

2023年(令和5年)10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	2日・月	3日・火	4日・水	5日・木	6日・金	10日・火	11日・水	12日・木	13日・金	16日・月	17日・火	
献立名	ごはん ぎゅうにゅう きつまいものみそしる チンゲンサイのいために さばのふりかけ	コッペパン ぎゅうにゅう はるさめ はるさめ ポークビーンズ りんごかん	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ わかめあえ	コッペパン ぎゅうにゅう やさしいスープ とりレバーとさといものあけに	ごはん ぎゅうにゅう このはとじ きりばしだいこんのはりはり	コッペパン ぎゅうにゅう しらたまスープ いんげんまめのドライカレー りんごヨーグルト	ごはん ぎゅうにゅう くたまごいりめずくじる ひじきいりおから でんぶ	コッペパン ぎゅうにゅう ツナマヨポテ みかん	ごはん ぎゅうにゅう かんしきあじつけり うまめしる おたじやがに	もちむぎごはん ぎゅうにゅう きつまいもカレー さつまいもサラダ	アップルパン ぎゅうにゅう ワタンスープ きびごどいずのかりあえ	
材料名	さつまいも にんじん たまねぎ うす揚げ ねぎ みそ いりこ 水	はるさめ 鶏肉 酒 0.5 にんじん たまねぎ キャベツ ホールコーン 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ ごいちしょうゆ	豚肉 酒 0.1 ごしょう けずり節 水	豚肉 酒 0.5 にんじん たまねぎ キャベツ ホールコーン 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ ごいちしょうゆ	豚肉 酒 0.5 にんじん たまねぎ キャベツ ホールコーン 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ ごいちしょうゆ	卵 うす揚げ かまぼこ にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ ごいちしょうゆ	卵 豆腐 酒 0.5 にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ ごいちしょうゆ	卵 豆腐 酒 0.5 にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ ごいちしょうゆ	ビーフン(平めん) 鶏肉 酒 0.5 打ち豆 にんじん だんご ごぼう 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ ごいちしょうゆ	鶏肉 酒 0.1 ごしょう 水	精白米 もちむぎ 水	コッペパン ドライフルーツりんご ワンタンの皮 豚肉 酒 0.5 にんじん たまねぎ 干しいたけ ごいちしょうゆ 水
エネルギー	552kcal/20.7g	535kcal/21.9g	610kcal/25.3g	551kcal/21.1g	540kcal/22.3g	603kcal/22.8g	523kcal/22.4g	563kcal/20.1g	530kcal/21.0g	613kcal/20.1g	605kcal/23.2g	

日・曜	18日・水	19日・木	20日・金	23日・月	24日・火	25日・水	26日・木	27日・金	30日・月	31日・火	
献立名	ごはん(こもり) ぎゅうにゅう かぼちゃほうとう くさわかめのきんぴら	コッペパン ぎゅうにゅう さけときこのシチュー ひじきサラダ	ごはん ぎゅうにゅう いわしのチョリム だいずめやしのいためナムル	きのこごはん ぎゅうにゅう ぼじる クープイリチー	コッペパン ぎゅうにゅう ちゅうかスープ おきけとつまいものおからに くらえだまめ	ごはん ぎゅうにゅう あじつけり キャベツのみそしる キムチいりやさいいため	ごはん ぎゅうにゅう うめぼし かきたまじる がめ	ごはん ぎゅうにゅう うめぼし かきたまじる がめ	ごはん ぎゅうにゅう うめぼし かきたまじる がめ	コッペパン ぎゅうにゅう わかめスープ さばのトマトにこみ スイートパンパキ	
材料名	ほうとう(冷凍) 豚肉 酒 かぼちゃ うす揚げ だいこん しめじ ねぎ みそ いりこ 水	さけ 調理ワイン にんじん たまねぎ ジャがいも しめじ まいたけ マッシュルーム パセリ 小麦粉 バター	ゆば 豆腐 にんじん たまねぎ かまぼこ みつば うすくちしょうゆ ごいちしょうゆ	精白米 だし昆布 水 にんじん たまねぎ キャベツ しめじ チンゲンサイ うすくちしょうゆ ごいちしょうゆ	豚肉 酒 にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ みそ いりこ 水	豚肉 酒 0.5 にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ みそ いりこ 水	豚肉 酒 0.5 にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ みそ いりこ 水	豚肉 酒 0.5 にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ みそ いりこ 水	豚肉 酒 0.5 にんじん たまねぎ 干しいたけ ねぎ みそ いりこ 水	鶏肉 酒 わかめ(塩蔵) にんじん ごぼう 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ ごいちしょうゆ	鶏肉 酒 わかめ(塩蔵) にんじん ごぼう 干しいたけ ねぎ うすくちしょうゆ ごいちしょうゆ
エネルギー	527kcal/21.1g	579kcal/23.3g	534kcal/24.0g	506kcal/21.0g	588kcal/23.9g	500kcal/20.6g	560kcal/21.0g	517kcal/21.1g	539kcal/20.0g	520kcal/22.2g	

地産地消
地産地消給食
 兵庫県産や宝塚市産の食材を使っています。
10/24(火)
黒枝豆
 黒枝豆生産農家の石井伸啓さん
 「この時期だけの、貴重な黒枝豆です。みんなでおおいしく食べてください！」
 ※上記の食材は、天候等により急遽産地を変更する場合があります。