

2025年(令和7年)6月分 学校給食献立表(小学校)第1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「学校給食用物資配合表」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	ごはん ぎゅうにゅう なめこじる じゃがいもをそばろに いりこのつくだに	コッパパン ぎゅうにゅう はるさめじる ごぼうといじぎとぎかなの煎け	ごはん ぎゅうにゅう ◇このはとじ なすのチョナムル	コッパパン ぎゅうにゅう ミネストローネ だいずとぎゅうりのツナサラダ	ごはん ぎゅうにゅう すましじる いわしのうめに こんふとけずりふしのふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう ◇もずくとたまごのスープ きんぴら	きなこあげパン ぎゅうにゅう きのこチンゲンサイのスープ わかめあえ	ごはん ぎゅうにゅう そうめんじる ひじきとだいずのもの	こがたパン ぎゅうにゅう なすのスパゲティミートソース あらめのサラダ	ごはん ぎゅうにゅう だいずカレー わふうサラダ	ごはん ぎゅうにゅう とうがんのそばろに でんぶ	
材 料 名 お よ び 使 用 量 (g)	なめこ 10△ 豆腐 40△ にんじん 10△ たまねぎ 20△ うす揚げ 4△ ねぎ 2△ みそ 11△ かえりちりめん 3△ 水 110	はるさめ 7□ 豚肉 15□ 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△ うすくちしょうゆ 4△ ごぼう 0.1△ けずり節 2△ 水 110	卵◆ 50○ うす揚げ 6□ かまぼこ 7△ にんじん 15△ たまねぎ 45△ たまねぎ 4△ うすくちしょうゆ 2△ こいくちしょうゆ 2△ 砂糖 2△ 塩 0.1△ 本みりん 1△ でんぶ 0.5△ けずり節 2△ 水 50△	鶏肉 15○ 調理ワイン 0.5△ にんじん 15△ たまねぎ 35△ じゃがいも 35△ トマト 10△ トマト(水煮) 15△ 本みりん 0.5△ 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△ 大豆(乾燥) 10△ にんにく 3△ うすくちしょうゆ 5△ かえりちりめん 5△ ごぼう 25△ コーン油 5△ ごま 1△ 砂糖 2△ コチュジャン 2△ 塩 0.1△ すりごま 0.5△	豆腐 30○ わかめ(塩蔵) 2○ にんじん 5△ にんじん 10△ しめじ 6△ うすくちしょうゆ 4△ こいくちしょうゆ 0.2△ でんぶ 0.5△ けずり節 0.1△ ごま油 0.5△ 水 2△ 120△ いわし 35○ 酒 25△ こいくちしょうゆ 1△ 本みりん 2.5△ 竹輪(煮込み用) 10△ 酒梅 7△ ねぎ 20△ 水 1△ 2.5△ 10△ 昆布 0.5○ けずり節(呉) 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◆ 33○ もずく 10○ にんじん 2○ たまねぎ 5△ うす揚げ 10△ うすくちしょうゆ 0.2△ 塩 0.1△ でんぶ 0.5△ けずり節 2△ 水 0.3△ 100△ 鶏肉 20○ 酒 0.5△ もやし 10△ 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△ 2△ 3△ 本みりん 0.5△ ごま 1.5△	コッパパン 1個△ コーン油 10△ きな粉 5△ 砂糖 3△ 塩 0.05△ 鶏肉 15○ 酒 0.5△ しめじ 7△ えのきたけ 7△ チンゲンサイ 10△ たまねぎ 20△ にんじん 10△ もやし 10△ うすくちしょうゆ 0.5△ こいくちしょうゆ 0.2△ にんにく 0.5△ けずり節 2△ 水 120△ 鶏肉 15○ カレー 0.5△ トマトピューレ 10△ 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△ 大豆(乾燥) 7△ 竹輪(煮込み用) 5△ にんじん 10△ きゅうり 10△ ツマ(オイル漬け) 15△ 酢 2△ 砂糖 0.5△ 塩 2△ こいくちしょうゆ 3△ 本みりん 0.5△ だし汁 10△	そうめん 7△ かまぼこ 5△ うす揚げ 4△ にんじん 10△ たまねぎ 15△ じゃがいも 30△ 干しいたけ 0.3△ うすくちしょうゆ 3△ こいくちしょうゆ 0.2△ にんにく 0.5△ けずり節 2△ 水 120△ 鶏肉 15○ カレー 0.5△ トマトピューレ 10△ 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△ 大豆(乾燥) 7△ 竹輪(煮込み用) 5△ にんじん 10△ きゅうり 10△ ツマ(オイル漬け) 15△ 酢 2△ 砂糖 0.5△ 塩 2△ こいくちしょうゆ 3△ 本みりん 0.5△ だし汁 10△	スパゲティ 40□ 豚肉ミンチ 30□ 調理ワイン 0.5△ なす 15△ にんじん 10△ たまねぎ 25△ にんにく 0.2△ 本みりん 0.5△ ケチャップ 15△ トマトピューレ 20△ 小麦粉 3△ バター 2△ 綿実油 0.1△ ウスターソース 4.5△ ツマ(オイル漬け) 1.5△ あらめ 1△ にんじん 5△ きゅうり 20△ 水 15△ 酢 2△ 砂糖 0.5△ 塩 1△ こしょう 0.01△	大豆(乾燥) 10○ 鶏肉 20○ 調理ワイン 0.5△ なす 15△ にんじん 15△ たまねぎ 40△ じゃがいも 40△ しょうが 0.2△ にんにく 0.2△ 水 120△ とうがん 60△ 鶏肉ミンチ(むね) 20△ 酒 0.5△ しょうが 0.5△ うすくちしょうゆ 1△ こいくちしょうゆ 0.4△ 砂糖 0.2△ 塩 1△ ごま油 0.01△ 90△ キャベツ 30△ おろし 15△ かつお節 1△ 砂糖 0.8△ こいくちしょうゆ 1△ 本みりん 1△ 酢 2△ 綿実油 0.1△ こしょう 0.01△	豆腐 30○ うす揚げ 4△ たまねぎ 10△ わかめ(塩蔵) 2△ みそ 11△ けずり節 2△ 水 120△ とうがん 60△ 鶏肉ミンチ(むね) 20△ 酒 0.5△ しょうが 0.5△ うすくちしょうゆ 1△ こいくちしょうゆ 0.5△ 砂糖 1△ 本みりん 0.5△ でんぶ 0.5△ だし汁 10△ けずり粉 2.5○ おのり 0.1○ 砂糖 0.5△ こいくちしょうゆ 1△ 本みりん 1.5△ 水 0.5△ ごま 1△	
	エネルギー /蛋白質	534kcal/20.1g	568kcal/22.2g	532kcal/18.6g	511kcal/20.8g	513kcal/20.4g	512kcal/18.6g	565kcal/19.2g	520kcal/18.7g	636kcal/24.2g	604kcal/19.3g	501kcal/19.6g

