

2025年(令和7年)6月分 学校給食献立表(中学校)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	16日・月
献立名	ひじき五目ご飯 牛乳 豆腐の味噌汁 ◇豚肉と卵の炒りつけ	米飯 牛乳 利久汁 きびなご大豆の香りとえ	コッペパン 牛乳 ◇えびとわかめのスープ さばと大豆のトマト煮込み シークワーサーかん	米飯 牛乳 ◇かきたま汁 いわしの松前煮	コッペパン 牛乳 ワンタンスープ ガーリックポテト	米飯 牛乳 ◇ふの卵とじ 重たかめのごまドレッシング和え	米飯 牛乳 わかめスープ あじとじゃがいもの甘辛煮	コッペパン 牛乳 ◇いんげん野菜のスープ ポークビーンズ いちごヨーグルト	米飯 牛乳 じゃがいもの味噌汁 卵の花の煮つけ ひじきとけずり節のふりかけ	コッペパン 牛乳 ミネストローネ ビーフンのカレー炒め	米飯 牛乳 カレーうどん チンゲンサイと厚揚げの炒め物
材 料 名 お よ び 使 用 量 (g)	精白米 95:□ 水 110:□ 鶏肉ミンチ(むね) 10:□ 酒 0.5:□ しょうが 0.3:□ 鰯油 0.3:□ ひじき(乾燥) 1:□ にんじん 5:△ 干しいたけ 0.4:△ こいくちしょうゆ 3:□ うすくちしょうゆ 3:□ 本みりん 2:□ 塩 0.2:□	うす揚げ 7:□ にんじん 15:△ たまねぎ 10:△ はくさい 20:△ じゃがいも 50:□ こまつな 5:□ みそ 13:□ ねりごま 2:□ すりごま 1:□ けずり節 2.5:□ 水 150:□	えび◆ 20:□ 酒 0.5:□ わかめ(塩蔵) 6:□ にんじん 15:△ はくさい 35:△ えのきたけ 10:△ うすくちしょうゆ 4:□ 塩 2:□ こしょう 0.02:□ けずり節 3:□ 水 150:□	卵◆ 40:□ 豆腐 20:□ たまねぎ 25:△ にんじん 15:△ うすくちしょうゆ 5:□ 塩 0.5:□ でんぶん 1:□ うすくちしょうゆ 0.5:□ だし昆布 3:□ けずり節 120:□ 水 130:□	ワンタンの皮 10:□ 豚肉 20:□ 酒 0.5:□ はくさい 30:△ にんじん 15:△ たまねぎ 10:△ しめじ 0.4:△ こまつな 1.5:□ こいくちしょうゆ 3:□ うすくちしょうゆ 4:□ 塩 0.2:□ こしょう 0.02:□ 本みりん 3:□ けずり節 2:□ 水 90:□	うす揚げ 10:□ 卵◆ 60:□ ふ 5:□ たまねぎ 55:△ にんじん 15:△ にんじん 10:△ でんぶん 0.7:□ 砂糖 1.5:□ こいくちしょうゆ 3:□ うすくちしょうゆ 4:□ 塩 0.1:□ こしょう 0.4:△ 本みりん 1:□ けずり節 2:□ 水 90:□	鶏肉 20:□ 酒 0.5:□ わかめ(塩蔵) 6:□ たまねぎ 30:△ にんじん 15:△ にんじん 10:△ じゃがいも 15:△ 干しいたけ 0.3:△ こまつな 6:△ うすくちしょうゆ 5:□ 塩 0.2:□ こしょう 0.03:□ でんぶん 3:□ けずり節 3:□ 水 150:□	いか◆ 20:□ 酒 0.5:□ にんじん 15:△ はくさい 30:△ たまねぎ 10:△ 干しいたけ 0.3:△ こまつな 6:△ うすくちしょうゆ 4.5:△ 塩 0.2:△ こしょう 0.02:□ おから(乾燥) 5:□ 鶏肉 150:□ 酒 0.5:□ 塩 10:△ こしょう 0.4:△ 水 0.03:△	じゃがいも 40:□ うす揚げ 5:□ にんじん 15:△ もやし 10:△ たまねぎ 30:△ じゃがいも 2:△ みそ 14:□ けずり節(※) 3:□ 水 150:□	マカロニ 8:□ いんげんまめ(乾燥) 10:□ 豚肉 15:□ 調理ワイン 0.5:△ たまねぎ 30:△ じゃがいも 30:△ キャベツ 20:△ トマト(水煮) 