

2022年(令和4年)6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申し出ください。

日・曜	1日・水	2日・木	3日・金	6日・月	7日・火	8日・水	9日・木	10日・金	13日・月	14日・火	15日・水	
献立名	コッペパン 牛乳 ワタンスープ ドライカレー 桃ヨーグルト	米飯 牛乳 肉じゃが煮 苜わかめのしらすあえ	コッペパン 牛乳 ◇うずら卵スープ チリコンカーン	麦入りごはん 牛乳 大豆カレー はりしサラダ	米飯 牛乳 ◇水の薬と きびなごの南蛮漬	コッペパン 牛乳 えんどう豆と コーンのポタージュ ごほうサラダ	さばとひじきのご飯 なすと油揚げの味噌汁 高野豆腐のそぼろ煮	コッペパン 牛乳 きのこチンゲンサイ のスープ 鶏肉とじゃがいものから揚げ いちご白玉	米飯 牛乳 手巻き用焼き海苔 ◇えびほろ汁 穴子の甘煮 野沢菜納豆	米飯 牛乳 筑前煮 わかめ和え	丸型パン 牛乳 ◇卵スープ ピザペースト スライスチーズ	
材料名	ワタンの皮 鶏肉 酒 たまねぎ にんじん もやし 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油 けずり節 水	豚肉 鶏肉 酒 糸こんにゃく かがいも たまねぎ にんじん もやし 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油 けずり節 水	うずら卵 たまねぎ にんじん キャベツ 干しいたけ もやし チンゲンサイ うすくちしょうゆ 塩 ごしょう けずり節 水	精白米 おむぎ 水 卵 たまねぎ 干しいたけ ねぎ でんぶん にんじん にんにく しょうが しょうゆ ごしょう けずり節 水	うす揚げ 卵 かまぼこ かがいも たまねぎ ねぎ でんぶん 砂糖 にんじん ごしょう けずり節 水	鶏肉 卵 納実油 ごしょう たまねぎ うす揚げ にんじん わかめ なまめ(塩蔵) わかめ きびなご ごしょう キャベツ ごしょう コーン油 にんじん けずり節 水	鶏肉 調味ワイン 納実油 ごしょう たまねぎ うす揚げ にんじん わかめ なまめ(塩蔵) わかめ きびなご ごしょう キャベツ ごしょう コーン油 にんじん けずり節 水	精白米 さば(オイル漬) ひじき(乾燥) えび◇ うす揚げ たまねぎ ホールコーン(水煮) キャベツ 塩 だし汁 ごしょう ごま油 水	豚肉 酒 しめじ きのきたけ にんじん チンゲンサイ にんじん たまねぎ うすくちしょうゆ ごしょう けずり節 水	鶏肉 酒 厚揚げ 竹輪(煮込み用) 卵 たまねぎ にんじん ごしょう ごま油 ごしょう ごま油 水	鶏肉 酒 わかめ(塩蔵) はるさめ 卵 たまねぎ にんじん ごしょう ごま油 水	
および使用量(g)	726kcal / 31.4g	680kcal / 24.6g	629kcal / 24.1g	745kcal / 28.1g	747kcal / 30.3g	658kcal / 24.2g	650kcal / 30.9g	736kcal / 25.1g	695kcal / 28.2g	730kcal / 28.3g	697kcal / 26.4g	
エネルギー /蛋白質												
日・曜	16日・木	17日・金	20日・月	21日・火	22日・水	23日・木	24日・金	27日・月	28日・火	29日・水	30日・木	
献立名	米飯 牛乳 キャベツの味噌汁 はものフライ 梅ソース じゃこピーマン	小型パン 牛乳 夏野菜のミートスパゲティ 小松菜のガーリックソテー	米飯(小盛) 牛乳 カレーうどん かつおの香味焼き	米飯 牛乳 赤だし 鰯と大豆の香りねえ おくらとしめじの煮びたし	コッペパン 牛乳 ミネストローネ ◇ピーンスサラダ	シジューシー 牛乳 果汁 ◇ゴヤチャンプルー おきねむ	ココア揚げパン 牛乳 野菜スープ 焼きビーフン	米飯 牛乳 もずく春雨のスープ ◇えびとセロリーのチリソース煮 小松菜のごま炒め	米飯 牛乳 ◇かきたま汁 いわしの煎茶煮 赤しそ和え	はるさめ えび◇ 酒 わかめ(塩蔵) たまねぎ にんじん レタス たまねぎ 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ 塩 ごしょう ごま油 水	鶏肉 酒 わかめ(塩蔵) たまねぎ にんじん たまねぎ えのきたけ ごしょう うすくちしょうゆ 塩 ごしょう ごま油 水	米飯 牛乳 わかめスープ さばのチヨリム なすのチヨナムル
材料名	じゃこ たまねぎ うす揚げ にんじん もやし にら みそ いりこ 酒 水	スパゲティ 合いびきミンチ 調味ワイン たまねぎ なす ズッキーニ エリギ セロリー トマト ピーマン ケチャップ ウスターソース デミグラスソース オリーブオイル 塩 ごしょう 水 パン粉 でんぶん コーン油	うどん(冷凍) 豚肉 酒 たまねぎ にんじん うす揚げ みそ エリギ セロリー トマト ピーマン ケチャップ ウスターソース デミグラスソース オリーブオイル 塩 ごしょう 水	豆腐 わかめ(塩蔵) 酒 えのきたけ うす揚げ みづば 八丁みそ みそ 赤みそ けずり節 ごしょう 水	マカロニ 豚肉 いんげんまめ(乾燥) 調味ワイン 酒 たまねぎ じゃがいも キャベツ セロリー トマト(水煮) トマトピューレ キャベツ ごしょう ウスターソース スープベース オリーブオイル 塩 ごしょう 水	精白米 水 豚肉 ココア 酒 納実油 角切り昆布 干しいたけ ごしょう うすくちしょうゆ 本みりん 塩	卵 水 豚肉 ココア 酒 納実油 角切り昆布 干しいたけ ごしょう うすくちしょうゆ 本みりん 塩	はるさめ もずく にんじん ココア 酒 砂糖 鶏肉 酒 ホールコーン(水煮) キャベツ たまねぎ にんじん ごしょう けずり節 塩 ごしょう ごま油 水	卵 豆腐 たまねぎ にんじん レタス たまねぎ 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ 塩 ごしょう ごま油 水	鶏肉 酒 わかめ(塩蔵) たまねぎ にんじん たまねぎ えのきたけ ごしょう うすくちしょうゆ 塩 ごしょう ごま油 水	米飯 牛乳 わかめスープ さばのチヨリム なすのチヨナムル	
および使用量(g)	792kcal / 32.1g	721kcal / 26.5g	675kcal / 30.8g	785kcal / 30.3g	711kcal / 24.4g	688kcal / 28.7g	746kcal / 23.3g	621kcal / 22.2g	668kcal / 28.1g	655kcal / 23.0g	685kcal / 28.7g	
エネルギー /蛋白質												

