

日・曜	13日(水)		14日(木)		15日(金)		18日(月)		19日(火)		20日(水)		21日(木)		22日(金)																							
献立名	米粉チキンカレーライス 牛乳 海藻サラダ ヨーグルト(ブルー)		ご飯 牛乳 豚肉の生姜焼き 厚揚げの香味炒め けんちん汁		コッペパン 牛乳 ホキフライの ケチャップソースかけ ツナサラダ ミートボールスープ		ご飯 牛乳 赤魚の煮付け 筍のそぼろ炒め お祝いすまし汁 入学お祝い苺ゼリー		ご飯 牛乳 鶏肉のから揚げ(2個) おかか和え 玉葱の味噌汁		ピピンパ 牛乳 棒餃子 トックのスープ		ご飯 牛乳 鯖の西京焼き さやいんげんの甘辛炒め 沢煮椀		キャロットパン 牛乳 ハンバーグの デミグラスソースかけ アスパラガスのベーコン炒め 春キャベツのクリームシチュー																							
材料名および使用量(g)	米 100	鶏肉 45 じゃがいも 60 玉ねぎ 60 人参 15 トマト 15 グリーンピース 5 なたね油 1 米粉 5 カレー粉 0.9 ウスターソース 5.5 アップルソース 4 トマトケチャップ 1.5 塩 1.5 赤ワイン 1.5 濃口しょうゆ 0.5 ジンジャーパウダー 0.4 砂糖 0.3 乾燥にんにく 0.1 とりがらスープ 適量	牛乳 1本	海藻ミックス 1.2 きゅうり 25 とうもろこし 10 ドレッシング(青じそ) 6	ヨーグルト(ブルー) 75	米 100	牛乳 1本	豚肉 60 じゃがいも 60 玉ねぎ 10 濃口しょうゆ 5 酒 3 みりん 3 でん粉 0.3	厚揚げ 35 鶏肉 20 人参 10 にら 3 なたね油 0.5 濃口しょうゆ 4 酒 0.6 ジンジャーパウダー 0.25 塩 0.08 胡椒 0.01 ごま油 0.2	かまぼこ 15 豆腐 30 玉ねぎ 15 白菜 15 つきこんにやく 10 人参 10 青ねぎ 3 淡口しょうゆ 7 酒 0.2 でん粉 1.5 けすりぶし 3	コッペパン 70	牛乳 1本	ホキフライ 60 なたね油 6.2 玉ねぎ 10 トマトケチャップ 10 ウスターソース 1 赤ワイン 0.5 砂糖 0.1	ツナ 15 キャベツ 20 とうもろこし 10 酢 2 なたね油 0.6 塩 0.25 胡椒 0.02	ミートボール 35 玉ねぎ 30 じゃがいも 20 人参 10 ほうれん草 10 コンソメ 1.5 淡口しょうゆ 4 塩 0.2 胡椒 0.01 とりがらスープ 適量	米 100	牛乳 1本	赤魚 60 ジンジャーパウダー 0.1 濃口しょうゆ 4 酒 3 みりん 2 砂糖 1.5	たけのこ 20 豚挽肉 15 人参 10 白ねぎ 3 なたね油 0.2 砂糖 1 みりん 2.5 濃口しょうゆ 0.5 みりん 0.5 でん粉 0.5	かまぼこ(桜) 10 鶏肉 20 豆腐 25 玉ねぎ 35 人参 10 青ねぎ 3 淡口しょうゆ 7 塩 0.1 けすりぶし 3	入学お祝い苺ゼリー 50	米 100	牛乳 1本	鶏肉 80 濃口しょうゆ 1.5 酒 0.5 ジンジャーパウダー 0.1 ガーリックパウダー 0.05 昆布粉末 0.05 でん粉 8 なたね油 8	大根 35 きゅうり 15 淡口しょうゆ 1.7 みりん 1 花かつお 1	玉ねぎ 30 豚肉 20 豆腐 20 じゃがいも 20 人参 10 白ねぎ 4 味噌 14 けすりぶし 3	食育の日	米 100	牛乳 1本	牛肉 30 もやし 20 ぜんまい 10 人参 10 切り干し大根 3 にら 5 干しいたけ 0.5 なたね油 0.5 濃口しょうゆ 4 砂糖 2.5 酒 0.3 淡口しょうゆ 0.2 豆板醤 0.2 ジンジャーパウダー 0.01 胡椒 0.01 ガーリックパウダー 0.01	牛乳 1本	棒餃子 40	トック 30 鶏肉 20 玉ねぎ 30 たけのこ 10 青ねぎ 4 淡口しょうゆ 5 酒 0.6 塩 0.4 胡椒 0.01 ジンジャーパウダー 0.01 でん粉 1.5 けすりぶし 3	キャロットチップ 12	牛乳 1本	ハンバーグ 80 デミグラスソース 10 みりん 3.5 酒 3 味噌 2 ガーリックパウダー 0.05	アスパラガス 15 ベーコン 15 玉ねぎ 15 人参 10 なたね油 0.2 酒 0.8 ジンジャーパウダー 0.05 ガーリックパウダー 0.05 塩 0.5 胡椒 0.01 レモン果汁 2	キャベツ 30 鶏肉 20 じゃがいも 40 玉ねぎ 40 人参 15 グリーンピース 5 なたね油 1.2 米粉 6 豆乳 20 コンソメ 1.7 塩 0.6 胡椒 0.02 とりがらスープ 適量



入学、進級おめでとうございます。
本年度も安全、安心、そしておいしい給食
づくりに努めてまいりますので、ご理解と
ご協力をお願いいたします。



毎月19日は食育の日です。
今年度は食育の日に、兵庫県産の食材を
たくさん使った献立を提供する予定です。

春キャベツは巻きがゆるく、
やわらかいのが特徴です。



牛乳1本・・・206g

※パンは小麦粉重量で表示しています。

※学校給食献立表に関してのお問い合わせは、中学校給食センター(TEL:072-784-8045 FAX:072-784-8046)までご連絡ください。

◎中学校給食センターのホームページを開設しています。伊丹市のホームページ、または【伊丹市立中学校給食センター】で検索していただくとご覧いただけます。

