

ねん れい わ ねん がつぶん
2025年(令和7年)3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。

日・曜	3日・月	4日・火	5日・水	6日・木	7日・金	10日・月
献立名	ごはん ぎゅうにゅう ふのみそしる さわらのにつけ キャベツときゅうりのあかしそえ	ごはん ぎゅうにゅう チキンカレー さばとかいそうのあえもの	コッペパン ぎゅうにゅう ◇たまごスープ チリコンカーン ももかん	ごはん ぎゅうにゅう マーボーどうふ だいこんサラダ	コッペパン ぎゅうにゅう ワナンタンスープ にしんとじゃがいものあまからに しろあんクリーム	せきはん ぎゅうにゅう くろこま すましじる とりにくのあまからいため
材 料 名 お よ び 使 用 量 (g)	ふ 2:□ にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ うす揚げ 4:○ わかめ(塩蔵) 2:○ ねぎ 2:△ みそ 11:○ いりこ 3: 水 120: さわら 1枚:○ しょうが 0.5:□ 砂糖 3: こいくちしょうゆ 3: 本みりん 3: 酒 3: 水 12: キャベツ 20:△ きゅうり 10:△ しそ粉末 0.2:△ うすくちしょうゆ 1:	鶏肉 30:○ 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:□ バター 2: 綿実油 5: チキンブイヨン 5: 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: こしょう 0.01: たまねぎ 90: 水 90: 海藻(乾燥) 1:○ さば(オイル漬け) 10: だしこん 30: 酢 2: 砂糖 0.5: うすくちしょうゆ 1: ごま油 0.5: すりごま 1: ごま 0.5: 寒天 0.3:○ ももジュース 30:△ 砂糖 4:□ 水 27:	卵◆ 30:○ 鶏肉 15:○ 酒 0.5: にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ はるさめ 5:□ パセリ 0.2:△ 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: でんぶん 1: けずり節 2: 水 100: 牛肉ミンチ 10:○ 調理ワイン 1: きんときまめ(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: こいくちしょうゆ 0.1: 塩 1: こしょう 0.01: オレガノ 0.02: チリパウダー 0.3: 水 5: 寒天 0.3:○ ももジュース 30:△ 砂糖 4:□ 水 27:	牛肉ミンチ 15:○ 酒 0.5: 豆腐 120:○ にんじん 10:△ たまねぎ 40:△ 干しいたけ 0.3:△ ねぎ 2:△ しょうが 1:△ 綿実油 0.5:□ こいくちしょうゆ 2: 砂糖 1: みそ 0.01: 本みりん 1: トウバンジャン 0.2: 塩 0.1: こしょう 0.01: ごま油 1:□ でんぶん 2:□ 水 10: だいこん 50:△ わかめ(乾燥) 0.5:○ かつお節 0.7:○ うすくちしょうゆ 1: 酢 0.5: 砂糖 2: 綿実油 1:	ワンタンの皮 7:□ 豚肉 15:○ 酒 0.5: にんじん 10:△ たまねぎ 20:△ 干しいたけ 0.3:△ もやし 10:△ うすくちしょうゆ 2:△ こいくちしょうゆ 4: 塩 0.2: こしょう 0.1: かまぼこ 0.01: にんじん 2: しめじ 12: みづば 0.1: うすくちしょうゆ 25:○ こいくちしょうゆ 1: でんぶん 2: コーン油 2:□ じゃがいも 30: コーン油 3: 砂糖 2.5: こいくちしょうゆ 2.5: 本みりん 0.5: いんげんまめ(乾燥) 10: 砂糖 6:○ 生クリーム 2: バター 0.7:□ 水 5:	もち米 35:□ 精白米 35:○ 酒 1: 小豆 10:○ 水 90: ごま 2:□ 豆腐 30:○ わかめ(塩蔵) 2:○ かまぼこ 5:○ にんじん 10:△ しめじ 6:△ みづば 2:△ 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: 鶏肉 30:○ 酒 0.5: たまねぎ 20:△ ビーマン 2:△ 綿実油 0.5: 砂糖 2:□ こいくちしょうゆ 4:□ 本みりん 0.3:
エネルギー／蛋白質	524kcal／20.4g	610kcal／19.2g	552kcal／21.4g	579kcal／20.9g	606kcal／22.0g	502kcal／20.0g

選挙のお知らせ

宝塚市長選挙
宝塚市議会議員補欠選挙
投票日
4月13日(日)