7:△ トマトピューレ 10:△ ケチャップ 10:△ スープベース 0.5:△ 塩 2:□ おから(乾燥) 5:□ にんじん 10:△ 干しいたけ 0.4:△ こいくちしょうゆ 3:□ 砂糖 2:□ ビーフン 10:△ 鶏肉ミンチ(むね) 15:□ 酒 1:□ キャベツ 30:△ にんじん 15:△ うすくちしょうゆ 2:△ 塩 0.3:□ カレー粉 0.5:□ 綿実油 1:□	うどん(冷凍) 65:□ 豚肉 15:□ 酒 0.5:△ にんじん 15:△ たまねぎ 30:△ カレー粉 1.2:△ こいくちしょうゆ 5:□ 砂糖 2:□ 本みりん 2:□ でんぶん 2:□ けずり節 3:□ 水 130:□
	豆腐 40:□ うす揚げ 7:□ にんじん 15:△ たまねぎ 25:△ わかめ(塩蔵) 4:□ みそ 14:△ けずり節 3:□ 水 150:□	きびなご 35:□ 塩 0.2:□ 酒 0.5:△ でんぶん 7:□ 大豆(乾燥) 10:△ にんにく 2:□ コーン油 10:△ たまねぎ 10:△ 砂糖 4:□ こいくちしょうゆ 3:□ 酢 2.5:□	さば(オイル漬け) 12:□ にんじん 15:△ たまねぎ 25:△ 大豆(乾燥) 15:△ にんにく 0.2:△ キャベツ 1:□ ケチャップ 5:△ トマトピューレ 5:△ 砂糖 0.3:□ 塩 0.3:□ こしょう 0.02:□ 水 5:□	いわし 1:□ 昆布 0.5:□ しょうが 1:□ 酒 4:△ うすくちしょうゆ 4:△ 酢 4:△ 砂糖 4:△ 水 15:△	さば(オイル漬け) 10:□ 重たかめ(冷凍) 10:□ だいこん 30:△ たまねぎ 0.2:△ ごま油 0.5:△ 酢 3:△ 砂糖 0.5:△ うすくちしょうゆ 2:□ こしょう 0.02:□	さば(オイル漬け) 10:□ 重たかめ(冷凍) 10:□ だいこん 30:△ たまねぎ 0.2:△ ごま油 0.5:△ 酢 3:△ 砂糖 0.5:△ うすくちしょうゆ 2:□ すりごま 1.5:□	あじ 30:□ 酒 1:□ 塩 0.2:□ こしょう 0.01:□ でんぶん 6:△ コーン油 4:△ じゃがいも 60:△ コーン油 4:△ 砂糖 3:□ こいくちしょうゆ 3:□ 本みりん 0.8:△	豚肉 15:□ 調理ワイン 0.5:△ だいこん 13:△ たまねぎ 25:△ にんじん 15:△ 綿実油 0.5:△ ケチャップ 4:△ トマトピューレ 5:△ ウスターソース 1:△ とかつソース 0.5:△ 砂糖 0.5:△ ひじき(乾燥) 1.5:□ けずり節(※) 3:□ 砂糖 0.6:□ うすくちしょうゆ 0.5:△ でんぶん 0.5:△ ごま 1:□ 水 1:□	にんじん 10:△ 干しいたけ 0.4:△ こいくちしょうゆ 3:□ 砂糖 2:□ だし汁 45:△ ひじき(乾燥) 1.5:□ けずり節(※) 3:□ 砂糖 0.6:□ うすくちしょうゆ 2:△ 塩 0.3:□ カレー粉 0.5:□ 綿実油 1:□	マカロニ 8:□ いんげんまめ(乾燥) 10:□ 豚肉 15:□ 調理ワイン 0.5:△ たまねぎ 30:△ じゃがいも 30:△ キャベツ 20:△ トマト(水煮) 7:△ トマトピューレ 10:△ ケチャップ 10:△ スープベース 0.5:△ 塩 2:□ おから(乾燥) 5:□ にんじん 10:△ 干しいたけ 0.4:△ こいくちしょうゆ 3:□ 砂糖 2:□ ビーフン 10:△ 鶏肉ミンチ(むね) 15:□ 酒 1:□ キャベツ 30:△ にんじん 15:△ うすくちしょうゆ 2:△ 塩 0.3:□ カレー粉 0.5:□ 綿実油 1:□	うどん(冷凍) 65:□ 豚肉 15:□ 酒 0.5:△ にんじん 15:△ たまねぎ 30:△ カレー粉 1.2:△ こいくちしょうゆ 5:□ 砂糖 2:□ 本みりん 2:□ でんぶん 2:□ けずり節 3:□ 水 130:□
