

2025年(令和7年)3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	3日・月			4日・火			5日・水			6日・木			7日・金			10日・月			11日・火		
献立名	米飯 牛乳 麻婆豆腐 春雨サラダ			麦入りごはん 牛乳 チキンカレー ごまじゃこサラダ			コッペパン 牛乳 ◇コーン卵スープ ペンネのミートソース ココアミルクプリン			赤飯 牛乳 赤だし 鯛とごぼうの煮付け			コッペパン 牛乳 ◇いかと白菜のスープ チリビーンズ いちご白玉			米飯 牛乳 春キャベツの味噌汁 鶏肉の竜田揚げ 茎わかめのごまドレッシング和え			米飯 牛乳 ばち汁 肉みそ納豆 昆布とけずり節のふりかけ		
材 料 名 お よ び 使 用 量 (g)	豚肉ミンチ	30	○	精白米	95	○	卵◆	40	○	もち米	50	○	いか◆	20	○	キャベツ	40	△	そうめんばち	10	□
	酒	1	○	おおむぎ	10	□	にんじん	15	△	精白米	55	□	酒	0.5	□	うす揚げ	5	○	かまぼこ	8	○
	豆腐	150	△	水	131	□	たまねぎ	30	△	小豆	12	○	にんじん	15	△	にんじん	15	△	じゃがいも	30	□
	たまねぎ	45	△				えのきたけ	10	△	塩	1.2	○	キャベツ	20	△	もやし	10	△	にんじん	15	△
	にんじん	25	△	鶏肉	30	○	ホールコーン	20	△	酒	7	○	はくさい	35	△	たまねぎ	20	△	たまねぎ	20	△
	干しいたけ	0.8	△	調理ワイン	0.5	○	こまつな	5	△	水	120	○	うすくちしょうゆ	4	△	みそ	14	○	干しいたけ	0.4	△
	ねぎ	3	△	じゃがいも	50	△	うすくちしょうゆ	4	△				塩	0.2	△	いりこ	3	△	ねぎ	2	△
	しょうが	1.5	△	たまねぎ	70	△	塩	0.2	△	豆腐	30	○	こしょう	0.02	△	酒	0.1	△	うすくちしょうゆ	4	△
	砂糖	1	□	にんじん	20	△	こしょう	0.02	△	わかめ(塩蔵)	4	○	けずり節	3	△	水	140	○	けずり節	3	△
	こいくちしょうゆ	3	○	にんにく	0.5	△	でんぶん	1	□	ふ	15	△	水	150	○				だし昆布	0.5	△
みそ	7	○	しょうが	0.5	△	スープベース(丸鶏)	10	○	だいこん	30	△				鶏肉	60	○	水	150	○	
本みりん	0.5	□	綿実油	1	□	みずな	130	○	ふ	5	△				豚肉	15	○				
綿実油	1	□	小麦粉	6	□	ペンネ	20	○	八丁みそ	15	○	豚肉	0.5	○	調理ワイン	1.5	○	豚肉ミンチ	30	○	
ごま油	1	□	バター	5	□	豚肉ミンチ	15	○	みそ	15	○	大豆(乾燥)	13	○	しょうが	3	△	しょうが	1.5	△	
でんぶん	1.5	□	綿実油	2	□	調理ワイン	0.5	○	赤みそ	0.5	○	たまねぎ	25	△	たまねぎ	3	△	にんじん	15	△	
