	20 g	1	豆
にんじん	10 g	3	
えのきたけ	10 g	4	
●青ねぎ	8 g	3	
だしパック	3 g		鯖
本みりん	2.5 g		
うすくちしょうゆ	3.2 g		麦 豆
豚肉と小松菜の塩こうじ炒め			
●豚肉	30 g	1	豚
●小松菜	25 g	3	
塩こうじ	2.5 g		
砂糖	0.5 g	5	
こいくちしょうゆ	0.7 g		麦 豆
●米粉	0.1 g	5	
こめ油	1 g	6	
奈良の発芽玄米ふりかけ			
●奈良の発芽玄米ふりかけ	1 袋	5	
エネルギー	771	kcal	
たんぱく質	33.4	g	

17日（水）

材料名	分量	6群	アレルゲン
規格パン			
●規格パン	1 こ	5	乳 麦
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
鶏肉の柿ソースがけ			
若鶏もも肉	1 こ	1	鶏
●柿ピューレ(奈良県産)	8 g	4	
こいくちしょうゆ	3.3 g		麦 豆
レモン果汁	2.5 g	4	
ぶどう酒	2 g		
砂糖	1.2 g	5	
本みりん	0.8 g		
でんぷん	0.3 g	5	
白菜のクリーム煮			
ベーコン	10 g	1	豚
白菜	40 g	4	
たまねぎ	35 g	4	
じゃがいも	30 g	5	
にんじん	20 g	3	
●米粉	5 g	5	
こめ油	1 g	6	
牛乳	50 g	2	乳
生クリーム	5 g	2	乳
バター	1 g	6	乳
コンソメ	2 g		
塩	0.5 g		
こしょう	0.03 g		
片平あかねのサラダ			
●片平あかね	6 g	3	
●だいこん	35 g	4	
●大和まな	5 g	3	
コーンクリーミードレッシング	7 g	6	
奈良のブルーベリージャム			
●奈良のブルーベリージャム	1 袋	5	
エネルギー	859	kcal	
たんぱく質	33	g	

表裏印刷

18日（木）

材料名	分量	6群	アレルゲン
減量麦ごはん			
●精白米	65 g	5	
精麦	10 g	5	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
手作りトンカツかしば香るみそだれがけ			
●豚肉(ロース)	1 枚	1	豚
塩	0.2 g		
こしょう	0.03 g		
●米粉	8 g	5	
パン粉	10 g	5	麦
こめ油(揚げ用)	6 g	6	
蒸しひきわり大豆	5 g	1	豆
●かしば香るみそ	2.5 g	1	豆
砂糖	1 g	5	
清酒	2 g		
本みりん	1.5 g		
米粉のとろーりかき玉汁			
●鶏卵	20 g	1	卵
●豆腐(奈良県産)	25 g	1	豆
うす揚げ	7 g	1	豆
たまねぎ	20 g	4	
●ぶなしめじ	12 g	4	
にんじん	10 g	3	
わかめ	0.5 g	2	
●大和まな	13 g	3	
●青ねぎ	8 g	3	
●米粉	1.5 g	5	
だしパック	3 g		鯖
だし昆布	1 g		
うすくちしょうゆ	3.5 g		麦 豆
本みりん	1 g		
塩	0.2 g		
ロメインレタスの塩昆布和え			
●ロメインレタス	30 g	4	
ブロッコリー	25 g	3	
にんじん	5 g	3	
塩昆布	1.4 g	2	麦 豆
広陵町産いちごのマフィン			
●広陵町産いちごのマフィン	1 こ	5	麦 豆
エネルギー	887	kcal	
たんぱく質	34.8	g	

