2024年(令和6年)11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「学校給食用物資配合表」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・金	5日・火	6日・水	7日・木	8日・金	11日・月	12日・火	13日・水	14日・木	15日・金
献立名	こがたパン ぎゅうにゅう とうにゅうチャンポン さばのウスターソースあげ	ごはん ぎゅうにゅう ◇このはとじ かぶのサラダ	くろまめきなこあげパン ぎゅうにゅう ちゅうかスープ わかめあえ	ごはん ぎゅうにゅう なめこじる かぼちゃのカレーに いりこのつくだに	コッペパン ぎゅうにゅう ワンタンスープ ポークビーンズ みかん	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ ホイコーロー ひじきふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう ◇もずくとたまごのスープ いんげんまめのドライカレー	コッペパン ぎゅうにゅう はるさめとはくさいのスープ チキンなんばん ◇タルタルソース(除去食対応不可)	**きのことくろえだまめのごはん** ぎゅうにゅう ふのみそしる こうやどうふのそぼろに　地産地消	コッペパン ぎゅうにゅう さけとほうれんそうのシチュー わふうサラダ
材料名および使用量(g)	中華めん(冷凍) 45 □ 豚肉 13 ○ 酒 0.5 にんじん 10 △ たまねぎ 10 △ キャベツ 15 △ もやし 10 △ ねぎ 2 △ しょうが 0.2 △ 綿実油 0.5 □ 豆乳 20 ○ みそ 1.5 ○ うすくちしょうゆ 2 塩 0.3 こしょう 0.02 本みりん 0.5 ごま油 0.5 □ ポークブイヨン 10 けずり節 1 水 75 --- さば 45 ○ 酒 1 塩 0.2 こしょう 0.02 ウスターソース 6 でんぷん 5 □ コーン油 5 □	卵◆ 50 ○ うす揚げ 5 ○ かまぼこ 7 ○ にんじん 15 △ たまねぎ 45 △ ねぎ 3 △ うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 2 砂糖 2 □ 塩 0.1 本みりん 1 でんぷん 0.5 □ けずり節 2 水 50 --- かぶ 40 △ はくさい 20 △ 鶏肉(親鶏) 10 ○ 酒 0.5 綿実油 1 □ 甘みそ 2 ○ 酢 1 綿実油 1 □ 砂糖 0.3 □ 塩 0.1	コッペパン 1個 □ コーン油 10 □ 黒豆きな粉 5 ○ 砂糖 3 □ 塩 0.05 --- 豚肉 15 ○ 酒 0.5 にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ 干ししいたけ 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 こしょう 0.01 ごま油 0.3 □ けずり節 2 水 110 --- わかめ(乾燥) 1 ○ ツナ(オイル漬け) 13 ○ きゅうり 20 △ 綿実油 0.5 □ 酢 2 うすくちしょうゆ 1 砂糖 0.5 □ 塩 0.1	なめこ 10 △ 豆腐 35 ○ にんじん 10 △ だいこん 20 △ うす揚げ 5 ○ ねぎ 3 △ みそ 11 ○ いりこ(揚げ物用) 3 水 110 --- かぼちゃ 40 △ 豚肉 16 ○ 酒 0.5 うす揚げ 4 ○ 綿実油 0.5 □ カレー粉 0.5 だし汁 20 砂糖 2 □ 本みりん 1 こいくちしょうゆ 3 --- いりこ(揚げ物用) 3 ○ 本みりん 2.5 こいくちしょうゆ 1.5 砂糖 0.5 □	ワンタンの皮 7 □ 鶏肉 17 ○ 酒 0.5 にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ 干ししいたけ 0.3 △ もやし 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 120 --- 豚肉 20 ○ 調理ワイン 0.5 大豆(乾燥) 10 ○ にんじん 10 △ たまねぎ 15 △ 綿実油 0.5 □ ケチャップ 4 △ トマトピューレ 4 △ ウスターソース 1 砂糖 1 □ こいくちしょうゆ 1 塩 0.1 こしょう 0.01 水 5 --- みかん 1個 △	鶏肉 13 ○ 酒 0.5 わかめ(塩蔵) 3.5 ○ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ えのきたけ 8 △ 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 120 --- 豚肉 30 ○ 酒 0.5 キャベツ 30 △ にんじん 10 △ ピーマン 5 △ にんにく 0.1 △ 綿実油 0.5 □ みそ 1 ○ テンメンジャン 1.5 こいくちしょうゆ 0.7 --- ひじき(乾燥) 1.5 ○ かつお節 1 ○ こいくちしょうゆ 1.5 砂糖 1 □ 本みりん 1	卵◆ 30 ○ もずく 10 ○ にんじん 10 △ たまねぎ 25 △ 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 でんぷん 0.5 □ けずり節 2 ごま油 0.3 □ 水 100 --- 豚肉ミンチ 30 ○ 調理ワイン 1 たまねぎ 20 △ いんげんまめ(乾燥) 7 ○ ピーマン 5 △ 綿実油 0.8 □ 塩 0.3 こしょう 0.01 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 □	はるさめ 7 □ 豚肉 10 ○ 酒 0.5 はくさい 25 △ にんじん 10 △ たまねぎ 10 △ 干ししいたけ 0.3 △ 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 110 --- 鶏肉 50 ○ 酒 1 でんぷん 5 □ コーン油 5 □ こいくちしょうゆ 3 酢 3 砂糖 3 □ --- たまねぎ 10 △ 塩 0.1 マヨネーズ◆ 15 □ 酢 1 砂糖 0.1 □	精白米 65 □ だし昆布 0.5 水 85 黒えだまめ(むきみ)[兵庫県産] 10 △ うす揚げ 3 ○ しめじ 5 △ まいたけ 5 △ うすくちしょうゆ 5 こいくちしょうゆ 1 塩 0.1 酒 0.5 本みりん 0.5 --- ふ 2 □ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ うす揚げ 4 ○ だいこん 20 △ わかめ(塩蔵) 2 ○ ねぎ 2 △ みそ 11 ○ けずり節 2 水 120 --- 高野豆腐 8 ○ 鶏肉ミンチ(もも) 10 ○ 酒 0.5 しょうが 0.5 △ みつば 2 △ 綿実油 1 □ 砂糖 2 □ うすくちしょうゆ 3 本みりん 0.5 でんぷん 0.8 □ だし汁 30	さけ 20 ○ 調理ワイン 1 ほうれんそう 10 △ じゃがいも 40 □ たまねぎ 40 △ にんじん 10 △ まいたけ 5 △ 綿実油 0.5 □ 小麦粉 6 □ バター 3 □ 綿実油 2 □ 牛乳 40 ○ 生クリーム 3 ○ 塩 0.5 こしょう 0.03 チキンブイヨン 5 水 60 --- キャベツ 30 △ きゅうり 15 △ かつお節 1 ○ 砂糖 0.8 □ こいくちしょうゆ 1 酢 2 綿実油 1 □ 塩 0.1 こしょう 0.01
エネルギー／蛋白質	593kcal／25.1g	554kcal／19.8g	559kcal／19.0g	548kcal／20.1g	537kcal／23.6g	500kcal／19.2g	547kcal／19.8g	632kcal／24.6g	502kcal／20.0g	535kcal／20.0g