トウバンジャン	0.6	□	カレー粉	1.5	□	綿実油	0.5	○	けずり節	0.5	○	にんじん	6	○	こいくちしょうゆ	15	△	納豆	20	○	
塩	0.5	□	牛乳	20	○	にんにく	0.3	△	水	150	○	綿実油	0.5	○	でんぶん	9	□	みそ	7	△	
水	20	□	粉チーズ	2	□	にんじん	8	△	水			ケチャップ	4	△	コーン油	8	□	にんにく	0.3	△	
			ヨーグルト	5	□	たまねぎ	20	△	たい	50	○	トマトピューレ	3	△				しょうが	0.5	△	
はるさめ	9	□	ケチャップ	5	△	たまねぎ	12	△	ごぼう	15	△	ウスターソース	1	△	ツナ(オイル漬け)	10	○	綿実油	1	□	
ツナ(オイル漬け)	10	□	ウスターソース	2	△	ケチャップ	1.5	△	こしょう	0.5	△	とんかつソース	0.5	△	茎わかめ(冷凍)	10	○	砂糖	2	△	
キャベツ	25	△	こいくちしょうゆ	1	□	ウスターソース	3	□	しょうが	3	□	砂糖	0.7	□	だいこん	30	△	こしょう	0.03	△	
塩	0.2	□	とんかつソース	5	△	デミグラスソース	0.1	□	酒	3	□	砂糖	1	□	塩	0.2	□	本みりん	0.1	△	
うすくちしょうゆ	2	□	りんご	0.1	□	塩	0.01	□	こいくちしょうゆ	3.5	□	こしょう	0.3	△	ごま油	0.5	□	コチンジャン	1	□	
砂糖	1	□	ガラマサラ	0.1	□	こしょう	0.01	□	本みりん	3	□	チリパウダー	0.4	□	酢	3	△				
酢	2	□	塩	0.5	□	アガー	1.5	○	水	12	○	水	5	△	砂糖	0.5	△	昆布	0.5	○	
綿実油	1	□	こしょう	0.05	□	ココア	0.9	△							うすくちしょうゆ	2	△	けずり節	0.5	○	
こしょう	0.01	□	スープベース(丸鶏)	15	○	砂糖	6	□							レモン	1	△	酒	0.5	□	
			水	75	○	牛乳	45	○							すりごま	1	□	砂糖	1	□	
			キャベツ	40	△	ワイン(白)	0.5	△										こいくちしょうゆ	1.5	△	
			だいこん	20	△	生クリーム	10	○										本みりん	0.5	△	
			塩	0.1	□	水	10	○										だし汁	4	△	
			しらすばし	0.5	□													ごま油	1.5	□	
			綿実油	1	□																
			ごま	0.8	1																
			砂糖	1	□																
			こいくちしょうゆ	2	□																
			酢	1	□																
			ごま油	1	□																
エネルギー ／蛋白質	776kcal／27.4g			746kcal／22.7g			749kcal／26.2g			690kcal／27.1g			671kcal／26.4g			771kcal／28.5g			724kcal／25.9g		