	豚肉 10:□ たまねぎ 0.5:△ こいくちしょうゆ 1:△ 本みりん 1:△ 鰯油 0.5:□ 卵◆ 40:□ うすくちしょうゆ 1:□ 塩 0.1:□ 酒 1:□ 鰯油 1:□ ごま油 0.3:□		シークワーサー果汁 9:△ 砂糖 8:△ 寒天 0.4:△ 水 55:△					ヨーグルト 40:□ いちご【西谷産】 15:△ 砂糖 4:△ ワイン(白) 1:△			
	エネルギー ／蛋白質	649kcal／24.4g	790kcal／25.0g	630kcal／26.8g	669kcal／25.8g	603kcal／23.9g	680kcal／23.8g	703kcal／22.3g	633kcal／27.2g	637kcal／21.7g	673kcal／25.3g

日・曜	17日・火	18日・水	19日・木	20日・金	23日・月	24日・火	25日・水	26日・木	27日・金	30日・月
献立名	米飯 牛乳 呉汁 なのそぼろ煮 いのこ佃煮	コッペパン 牛乳 ◇コーン卵スープ かつおのケチャップ和え	米飯 牛乳 豚汁 ひじきと大豆の煮物	コッペパン 牛乳 わかめと春雨のスープ チキンのバジルソテー ラタトゥユ	米飯 牛乳 そうめん汁 高野豆腐のそぼろ煮 昆布とけずり節のふりかけ	シシジューシー 牛乳 ◇わかめと卵のスープ 豆腐チャンプルー	小型パン 牛乳 沖繩そば じゃがいものそぼろ煮	米飯 牛乳 キャベツの味噌汁 きんぴら大豆 けずり節と赤しそのふりかけ	コッペパン 牛乳 中華スープ いちらのフライ キャベツのソテー ソース	米飯 牛乳 もずくの味噌汁 チャブチェ
材 料 名 お よ び 使 用 量 (g)	大豆(乾燥) 10:□ うす揚げ 5:□ だいこん 30:△ はくさい 30:△ にんじん 15:△ みそ 14:□ かえりちりめん 4:□ 酒 0.1:□ 水 150:□	卵◆ 40:□ にんじん 15:△ たまねぎ 30:△ 干しいたけ 0.3:△ だいこん 20:△ じゃがいも 6:△ うすくちしょうゆ 4:□ 塩 0.2:□ こしょう 0.02:□ でんぶん 2:□ けずり節 3:□ 水 130:□	豚肉 20:□ 酒 0.5:△ うす揚げ 7:□ にんじん 15:△ だいこん 30:△ じゃがいも 35:△ みそ 13:△ けずり節 1:□ 水 130:□	はるさめ 8:□ わかめ(塩蔵) 7:□ にんじん 15:△ たまねぎ 15:△ はくさい 25:△ 干しいたけ 0.4:△ もやし 10:△ ごま 1.5:△ うすくちしょうゆ 4:△ 塩 0.2:□ こしょう 0.02:□ けずり節 3:□ 水 150:□	そうめん 10:□ かまぼこ 7:□ じゃがいも 30:□ にんじん 15:△ たまねぎ 25:△ 干しいたけ 0.4:△ うすくちしょうゆ 4:△ けずり節(※) 3:□ だし昆布 0.5:△ 本みりん 1.5:△ 高野豆腐 10:□ 鶏肉ミンチ(むね) 20:□ 本みりん 0.5:△ 鰯油 0.5:△ 砂糖 2:□ うすくちしょうゆ 2.5:△ 酒 0.5:△ でんぶん 0.8:△ だし汁 35:△ 昆布 0.5:△ けずり節(※) 3:□ 酒 0.5:△ 砂糖 1:□ にんじん 0.1:△ たまねぎ 1.5:△ 本みりん 0.5:△ ごま 1.5:△	精白米 100:□ 水 115:□ 豚肉 15:□ 酒 0.5:△ 鰯油 0.3:△ 角切り昆布 2:△ 干しいたけ 0.4:△ こいくちしょうゆ 1:△ うすくちしょうゆ 5:△ 本みりん 1:△ 塩 0.2:△	豚肉(ばら) 50:□ 砂糖 2:□ こいくちしょうゆ 2:□ しょうが 0.5:△ にんにく 0.2:△ 酒 0.5:△ おきなわめん 35:△ にんじん 15:△ たまねぎ 20:△ ねぎ 2:△ うすくちしょうゆ 5:△ こいくちしょうゆ 1:△ 