

2021年(令和3年)3月分 学校給食献立表(中学校)第2地区

※除去食対応する献立には◇マークを記しています。
 ※食物アレルギー対応として、ご希望される方には「学校給食用物資配合表」を配布しております。必要な方は各学校までお申し出ください。

日・曜	1日・月	2日・火	3日・水	4日・木	5日・金	8日・月	9日・火	10日・水	11日・木	
献立名	米飯 牛乳 ふの味噌汁 酢豚	米飯 牛乳 親子とじ 鰯の味噌煮 キャベツのごま和え	小型パン 牛乳 菜の花のスパゲティ グリーンアスパラガスのソテー ももかん	米飯 牛乳 ◇えびとわかめのスープ ビビンバ 大根キムチ	コッペパン 牛乳 ◇シーフードのクリーム煮 大根サラダ	ひじき五目ご飯 牛乳 石狩汁 ◇卵の花(いり)	米飯 牛乳 肉じゃが煮 湯葉サラダ	きなこ揚げパン 牛乳 ◇卵スープ じがいもの中華炒め	赤飯 牛乳 うしお汁 れんこんのきんぴら	
材料名および使用量(g)	ふ うす揚げ だいこん にんじん わかめ(塩蔵) ねぎ みそ いりこ 酒 水 豚肉(ロース) しょうが こいくちしょうゆ 酒 でんぷん コーン油 ピーマン たまねぎ にんじん 生しいたけ 綿実油 砂糖 こいくちしょうゆ 酢 ケチャップ	鶏肉 酒 卵 かまぼこ たまねぎ にんじん ねぎ みそ いりこ 砂糖 こいくちしょうゆ 塩 本みりん しょうが けずり節 水 でんぷん コーン油 ピーマン たまねぎ にんじん 生しいたけ 綿実油 砂糖 こいくちしょうゆ 酢 ケチャップ	スパゲティ なののはな ベーコン 調理ワイン たまねぎ キャベツ しめじ にんにく うすくちしょうゆ 塩 こしょう うすくちしょうゆ 塩 本みりん けずり節 水 グリーンアスパラガス 豚肉 調理ワイン たまねぎ 砂糖 こいくちしょうゆ 酒 こしょう こいくちしょうゆ 本みりん 水 ももジュース 砂糖 寒天 ワイン(白) 水	えび◇ わかめ(塩蔵) にんじん たまねぎ はくさい もやし ねぎ うすくちしょうゆ 塩 こしょう けずり節 水 牛肉(神戸ビーフ) にんにく しょうが 砂糖 こいくちしょうゆ 酒 こしょう コチュジャン 綿実油 大豆もやし ほうれんそう うすくちしょうゆ だいこん 白菜キムチ うすくちしょうゆ ごま油 ごま	はたて貝柱◇ えび◇ わかめ(塩蔵) にんじん たまねぎ はくさい マッシュルーム プロックロー 小麦粉 バター 綿実油 牛乳 生クリーム カットチーズ 塩 こしょう 水 パン粉 だし だいこん ごぼう うす揚げ にんじん みずな みきごんにゃく 酒かす みそ しょうが けずり節 水 おから(乾燥) 水 えび◇ 酒 にんじん 竹輪(煮込み用) ねぎ 干しいたけ こいくちしょうゆ 砂糖 綿実油 だし汁	精白米 水 鶏肉 しょうが 綿実油 にんじん 干しいたけ こいくちしょうゆ 本みりん 塩 25 110 95 110 10 0.5 1 60 1 20 10 20 10 20 5 5 1 60 3 8 0.9 0.05 50 2 2 40 20 0.5 1 2 2 1 0.4 15 15 0.3 0.5 1	ひじき 石狩汁 卵の花(いり)	牛肉 余ごんにゃく じゃがいも たまねぎ にんじん さんどまめ 綿実油 酒 はるさめ 卵◇ たまねぎ にんじん パセリ 水 ゆば しらすぼし 酒 キャベツ きゅうり にんじん 塩 豚肉 じゃがいも にんじん チンゲンサイ しょうが 綿実油 砂糖 こしょう	コッペパン コーン油 きな粉 砂糖 塩 鶏肉 酒 はるさめ 卵◇ たまねぎ にんじん パセリ うすくちしょうゆ 塩 こしょう でんぷん けずり節 水 豚肉 酒 じゃがいも にんじん チンゲンサイ しょうが 綿実油 砂糖 こしょう	もち米 精白米 小豆 塩 酒 水 ごま たい 酒 豆腐 わかめ(塩蔵) えのきたけ みつば うすくちしょうゆ だし けずり節 水 鶏肉 酒 にんじん 竹輪(煮込み用) 余ごんにゃく れんこん 綿実油 こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん 一味唐辛子 ごま
エネルギー 蛋白質	815kcal / 27.1g	835kcal / 37.6g	833kcal / 26.4g	731kcal / 29.5g	841kcal / 36.6g	681kcal / 30.3g	763kcal / 26.0g	812kcal / 26.3g	741kcal / 30.3g	

選挙のお知らせ

投票日 未来を変える だいじな日

宝塚市長選挙

4月11日(日)

投票日

(令和3年度
明日の選挙啓発標語入賞作品)

