

2024年(令和6年)9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	13日・金
献立名	ごはん ぎゅうにゅう すましじる いわしのにつけ こんぶとけずりぶしのふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう ◇このはとじ なすのチョナムル	こがたパン ぎゅうにゅう スパゲティミートソース ひじきサラダ	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ ビビンバ	コッペパン ぎゅうにゅう いんげんまめとかぼちゃのポタージュ ごまじゃこサラダ	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ わかめあえ	ごはん ぎゅうにゅう チキンカレー わふうサラダ	コッペパン ぎゅうにゅう はるさめとレタスのスープ きのこのガーリックソテー きなこクリーム	ごはん ぎゅうにゅう あじつけのり みそじる さといものあげに	コッペパン ぎゅうにゅう とうがなんスープ チリコンカーン バインヨーグルト
材料名および使用量 (g)	豆腐 30:○ わかめ(塩蔵) 2:○ かまぼこ 5:○ にんじん 10:△ 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: 本みりん 0.5: 塩 0.1: だし昆布 0.5: けずり節 2: 水 120: いわし 45:○ しょうが 0.5:△ 酒 3: こいくちしょうゆ 3:□ 砂糖 3: 本みりん 0.5: 水 12: 昆布 0.5: けずり節 2: 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: ごま 1.5:□	卵◆ 30:○ うす揚げ 6:○ かまぼこ 7:○ にんじん 15:△ たまねぎ 45:△ ねぎ 2:△ 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 0.5: でんぶん 2: けずり節 0.5: 水 50: 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 0.8: コチュジャン 0.2: 塩 0.1: すりごま 1: ごま 0.5:□	スパゲティ 40:□ 豚肉ミンチ 25:○ 調理ワイン 7:○ にんじん 15:△ たまねぎ 0.5: えのきたけ 8:△ ねぎ 30:△ マッシュルーム 5:△ パセリ 2:△ 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: こしょう 0.02: オリーブオイル 1.5:□ ひじき(乾燥) 1:○ にんじん 5:○ たまねぎ 20:△ ツナ(オイル漬け) 10:△ 酢 0.5: 砂糖 0.5: 塩 0.1: ごま 0.5:□	わかめ(塩蔵) 3.5:○ にんじん 15:△ たまねぎ 25:△ えのきたけ 8:△ ねぎ 2:△ うすくちしょうゆ 4:△ こいくちしょうゆ 0.2: 塩 0.1: こしょう 0.01: けずり節 2: 水 120: 牛肉 0.7: こしょう 0.02: ウスターソース 50: 酒 40:○ 切り干し大根 2.5:△ にんにく 0.1: しょうが 0.2: 砂糖 2: すりごま 1: ごま 0.5: しらすばし 3: 酒 0.5: 綿実油 0.5: 大豆もやし 20:△ ズッキーニ 15:△ うすくちしょうゆ 0.5: ごま 1: ごま油 0.5:□	鶏肉 20:○ 調理ワイン 0.5: いんげんまめ(乾燥) 8:△ かぼちゃ 35:△ にんじん 15:△ たまねぎ 40:△ 干ししいたけ 0.3:△ ねぎ 1:□ 綿実油 1: パセリ 0.3:△ 米粉 3:○ 豆乳 25:○ チキンブイヨン 7: 塩 0.7: こしょう 0.02: ウスターソース 50: キャベツ 30:△ きゅうり 15:△ 砂糖 1: すりごま 0.5: ごま 3: しらすばし 3: 酒 0.5: 綿実油 0.5: 砂糖 0.5: ごま 0.5: 塩 0.1:□	豚肉ミンチ 25:○ 酒 0.5: 豆腐 120:○ にんじん 10:△ たまねぎ 40:△ じゃがいも 50:△ しょうが 0.5: にんにく 0.2: 干ししいたけ 0.3:△ ねぎ 2:△ しょうが 1:△ 綿実油 0.5: カレー粉 0.5: 小麦粉 2: 豆乳 7: バター 2: 綿実油 1: チキンブイヨン 10: ウスターソース 4.5: ケチャップ 1.5:△ こいくちしょうゆ 0.01: ごま油 1: でんぶん 2: 水 10: わかめ(乾燥) 1:○ ツナ(オイル漬け) 10:△ きゅうり 20:△ 綿実油 0.5: 砂糖 1: ごま 2: ごま油 1: 塩 0.1:□	はるさめ 7:□ 豚肉 1:○ 酒 0.5: にんじん 10:△ たまねぎ 10:△ しょうが 10:△ もやし 10:△ 干ししいたけ 0.3:△ レタス 0.2: うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 0.2: 塩 0.8: バター 