

2024年(令和6年)2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・木	2日・金	5日・月	6日・火	7日・水	8日・木	9日・金	13日・火	14日・水	15日・木
献立名	ごはん ぎゅうにゅう あじつけれり びちる いわしのうめに	コッペパン ぎゅうにゅう ふゆやさいのスープ がーリックポテト まめがし	ごはん ぎゅうにゅう すましじる ふくだいこん こんぶとけずりぶしのふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう ふのみそじる くさわかめぎんばら	コッペパン ぎゅうにゅう ちゅうかスープ かふとはくさいのクリームに	ごはん ぎゅうにゅう みそチゲ きりぼしだいこんのもの にらじゃが	ごはん ぎゅうにゅう <トック> やきぎざみのり にらじゃが	ごはん ぎゅうにゅう チキンカレー わふうサラダ	ごはん ぎゅうにゅう はるかさめとはくさいのスープ わかめあえ	ごはん ぎゅうにゅう みそおでん はくさいとごまつなのあえもの
材料名および使用量(g)	味付けのり 1袋 そうめんばち 7 かまぼこ 4 うす揚げ 4 にんじん 10 たまねぎ 15 じゃがいも 30 干しいたけ 0.3 ねぎ 2 うすくちしょうゆ 3 こいくちしょうゆ 0.2 だし昆布 0.5 けずり節 2 けずり節 水 120	豚肉 15 酒 0.5 だいこん 15 にんじん 10 たまねぎ 20 はくさい 10 えのきたけ 7 しめじ 5 みそ 7 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 だし昆布 0.1 けずり節 2 塩 0.1 ごしょう 0.01 めんぷん 0.5 けずり節 2 水 110	豆腐 25 わかめ(塩蔵) 2 かまぼこ 5 にんじん 10 たまねぎ 10 うす揚げ 6 はくさい 2 みそ 2 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 だし昆布 0.5 けずり節 2 塩 0.1 ごしょう 0.5 めんぷん 0.5 けずり節 2 水 120	ふ 2 にんじん 10 たまねぎ 10 うす揚げ 4 だいたいこん 10 わかめ(塩蔵) 2 ねぎ 2 みそ 11 いりこ 3 水 120	豚肉 20 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 20 干しいたけ 0.3 もやし 10 チンゲンサイ 7 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.01 ごま油 0.3 めんぷん 0.5 けずり節 2 水 110	豚肉 15 酒 0.5 豆腐 50 白菜キムチ 15 にんじん 10 たまねぎ 20 にら 5 もやし 10 ごしょう 0.1 本みりん 0.3 ごしょう 0.5 水 80	鶏肉 25 調味ワイン 1 酒 0.5 たまねぎ 15 にんじん 10 うす揚げ 4 ごしょう 0.01 めんぷん 0.2 けずり節 2 水 100	鶏肉 25 調味ワイン 1 酒 0.5 たまねぎ 15 にんじん 10 うす揚げ 4 ごしょう 0.01 めんぷん 0.2 けずり節 2 水 100	コッペパン 1個 コン油 10 ココア 4 砂糖 9 ごしょう 3 はるかさめ 7 酒 0.5 はくさい 25 にんじん 10 たまねぎ 10 干しいたけ 0.3 ねぎ 4 うすくちしょうゆ 1 竹輪(煮込み用) 8 本みりん 2.5 砂糖 1 水 60	鶏肉 10 酒 0.5 しやがいも 50 だいたいこん 30 厚揚げ 30 ごしょう 20 うすくちしょうゆ 1 水 10 はくさい 40 ごまつな 2 うすくちしょうゆ 2 砂糖 0.7 かつお節 0.7
エネルギー(蛋白質)	548kcal/23.6g	500kcal/21.9g	520kcal/22.6g	500kcal/20.0g	500kcal/21.9g	550kcal/23.6g	516kcal/20.0g	582kcal/20.0g	623kcal/20.0g	555kcal/23.1g

