

2023年(令和5年)2月分 学校給食献立表(小学校)第1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「学校給食食物資配表」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
献立名	ごはん(こもり)ぎょうにゅうみそキムチうどんツナ(冷涼)	コッペパンぎょうにゅう◇えびとはるさめのスープだいずりドライカレーいよかん	ごはんぎょうにゅうすましじるいわしのまつえにはくさいとにんじんのごまあえ	ごはんぎょうにゅうみそじるおたにくとはくさいのものにのさばのふりかけ	ごとうパンぎょうにゅういんげんまめとコーンのポタージュちゅうかサラダ	ごはんぎょうにゅうあじつけのり◇もずくとたまごのスープさけとさつまいものあまからに	きなこあげパンぎょうにゅうフォーさばとやさいのあえもの	ごはんぎょうにゅうすきやき地産地消さばいこんサラダ	ごはんぎょうにゅうチキンカレーひしごとれんこんのサラダ	コッペパンぎょうにゅうふゆやさいのスープビーフいためココアミルクプリン
材料名および使用量(g)	うどん(冷涼) 45 豚肉 10 酒 0.5 白菜キムチ 15 にんじん 10 たまねぎ 20 えのきたけ 7 もやし 10 ねぎ 5 みにら 5 みそ 10 こいくちしょうゆ 0.5 けずり節 3 水 100	はるさめ 7 えび◇ 20 酒 0.5 はくさい 20 にんじん 10 干しいたけ 10 もやし 10 ねぎ 2 こいくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 だし昆布 0.5 けずり節 0.01 水 2 110	豆腐 30 わかめ(塩蔵) 2 かまぼこ 5 にんじん 10 しめじ 6 みつば 3 なみそ 4 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 本みりん 0.5 塩 0.1 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 120	豆腐 35 うす揚げ 4 にんじん 10 だし昆布 2 わかめ(塩蔵) 2 ねぎ 2 なみそ 11 いたりこ 3 本みりん 120 ホールコーン 15 いんげんまめ(乾燥) 5 パセリ 0.3 はくさい 4.5 にんじん 10 豆乳 25 スープベース(丸鶏) 3 塩 0.7 こしょう 0.05 水 80	コッペパン 1個 黒砂糖 8 味付けのり 1袋 もずく 10 卵◆ 30 たまねぎ 10 にんじん 25 ねぎ 2 たまねぎ 40 こいくちしょうゆ 0.5 ホールコーン 15 でんぷん 5 けずり節 0.3 米粉 3 ごま油 110	コッペパン 1個 黒砂糖 8 味付けのり 1袋 もずく 10 卵◆ 30 たまねぎ 10 にんじん 25 ねぎ 2 たまねぎ 40 こいくちしょうゆ 0.5 ホールコーン 15 でんぷん 5 けずり節 0.3 米粉 3 ごま油 110	さば(オイル漬) 15 キャベツ 35 きゅうり 10 酢 2 砂糖 0.5 本みりん 1.5	牛肉 30 コーン油 10 きな粉 5 砂糖 0.05 ビーフン(平めん) 8 鶏肉 15 酒 0.5 にんじん 10 はくさい 20 こいくちしょうゆ 6 ふ 0.2 綿実油 15 こいくちしょうゆ 3 小麦粉 7 パター 4 綿実油 3 スープベース(丸鶏) 10 ウスターソース 4.5 ケチャップ 1.5 だいこん 0.5 わかめ(乾燥) 0.2 かつお節 0.7 水 85	鶏肉 20 調理ワイン 1 だんご 20 たまねぎ 50 しょうが 5 しょうが 0.2 しゅんぎく 5 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2 水 110	鶏肉 15 酒 0.5 だんご 15 だし昆布 1 たまねぎ 25 にんじん 10 ピーマン 4 綿実油 0.5 塩 4 こしょう 0.01 砂糖 0.4 トマトピューレ 7 ウスターソース 1 とんかつソース 1 だし汁 30
エネルギー/蛋白質	522kcal / 20.1g	535kcal / 23.2g	536kcal / 24.3g	533kcal / 22.3g	551kcal / 20.4g	610kcal / 22.9g	585kcal / 21.1g	556kcal / 22.0g	610kcal / 20.7g	555kcal / 20.3g

