

ねん れい わ ねん がつぶん がっこうきゅうしよくこんだてひょう しょうがっこう だい ちく
 2026年(令和8年)4月分 学校給食献立表(小学校)第1地区

※給食開始日は学校ごとに異なります。
 ※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	13日・月	14日・火	15日・水	16日・木	17日・金	20日・月	21日・火
献立名	ごはん ぎゅうにゅう みそじる おたじやがに いりこのつくだに	まっかきなこあげパン ぎゅうにゅう ファンタスープ わかめあえ	ごはん ぎゅうにゅう たまごやきのみ ◇コーンたまごスープ キンパク きざみたくあん	コッペパン ぎゅうにゅう はるさめとレタスのスープ さびなごのカレーあげ きよみオレンジ	ごはん ぎゅうにゅう すじじる いわしのつけ きゅうりのちゅうかあえ	ごはん ぎゅうにゅう しものり ◇このはとじ きんぴらだいず	コッペパン ぎゅうにゅう やさいスープ とりくこのはとじ いちごジャム
材料名および使用量(g)	豆腐 30 うす揚げ 4 にんじん 10 たまねぎ 15 わかめ(塩蔵) 2 ねぎ 3 みそ 3 かえりちりめん 11 水 3 120	コッペパン 1個 コーン油 10 抹茶 0.8 うすすきな粉 5 砂糖 5 にんじん 0.05 たまねぎ 7 ワントンの皮 3 豚肉 20 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 20 干しいたけ 0.3 干しいたけ 0.1 ねぎ 10 もやし 10 にんじん 14 たまねぎ 45 さんどまめ 20 さだまめ 3 綿実油 0.5 こいくちしょうゆ 2 うすくちしょうゆ 0.5 本みりん 1.5 砂糖 10 水 10	手巻きのみ 1袋 卵 30 鶏肉 10 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 10 もやし 10 干しいたけ 0.3 レタス 10 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 ごしょう 0.1 けずり節 2 ごしょう 0.01 でんぶ 0.5 けずり節 2 水 100	はるさめ 7 豚肉 20 酒 0.5 わかめ(塩蔵) 10 かまぼこ 10 にんじん 10 干しいたけ 0.3 しめじ 6 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 本みりん 0.1 だみん 0.5 けずり節 2 水 110	鶏肉 20 豆腐 0.5 うす揚げ 30 かまぼこ 5 にんじん 10 しめじ 6 ねぎ 3 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 本みりん 0.5 塩 0.1 本みりん 0.5 けずり節 2 水 120	塩のり 1袋 卵 50 うす揚げ 50 キャベツ 25 ホールコーン 15 チンゲンサイ 15 うすくちしょうゆ 45 こいくちしょうゆ 3 塩 4 ごしょう 2 けずり節 2 砂糖 1 本みりん 0.1 でんぶ 0.5 けずり節 2 水 50	ベーコン 15 にんじん 15 たまねぎ 25 キャベツ 20 ホールコーン 15 チンゲンサイ 15 うすくちしょうゆ 5 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.01 けずり節 2 砂糖 2 本みりん 1 でんぶ 6 けずり節 3 水 30 鶏肉 60 ごいくちしょうゆ 0 砂糖 1 しょうが 0.5 でんぶ 1 コーン油 5
エネルギー/蛋白質	542kcal/19.6g	612kcal/20.9g	596kcal/23.0g	531kcal/22.5g	537kcal/24.0g	577kcal/22.4g	645kcal/26.3g

食育ポイントマーク

学校給食の献立にはそれぞれ「学校給食法」に基づいた「ねらい」があります。今年度から毎月の献立の中でポイントをしぼり、マークによって「献立のねらい」をお知らせすることにしていますので、参考にしてください。