本みりん 0.5:△ 塩 0.1:△ こしょう 0.04:△ だし昆布 0.5:△ 水 170:△	キャベツ 35:△ たまねぎ 20:△ うす揚げ 5:□ にんじん 10:△ もやし 10:△ みそ 14:□ けずり節(※) 3:□ 水 150:□	豚肉 15:△ 酒 0.5:△ ごま油 10:△ けずり節 20:△ にんじん 10:△ つきこんやく 10:△ 砂糖 3:△ 本みりん 2:△ 鰯油 0.5:△	豆腐 40:□ もずく 14:□ うす揚げ 6:□ にんじん 15:△ たまねぎ 25:△ みそ 14:□ いりこ 3:□ 酒 0.1:△ 水 150:△
	なす 40:□ 豚肉ミンチ 20:△ 酒 0.5:△ しょうが 0.5:△ 鰯油 1:□ たまねぎ 15:△ にんじん 15:△ こいくちしょうゆ 3:△ 砂糖 2:□ 本みりん 0.5:△	かつお 30:△ 酒 1:△ しょうが 1:△ こいくちしょうゆ 1.5:△ でんぶん 8:△ コーン油 5:△ 砂糖 1.5:△ ウスターソース 2:△ ケチャップ 4:△ 水 3:△	鶏肉 15:□ 酒 0.5:△ 大豆(乾燥) 7:□ ひじき(煮込み用) 2:□ にんじん 10:△ 鰯油 10:△ 砂糖 0.5:△ こいくちしょうゆ 1.5:△ 本みりん 3:△ だし汁 10:△	鶏肉 60:□ 酒 0.3:△ こしょう 0.03:△ 調理ワイン 1:△ にんにく 0.2:△ パジル 0.04:△	なす 10:△ ズッキーニ 10:△ たまねぎ 20:△ 赤ピーマン 3:△ にんにく 0.1:△ トマト 10:△ 綿実油 1:△ ケチャップ 5:△ ワイン(白) 1:△ 塩 0.2:△ こしょう 0.02:△	豆腐 45:□ ツナ(オイル漬け) 10:△ にんじん 10:△ キャベツ 10:△ 砂糖 1:△ こいくちしょうゆ 1.5:△ ごま油 0.1:△ 塩 0.1:△ こしょう 0.05:△	じゃがいも 60:△ たまねぎ 15:△ 鶏肉ミンチ(むね) 20:△ 酒 0.5:△ 本みりん 0.5:△ だし汁 5:△ しょうが 0.5:△ にんじん 5:△ 綿実油 0.5:△ こいくちしょうゆ 3:△ 砂糖 2:△ 水 10:△	キャベツ 35:△ たまねぎ 20:△ うす揚げ 5:□ にんじん 10:△ もやし 10:△ みそ 14:□ けずり節(※) 3:□ 水 150:□	豚肉 15:△ 酒 0.5:△ ごま油 10:△ けずり節 20:△ にんじん 10:△ つきこんやく 10:△ 砂糖 3:△ 本みりん 2:△ 鰯油 0.5:△	豆腐 40:□ もずく 14:□ うす揚げ 6:□ にんじん 15:△ たまねぎ 25:△ みそ 14:□ いりこ 3:□ 酒 0.1:△ 水 150:△
	かえりちりめん 4:□ こいくちしょうゆ 1.5:△ 砂糖 0.5:△ 本みりん 2:△ だし汁 1:△							パン粉 10:△ コーン油 9:△	キャベツ 40:△ こしょう 0.01:△ 塩 0.2:△ ホールコーン 5:△ 鰯油 0.5:△	ウスターソース 3:△ とんかつソース 3:△
	エネルギー 683kcal/26.1g	723kcal/26.9g	666kcal/25.3g	607kcal/28.0g	674kcal/26.0g	646kcal/22.6g	782kcal/29.2g	661kcal/23.5g	720kcal/29.9g	655kcal/20.7g

物資配合表
令和7年度
(2025年度)
6月改訂版
発布のお知らせ

学校給食で使っている食材については、物資配合表に準じた物資を使用しております。特定原材料の使用有無を調査中の食材について、確認が完了しましたので、6月改訂版に改訂しました。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。