日・曜	16日・金	19日・月	20日・火	21日・水	22日・木	26日・月	27日・火	28日・水	29日・木	物質配合表 令和5年度(2023年度) 2月改訂版 発布のお知らせ
献立名	コッペパン ぎゅうにゅう フォー ブロッコリーのいためもの ばんかん	ごはん ぎゅうにゅう キャベツのみそじる さばのつけ ごまつなのふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう すきやき だいこんサラダ	まるがたパン ぎゅうにゅう きのことチンゲンサイのスープ チンカツ ソース	ごはん ぎゅうにゅう ◇かきたまじる ごもくまめ でんぷ	くさわかめごはん ぎゅうにゅう ◇かきたまじる ごもくまめ こうやどふのそぼろに	ごはん ぎゅうにゅう てまきょうやきのり のっぺいじる いきめなつとう きざみたくあん	コッペパン ぎゅうにゅう ワンタンスープ じゃがいものちゅうかいため	ごはん ぎゅうにゅう ◇たまごいりもずくじる だいいりドライカレー	物質配合表 令和5年度(2023年度) 2月改訂版 発布のお知らせ 下記物資を物質配合表に追加しましたのでおしらせいたします。 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。  新規食材 米粉マカロニ [原材料] 米粉 ※特定アレルゲン:なし (なお、小学校の2月分献立での「米粉マカロニ」の使用はありません。)
材料名および使用量(g)	ピーマン(平めん) 8 鶏肉 15 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 20 もやし 15 干しいたけ 0.3 ねぎ 3 うすくちしょうゆ 0.2 こいくちしょうゆ 0.1 ごしょう 0.01 スープベース 10 水 100 豚肉 20 酒 0.5 ブロッコリー 30 にんじん 10 にんにく 0.1 綿実油 0.5 うすくちしょうゆ 1.5 塩 0.1 ごしょう 0.01 ばんかん 1個	キャベツ 25 にんじん 10 たまねぎ 15 うす揚げ 4 もやし 10 ねぎ 4 みそ 3 水 110 さば 1枚 ごしょう 0.5 砂糖 3 本みりん 3 だいこん 50 わかめ(乾燥) 0.5 かつお節 0.7 うすくちしょうゆ 1 砂糖 0.2 酢 12 綿実油 1 ごしょう 0.1 ごま 1 砂糖 0.5 こいくちしょうゆ 1	牛肉 25 酒 0.5 豆腐 40 はくさい 60 にんじん 10 たまねぎ 25 しめじ 10 えのきたけ 10 糸こんにゃく 30 綿実油 0.5 ごしょう 0.1 けずり節 2 水 120	豚肉 10 酒 0.5 しめじ 7 えのきたけ 7 チンゲンサイ 10 にんじん 10 うすくちしょうゆ 4 塩 0.1 めんぷん 1 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 100	豚肉 30 豆腐 30 にんじん 10 たまねぎ 20 みそ 2 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 めんぷん 10 うす揚げ 7 ごしょう 0.5 みそ 11 いりこ 3 水 120 高野豆腐 8 鶏肉ミンチ 0.5 しょうが 0.5 水 2 綿実油 1 砂糖 2 うすくちしょうゆ 3 本みりん 0.8 でんぷん 0.5 だし汁 30 けずり粉 2.5 あおのり 0.5 砂糖 1 ごしょう 0.5 本みりん 0.5 水 1.5 ごま 1	精白米 70 水 91 きざみ 4 にんじん 0.3 だいこん 1 うす揚げ 4 つきこんにゃく 10 竹輪(煮込み用) 5 ねぎ 10 うすくちしょうゆ 4 ごしょう 0.2 みそ 11 でんぷん 2 水 110 豚肉ミンチ 15 酒 1 納豆 20 にんじん 5 ほうれんそう 5 綿実油 0.5 砂糖 2 ごしょう 1 たくあん 15	ワンタンの皮 7 鶏肉 20 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 20 干しいたけ 0.3 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 ごしょう 0.1 けずり節 2 水 100 豚肉 15 酒 0.5 じゃがいも 40 にんじん 10 ピーマン 5 しょうが 0.5 綿実油 0.5 砂糖 1.5 ごしょう 0.1 カレー粉 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 砂糖 0.5	卵 30 もすく 10 だいこん 11 にんじん 10 たまねぎ 20 かまぼこ 5 しめじ 6 みそ 3 うすくちしょうゆ 4 ごしょう 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.1 けずり節 2 水 100 豚肉 25 調味ワイン 1 たまねぎ 20 ピーマン 7 ごしょう 5 綿実油 5 塩 0.3 ごしょう 0.01 ごしょう 0.1 ごしょう 0.5 ごしょう 1 砂糖 0.5		
エネルギー(蛋白質)	501kcal/21.6g	555kcal/24.4g	539kcal/21.1g	576kcal/27.6g	547kcal/24.3g	503kcal/22.1g	525kcal/21.5g	533kcal/21.3g	542kcal/23.2g	

○…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) □…さいろのしよくひん(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をどとのえるものとなるしよくひん) ※上記材料は、天候により急きょ変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー 538kcal たんぱく 22.3g