

2021年(令和3年)4月分 学校給食献立表(小学校)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「学校給食食物資合表」を配布しております。必要な方は各学校まで申し出ください。

| 日・曜 | 12日・月 | 13日・火 | 15日・木 | 16日・金 | 19日・月 | 20日・火 | 21日・水 | |
|--------------|--|--|---|--|--|---|--|--|
| 献立名 | ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものみそしる ツナおから でんぶ | ごはん ぎゅうにゅう もずくしる ふたじやがに | こもりごはん ぎゅうにゅう あじつかけり ごもどろん ひじきとだいずのもの | コッペパン ぎゅうにゅう やさいスープ グリーンアスパラガスのソテー あまなつまかん | ごはん ぎゅうにゅう はちじる たけのこのどりからいため ひじきふりかけ | ごはん ぎゅうにゅう ふのみそしる ホイコーロー | コッペパン ぎゅうにゅう ミネストローネ ごまじゃこサラダ | |
| 材料名 | じゃがいも にんじん たまねぎ わかめ(塩蔵) うす揚げ ねぎ みそ けずり節 水 | 鶏肉 酒 豆腐 もずく にんじん かまぼこ しめじ みずば うすくちしゅうゆ こいくちしゅうゆ | 味付けのり うどん(冷凍) うす揚げ にんじん たまねぎ かまぼこ しょうゆ わかめ(塩蔵) うすくちしゅうゆ こいくちしゅうゆ 塩 こしょう 本みりん けずり節 水 | 1袋 75 4 10 10 7 3 2 2 4 1 0.5 0.1 0.5 2.5 100 | 鶏肉 酒 にんじん たまねぎ キャベツ ホールコーン(水煮) ほうれんそう うすくちしゅうゆ こいくちしゅうゆ 塩 こしょう でんぶ けずり節 水 | 7 5 10 10 15 30 3 2 3 0.2 0.5 2.5 120 | ふ にんじん たまねぎ うす揚げ わかめ(塩蔵) ねぎ みそ いりこ 水 | 2 10 30 4 2 11 3 120 |
| および使用量(g) | おから(乾燥) ツナ(オイル漬け) 竹輪(煮込み用) つきこんやく にんじん 干しいたけ うす揚げ ねぎ 綿実油 砂糖 こいくちしゅうゆ うすくちしゅうゆ 酒 だし汁 | 2 10 5 3 5 0.3 3 3 0.5 1.5 1 0.3 15 | 2 10 5 3 5 0.3 3 3 0.5 1 0.3 15 | 2 10 5 3 5 0.3 3 3 0.5 1 0.3 15 | 2 10 5 3 5 0.3 3 3 0.5 1 0.3 15 | 2 10 5 3 5 0.3 3 3 0.5 1 0.3 15 | 2 10 5 3 5 0.3 3 3 0.5 1 0.3 15 | 2 10 5 3 5 0.3 3 3 0.5 1 0.3 15 |
| エネルギー 蛋白質 | 563kcal / 20.5g | 568kcal / 21.4g | 589kcal / 21.9g | 508kcal / 19.2g | 576kcal / 20.4g | 561kcal / 19.8g | 521kcal / 19.6g | |

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)

(令和3年度 明るい選挙 啓発標語入賞作品)

