

2024年(令和6年)12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	2日・月	3日・火	4日・水	5日・木	6日・金	9日・月	10日・火	11日・水	12日・木
献立名	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ さわらのチョリム だいずもやしのいためナムル	ごはん ぎゅうにゅう さつまいものみそしる たらづかねぎのあまからに でんぶ	まるがたパン ぎゅうにゅう スライスチーズ ふゆやさいのスープ くらえだまめのドライカレー	ごはん ぎゅうにゅう のつべいじる さばのたつたあげ ききみたくあん	コッペパン ぎゅうにゅう くたまごスープ ポークビーンズ りんごかん	かやくごはん ぎゅうにゅう うずまめじる みずなだいこんのもの	むぎいりごはん ぎゅうにゅう チキンカレー さばとわかめのあえもの	きなこあげパン ぎゅうにゅう ワナタンスープ ちゅうかうわかれあえ	ごはん ぎゅうにゅう おたじる かふのそばろに いりこのつくだに
材料名および使用量(g)	鶏肉 20.0 酒 0.5 わかめ(塩蔵) 3.5 にんじん 10.0 だいこん 20.0 えのきたけ 8.0 ねぎ 2.0 うすくちしょうゆ 4.0 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2.0 水 120.0 さわら 1枚 しょうが 0.5 にんにく 0.5 こいくちしょうゆ 3.0 砂糖 1.0 コチュジャン 1.0 酒 1.0 本みりん 1.0 水 1.0 大豆もやし 20.0 塩 0.2 にら 5.0 にんにく 0.1 こいくちしょうゆ 1.0 砂糖 0.2 絹実油 0.2 ごま油 0.3 すりごま 0.5 ごま 0.5	さつまいも【西谷産】 40.0 にんじん 10.0 だいこん【西谷産】 20.0 はくさい【西谷産】 10.0 うす揚げ 4.0 ねぎ 2.0 みそ 11.0 いりこ 3.0 120.0 鶏肉 35.0 酒 0.5 しろねぎ【西谷産】 20.0 たまねぎ 2.0 砂糖 0.8 こいくちしょうゆ 1.5 本みりん 0.8 でんぶ 0.4 絹実油 0.8 けずり粉 2.5 あおのり 0.1 砂糖 0.5 こいくちしょうゆ 0.5 本みりん 0.5 水 1.5 ごま 1.0	スライスチーズ 1枚 鶏肉 20.0 酒 0.5 だいこん 15.0 たまねぎ 2.0 にんじん 10.0 はくさい 2.0 えのきたけ 7.0 しゅんぎく 5.0 うすくちしょうゆ 4.0 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 でんぶ 2.0 けずり節 110.0 こしょう 0.01 でんぶ 0.5 けずり節 2.0 水 110.0 豚肉ミンチ 35.0 調理ワイン 1.0 にんじん 10.0 たまねぎ 25.0 黒えだまめ(むきみ)【兵庫県産】 2.0 絹実油 0.5 こしょう 0.2 カレー粉 0.4 トマトピューレ 7.0 ウスターソース 1.0 砂糖 0.5	さといも 20.0 にんじん 20.0 うす揚げ 4.0 つきこんにかく 15.0 竹輪(煮込み用) 2.0 はるさめ 5.0 パセリ 2.0 うすくちしょうゆ 4.0 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごしょう 1.0 でんぶ 2.0 けずり節 110.0 さば 50.0 しょうが 1.0 酒 1.0 こいくちしょうゆ 3.0 大豆(乾燥) 1.0 砂糖 1.0 でんぶ 5.0 コーン油 5.0 たくあん 15.0	卵◆ 20.0 鶏肉 10.0 酒 0.5 にんじん 4.0 たまねぎ 2.0 はるさめ 5.0 パセリ 0.5 うすくちしょうゆ 4.0 こいくちしょうゆ 0.2 塩 0.1 ごしょう 1.0 でんぶ 2.0 けずり節 110.0 豚肉 20.0 調理ワイン 0.5 大豆(乾燥) 10.0 にんじん 1.0 たまねぎ 1.0 絹実油 0.5 ケチャップ 4.0 トマトピューレ 4.0 小麦粉 