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	コッペパン ぎゅうにゅう いんげんまめとコーンのポタージュ ごまじゃこサラダ	ごはん ぎゅうにゅう ◇たまごスープ ズッキーニのピピンパ	コッペパン ぎゅうにゅう ワンタンスープ ポークビーンズ りんごかん	ごはん ぎゅうにゅう わかめスープ マーボーどうふ	シシジュースー ぎゅうにゅう ふのみそしる こうやどうふのそぼろに 	コッペパン ぎゅうにゅう やさいスープ マカロニのクリームに	ごはん ぎゅうにゅう もずくしる さわらのチョリム だいずもやしのいためナムル	コッペパン ぎゅうにゅう ちゅうかスープ きびなごのだいずのあまからに 	ごはん ぎゅうにゅう ◇かきたまじる うのはないり こんぶとけずりふしのあかしそふりかけ	ごはん ぎゅうにゅう キャベツのみそしる ◇コーヤチャンプルー いりこのつくだに 										
材 料 名 お よ び 使 用 量 (g)	鶏肉 調理ワイン じゃがいも にんじん たまねぎ 綿実油 ホールコーン いんげんまめ(乾燥) 米粉 豆乳 チキンブイヨン 塩 こしょう 水	15 0.5 40 10 40 0.5 10 8 3 25 5 0.7 0.02 50	卵◆ にんじん はるさめ たまねぎ うすくちしょうゆ こしょう でんぶ けずり節 水	30 10 10 20 4 0.2 0.1 0.01 1 100	ワンタンの皮 鶏肉 酒 にんじん たまねぎ 干しいたけ もやし 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 水	7 15 0.5 10 10 20 0.3 10 4 0.2 0.1 0.01 2 120	鶏肉 酒 わかめ(塩蔵) にんじん たまねぎ えのきたけ 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 塩 けずり節 水	20 0.5 3.5 10 10 8 2 0.2 0.1 0.01 2 120	精白米 水 豚肉 にんじん たまねぎ キャベツ ホールコーン チンゲンサイ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 けずり節 水 本みりん	65 85 10 0.3 1 1 10 5.3 0.3 1 0.2 0.1 0.1 0.5 0.5 110	豚肉 酒 にんじん たまねぎ キャベツ ホールコーン チンゲンサイ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 けずり節 水	15 0.5 15 5 25 10 5.3 0.2 0.1 0.2 0.1 0.1 2 100	豆腐 もずく にんじん たまねぎ しめじ うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 けずり節 水	30 12 10 5 6 4 0.2 0.1 0.5 2 100	豚肉 酒 にんじん たまねぎ 干しいたけ もやし 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 ごま油 けずり節 水	15 0.5 10 20 0.3 10 4 0.2 0.1 0.01 0.3 2 110	卵◆ 豆腐 にんじん たまねぎ うす揚げ もやし みそ かえりちりめん 塩 でんぶ だし昆布(※) けずり節(※) 水	30 30 10 20 4 0.2 0.1 2 0.5 1 100	キャベツ にんじん たまねぎ うす揚げ もやし みそ かえりちりめん 塩 にがうり 豆腐 豚肉 酒 にんじん たまねぎ 卵◆ 干しいたけ 竹輪(煮込み用) うす揚げ ごま油 こいくちしょうゆ かえりちりめん 本みりん こいくちしょうゆ 砂糖 けずり節(※) しそ粉末 酒 砂糖 こいくちしょうゆ 本みりん だし汁 ごま	25 10 15 4 10 11 3 110 10 15 15 0.5 5 15 2 0.1 0.01 0.5 3 2.5 1.5 0.5 0.5 0.2 0.5 1 1.5 0.5 1.5
	エノルギー 蛋白質	518kcal/20.6g	545kcal/20.6g	541kcal/22.7g	511kcal/20.1g	507kcal/20.4g	521kcal/20.6g	520kcal/21.3g	524kcal/21.5g	523kcal/20.3g	523kcal/20.9g									

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

学校給食で使用している食材については、物資配合表に準じて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。



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

学校給食で使用している食材については、物質配合表に準じた物質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。



○…あかいろのしょくひん(おもにからだをつくるものになるしょくひん) □…きいろのしょくひん(おもにエネルギーのもとになるしょくひん) △…みどりいろのしょくひん(おもにからだのちやうしょうをとのえるものになるしょくひん) ※上記材料は、天候等により急ぎや変更する場合があります。 平均栄養摂取量 エネルギー 535kcal たんぱくしつ 20.5g