主菜リクエスト 3位

19日（金）食育の日献立 トルコ料理

材料名	分量	6群	アレルゲン
なすのピラウ(ピラフ)			
●精白米	82 g	5	
精麦	8 g	5	
コンソメ	0.2 g		
●なす	15 g	4	
たまねぎ	20 g	4	
ベーコン	10 g	1	豚
むき枝豆	3 g	4	豆
コンソメ	0.8 g		
砂糖	0.5 g	5	
塩	0.3 g		
こしょう	0.01 g		
オリーブ油	1 g	6	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
チキンケバブ			
鶏肉	1 こ	1	鶏
トマトケチャップ	4 g		
ﾏﾖﾈｰｽﾞﾀｲﾌﾟ調味料	3 g	6	豆
ウスターソース	2 g		
レモン果汁	2 g	4	
チリパウダー	0.7 g		豆
塩	0.3 g		
こしょう	0.02 g		
レンズ豆のトマトスープ			
レンズ豆	15 g	5	
カットウインナー	20 g	1	豚
たまねぎ	30 g	4	
じゃがいも	20 g	5	
にんじん	18 g	3	
トマト	15 g	3	
パセリ	0.6 g	3	
ぶどう酒	1.5 g		
コンソメ	2.5 g		
塩	0.2 g		
レモン果汁	1 g	4	
こしょう	0.05 g		
ヨーグルト			
ヨーグルト	1 こ	2	乳 ｾﾞ
エネルギー	797	kcal	
たんぱく質	33.5	g	

22日（月）

材料名	分量	6群	アレルゲン
ごはん			
●精白米	100 g	5	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
八宝菜			
●豚肉	30 g	1	豚
白菜	60 g	4	
たまねぎ	30 g	4	
たけのこ	20 g	4	
にんじん	13 g	3	
ちくわ	10 g	1	
きくらげ	0.5 g	4	
チンゲンサイ	20 g	3	
●青ねぎ	8 g	3	
土しょうが	1 g	4	
干ししいたけ	1 g	4	
こめ油	0.25 g	6	
でんぷん	2.5 g	5	
中華スープ	2.5 g		豆 鶏 豚
うすくちしょうゆ	2.5 g		麦 豆
オイスターソース	1 g		麦 豆
大学いも			
さつまいも	50 g	5	
こめ油(揚げ用)	5 g	6	
黒ごま	1 g	6	ｺﾞ
砂糖	11 g	5	
穀物酢	0.4 g		
うすくちしょうゆ	0.5 g		麦 豆
水あめ	1.8 g	5	
わかめときゅうりの酢の物			
糸かまぼこ	10 g	1	
きゅうり	25 g	4	
キャベツ	10 g	4	
わかめ	1 g	2	
穀物酢	1.5 g		
砂糖	1.5 g	5	
こいくちしょうゆ	1.5 g		麦 豆
塩	0.4 g		
エネルギー	779	kcal	
たんぱく質	24.3	g	

24日（水）

材料名	分量	6群	アレルゲン
規格パン			
●規格パン	1 こ	5	乳 麦
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
ハンバーグオニオンソース			
ハンバーグ	1 こ	1	麦 豆 豚
たまねぎ	12 g	4	
にんにく	0.1 g	4	
こめ油	0.1 g	6	
こいくちしょうゆ	1.5 g		麦 豆
砂糖	1.2 g	5	
ぶどう酒	0.7 g		
こしょう	0.01 g		
でんぷん	0.2 g	5	
コンソメスープ			
カットウインナー	15 g	1	豚
たまねぎ	30 g	4	
じゃがいも	20 g	5	
●ロメインレタス	20 g	4	
●ぶなしめじ	12 g	4	
にんじん	10 g	3	
ホールコーン	5 g	4	
パセリ	0.7 g	3	
コンソメ	3.5 g		
ぶどう酒	2 g		
ローリエ	0.01 g		
塩	0.2 g		
こしょう	0.04 g		
フルーツクリームサンド			
ホイップクリーム	25 g	6	乳 豆
ミックスフルーツ	40 g	4	ﾓﾓ り
（みかん パイナップル 黄桃 りんご）			
エネルギー	837	kcal	
たんぱく質	29.9	g	