選挙こそ 未来を動かす 原動力

(令和6年度明るい選挙啓発標語入賞作品)

日・曜	11日・火	12日・水	13日・木	14日・金	17日・月	18日・火
献立名	ごはん ぎゅうにゅう ＜あぶらふとじ＞ きりぼしだいこんのはりはり	コッペパン ぎゅうにゅう やさいスープ さばのトマトにこみ	ごはん ぎゅうにゅう みそしる じゃがいものちゅうかいのため いりこのつくだに	きなこあげパン ぎゅうにゅう はるさめじる わかめあえ	ごはん ぎゅうにゅう ばちじる こうやどとうふのそぼろに こんぶとけずりふしのふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ きびなごだいたいずのあまからに
材料名および使用量 (g)	卵◆ 50 あぶら魴 7 かまぼこ 5 にんじん 15 たまねぎ 45 しらねぎ 5 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 1 でんぶん 0.5 けずり節 2 水 100	豚肉 15 酒 0.5 にんじん 15 たまねぎ 20 キャベツ 25 ホールコーン 15 ほうれんそう 4 うすくちしょうゆ 3 こいくちしょうゆ 2 塩 0.2 こしょう 0.1 けずり節 2 水 110 さば(オイル漬け) 15 調理ワイン 0.5 にんじん 10 たまねぎ 20 にんにく 0.2 綿実油 0.5 大豆(乾燥) 11 ケチャップ 4 トマトピューレ 4 オリーブオイル 0.2 こいくちしょうゆ 0.5 ウスターソース 0.5 こしょう 0.01 水 4	豆腐 30 にんじん 10 だいこん 20 うす揚げ 4 ねぎ 2 みそ 11 いりこ(揚げ物用) 3 水 110 豚肉 15 酒 0.5 じゃがいも 40 にんじん 10 ビーマン 3 しょうが 0.5 綿実油 0.5 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 3 塩 0.1 こしょう 0.01 ごま油 0.5 ごま 1 いりこ(揚げ物用) 3 本みりん 2.5 こいくちしょうゆ 1.5 砂糖 0.5	コッペパン 1個 コーン油 10 きな粉 5 砂糖 3 塩 0.05 じゃがいも 11 はるさめ 7 豚肉 20 酒 0.5 にんじん 10 たまねぎ 20 もやし 10 干しいたけ 0.3 ねぎ 2 4 にんじん 15 たまねぎ 40 もやし 10 干しいたけ 0.3 ねぎ 2 4 こしょう 0.2 うすくちしょうゆ 10 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 120 高野豆腐 10 鶏肉ミンチ(もも) 8 酒 0.5 しょうが 0.5 みつば 1.5 綿実油 1 砂糖 2.4 うすくちしょうゆ 3.6 本みりん 0.5 でんぶん 0.8 だし汁 40 昆布 0.5 けずり節 0.5 酒 1 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 1.5 本みりん 0.5 だし汁 4 ごま 1.5	そうめんばち 7 かまぼこ 4 うす揚げ 4 にんじん 10 だいこん 15 たまねぎ 30 じゃがいも 0.3 干しいたけ 2 ねぎ 2 うすくちしょうゆ 3 こいくちしょうゆ 10 だし昆布 0.5 けずり節 2 水 120 きびなご 10 鶏肉ミンチ(もも) 8 酒 0.5 しょうが 0.5 みつば 1.5 綿実油 1 砂糖 2.4 うすくちしょうゆ 3.6 本みりん 0.5 でんぶん 0.8 だし汁 40 昆布 0.5 けずり節 0.5 酒 1 砂糖 1.5 こいくちしょうゆ 1.5 本みりん 0.5 だし汁 4 ごま 1.5	鶏肉 20 酒 0.5 わかめ(垣蔵) 3.5 にんじん 10 だいこん 10 えのきたけ 7 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
エネルギー／蛋白質	565kcal／20.6g	501kcal／22.3g	539kcal／20.5g	582kcal／19.4g	557kcal／21.1g	535kcal／20.1g

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
- ・劇団からっば大作戦(学校給食調理員)の楽しい食育動画 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ください。

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2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)

○…あかいろのしょくひん(おもにからだをつくものとなるしょくひん) □…きいろのしょくひん(おもにエネルギーのもととなるしょくひん) △…みどりいろのしょくひん(おもにからだのちやうそをとのえるものとなるしょくひん) ※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 554kcal たんぱくしつ 20.7g