

2025年(令和7年)7月分 学校給食献立表(小学校)第2地区

※除アレルギー対応する献立には◇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・火	2日・水	3日・木	4日・金	7日・月	8日・火	9日・水
献立名	むぎいりごはん ぎゅうにゅう キーマカレー わかめあえ	コッペパン ぎゅうにゅう ◇もずくたまごのスープ ペンネのミートソース	ごはん ぎゅうにゅう みそしる いわしのうめに だいずもやしのごまいため	コッペパン ぎゅうにゅう ◇はるさめとレタスのスープ かぼちゃとだいずとこざかなのあげに	とうもろこしごはん ぎゅうにゅう やさいたじる こなばたじる こうやどうふのそばろに	ごはん ぎゅうにゅう ◇ふのたまごとじ なすのチヨナムル	コッペパン ぎゅうにゅう やさしいスープ とりにくのしおこうじからあげ シークワサーかん
材料名および使用量(g)	精白米 65:□ おむぎ 10:□ 水 94:□ 豚肉ミンチ 23:○ 調理ワイン 0.5:□ いんげんまめ(乾燥) 10:○ にんじん 10:△ たまねぎ 45:△ じゃがいも 40:△ にんにく 0.2:△ しょうが 0.5:△ 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:□ ケチャップ 1.5:△ ウスターソース 4.5:△ こいくちしょうゆ 0.4:△ 砂糖 0.2:□ 塩 1:□ こしょう 0.01:□ 水 90:□ わかめ(乾燥) 1:○ ツナ(オイル漬け) 10:○ きゅうり 5:△ キャベツ 15:△ 綿実油 0.5:△ 酢 2:□ うすくちしょうゆ 0.5:□ 砂糖 0.1:□ 塩 0.1:□	卵◆ 30:○ もずく 10:□ にんじん 10:△ たまねぎ 25:△ うすくちしょうゆ 2:○ こいくちしょうゆ 0.2:□ 塩 0.1:□ でんぶん 10:△ けずり節 45:△ ごま油 40:△ にんにく 0.2:△ しょうが 0.5:△ 綿実油 0.5:□ ペンネ 15:○ 豚肉ミンチ 10:○ 調理ワイン 0.5:□ 綿実油 0.5:□ にんじん 7:△ たまねぎ 15:△ しめじ 3:△ ケチャップ 6:△ トマトピューレ 7:△ ウスターソース 1:□ デミグラスソース 2:□ 塩 0.1:□ こしょう 0.01:□ オリーブオイル 0.5:□	豆腐 25:○ うす揚げ 10:□ 酒 10:△ たまねぎ 20:△ わかめ(塩蔵) 2:○ みそ 11:○ いりこ 3:□ 水 120:□ いわし 40:○ 砂糖 2.5:□ こいくちしょうゆ 1:□ 本みりん 2.5:△ けずり節 2:△ ねり梅 2.5:△ 酒 2.5:△ 水 10:□ 大豆(乾燥) 20:△ でんぶん 5:○ かえりちりめん 5:△ にんじん 0.2:△ キャベツ 1:□ ごま 0.2:□ 砂糖 0.2:□ 綿実油 0.2:□ ごま油 0.3:□ こま 0.5:□	はるさめ 7:□ 豚肉 10:○ 水 0.5:□ とうもろこし 20:△ 塩 10:△ 酒 0.6:△ にんじん 0.2:△ そうめん 10:□ うす揚げ 5:○ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ 干しいたけ 0.3:△ オクラ 0.01:□ うすくちしょうゆ 2:△ こいくちしょうゆ 110:△ だし昆布 2:△ けずり節 2:△ 水 120:□ 高野豆腐 10:○ 豚肉ミンチ 10:○ 酒 0.5:△ しょうが 0.5:△ みつば 1:□ 綿実油 1:□ 砂糖 2:□ うすくちしょうゆ 3:□ 本みりん 0.5:□ でんぶん 0.8:□ だし汁 30:□	精白米 70:□ 水 90:□ とうもろこし 20:△ 塩 0.6:△ 酒 0.2:△ そうめん 10:□ うす揚げ 5:○ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ 干しいたけ 0.3:△ 本みりん 0.1:□ でんぶん 0.5:△ けずり節 2:△ 水 70:△ なす 30:△ きゅうり 25:△ にんにく 0.4:△ うすくちしょうゆ 2.5:△ 酢 1.5:△ 砂糖 0.8:□ ごま油 0.6:□ グリュジャン 0.2:□ 塩 0.1:□ すりごま 1:□ ごま 0.5:□	卵◆ 50:○ うす揚げ 4:□ にんじん 4:□ かまぼこ 6:△ キャベツ 15:△ ホールコーン 45:△ うすくちしょうゆ 2:△ こいくちしょうゆ 0.2:△ 塩 1:□ ごしょう 0.1:□ けずり節 110:△ 水 45:○ 鶏肉 70:△ 塩 0.1:△ こしょう 0.01:△ 塩こうじ 5:1 酒 25:△ でんぶん 0.4:△ コーン油 4:□ 酢 1.5:△ 砂糖 0.8:□ ごま油 0.6:□ グリュジャン 0.2:□ 塩 0.1:□ すりごま 1:□ ごま 0.5:□	豚肉 10:○ 酒 0.5:△ にんじん 15:△ たまねぎ 20:△ キャベツ 25:△ ホールコーン 10:△ うすくちしょうゆ 4:△ 塩 0.1:△ ごしょう 0.01:△ けずり節 110:△ 水 45:○ 鶏肉 70:△ 塩 0.1:△ こしょう 0.01:△ 塩こうじ 5:1 酒 25:△ でんぶん 0.4:△ コーン油 4:□ 酢 1.5:△ 砂糖 0.8:□ ごま油 0.6:□ グリュジャン 0.2:□ 塩 0.1:□ すりごま 1:□ ごま 0.5:□
エネルギー /蛋白質	636kcal/19.0g	526kcal/19.8g	537kcal/21.0g	560kcal/21.5g	528kcal/19.0g	541kcal/19.3g	543kcal/24.0g