25日（木）

材料名	分量	6群	アレルゲン
わかめごはん			
●精白米	100 g	5	
わかめごはんの素	2 g	2	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
鮭のきのこあんかけ			
さけ(馬鈴薯澱粉付き)	1 こ	1	鮭
こめ油(揚げ用)	7 g	6	
えのきたけ	7 g	4	
●ぶなしめじ	5 g	4	
うすくちしょうゆ	2 g		麦 豆
砂糖	0.5 g	5	
本みりん	0.5 g		
こしょう	0.02 g		
でんぷん	1 g	5	
里芋の豆乳汁			
●豚肉	25 g	1	豚
さといも	25 g	5	
豆腐	20 g	1	豆
キャベツ	20 g	4	
●だいこん	15 g	4	
にんじん	10 g	3	
うす揚げ	8 g	1	豆
●青ねぎ	8 g	3	
豆乳	30 g	1	豆
白みそ	8 g	1	豆
本みりん	2 g		
うすくちしょうゆ	2.2 g		麦 豆
だしパック	3 g		鯖
ひじきと細切り高野の煮物			
生ひじき	20 g	2	
むき枝豆	10 g	4	豆
にんじん	8 g	3	
細切り高野豆腐	1 g	1	豆
砂糖	1 g	5	
こいくちしょうゆ	1.5 g		麦 豆
本みりん	0.3 g		
だしパック	0.5 g		鯖
エネルギー	837	kcal	
たんぱく質	38.6	g	

26日（金）

材料名	分量	6群	アレルゲン
ごはん			
●精白米	100 g	5	
牛乳			
牛乳	1 本	2	乳
金時豆コロッケ			
●金時豆コロッケ	1 こ	5	麦 豆
こめ油(揚げ用)	5 g	6	
すき焼き			
牛肉	60 g	1	牛
豆腐	30 g	1	豆
白菜	60 g	4	
●焼きふ	2 g	5	麦
●糸こんにゃく	20 g	5	
白ねぎ	20 g	4	
ごぼう	10 g	4	
にんじん	10 g	3	
えのきたけ	10 g	4	
こめ油	0.5 g	6	
砂糖	5 g	5	
本みりん	1.5 g		
清酒	1.5 g		
こいくちしょうゆ	6 g		麦 豆
ブロッコリーのおかか和え			
ブロッコリー	30 g	3	
キャベツ	20 g	4	
糸かつお	0.5 g	1	
こいくちしょうゆ	1.5 g		麦 豆
砂糖	0.5 g	5	
りんご			
りんご	1 こ	4	り
エネルギー	813	kcal	
たんぱく質	32	g	

☆献立は都合により変更になることがあります。

●は、※奈良県産の食材を使用する予定です。

※奈良県産と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。

「アレルゲン」項目
特定義務表示７品目ならびに推奨義務表示２１品目をすべて記載しています。（下図参照）

特定義務表示７品目及び推奨表示２１品目の略字表記					
卵	卵	ら	いくら	豚	豚肉
乳	乳	ｵﾚ	オレンジ	ﾏﾂ	まつたけ
麦	小麦	ｶｼ	カシューナッツ	桃	もも
蕎	そば	牛	牛肉	芋	やまいも
ピ	落花生	く	くるみ	り	りんご
比	えび	鮭	さけ	ｺﾞ	ごま
蟹	かに	鯖	さば	ｾﾞ	ゼラチン
鮑	あわび	豆	大豆	ﾊﾞ	バナナ
ｲｶ	いか	鶏	鶏肉	ｷ	キウイフルーツ
ｱｰ	アーモンド				

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	

広陵町イメージキャラクター
かぐやちゃん

香芝市イメージキャラクター
カッシー

11月　平均栄養量

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgＲＥ	ビタミンB_1 mg	ビタミンB_2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g
823	32.4	25.8	406	125	4.4	278	0.80	0.65	39	6.1

献立表について
献立ごとに、材料・分量・食品群別・アレルゲン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・アレルゲンの分かる資料を公開しています。

表裏印刷