

ねん れいわ ねん がつぶん がっこうきゅうしょくこんだてひょう 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2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	食育ポイントマーク	
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	ごはん ぎゅうにゅう すましようやきのり ◇コーンたまごスープ キンパのく きざみたくあん	まっちゃんこあげパン ぎゅうにゅう ワンタンスープ わかめあえ	ごはん ぎゅうにゅう すましようやきのり いわたしのつけ きゅうりのちゅうかあえ	ごはん ぎゅうにゅう すましようやきのり いわたしのつけ きゅうりのちゅうかあえ	コッペパン ぎゅうにゅう はるさめとレタスのスープ き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 しものり ◇このはとじ きんぴらだいず	ごはん ぎゅうにゅう チキンカレー ひじきサラダ	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としていますので、参考にしてください。
材料名および使用量(g)	豆腐 30 うす揚げ 4 にんじん 15 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 120	手巻きのり 1袋 卵 30 鶏肉 10 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 20 干しいたけ 0.3 ホールコーン 10 ねぎ 4 うすくちしょうゆ 2 こいくちしょうゆ 0.1 塩 0.1 ごしょう 0.01 でんぶん 0.5 けずり節 2 水 100	コッペパン 1個 コーン油 10 抹茶 0.8 うぐいすきな粉 5 砂糖 5 塩 0.05 ワンタンの皮 7 豚肉 20 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 20 干しいたけ 0.3 だし昆布 10 けずり節 3 水 120	鶏肉 20 酒 0.5 豆腐 30 わかめ(塩蔵) 5 かまぼこ 5 にんじん 10 しめじ 6 レタス 3 うすくちしょうゆ 4 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.5 けずり節 2 水 120	はるさめ 7 豚肉 20 豆腐 0.5 にんじん 10 たまねぎ 5 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 塩 0.1 ごしょう 0.1 水 110	塩のり 1袋 卵 50 うす揚げ 5 かまぼこ 7 にんじん 15 たまねぎ 45 ねぎ 10 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 2 でんぶん 0.5 けずり節 2 水 50	鶏肉 35 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 砂糖 2 塩 2 チキンスープ 2 綿実油 1 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 ごしょう 0.01 水 90	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としていますので、参考にしてください。	
エネルギー/蛋白質	542kcal/19.6g	596kcal/23.0g	612kcal/20.9g	537kcal/24.0g	531kcal/22.5g	577kcal/22.4g	636kcal/20.6g		

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表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	アレルギー表記の見方 ~除去食対応マークについて~
献立名	コッペパン ぎゅうにゅう やさいスープ とりにくのこはくあげ いちごジャム	たいとたけのこのたきこみごはん なめこじる クワイリチー	こがたん 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	ごはん ぎゅうにゅう ばちじる さわらのしろもそに ひじきふかけ	ごはん ぎゅうにゅう ハヤシチュー スナップえんどうのソテー	ごはん ぎゅうにゅう マワーどうふ まふうサラダ	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
材料名および使用量(g)	ベーコン 15 にんじん 15 たまねぎ 20 キャベツ 25 ホールコーン 15 チンゲンサイ 5 うすくちしょうゆ 4 うすくちしょうゆ 4 塩 0.2 ごしょう 0.1 けずり節 2 水 110	精白米 65 酒 10 たけのこ(ゆで) 0.5 うす揚げ 2 こいくちしょうゆ 1 うすくちしょうゆ 5 酒 1 本みりん 1 塩 0.1 けずり節 0.1 水 85	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 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	そうめんばち 7 かまぼこ 4 うす揚げ 4 にんじん 15 たまねぎ 15 じゃがいも 15 干しいたけ 30 ねぎ 0.3 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 にんにく 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 3 ボン・クープイオン 6 トマトピューレ 10 ケチャップ 5 デミグラスソース 7 砂糖 10 ごしょう 0.3 水 90	豚肉ミンチ 25 酒 0.5 豆腐 120 にんじん 40 たまねぎ 40 干しいたけ 0.3 しょうが 1 ごしょう 1 綿実油 0.5 こいくちしょうゆ 2 砂糖 2 みそ 1 本みりん 11 トウバンジャン 0.2 塩 0.1 ごしょう 0.01 でんぶん 2 水 10	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
エネルギー/蛋白質	645kcal/26.3g	516kcal/21.7g	635kcal/23.3g	565kcal/21.8g	623kcal/21.0g	594kcal/23.0g	

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	アレルギー表記の見方
献立名	ごはん ぎゅうにゅう ◇はっぼうさい あらめのしらすあえ	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表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。
材料名および使用量(g)	豚肉 15 酒 10 うす揚げ 0.5 はくさい 20 たまねぎ 50 干しいたけ 15 もやし 0.5 しょうが 1 綿実油 0.4 砂糖 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 0.1 スープベース 12 でんぶん 2	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

○…あかいろのしよくひん(おもにからだをつくるものとなるしよくひん) □…きいろのしよくひん(おもにエネルギーのもととなるしよくひん) △…みどりいろのしよくひん(おもにからだのちようしをとのえるものとなるしよくひん) ※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 585kcal たんぱくしつ 22.3g