日・曜	10日・木	11日・金	14日・月	15日・火	16日・水	17日・木
献立名	ごはん ぎゅうにゅう ◇とうがんのみそしる ぶたじゃがに いりこのつくだに	コッペパン ぎゅうにゅう いんげんまめとコーンのポタージュ ピザソース	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ ズッキーニのピビンバ	ごはん ぎゅうにゅう じゃがいものみそしる とうふチャンプルー でんぶ	コッペパン ぎゅうにゅう ◇えびのフォー だいずいりドライカレー	ごはん ぎゅうにゅう ◇かきたまじる じゃがいものちゅうかいため
材料名および使用量(g)	豆腐 30:○ うす揚げ 4:○ とうが 30:△ にんじん 10:△ たまねぎ【西谷産】 15:△ わかめ(塩蔵) 2:○ みそ 11:○ かえりちりめん 3:○ 水 120:□ 豚肉 15:○ 酒 1:□ 糸こんにやく 8:△ じゃがいも【西谷産】 45:△ にんじん 10:△ たまねぎ【西谷産】 25:△ 綿実油 0.5:□ 調理ワイン 2:□ うすくちしょうゆ 2:□ 本みりん 0.5:△ 砂糖 1.5:△ 水 10:□ かえりちりめん 3:○ 本みりん 2.5:△ こいくちしょうゆ 1.5:△ 砂糖 0.5:□	鶏肉 15:○ 調理ワイン 0.5:□ じゃがいも 40:△ にんじん 10:△ たまねぎ 10:△ 綿実油 0.5:□ ホールコーン 15:△ いんげんまめ(乾燥) 8:△ パセリ 0.1:□ 米粉 3:□ 豆乳 25:○ チキンブイヨン 5:△ 塩 0.7:△ こしょう 0.02:△ 水 50:△ 豚肉ミンチ 10:○ 調理ワイン 0.5:□ マッシュルーム 5:△ たまねぎ 20:△ ピーマン 3:△ にんにく 0.3:△ オリーブオイル 1:□ ケチャップ 10:△ トマトピューレ 18:△ 砂糖 0.5:△ 塩 0.1:□ こしょう 0.03:△ オレガノ 0.01:□	鶏肉 10:○ 酒 0.5:□ わかめ(塩蔵) 3.5:○ にんじん 10:△ たまねぎ 25:△ えのきたけ 8:△ うすくちしょうゆ 15:△ こいくちしょうゆ 0.2:△ いりこ 0.1:□ 水 120:□ けずり節 2:△ ツナ(オイル漬け) 120:□ にんじん 5:△ キャベツ 10:△ たまねぎ 5:△ ズッキーニ 1:□ にんにく 1.5:△ しょうが 0.1:△ 砂糖 2:□ こしょう 0.03:△ ピーマン 0.2:△ グリュジャン 0.5:△ オリーブオイル 0.5:△ ケチャップ 10:△ トマトピューレ 18:△ 砂糖 0.5:△ 塩 0.1:□ こしょう 0.03:△ オレガノ 0.01:□	じゃがいも 35:□ にんじん 10:△ たまねぎ 15:△ もやし 10:△ わかめ(塩蔵) 2:○ うす揚げ 5:○ みそ 11:○ いりこ 3:□ 水 120:□ 豆腐 35:○ ツナ(オイル漬け) 15:○ にんじん 5:△ キャベツ 10:△ たまねぎ 5:△ ズッキーニ 1:□ にんにく 1.5:△ しょうが 0.1:△ 砂糖 0.5:△ こしょう 0.03:△ ピーマン 0.2:△ グリュジャン 0.5:△ オリーブオイル 0.5:△ ケチャップ 10:△ トマトピューレ 18:△ 砂糖 0.5:△ 塩 0.1:□ こしょう 0.03:△ オレガノ 0.01:□	ビーフン(平めん) 8:□ えび◆ 20:○ 酒 0.5:△ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ みつば 10:△ 干しいたけ 0.3:△ にら 1:△ うすくちしょうゆ 0.2:△ だし昆布 0.1:△ 塩 0.01:△ けずり節 2:△ 水 100:△ 豚肉ミンチ 10:○ 調理ワイン 1:△ たまねぎ 25:△ 大豆(乾燥) 8:△ ピーマン 0.5:△ 綿実油 0.5:△ 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:△	卵◆ 35:○ 豆腐 30:○ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ キャベツ 1:△ うすくちしょうゆ 4:△ こいくちしょうゆ 0.2:△ 塩 0.1:□ でんぶん 0.5:△ だし昆布 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 2:△ しょうが 0.5:△ 砂糖 0.5:△ ごま油 1.5:△ こいくちしょうゆ 3:△ 塩 0.01:△ こしょう 0.01:△ ごま油 0.5:△ ごま 1:△
エネルギー /蛋白質	546kcal/20.5g	542kcal/21.8g	507kcal/19.8g	543kcal/19.0g	502kcal/21.9g	532kcal/19.0g

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)