29日・水 30日・木

コッペパン 牛乳 ◇えびと春雨のスープ にらじゃが りんごかん	米飯 牛乳 わかめスープ さばのチヨリム なすのチヨナムル
---	---

はるさめ えび◇ 酒 わかめ(塩蔵) たまねぎ にんじん レタス たまねぎ 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ 塩 ごしょう ごま油 水	鶏肉 酒 わかめ(塩蔵) たまねぎ にんじん たまねぎ えのきたけ ごしょう うすくちしょうゆ 塩 ごしょう ごま油 水	卵 豆腐 たまねぎ にんじん レタス たまねぎ 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ 塩 ごしょう ごま油 水	鶏肉 酒 わかめ(塩蔵) たまねぎ にんじん たまねぎ えのきたけ ごしょう うすくちしょうゆ 塩 ごしょう ごま油 水
--	--	--	--

物資配合表 令和4年度(2022年度)6月
改訂版発布のお知らせ

下記物資の規格変更がありましたので、物資配合表を変更しました。物資配合表の最新版は、宝塚市のホームページからダウンロードもしくは、学校まで申し出ください。(なお、中学校の6月分献立での下記物資の使用はありません)

味付けのり
[原材料] 乾のり、昆布エキス、砂糖、食塩、本みりん
※特定アレルギー:なし