7: 綿実油 1: けずり節 2: 水 10: 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: ごま油 0.2: でんぶん 1: 水 85: キャベツ 30:△ きゅうり 15:△ かつお節 1: 砂糖 0.8: ごま油 0.1: ごま 1: 塩 2: 豆乳 22:○ きな粉 4:○ 砂糖 4:○ コーンスターチ 1:○ ワイン(白) 1:○ 水 5:○	味付けのり 1袋:○ 豆腐 35:○ うす揚げ 4:○ にんじん 10:△ たまねぎ 15:△ 干ししいたけ 2:○ ねぎ 2:○ うすくちしょうゆ 2:○ こいくちしょうゆ 0.2:○ 塩 2:○ 水 120:○ さといものあげに 50:○ コーン油 4:○ 豚肉ミンチ 15:○ 酒 0.5:△ しょうが 0.5:△ 綿実油 0.5:△ こいくちしょうゆ 3:△ 砂糖 3:△ 本みりん 0.3:△ でんぶん 0.5:△ だし汁 10:○ 鶏肉 20:○ 調理ワイン 0.5:△ エリンギ 15:△ しめじ 20:△ たまねぎ 15:△ にんにく 0.3:△ 綿実油 0.5:△ ケチャップ 1:△ ウスターソース 1:△ 砂糖 1:△ ごま油 0.1:△ ごま 1:△ 豆乳 22:○ きな粉 4:○ 砂糖 4:○ コーンスターチ 1:○ ワイン(白) 1:○ 水 5:○	鶏肉 20:○ とろろあん 0.5:○ とうがなん 30:△ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ 干ししいたけ 0.3:△ ねぎ 3:△ うすくちしょうゆ 4:△ ごま 0.2:△ 塩 0.1:△ こしょう 0.01:△ けずり節 2:△ 水 100:△ 豚肉ミンチ 15:○ 調理ワイン 1:○ きんとときまめ(乾燥) 10:○ たまねぎ 20:△ にんじん 8:△ トマト(水煮) 10:△ にんにく 0.5:△ 綿実油 0.5:△ ケチャップ 4:△ ウスターソース 1:△ 砂糖 1:△ ごま油 0.1:△ こしょう 0.01:△ オレガノ 0.02:△ チリパウダー 0.3:△ 水 5:△ バインアップル(シロップ漬) 30:△ ヨーグルト 30:△ 砂糖 0.5:□	
	エネルギー /蛋白質	525kcal/22.2g	533kcal/18.6g	594kcal/22.0g	530kcal/18.1g	504kcal/20.6g	610kcal/23.6g	588kcal/18.0g	512kcal/22.2g	561kcal/17.6g

日・曜	17日・火	18日・水	19日・木	20日・金	24日・火	25日・水	26日・木	27日・金	30日・月	物資配合表 令和6年度(2024年度) 9月改訂版発布のお知らせ
献立名	ごはん(宝塚市産米) ぎゅうにゅう ◇かきたまじる きくわかめのきんぴら でんぶ	きなこあげパン ぎゅうにゅう ワナタンスープ さばとわかめのあえもの	さつまいもとあずきのごはん ぎゅうにゅう なめこじる クレープイリチー	コッペパン ぎゅうにゅう ミネストローネ だいずときゅうりのツナサラダ	ごはん ぎゅうにゅう うのはなし ふのみそじる うのはなり じゃこビーマン	コッペパン ぎゅうにゅう きのこチンゲンサイのスープ さけとじゃがいものバジルソース	ごはん(こもり) ぎゅうにゅう きりぼしだいこんのはりはり	コッペパン ぎゅうにゅう やさしいスープ ポークビーンズ ぶどうゼリー	ごはん ぎゅうにゅう うめぼし はちまき なすとたににくのみそいため	令和6年度(2024年度) 9月改訂版発布のお知らせ 下記物資を物資配合表に追加 しましたのでお知らせいたします。 物資配合表の最新版は、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。
材料名および使用量(g)	卵◆ 30:○ 豆腐 30:○ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ 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: でんぶ 0.5: だし昆布 1: けずり節 2: 水 100: 鶏肉 15:○ 酒 0.5: さけ 5:○ ごぼう 10:△ にんじん 10:△ 竹輪(煮込み用) 0.5: つぎこんにゃく 1: 綿実油 0.5: こいくちしょうゆ 1.5: うすくちしょうゆ 1: 砂糖 1.5: 本みりん 0.5: 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:□	コッペパン 1個:□ コーン油 10: きな粉 5:○ 砂糖 3: 塩 0.05: ワナタンの皮 7:□ 豚肉 15:○ 酒 0.5: にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ 干ししいたけ 0.3: もやし 10:△ ねぎ 3:△ うすくちしょうゆ 4: こいくちしょうゆ 0.2: 塩 0.1: ごま 0.01: けずり節 1: 水 120: わかめ(乾燥) 1:○ さば(オイル漬け) 10: きゅうり 30: 酢 2: 砂糖 0.5: ごま 