

2024年(令和6年)2月分 学校給食献立表(中学校)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	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	コッペパン 牛乳 冬野菜スープ いわしのフライ ガーリックソース	炒り大豆ごはん 牛乳 白菜の味噌汁 フー・アイリチー	米飯(小盛) 牛乳 ◇ロック さばの変わり味噌煮 切り干し大根の梅肉和え	コッペパン 牛乳 ◇社福のチャウダー 小松菜のガーリックソテー	米飯 牛乳 もずく春雨のスープ 鶏肉とパの味噌がらめ 青菜の土佐煮	コッペパン 牛乳 ◇卵スープ 鮎のトマトクリーム煮 ぼんかん	玄米入りごはん 牛乳 チキンカレー わかめ和え	コッペパン 牛乳 牛乳 ◇卵スープ 鮎のトマトクリーム煮 ぼんかん	コッペパン 牛乳 牛乳 ◇卵スープ 鮎のトマトクリーム煮 ぼんかん	米飯 牛乳 ◇八宝菜 まわかめのしらすあえ	小型パン 牛乳 ◇チキミソース ブロッコリーの胡麻サラダ
材料名および使用量(g)	鶏肉 15 酒 0.5 はくさい 30 だいこん 40 にんじん 15 えのきたけ 10 みずな 8 うすくちしょうゆ 4 塩 0.2 こしょう 0.02 けずり節 3 水 130	精白米 90 水 115 いり大豆 8 しらすばし 7 酒 0.5 鶏切羽昆布 0.5 干しいたけ 0.4 うすくちしょうゆ 4 塩 0.2 こしょう 0.02 けずり節 3 水 130	鶏肉 45 酒 15 にんじん 15 たまねぎ 25 にんじん 7 みつば 2 卵 30 うすくちしょうゆ 4 塩 0.2 こしょう 0.01 酒 1 でんぶ 0.5 けずり節 0.5 豆腐 40 うす揚げ 5 にんじん 10 もやし 10 たまねぎ 20 ねぎ 2 みそ 14 いりこ 3 酒 0.1 水 150	鶏肉 30 酒 10 にんじん 15 たまねぎ 20 にんじん 7 干しいたけ 0.4 みずな 10 しょうが 1 ねぎ 2 粉チーズ 1 生クリーム 1 小麦粉 4 バター 3 鶏菜油 1 牛乳 0.6 こしょう 0.05 水 80	はるさめ 8 酒 10 にんじん 15 たまねぎ 20 はくさい 25 にんじん 0.4 みずな 10 しょうが 1 ねぎ 2 鶏レバー 25 鶏肉 25 にんにく 1 こまつな 1 キャベツ 2 でんぶ 0.5 にんにく 0.1 こしょう 0.03 コーン油 1.5 うすくちしょうゆ 1 オリブオイル 0.5 水 3 みそ 5 ごま油 2 こまつな 35 かつお節 1 砂糖 1 うすくちしょうゆ 2 本みりん 1 酒 0.5 だし汁 5	豚肉 15 酒 0.5 はるさめ 4 卵 35 たまねぎ 20 はくさい 30 にんじん 15 みずな 2 にんじん 4 しょうが 0.2 鶏菜油 0.02 こしょう 0.5 うすくちしょうゆ 2 本みりん 1 生クリーム 2 水 15 ぼんかん 1個	精白米 90 もち玄米 15 酒 131 いんげんまめ(乾燥) 10 たまねぎ 30 じゃがいも 50 キャベツ 70 にんじん 20 にんにく 0.5 しょうが 10 鶏菜油 0.5 小麦粉 6 縮菜油 12 カレー粉 1.5 豆乳 25 トマトピューレ 5 ウスターソース 5 こいくちしょうゆ 2.5 にんにく 2 りんご 5 グラムマサラ 0.1 酒 2 こしょう 0.05 スープベース 20 水 75	米粉マカロニ 6 豚肉 15 調理ワイン 0.5 いんげんまめ(乾燥) 10 たまねぎ 30 じゃがいも 50 キャベツ 70 にんじん 20 にんにく 0.5 しょうが 10 鶏菜油 0.5 小麦粉 6 縮菜油 12 オリブオイル 2 カレー粉 0.8 豆乳 0.03 水 120	豚肉 20 えび 15 いか 10 うすら卵 25 たまねぎ 80 もやし 15 たまねぎ 45 たまねぎ 5 にんじん 20 ほうれんそう 10 粉チーズ 2 ケチャップ 0.8 ウスターソース 3 デミグラスソース 6 うすくちしょうゆ 2 塩 0.2 こしょう 0.01 砂糖 0.5 水 30	スパゲティ 45 白いびきミンチ 30 調理ワイン 1 オリーブオイル 1 にんじん 15 たまねぎ 15 たまねぎ 5 ほうれんそう 2 粉チーズ 2 ケチャップ 24 ウスターソース 3 デミグラスソース 6 うすくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 水 20 こしょう 20 塩 0.1 砂糖 0.5 水 30 こしょう 20 塩 0.1 砂糖 0.5 水 1	
エネルギー(蛋白質)	707kcal/28.2g	636kcal/28.8g	761kcal/32.0g	637kcal/22.5g	731kcal/26.2g	647kcal/29.8g	767kcal/25.9g	755kcal/27.2g	673kcal/29.5g	790kcal/29.1g	