日・曜	18日・月	19日・火	20日・水	21日・木	22日・金	25日・月	26日・火	27日・水	28日・木	29日・金
献立名	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ だいこんサラダ	ナン ぎゅうにゅう チキンカレー フレンチサラダ	コッペパン ぎゅうにゅう ◇ちゅうかふうたまごスープ ブロッコリーのいためもの	ごはん ぎゅうにゅう あじつけのり **さつまいものみそしる**　地産地消 さばのにつけ	こがたパン ぎゅうにゅう ごもくうどん ししゃものからあげ	ごはん ぎゅうにゅう ばちじる きりぼしだいこんのにもの でんぶ　ひょうご	ごはん ぎゅうにゅう ぼたんじる ひじきとだいずのにもの　ひょうご	コッペパン ぎゅうにゅう ふゆやさいのスープ くじらにくとさつまいものあまからに	ごはん ぎゅうにゅう たらチゲ みずなとだいこんのサラダ	こがたパン ぎゅうにゅう やききざみのり ◇トック チャプチェ
材料名および使用量(g)	豚肉ミンチ 25 ○ 酒 0.5 豆腐 120 ○ にんじん 10 △ たまねぎ 40 △ 干ししいたけ 0.3 △ ねぎ 3 △ しょうが 1 △ 綿実油 0.5 □ こいくちしょうゆ 2 砂糖 1 □ みそ 11 ○ 本みりん 1 トウバンジャン 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 ごま油 1 □ でんぷん 2 □ 水 10 --- 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 0.5 □ 酢 2 綿実油 1 □	ナン 1個 □ --- 鶏肉 30 ○ 調理ワイン 1 にんじん 20 △ たまねぎ 50 △ じゃがいも 50 □ しょうが 0.5 △ にんにく 0.2 △ 綿実油 0.5 □ カレー粉 0.8 小麦粉 7 □ バター 2 □ 綿実油 5 □ チキンブイヨン 5 ウスターソース 4.5 ケチャップ 1.5 △ こいくちしょうゆ 0.4 砂糖 0.2 □ 塩 1 こしょう 0.01 水 90 --- ハム 10 ○ 調理ワイン 0.5 綿実油 0.5 □ キャベツ 15 △ きゅうり 10 △ パインアップル(シロップ漬け) 15 △ 酢 2 綿実油 1 □ 砂糖 0.2 □ 塩 0.2 こしょう 0.01	卵◆ 30 ○ 鶏肉 21 ○ 酒 0.5 にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ きくらげ 0.3 △ ホールコーン 15 △ 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 ごま油 0.7 □ でんぷん 0.5 □ チキンブイヨン 5 けずり節 2 水 100 --- 豚肉 23 ○ 酒 0.5 ブロッコリー 35 △ にんじん 10 △ にんにく 0.1 △ 綿実油 0.5 □ うすくちしょうゆ 2 塩 0.1 こしょう 0.01	味付けのり 1袋 ○ --- **さつまいも[西谷産]** 40 □ にんじん 10 △ だいこん 20 △ うす揚げ 4 ○ ねぎ 2 △ みそ 11 ○ いりこ 3 水 120 --- さば 1枚 ○ しょうが 0.5 △ 砂糖 3 □ こいくちしょうゆ 3 本みりん 3 酒 3 水 15	うどん(冷凍) 75 □ うす揚げ 4 ○ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ かまぼこ 7 ○ わかめ(塩蔵) 3 ○ ねぎ 2 △ うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 1 本みりん 0.5 塩 0.1 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 100 --- ししゃも 2尾 ○ 酒 1 でんぷん 4 □ コーン油 4 □	そうめんぼち 7 □ かまぼこ 4 ○ うす揚げ 5 ○ にんじん 10 △ たまねぎ 15 △ じゃがいも 30 □ 干ししいたけ 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 