

2023年(令和5年)11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	1日・水	2日・木	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 ♡チキン卵スープ ピーンズサラダ りんごジャム	米飯 牛乳 チキンカレー ごまじゃこサラダ	米飯 牛乳 ぼたん汁 切り干し大根の煮物 さばのふりかけ	米飯 牛乳 筑前煮 小松菜のじゃこサラダ	コッペパン 牛乳 冬野菜スープ 鮭のパジルソース ♡カスタードクリーム<除去食対応不可>	さつまいもごはん 牛乳 具汁 ♡にらたま	小型パン 牛乳 ♡んこつラーメン さびなごの南蛮漬け みかん	米飯 牛乳 けんちん汁 鰻の内こほく揚げ ちりめん高菜	米飯 牛乳 ♡おのの葉とじ かつおの香味焼き	コッペパン 牛乳 ♡水橋のチャウダー ひじきとごぼうのごまサラダ
材料名	鶏肉 40.0 たんじん 15.0 たまねぎ 30.0 干しいたけ 0.5 ホールコーン 20.0 ほうれんそう 5.0 うすくちしょうゆ 4.0 塩 0.2 こしょう 0.02 でんぶん 1.0 けずり節 1.0 水 130.0	鶏肉 30.0 調理ワイン 0.5 じゃがいも 50.0 たまねぎ 70.0 にんじん 10.0 にんにく 10.0 しょうが 0.5 綿実油 1.0 小麦粉 6.0 バター 5.0 綿実油 1.0 カレー粉 20.0	猪肉 15.0 酒 0.5 豆腐 20.0 またけ 10.0 にんじん 10.0 つぎこんにやく 10.0 ごぼう 10.0 にんじん 15.0 だいこん 30.0 みずな 10.0 八丁みそ 2.0 みそ 12.0 けずり節 3.0 水 120.0	鶏肉 25.0 厚揚げ 50.0 竹輪(煮込み用) 10.0 じゃがいも 70.0 にんじん 10.0 えのきたけ 25.0 みずな 8.0 うすくちしょうゆ 4.0 しょうが 0.2 砂糖 3.0 けずり節 4.0 水 130.0	鶏肉 15.0 はくさい 0.3 だいこん 30.0 にんじん 15.0 えのきたけ 10.0 みずな 8.0 うすくちしょうゆ 4.0 しょうが 0.2 砂糖 3.0 けずり節 4.0 水 130.0	精白米 90.0 さつまいも(西谷産) 30.0 塩 0.4 うすくちしょうゆ 4.0 だんご 4.0 だし昆布 0.3 水 115.0	中華めん(冷凍) 50.0 豚肉 15.0 たまねぎ 0.5 にんにく 20.0 しょうが 0.2 ごぼう 0.2 綿実油 1.0 もやし 15.0 チンゲンサイ 10.0 うすくちしょうゆ 4.0 本みりん 3.0 けずり節 3.0 水 120.0	豆腐 40.0 つぎこんにやく 15.0 さといも 30.0 にんじん 15.0 だいこん 20.0 しょうが 2.0 ごぼう 2.0 綿実油 1.0 ごま油 1.5 砂糖 2.0 粉チーズ 4.0 ヨーグルト 5.0 ケチャップ 5.0 ウスターソース 2.0 ごぼう 2.0 とんかつソース 1.0 りんご 5.0 ガラマサラ 0.1 塩 0.5 ごしょう 0.05 スープベース 70.0 水 70.0	うす揚げ 7.0 卵 10.0 かまぼこ 17.0 たまねぎ 70.0 にんじん 20.0 ねぎ 5.0 でんぶん 0.8 砂糖 1.5 粉チーズ 1.0 粉チーズ 1.0 生クリーム 4.0 小麦粉 1.0 バター 4.0 綿実油 1.0 牛乳 40.0 塩 0.6 ごしょう 0.05 水 80.0	かき(貝)◇ 30.0 調理ワイン 1.0 じゃがいも 50.0 たまねぎ 40.0 にんじん 15.0 マッシュルーム 5.0 パセリ 1.0 粉チーズ 1.0 生クリーム 1.0 小麦粉 4.0 バター 3.0 綿実油 1.0 牛乳 40.0 塩 0.6 ごしょう 0.05 水 80.0
エネルギー	668kcal/21.8g	745kcal/25.8g	681kcal/27.5g	735kcal/30.4g	728kcal/26.0g	663kcal/27.2g	695kcal/26.5g	742kcal/33.0g	722kcal/35.8g	662kcal/23.0g

物質配合表
 令和5年度
 (2023年度)
 11月改訂版
 発布のお知らせ

下記物質を物質配合表に追加しましたのでお知らせいたします。物質配合表の最新版は、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。