1.0 ウスターソース 1.0 みずな 1.0 絹実油 0.1 うすくちしょうゆ 0.1 砂糖 0.8 酢 0.3 本みりん 0.5 でんぶ 5.0 だし汁 0.3 寒天 30.0 りんごジュース 4.0 砂糖 27.0	精白米 70.0 だし昆布 0.5 水 91.0 にんじん 4.0 ごぼう 4.0 うす揚げ 6.0 うすくちしょうゆ 0.1 塩 0.1 本みりん 0.5 打ち豆 7.0 にんじん 10.0 カレー粉 2.0 小麦粉 7.0 バター 4.0 絹実油 2.0 チキンブイヨン 11.0 ウスターソース 3.0 ケチャップ 120.0 こいくちしょうゆ 0.4 砂糖 0.2 塩 0.1 だし汁 0.01 水 90.0 わかめ(乾燥) 1.0 さば(オイル漬け) 12.0 だいこん 30.0 酢 2.0 うすくちしょうゆ 0.5 ごま油 0.5 すりごま 0.5 ごま 0.5	精白米 65.0 おむぎ 10.0 水 94.0 鶏肉 3.0 調理ワイン 1.0 にんじん 20.0 たまねぎ 50.0 じゃがいも 50.0 しょうが 0.5 にんにく 0.2 絹実油 0.5 小麦粉 0.5 ねぎ 10.0 バター 3.0 絹実油 5.0 チキンブイヨン 4.5 ウスターソース 1.5 ケチャップ 0.4 こいくちしょうゆ 0.2 砂糖 1.0 ツナ(オイル漬け) 0.01 だいこん 90.0 わかめ(乾燥) 1.0 さば(オイル漬け) 12.0 だいこん 30.0 酢 2.0 うすくちしょうゆ 0.5 ごま油 0.5 すりごま 0.5 ごま 0.5	コッペパン 1個 ゴコン油 5.0 きな粉 3.0 砂糖 0.05 ワナタンの皮 7.0 豚肉 20.0 にんじん 0.5 たまねぎ 10.0 もししいたけ 0.5 小麦粉 10.0 ねぎ 3.0 うすくちしょうゆ 4.0 しょうが 0.2 絹実油 0.1 こしょう 0.01 けずり節 2.0 水 120.0 わかめ(乾燥) 1.0 ツナ(オイル漬け) 10.0 だいこん 30.0 塩 0.1 にんにく 0.1 砂糖 0.5 酢 2.0 うすくちしょうゆ 1.0 ごま油 0.5 すりごま 0.5 ごま 0.5	豚肉 15.0 酒 0.5 にんじん 10.0 たまねぎ 20.0 じゃがいも 30.0 もやし 10.0 うす揚げ 4.0 ねぎ 4.0 みそ 11.0 いりこ(揚げ物用) 3.0 水 100.0 かぶ 45.0 鶏肉ミンチ(もも) 2.0 酒 0.5 しょうが 0.5 絹実油 0.5 うすくちしょうゆ 2.0 こいくちしょうゆ 1.5 砂糖 1.0 本みりん 0.5 でんぶ 0.5 だし汁 10.0 だいこん 3.0 にんにく 0.1 本みりん 2.5 こいくちしょうゆ 1.5 砂糖 0.5
エネルギー/蛋白質	526kcal/22.5g	551kcal/20.7g	541kcal/26.4g	603kcal/21.2g	555kcal/25.0g	514kcal/19.5g	613kcal/19.5g	586kcal/20.2g	541kcal/22.2g

日・曜	13日・金	16日・月	17日・火	18日・水	19日・木	20日・金	23日・月	24日・火	宝塚市公式LINE アカウントで学校 給食に関する情報 配信をしています	
献立名	こがたパン ぎゅうにゅう とんこつしょうゆラーメン きびなごだいずのあまからに	ごはん ぎゅうにゅう ◇たまごいりもずくじる きりばしだいこんのちゅうかい さばのふりかけ	ごはん(こもり) ぎゅうにゅう あじつけのり にこみょうだ かつおのこうみやき	こがたパン ぎゅうにゅう やさいスープ フライドチキン みかん	ごはん ぎゅうにゅう ふのみそしる いわしのにつけ ひじきふりかけ	コッペパン ぎゅうにゅう ちゅうかスープ ビーフンいため スイートポテト	ごはん ぎゅうにゅう ◇かきたまじる きりばしだいこんのもの こんぶとけずりぶしのふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう みそしる さつまいもとだいずとごきなのあげに		