水 120 --- 切り干し大根 5 △ 鶏肉 15 ○ 酒 0.5 にんじん 10 △ うす揚げ 4 ○ 綿実油 1 □ 砂糖 2 □ うすくちしょうゆ 2.5 こいくちしょうゆ 0.2 本みりん 0.5 だし汁 15 --- けずり粉 3.5 ○ あおのり 0.1 ○ 砂糖 0.5 □ こいくちしょうゆ 1 本みりん 0.5 だし汁 2	猪肉 10 ○ 酒 1 豆腐 15 ○ まいたけ 6 △ つきこんにゃく 6 △ ごぼう 6 △ にんじん 10 △ だいこん 20 △ みずな 6 △ みそ 11 ○ いりこ 2 水 100 --- 鶏肉 15 ○ 酒 0.5 大豆(乾燥) 7 ○ ひじき(乾燥) 1.5 ○ 竹輪(煮込み用) 5 ○ にんじん 10 △ 綿実油 0.5 □ 砂糖 2 □ こいくちしょうゆ 3 本みりん 0.5 だし汁 10	豚肉 10 ○ 酒 0.5 だいこん 15 △ にんじん 10 △ はくさい 20 △ えのきたけ 7 △ 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 でんぷん 0.5 □ けずり節 2 水 110 --- 鯨肉 30 ○ 酒 1 こいくちしょうゆ 1 しょうが 1 △ でんぷん 5 □ コーン油 3 □ さつまいも 40 □ コーン油 3 □ 砂糖 2.5 □ こいくちしょうゆ 2.5 本みりん 0.5	たら 30 ○ 酒 0.5 豆腐 48 ○ 白菜キムチ 15 △ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ にら 5 △ もやし 10 △ 綿実油 0.5 □ みそ 10 ○ こいくちしょうゆ 0.5 本みりん 1 ごま油 0.5 □ けずり節 1.5 水 60 --- みずな 15 △ だいこん 35 △ かつお節 0.7 ○ 綿実油 1 □ 酢 2 砂糖 0.5 □ うすくちしょうゆ 1	焼ききざみのり 0.5 ○ --- トック 40 □ 鶏肉 10 ○ 酒 0.5 卵◆ 15 ○ にんじん 10 △ たまねぎ 20 △ 干ししいたけ 0.3 △ みつば 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 でんぷん 0.2 □ けずり節 2 水 100 --- 牛肉 20 ○ 酒 0.5 にんにく 0.2 △ たまねぎ 10 △ にんじん 10 △ ごぼう 6 △ にら 5 △ はるさめ 4 □ 綿実油 0.5 □ こいくちしょうゆ 2 砂糖 1 □ 塩 0.1 こしょう 0.01 ごま油 0.5 □ ごま 1.5 □
エネルギー／蛋白質	593kcal／22.7g	532kcal／21.5g	500kcal／24.4g	577kcal／20.3g	531kcal／21.9g	533kcal／19.0g	520kcal／20.4g	537kcal／21.2g	503kcal／19.4g	528kcal／19.8g

物資配合表 令和6年度(2024年度) 11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内容変更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。

規格変更

マヨネーズ

[原材料]
食用植物油脂、卵黄、醸造酢、食塩、砂糖類(粉末水あめ、砂糖)、香辛料、調味料(アミノ酸)、香辛料抽出物、清水
※特定アレルゲン:
大豆、卵、小麦

新規食材

ナン

[原材料]
小麦粉、イースト、小麦たん白、砂糖、食塩、ショートニング、食用なたね油、仕込み水
※特定アレルゲン:
小麦

黒豆きな粉

[原材料]
黒大豆
※特定アレルゲン:
大豆

○…あかいろのしょくひん(おもにからだをつくるもとになるしょくひん)　□…きいろのしょくひん(おもにエネルギーのもとになるしょくひん)　△…みどりいろのしょくひん(おもにからだのちょうしをととのえるもとになるしょくひん)　※上記材料は、天候等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 543kcal　たんぱくしつ 21.1g