日・曜	12日・金	15日・月	16日・火	17日・水	19日・金	22日・月	23日・火	24日・水
献立名	小型パン 牛乳 五目うどん きびなごのから揚げ キャベツのソテー	玄米入りごはん 牛乳 チキンカレー ごまじゃこサラダ	米飯 牛乳 豚汁 五目豆	コッペパン 牛乳 野菜スープ チロミルカン ココアミルクプリン	コッペパン 牛乳 肉団子スープ 焼きビーフン ココアミルクプリン	米飯 牛乳 ◇あさりの赤だし ◇もずくのかき揚げ 野菜菜ふりかけ	米飯 牛乳 具汁 かつおの香味焼き 赤しそ和え	コッペパン 牛乳 野菜スープ スナップえんどうのソテー フルーツ白玉
材料名および使用量(g)	うどん(冷凍) うす揚げ にんじん たまねぎ かまぼこ えのきたけ わかめ(塩蔵) ねぎ こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ 本みりん 塩 だし昆布 けずり節 水 きびなご 酒 塩 こしょう でんぷん コーン油 キャベツ こしょう 塩 ホールコーン(水煮) 綿実油	精白米 もち玄米 水 鶏肉 調理ワイン じゃがいも たまねぎ にんじん ねぎ みそ しょうが 本みりん 水 大豆(乾燥) うす揚げ つきごんにゃく じゃがいも にんじん もやし たまねぎ みそ けずり節 水 大粒(乾燥) にんじん ごぼう 竹輪(煮込み用) 鶏肉 酒 角切り昆布 綿実油 パプリカ 塩 こしょう スープベース(丸鶏) 水 キャベツ きゅうり 塩 しらすぼし 綿実油 ごま 砂糖 こいくちしょうゆ 酢 ごま油	豚肉 酒 うす揚げ つきごんにゃく じゃがいも にんじん もやし たまねぎ みそ けずり節 水 大豆(乾燥) にんじん ごぼう 竹輪(煮込み用) 鶏肉 酒 角切り昆布 綿実油 パプリカ 塩 こしょう スープベース(丸鶏) 水 キャベツ きゅうり 塩 しらすぼし 綿実油 ごま 砂糖 こいくちしょうゆ 酢 ごま油	ベーコン 酒 ホールコーン(水煮) キャベツ たまねぎ にんじん ほうれんそう うすくちしょうゆ 塩 こしょう けずり節 水 豚肉 調理ワイン きんときまめ(乾燥) たまねぎ にんじん ホールトマト(冷凍) にんにく 綿実油 ケチャップ 豚肉 ウスターソース 砂糖 こいくちしょうゆ 塩 こしょう オレガノ チリパウダー 水 アガー ココア 砂糖 牛乳 ワイン(白) 生クリーム	豚肉ミンチ たまねぎ 豆腐 米粉【兵庫県産山田錦使用】 豆豚 にんじん うすくちしょうゆ 塩 こしょう 綿実油 にんじん はくさい ねぎ うすくちしょうゆ 酒 綿実油 にんじん はくさい ねぎ うすくちしょうゆ こしょう 酒 竹輪(煮込み用) みそ しょうが けずり節 水 ビーフン 豚肉 ウスターソース 砂糖 酒 キャベツ にんじん ピーマン うすくちしょうゆ 塩 ごま かつお節	あさり 酒 わかめ(塩蔵) しめじ だいこん みつば 八丁みそ 赤みそ みそ けずり節 水 えび◇ 酒 たまねぎ もずく でんぷん 米粉【兵庫県産山田錦使用】 塩 卵◇ 水 コーン油 野菜菜つけ しらすぼし 酒 うすくちしょうゆ ごま かつお節	大豆(乾燥) うす揚げ たいこん はくさい にんじん ねぎ みそ いりこ 水 かつお キャベツ たまねぎ チンゲンサイ しょうが にんにく 綿実油 こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん でんぷん 水 きゅうり 塩 しそ粉末 うすくちしょうゆ ごま かつお節	鶏肉 酒 わかめ(塩蔵) たまねぎ にんじん えのきたけ ねぎ ごま うすくちしょうゆ 塩 こしょう けずり節 水 スナップえんどう ホールコーン(水煮) たまねぎ 綿実油 うすくちしょうゆ 塩 こしょう いちご 砂糖 ワイン(白) パイナップル(シロップ漬け) しらたまだんご
エネルギー 蛋白質	679kcal / 25.6g	790kcal / 25.6g	737kcal / 27.6g	763kcal / 23.2g	719kcal / 25.5g	767kcal / 31.6g	692kcal / 30.6g	653kcal / 19.8g

地産地消給食

兵庫県産の食材を使っています

新型コロナウイルス感染症によって消費が減ってしまった兵庫県産食材を学校給食で使用します。

今月は以下の食材です。
兵庫県のおいしい特産品を味わってくださいね。

牛肉(神戸ビーフ)

「ビビンバ」で使用

米粉(兵庫県産山田錦使用)

「肉団子スープ」「もずくのかき揚げ」で使用

※この事業は兵庫県産の食材を無償提供され実施するものです。

○…赤色の食品(おもに体をつくるものとなる食品) □…黄色の食品(おもにエネルギーのもととなる食品) △…緑色の食品(おもに体の調子を整えるものとなる食品) ※上記材料は、天候等により急きょ変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー756kcal たんぱく質28.2g