材料名および 使用量 (g)	中華めん(冷凍) 豚肉 酒 にんじん たまねぎ もやし ねぎ ホールコーン しょうが にんにく うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油 ポークブイヨン 水 きびなご 酒 塩 でんぶ 大豆(乾燥) でんぶ コーン油 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん	卵◆ 豆腐 もずく にんじん たまねぎ かまぼこ しめじ みつば うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 本みりん でんぶ けずり節 水 切り干し大根 豚肉ミンチ 酒 にんじん しょうが たまねぎ 砂糖 こいくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油 ごま さば(オイル漬け) 酒 しょうが こいくちしょうゆ 砂糖 あおのり	味噌 味付けのり うどん(冷凍) 鶏肉 酒 うす揚げ にんじん はくさい えのきたけ しゅんぎく うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 本みりん だし昆布 ゆず節 水 かつお 酒 キャベツ たまねぎ しょうが にんにく 絹実油 みそ こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん	豚肉 酒 にんじん たまねぎ キャベツ ホールコーン ほうれんそう うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 こしょう けずり節 鶏肉(骨付き) 塩 こしょう しょうが にんにく こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん 水 ひじき(乾燥) かつお節 調理ワイン たまねぎ コーン油 みかん	ふ にんじん たまねぎ うす揚げ だいこん わかめ(塩蔵) ねぎ みそ いりこ いわし しょうが 酒 こいくちしょうゆ 砂糖 本みりん 水 砂糖 本みりん 水 ひじき(乾燥) かつお節 こいくちしょうゆ でんぶ 本みりん	鶏肉 酒 にんじん たまねぎ 干しいたけ もやし チンゲンサイ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 こしょう ごま油 けずり節 水 ビーフン 豚肉ミンチ 酒 キャベツ にんじん にら 干しいたけ 絹実油 本みりん こいくちしょうゆ 塩 こしょう さつまいも 砂糖 バター 生クリーム 水	卵◆ 豆腐 にんじん たまねぎ みつば うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ でんぶ だし昆布 けずり節 水 切り干し大根 鶏肉 酒 にんじん うす揚げ 砂糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 本みりん だし汁 昆布 けずり節 酒 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん だし汁 ごま	豆腐 うす揚げ にんじん だいこん わかめ(塩蔵) うすくちしょうゆ ねぎ みそ いりこ 水 大豆(乾燥) でんぶ いりこ(揚げ物用) さつまいも コーン油 ごま 砂糖 こいくちしょうゆ 酒		
	538kcal/23.0g	562kcal/21.4g	527kcal/22.8g	612kcal/24.9g	526kcal/20.4g	521kcal/20.1g	541kcal/20.3g	587kcal/20.1g		
	エネルギー /蛋白質									

○…あかいろのしよくひん(おもにからだをつくるものになるしよくひん) □…きいろのしよくひん(おもにエネルギーのもとになるしよくひん) △…みどりいろのしよくひん(おもにからだのちょうしをとのえるものになるしよくひん) ※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 556kcal たんぱく しつ 21.8g