0.5:□ ごま油 0.5:□	精白米 65:□ 小豆 2.4: さつまいも 20:□ 塩 0.7: 酒 2: 水 85: なめこ 10:△ 豆腐 35:○ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ うす揚げ 5:○ みそ 2: いりこ 11:○ 水 3: 豚肉 25:○ 酒 0.5: 角切り昆布 0.1: 切り干し大根 1:○ 糸こんにゃく 10: 綿実油 0.5: ごま油 0.5:□ ごま 0.5:□	豚肉 15:○ 調理ワイン 0.5: にんじん 15:△ たまねぎ 40: じゃがいも 40:△ トマト 10:△ トマト(水煮) 15:△ パセリ 0.3: 綿実油 6:△ ケチャップ 6:△ 砂糖 0.5: ウスターソース 2: 塩 0.2: こしょう 0.01: チキンブイヨン 7: 水 80: 大豆(乾燥) 10:○ ツナ(オイル漬け) 12:○ きゅうり 20:△ オリーブオイル 1.5: りんご酢 1: 酢 2: 砂糖 0.5: ごま油 1.5: 塩 0.2: こしょう 0.02:□	ふ 2:□ にんじん 15:△ たまねぎ 25:△ うす揚げ 5:○ わかめ(塩蔵) 2:○ ねぎ 10:△ みそ 11:○ いりこ 3: 水 120: おから(乾燥) 4:○ こしょう 10: 酒 0.5: にんじん 10: 干ししいたけ 0.3: 竹輪(煮込み用) 3: うす揚げ 2: ねぎ 2:△ こしょう 2:△ 調理ワイン 1: でんぶ 3: コーン油 3: じゃがいも 45: コーン油 5: パズルペースト 5: にんにく 0.1: 塩 0.2: 調理ワイン 0.5: ごま 1:□ 砂糖 0.1: ごま油 0.1: ごま 1:□	鶏肉 20:○ 酒 0.5: しめじ 7:△ えのきたけ 7:△ チンゲンサイ 10:△ たまねぎ 10:△ うす揚げ 10:△ にんじん 10:△ もやし 4: うすくちしょうゆ 10:△ こいくちしょうゆ 0.2: 塩 0.1: ごま油 0.01: けずり節 2: 水 120: さけ 30: 塩 0.1: こしょう 0.03: 調理ワイン 1: ごま 2: コーン油 7: じゃがいも 45: コーン油 5: パズルペースト 5: にんにく 0.1: 塩 0.2: 調理ワイン 0.5: ごま 1:□ 砂糖 0.1: ごま油 0.1: ごま 1:□	うどん(冷凍) 60:□ 豚肉 20:○ 酒 0.5: にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ キャベツ 20:△ ホールコーン 7:○ チンゲンサイ 2:△ うすくちしょうゆ 0.1: こいくちしょうゆ 0.8: 塩 6: うすくちしょうゆ 1: でんぶ 1:□ けずり節 1.5: 水 110: 豚肉 20: 調理ワイン 0.5: 大豆(乾燥) 10:○ にんじん 10:△ たまねぎ 15:△ ごま油 0.5: ケチャップ 4:△ トマトピューレ 4:△ ウスターソース 1: ごま 0.1: ごま油 0.01: 水 5: アガー 1.2:○ グレープジュース 4: 砂糖 30: 水 27:□	梅干し 1個:△ そうめんばち 7:□ かまぼこ 5:○ うす揚げ 6:○ にんじん 10:△ たまねぎ 15:△ じゃがいも 25:△ 干ししいたけ 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: なす 35:△ コーン油 4:○ 豚肉 25:○ 酒 0.5: にんじん 10:△ ピーマン 10:△ しょうが 7:△ 綿実油 0.5: ごま 1:○ ごま油 0.5: ごま 1:○ 本みりん 0.5: 水 1: ごま 0.5:□	 新規食材 ホールコーン [原材料] とうもろこし ※特定アレルギーなし 中華めん(冷凍) [原材料] 小麦粉、小麦たん白、加工エデンプン、かんすい、カロチノイド色素、調整水 ※特定アレルギー:小麦 (なお、小学校の9月分献立での「中華めん(冷凍)」の使用はありません。)	
エネルギー/蛋白質	518kcal/20.2g	578kcal/20.0g	520kcal/19.2g	518kcal/21.2g	515kcal/18.1g	527kcal/22.4g	548kcal/18.6g	524kcal/22.7g	557kcal/18.2g	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 メニュータブから、学校給食に関する情報をご覧いただけます。ぜひ宝塚市を友だち追加してください。 登録の仕方は宝塚市のホームページ(ID1042627)をご参照ください。 基本メニュータブの「受信設定」から「学校給食」を選択してください。

○…あかいろのしよくひん(おもにからだをつくるもとになるしよくひん) □…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とのえるもとになるしよくひん) ※上記材料は、天候等により急きょ変更場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー 541kcal たんぱく 20.3g