新編食材
 パジル [原材料]パジル、オリーブ油、水
 ベース ※特定アレルゲン:なし



日・曜	16日・木	17日・金	20日・月	21日・火	22日・水	24日・金	27日・月	28日・火	29日・水	30日・木
献立名	米飯 牛乳 麻婆豆腐 さばと茗わかめの和え物	コッペパン 牛乳 ♡卵スープ ポカリスエット みかん団子	米飯(小盛) 牛乳 おっきりこみ 五目豆	米飯 牛乳 豚汁 ♡えびと卵の花の煮つけ	コッペパン 牛乳 ミネストローネ プロッコリーのソテー ゆずかん	コッペパン 牛乳 ♡いかとワントンのスープ ドライカレー	米飯 牛乳 もずくの味噌汁 切り干し大根のピリ辛炒め 炒め納豆	米飯 牛乳 すきやき 大根とわかめのサラダ	きなこ揚げパン 牛乳 春雨とレタスのスープ じゃがいもの中華炒め	米飯 牛乳 ♡わかめと卵のスープ さばのチorium キムチ入りナムル
材料名	合いびきミンチ 30.0 酒 1.0 豆腐 150.0 たまねぎ 45.0 にんじん 25.0 干しいたけ 0.8 ねぎ 5.0 しょうが 1.5 砂糖 1.0 ごしょう 0.02 みそ 7.0 本みりん 0.5 綿実油 1.0 ごま油 1.0 でんぶん 1.5 トウバンジャン 0.4 塩 0.5 ごしょう 0.01 水 20.0	鶏肉 15.0 酒 0.5 はるさめ 4.0 卵 30.0 たまねぎ 20.0 にんじん 15.0 またけ 10.0 パセリ 1.0 うすくちしょうゆ 4.0 塩 0.2 ごしょう 0.02 みそ 1.0 でんぶん 3.0 けずり節 1.0 水 160.0	ほうとう(冷凍) 45.0 だいこん 25.0 にんじん 10.0 ごぼう 15.0 さといも 30.0 またけ 10.0 パセリ 1.0 ごしょう 1.0 みそ 7.0 けずり節 3.0 水 80.0	豚肉 15.0 酒 0.5 つぎこんにやく 15.0 じゃがいも 40.0 にんじん 15.0 だいこん 20.0 たまねぎ 1.0 ねぎ 13.0 みそ 10.0 けずり節 3.0 水 130.0	マカロニ 8.0 豚肉 15.0 ワントンの皮 0.5 たまねぎ 30.0 じゃがいも 30.0 にんじん 10.0 キャベツ 20.0 しめじ 1.0 トマト(水煮) 7.0 マトビュール 4.5 ケチャップ 10.0 とんかつソース 0.5 スープベース 12.0 オリーブオイル 2.0 塩 0.8 ごしょう 0.03 水 120.0	いか◇ 20.0 酒 0.5 ワントンの皮 10.0 にんじん 30.0 はくさい 10.0 もやし 3.0 干しいたけ 0.3 ごまつな 10.0 うすくちしょうゆ 4.5 酒 150.0	豆腐 50.0 もずく 10.0 にんじん 10.0 たまねぎ 20.0 ふ 30.0 はくさい 80.0 たまねぎ 3.0 いりこ 3.0 酒 0.1 水 150.0	牛肉 35.0 酒 1.0 豆腐 50.0 つぎこんにやく 30.0 塩 0.05 はくさい 80.0 たまねぎ 3.0 にんじん 20.0 生しいたけ 10.0 しゅんぎく 10.0 綿実油 1.0 砂糖 5.0 ごしょう 1.0 うすくちしょうゆ 4.0 うすくちしょうゆ 5.0	コッペパン 1個 コーン粉 10.0 きな粉 5.5 砂糖 5.5 塩 0.05 はるさめ 8.0 鶏肉 15.0 酒 0.5 にんじん 15.0 レタス 20.0 けずり節 10.0 水 150.0	わかめ(塩蔵) 5.0 卵 30.0 たまねぎ 30.0 にんじん 10.0 えのきたけ 10.0 ねぎ 3.0 うすくちしょうゆ 4.0 塩 0.2 ごしょう 0.02 でんぶん 0.02 けずり節 3.0 水 160.0
エネルギー	737kcal/30.6g	734kcal/29.8g	641kcal/24.0g	634kcal/24.9g	644kcal/22.5g	680kcal/29.0g	689kcal/30.1g	697kcal/26.4g	734kcal/23.8g	694kcal/29.2g

○…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のとなる食品) △…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、天候等により急ぎ変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー 696kcal たんぱく 27.4g