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	物資配合表 令和5年度(2023年度) 2月改訂版 発布のお知らせ
献立名	米飯 牛乳 赤だし 宝塚ねぎの甘辛煮 白菜の煮びたし	米飯(小盛) 牛乳 煮込みうどん 切り干し大根の煮物 しそ和え	コッペパン 牛乳 ◇えびと卵のフォー ビーンズサラダ	米飯 牛乳 ◇ふの卵とじ きんぴら大豆	コッペパン 牛乳 ◇わかめと卵のスープ 鮎と大豆の香りとえ	米飯 牛乳 牛乳 煎茶 大根とわかめのサラダ	きなこ揚げパン 牛乳 きのことチンゲンサイのスープ じゃがいもの中華炒め	米飯 牛乳 ◇豆腐の和風あんかけ ひじきの五目煮	コッペパン 牛乳 牛乳 ◇大豆の和風あんかけ ボークビーンズ	物資配合表 令和5年度(2023年度) 2月改訂版 発布のお知らせ
材料名および使用量(g)	豆腐 40 わかめ(塩蔵) 4 しめじ 15 だいこん 20 ふ 1.5 みつば 2 八丁みそ 2 みそ 6 赤みそ 6 けずり節 2 水 150	うどん(冷凍) 65 かまぼこ 7 うす揚げ 5 にんじん 15 はくさい 20 干しいたけ 0.4 しゅんぎく 7 こいくちしょうゆ 0.5 うすくちしょうゆ 4 本みりん 0.4 塩 0.2 だし昆布 0.5 けずり節 2 ゆず 2 水 100	ビーフン(平めん) 10 えび 20 酒 0.5 卵 35 にんじん 10 はくさい 25 にんじん 10 みずな 7 こまつな 10 うすくちしょうゆ 5 塩 0.2 こしょう 0.02 スープベース(丸鶏) 10 水 120	うす揚げ 7 卵 60 ふ 5 たまねぎ 55 にんじん 10 ねぎ 2 でんぶ 0.7 砂糖 1 こしょう 0.02 鶏菜油 4 塩 0.1 こしょう 1 水 80	わかめ(塩蔵) 5 卵 35 たまねぎ 30 にんじん 10 はくさい 15 ねぎ 2 うすくちしょうゆ 4 塩 0.2 こしょう 0.02 鶏菜油 1 こまつな 0.5 けずり節 3 水 150	鶏肉 25 酒 1 厚揚げ 50 竹輪(煮込み用) 10 にんじん 7 しょうが 25 鶏菜油 30 砂糖 1 こしょう 0.02 本みりん 1 生クリーム 2 水 60	コッペパン 1個 コーン油 10 きな粉 10 砂糖 5.5 塩 0.05	豆腐 100 にんじん 20 えび 20 酒 0.5 しめじ 10 干しいたけ 0.4 みずな 2 ゆず 0.8 うすくちしょうゆ 5 本みりん 4 塩 0.5 スープベース 5 塩 0.7 こしょう 2 水 40	コッペパン 15 調理ワイン 0.5 きんぴら 40 たまねぎ 40 ホールコーン 15 いんげんまめ(乾燥) 10 パセリ 0.5 豆乳 5 鶏肉 25 じゃがいも 25 スープベース 0.5 塩 0.7 こしょう 5 水 130	下記物資を物資 配合表に追加しま したのでおしらせ いたします。 物資配合表の最新 版は、宝塚市のホ ムページからダウ ロードもしくは、学 校までお申し出さ ください。
エネルギー(蛋白質)	651kcal/28.4g	607kcal/21.0g	631kcal/26.6g	726kcal/29.9g	745kcal/29.0g	721kcal/28.1g	718kcal/25.2g	640kcal/24.9g	694kcal/29.4g	新規食材 米粉マカロニ [原材料] 米粉 ※特定アレルゲンなし

○…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 697kcal たんぱくしつ 27.5g