選挙のお知らせ

宝塚市長選挙

宝塚市議会議員補欠選挙

投票日

4月13日(日)

選挙こそ未来を動かす原動力

(令和6年度明るい選挙啓発標語入賞作品)

日・曜	12日・水		13日・木		17日・月		18日・火		19日・水		21日・金		24日・月		
献立名	コッペパン 牛乳 たまねぎのポタージュ ひじきサラダ ◇カスタードクリーム<除去食対応不可>		米飯 牛乳 ◇かきたま味噌汁 きんぴら キャベツのごま和え		米飯(小盛) 牛乳 五目うどん ◇えびともずくのかき揚げ けずり節と赤しそのふりかけ		米飯 牛乳 ◇油揚げの卵とじ あらめのしらすあえ		コッペパン 牛乳 肉団子スープ ビーフンのカレー炒め		コッペパン 牛乳 ◇えびと野菜のスープ きびなご大豆の香りとえ 清見オレンジ		米飯 牛乳 ふの味噌汁 高野豆腐のそぼろ煮 切り干し大根と白菜のごま和え		
材 料 名 お よ び 使 用 量 (g)	いんげんまめ(乾燥)	8	○	ふ	3	○	うどん(冷凍)	65	○	うす揚げ	15	○	豚肉ミンチ	15	○
	鶏肉	15	○	卵◆	30	○	うす揚げ	5	○	鶏肉ミンチ(むね)	20	○	酒	20	○
	調理ワイン	0.5	○	たまねぎ	30	△	にんじん	15	△	たまねぎ	70	△	ホールコーン	15	△
	じゃがいも	40	△	にんじん	15	△	たまねぎ	30	△	しょうが	20	△	たまねぎ	10	△
	たまねぎ	70	△	にら	2	△	かまぼこ	8	△	みずな	5	△	にんじん	40	△
	にんじん	20	△	みそ	14	○	えのきたけ	10	△	でんぶん	4	□	はくさい	20	△
	綿実油	1	□	でんぶん	0.5	△	わかめ(塩蔵)	4	○	こいくちしょうゆ	1.5	○	うすくちしょうゆ	30	△
	米粉	1	□	けずり節	2	□	こいくちしょうゆ	0.5	△	うすくちしょうゆ	3	□	塩	4	△
	豆乳	25	○	水	150	○	うすくちしょうゆ	4	□	こしょう	0.03	△	こしょう	0.2	△
	スープベース(丸鶏)	5	○				本みりん	0.5	△	酒	0.5	△	けずり節	3	△
塩	0.7	□				塩	0.1	□	綿実油	0.5	△	水	130	○	
こしょう	0.02	□	鶏肉	20	○	塩	0.5	△	たまねぎ	2	□	きびなご	35	○	
水	90	○	酒	0.5	△	だし昆布	0.1	□	にんじん	80	○	酒	15	△	
			水	25	△	けずり節	3	△	水	2	□	きびなご	30	△	
			水	110	○	水	110	○	あらめ	2.5	○	酒	4	△	
			ひじき(乾燥)	1.5	○	えび◆	40	○	うすくちしょうゆ	0.1	□	塩	0.2	△	
			うすくちしょうゆ	0.5	○	ごぼう	1	□	しらすばし	4	○	こしょう	0.02	△	
			ツナ(オイル漬け)	12	△	竹輪(煮込み用)	5	○	酒	0.5	△	たまねぎ	7	△	
			にんじん	10	△	つきこんじゃく	15	△	酒	0.5	△	はくさい	0.5	△	
			キャベツ	25	△	綿実油	0.5	△	たまねぎ	20	△	でんぶん	10	△	
			塩	0.1	□	もずく	13	○	キャベツ	0.3	△	でんぶん	2	□	
			うすくちしょうゆ	0.1	□	こいくちしょうゆ	3	○	本みりん	12	○	コーン油	10	△	
			酢	2	□	砂糖	1.5	○	米粉	5	△	水	150	○	
			砂糖	0.2	□	塩	1	□	塩	30	△	たまねぎ	10	△	
			綿実油	1	□	一味唐辛子	0.02	△	酒	10	△	はくさい	4	△	
						キャベツ	40	△	酢	2	□	こいくちしょうゆ	3	△	
						すりごま	2	□	水	10	○	酢	2.5	△	
						うすくちしょうゆ	2	□	砂糖	1	□	きびなご	10	△	
						砂糖	0.5	△	うすくちしょうゆ	0.5	△	清見オレンジ	1/4個	△	
						けずり節	3	○	ごま油	0.5	△				
						酒	0.5	△							
						砂糖	1	□							
						こいくちしょうゆ	1.5	△							
						本みりん	0.5	△							
						だし汁	4	△							
						しそ粉末	0.5	△							
						ごま	1.5	△							
エネルギー ／蛋白質	662kcal／24.4g		657kcal／23.1g		773kcal／25.7g		683kcal／23.8g		604kcal／26.4g		709kcal／28.2g		660kcal／24.5g		

宝塚市LINE公式アカウントで学校給食に関する情報配信をしています

・学校給食の献立表

・広報たからづか(クックパッド)に掲載の給食レシピ

・劇団からっぽ大作戦(学校給食調理員)の楽しい食育動画 など、月2~3回の情報配信のほか、メニュータブから、その他学校給食に関する情報のリンクをご覧いただけます。

宝塚市の取り組みやイベント、子ども・子育てなどの情報を受け取ることもできますので、ぜひ宝塚市を友だち追加してください。

登録方法

①LINEの友だち追加からID検索「@takarazukacity」。

または右記二次元コードを読み取り、友だち追加。

②基本メニュータブの「受信設定」から「学校給食」を選択し、回答を押す。

(宝塚市LINE公式他のソーシャルメディア一覧は、宝塚市のホームページ(ID1042627)もご参照ください)