| 日・曜 | 22日・木 | 23日・金 | 26日・月 | 27日・火 | 28日・水 | 30日・金 |
|--------------|--|--|--|---|--|--|
| 献立名 | ごはん ぎゅうにゅう わかたけしる さばのにつけ だいずのてっかみそ | コッペパン ぎゅうにゅう はるさめとレタスのスープ にらじゃが いちごジャム | ごはん ぎゅうにゅう キーマカレー わふうサラダ | たけのこごはん ぎゅうにゅう キャベツのみそしる クープイリチー | コッペパン ぎゅうにゅう △たまごスープ じゃがいものちゅうかいため オレンジかん | コッペパン ぎゅうにゅう いんげんまめとコーンのポタージュ きびなごのからあげ |
| 材料名 | たけのこ(ゆで) 豆腐 かまぼこ わかめ(塩蔵) にんじん たまねぎ みずば うすくちしゅうゆ こいくちしゅうゆ 塩 だし昆布 けずり節 水 | はるさめ 鶏肉 酒 にんじん たまねぎ もやし 干しいたけ レタス うすくちしゅうゆ こいくちしゅうゆ 塩 こしょう けずり節 水 | 合いびきミンチ 調理ワイン にんじん たまねぎ じゃがいも にんにく しょうゆ 酒 本みりん 塩 キャベツ にんじん たまねぎ ウスターソース ケチャップ こいくちしゅうゆ 砂糖 塩 こしょう スープベース(丸鶏) ウスターソース ケチャップ いちご 砂糖 水 | 精白米 だし昆布 水 にんじん たまねぎ たけのこ(ゆで) うす揚げ うすくちしゅうゆ 酒 本みりん 塩 キャベツ にんじん たまねぎ うす揚げ もやし みそ いりこ 水 | 卵 鶏肉 酒 にんじん たまねぎ はるさめ パセリ うすくちしゅうゆ こいくちしゅうゆ 塩 こしょう でんぶ けずり節 水 | 鶏肉 調理ワイン じゃがいも にんじん たまねぎ 綿実油 ホールコーン(水煮) パセリ いんげんまめ(乾燥) 米粉 豆乳 スープベース(丸鶏) 塩 こしょう 水 |
| および使用量(g) | さば しょうが 砂糖 こいくちしゅうゆ 本みりん 酒 水 | 1枚 110 | 30 1 20 2 4.5 1.5 0.4 0.2 1.5 0.8 7 3 15 2 10 2 1 3 6 3 1 | 65 0.5 85 20 15 4 5 1 0.5 0.1 25 15 15 4 10 11 3 110 | 30 15 100 15 15 100 15 15 100 1 1 2 3 1.5 0.5 | 15 0.5 40 10 10 0.5 15 0.5 2 3 0.7 80 |
| エネルギー 蛋白質 | 656kcal / 28.5g | 570kcal / 20.0g | 661kcal / 20.8g | 534kcal / 19.5g | 592kcal / 20.7g | 573kcal / 24.5g |

アレルギー表記の見方
 ~除去食対応マークについて~

宝塚市の食物アレルギー対応は「卵、えび、かに、いか、たこ、貝類」の6品目の完全除去対応に統一します。
 それに伴い、献立表の表記を一部変更しますので、献立確認の参考にしてください。

※除去食対応をする献立名に◇マークをつけます。
 ※対象6品目には注意喚起のため、食材名に◆マークをつけます。

(例)「八宝菜」の場合

| 日・曜 | 6日・月 |
|--------|--|
| 献立名 | ごはん ぎゅうにゅう △はっほうさい あらめのしらすあえ |
| 材料名 | 鶏肉 いかに 酒 うすら卵◆ はくさい にんじん たまねぎ 干しいたけ もやし しょうが 綿実油 砂糖 うすくちしゅうゆ こいくちしゅうゆ 塩 こしょう スープベース でんぶ |
| および使用量 | 15 10 0.5 20 60 50 50 0.5 0.5 0.1 0.4 0.4 0.5 0.5 0.1 0.1 0.1 3 3 |

八宝菜は除去食対応可能な献立ですので、
 ◇はっほうさい
と記しています。
 材料のうち、
 いか◆
 うすら卵◆
 を除去することを表しています。

(注)ただし、調理工程の都合で、除去できない場合、または除去することでメニューとして成り立たない場合などは、献立名に(除去食対応不可)を記しますので、お弁当の用意をお願いします。

文部科学省の指針に基づき安全性を最優先とする対応です。
 ご理解くださいますようお願いいたします。

○…あかいろのしよくひん(おもにからだをつくるものとなるしよくひん) □…きいろのしよくひん(おもにエネルギーのもととなるしよくひん) △…みどりいろのしよくひん(おもにからだのちようしよととのえるものとなるしよくひん) ※上記材料は、天候等により急ぎ変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー575kcal たんぱくしつ21.3g