日・曜	15日・水	16日・木	17日・金	20日・月	21日・火	22日・水	24日・金	27日・月	28日・火	
献立名	ごはんぎょうにゅうわかめスープピピンバ	コッペパンぎょうにゅう◇わかめとたまごのスープガーリックポテトネーブルオレンジ	ごはんぎょうにゅう◇みそおでんきびなごだいずのあまからにでんぷ	ごはんぎょうにゅう◇みそおでんはくさいとこまつなのごまあえ	コッペパンぎょうにゅう◇いかとワタンのスープブロックリーのいためものつぶあん	ごはんぎょうにゅううめぼしカムジャタンたららのマリネ	かやくごはんぎょうにゅう◇えびととうふのわふうあんかけクープイリチー	ごはん(こもり)ぎょうにゅう◇ロックやきざみりチャプチェ	コッペパンぎょうにゅうやさいスープかふとはくさいのクリームにぼんかん	
材料名および使用量(g)	鶏肉 15 わかめ(塩蔵) 3.5 卵◆ 30 はくさい 20 たまねぎ 20 にんじん 10 だいこん 10 えのきたけ 8 ねぎ 3 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2 水 120	コッペパン 3.5 わかめ 20 たまねぎ 20 にんじん 10 だいこん 10 えのきたけ 8 ねぎ 3 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2 水 120	豆腐 45 だんご 20 はくさい 50 もやし 10 みずな 5 にんじん 11 いたりこ 3 厚揚げ 30 うずら卵◆ 20 竹輪(煮込み用) 10 きびなご 30 塩 0.1 でんぷん 3 大豆(乾燥) 4 コーン油 1 砂糖 5	鶏肉 15 だんご 20 はくさい 50 もやし 10 みずな 5 にんじん 11 いたりこ 3 厚揚げ 30 うずら卵◆ 20 竹輪(煮込み用) 10 きびなご 30 塩 0.1 でんぷん 3 大豆(乾燥) 4 コーン油 1 砂糖 5	鶏肉 15 だんご 20 はくさい 50 もやし 10 みずな 5 にんじん 11 いたりこ 3 厚揚げ 30 うずら卵◆ 20 竹輪(煮込み用) 10 きびなご 30 塩 0.1 でんぷん 3 大豆(乾燥) 4 コーン油 1 砂糖 5	ワタンの皮 7 いか◆ 20 酒 0.5 にんじん 10 はくさい 4 たまねぎ 30 干しいたけ 0.3 うずら卵◆ 10 ねぎ 2 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2 水 60	梅干し 1個 豚肉 15 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 30 じゃがいも 50 えのきたけ 10 うすくちしょうゆ 4 コチュジャン 0.8 砂糖 0.1 こんにやく 0.5 水 120	精白米 70 3L昆布 0.5 酒 9 卵◆ 4 にんじん 4 たまねぎ 20 うす揚げ 6 うすくちしょうゆ 4 塩 0.1 本みりん 0.5 豆腐 80 にんじん 15 えび◆ 20 にんにく 10 水 100	豚肉 40 酒 0.5 卵◆ 20 にんじん 10 たまねぎ 20 干しいたけ 0.3 みつば 3 うすくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2 水 110	豚肉 15 酒 0.5 だんご 20 たまねぎ 50 しょうが 4 うすくちしょうゆ 0.5 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2 水 110
エネルギー/蛋白質	527kcal / 22.5g	502kcal / 21.1g	591kcal / 23.0g	558kcal / 22.7g	513kcal / 22.8g	612kcal / 25.4g	541kcal / 24.8g	583kcal / 22.9g	522kcal / 21.0g	

学校給食課からのお知らせ
 子育てを家庭を支援するため、令和4年9月から翌年3月までの学校給食において、物価高騰による食材費の値上がり分を市が負担し、給食の質を維持しています。(負担額:小学校及び特別支援学校 25円/食、中学校 30円/食)

物資配合表
 令和4年度(2022年度)
 2月改訂版発布のお知らせ

下記物資を物資配合表に追加および変更いたしましたのでお知らせいたします。
 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、学校までお申し出ください。
 (なお、2月分献立での「もちむぎ麺」の使用はありません。)

新規食材
ホールコーン
 [原材料] とうもろこし
 ※特定アレルゲン:なし

原材料の変更
もちむぎ麺
 [原材料]
 小麦粉、もちむぎ粉、塩、はったい粉、植物油脂(でんぷんの使用がなくなりました)
 ※特定アレルゲン:小麦