カミカミ献立

そしゃく力を高めるものを紹介。

郷土料理

日本各地の伝統的な料理を紹介。兵庫県とその他の県は県名が入ります。

地産地消給食

宝塚市内産の食材を多く使用する場合を紹介。

宝塚市学校給食食物資配合表 令和8年度(2026年度)版 発布のお知らせ

学校給食で使用している食材については、物質配合表に準じた物質を使用しております。本年度版の物質配合表を作成いたしましたのでお知らせいたします。

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。

なお、食材の定期見直しおよび入札結果により、適宜内容を変更し、改訂版を発布することがありますので、給食だよりまたは学校から配布されるおたよりをご確認ください。



日・曜	22日・水	23日・木	24日・金	27日・月	28日・火	30日・木
献立名	ごはん ぎゅうにゅう チキンカレー ひじきサラダ	こがたパン ぎゅうにゅう スパゲティミートソース はるさめのサラダ	たいとだけこのたきこみごはん なめこじる クープイリチー	ごはん ぎゅうにゅう ばちじる さわらのしろみそに ひじきふりかけ	コッペパン ぎゅうにゅう ハヤシチュー スナツプえんどうのソテー	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 ごまじゃこサラダ
材料名および使用量(g)	鶏肉 35 調理ワイン 1 にんじん 20 たまねぎ 50 じゃがいも 14 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 チキンスープ 4 ウスターソース 5 ケチャップ 1.5 ごしょう 0.4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 1 こしょう 0.01 水 90	スパゲティ 40 合いびきミンチ 30 調理ワイン 0.5 にんじん 15 たまねぎ 30 マッシュルーム 5 パセリ 0.5 にんにく 0.2 綿実油 0.5 カレー粉 0.8 ケチャップ 15 トマトピューレ 20 ウスターソース 3 デミグラスソース 5 塩 0.1 ごしょう 0.02 オリーブオイル 1.5 キャベツ 25 グリーンアスパラガス 10 にんじん 5 ツナ(オイル漬け) 10 酢 1 綿実油 0.3 酒 0.5 塩 0.1 ごしょう 0.02	精白米 65 いかまぼこ 10 酒 0.5 たけのこ(ゆで) 7 うす揚げ 2 たまねぎ 2 じゃがいも 1 干しいたけ 5 ねぎ 3 うすくちしょうゆ 1 こいくちしょうゆ 0.1 だし昆布 0.5 けずり節 85 水 120	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 15 干しいたけ 0.3 ねぎ 3 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	牛肉 30 調理ワイン 1 にんじん 15 たまねぎ 50 トマト(水煮) 15 綿実油 0.5 ホールコーン 0.3 小麦粉 5 綿実油 2 バター 3 ウスターソース 3 とんかつソース 6 ポークピュール 3 ケチャップ 10 デミグラスソース 7 砂糖 0.3 ごしょう 0.5 水 90	鶏肉 20 調理ワイン 0.5 じゃがいも 10 にんじん 40 たまねぎ 40 綿実油 0.5 ホールコーン 15 いんげんまめ(乾燥) 0.5 パセリ 10 米粉 3 豆乳 25 チキンスープ 3 ごしょう 0.7 水 0.02 50
エネルギー/蛋白質	636kcal/20.6g	635kcal/23.3g	516kcal/21.7g	565kcal/21.8g	606kcal/23.5g	534kcal/21.9g

アレルギー表記の見方

～除去食対応マークについて～

宝塚市の食物アレルギー対応で「卵、えび、かに、いか、たこ、貝類」の6品目の除去食を提供します。

献立表には下記のように表記しますので、献立確認の参考にしてください。

※除去食対応をする6品目を使った献立名に ◇マークをつけます。

※除去食対応する6品目には注意喚起のため、食材名に ◆マークをつけます。

(例)「八宝菜」の場合

日・曜	6日・月
献立名	ごはん ぎゅうにゅう あらめのしらすあえ
材料名および使用量	豚肉 15 いかに 10 酒 0.5 うす揚げ 20 はくさい 60 たまねぎ 50 にんじん 15 干しいたけ 0.5 もやし 0.5 しょうが 1 綿実油 0.4 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.5 塩 0.01 ごしょう 12 スープベース 2

八宝菜は除去食対応可能な献立ですので、◇はっぽうさいと記しています。

材料のうち、**いか◆**
うずら卵◆を除去することを表しています。

注) ただし、調理工程の都合で、除去できない場合、または除去することでメニューとして成り立たない場合などは、献立名に<除去食対応不可>と記しますので、お弁当の用意をお願いします。

○●あかいろのしくひん(おもにからだをつくるものになしよくひん) □●きいろのしくひん(おもにエネルギーのもとになるしくひん) △●みどりいろのしくひん(おもにからだのちようしをとのえるものになしよくひん) ※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 579kcal たんぱく 22.4g