

令和7年度

4月こんだてひょう

小学校給食センター（第1）

日・曜	10日(木)	11日(金)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	21日(月)	22日(火)	23日(水)
こんだて	おからのまぜごはん ごはん おからのいために こめこのチキンカツ はるキャベツのみそしる 牛乳	ごはん ふりかけ とりじゃが だいこんとハムのあえもの 牛乳	ごはん ぶたキムチ トック 牛乳	かやくごはん たこやき（2個） しろなのいためもの にくすい 牛乳	チリサンド せわりコッペパン チリコンカーン かぼちゃの とうにゅうスープ 牛乳	ごはん いわつねぎいりてんと れんこんの あまからいため もちむぎめんじる ゆずゼリー 牛乳	おむすび もちげんまいいりごはん おおばんのり さわらのいちやほし ぶたじる 牛乳	こめこの ボークカレーライス フルーツポンチ 牛乳	ぎゅうめし ごはん ぎゅうめしのぐ じゃがいものみそしる 牛乳	くるくるパン ベーコンの トマトスパゲッティ ブロッコリーと ツナのサラダ 牛乳
こんだてのざいりょう（g）	こめ 70 □ おから 7 ○ むきえだまめ 7 △ にんじん 7 △ サラダ油 0.2 □ 砂糖 0.7 □ 濃口しょうゆ 1 □ けずりぶし 0.5 □ 水 5 □	こめ 70 □ ふりかけ（おかか） 2 ○ とり肉 30 ○ ちくわ 15 ○ じゃがいも 50 □ たまねぎ 40 △ にんじん 20 △ いとこんにやく 15 △ ごぼう 10 △ グリンピース 8 △ サラダ油 1 □ 砂糖 3 □ 濃口しょうゆ 7 □ みりん 0.5 □ 水 50 □	こめ 70 □ ぶた肉 35 ○ はくさいキムチ 30 △ たまねぎ 20 △ にら 3 △ サラダ油 0.5 □ 濃口しょうゆ 0.6 □ トック 30 □ とり肉 10 ○ たまねぎ 20 △ にんじん 10 △ たけのこ 7 △ あおねぎ 3 △ 淡口しょうゆ 4 □ 濃口しょうゆ 0.5 □ 塩 0.3 □ こしょう 0.01 □ ジンジャーパウダー 0.01 □ とりがらスープ 適量 135 □ 水 1本 ○	こめ 65 □ こもくごはんの具 20 △ たこやき 40 □ 天ぶら油 4 □ しろな 20 △ ツナ 7 ○ にんじん 5 △ サラダ油 0.2 □ 濃口しょうゆ 1 □ 砂糖 0.5 □ 牛肉 20 ○ とうふ 30 △ たまねぎ 30 △ えのきたけ 10 △ あおねぎ 3 △ 淡口しょうゆ 5 □ 塩 0.2 □ 砂糖 0.2 □ こんぶだし 0.5 □ けずりぶし 2.5 □ 水 140 □ 牛乳 1本 ○	コッペパン 50 □ あいびき肉 20 ○ きんときまめ（ドライ） 10 □ たまねぎ 30 △ にんじん 10 △ トマト 10 △ サラダ油 0.5 □ トマトケチャップ 4 □ ウスターソース 1 □ 濃口しょうゆ 1 □ 砂糖 1 □ 塩 0.1 □ ガーリックパウダー 0.1 □ チリパウダー 0.2 □ ナツメグ 0.01 □ こしょう 0.01 □ 水 5 □	こめ 70 □ いわつねぎいりてん 15 △ れんこん 7 ○ とり肉 30 ○ たまねぎ 25 △ にんじん 10 △ サラダ油 0.5 □ 濃口しょうゆ 3 □ 砂糖 1 □ みりん 0.3 □ もちむぎめん 7 □ あぶらあげ 3 ○ じゃがいも 20 □ たまねぎ 30 △ にんじん 10 △ あおねぎ 3 △ 干しいいたけ 0.2 △ 淡口しょうゆ 4 □ 塩 0.1 □ けずりぶし 2.5 □ 水 120 □ ゆずゼリー 50 △ 牛乳 1本 ○	こめ 65 □ もちげんまい 5 □ 塩 0.7 □ 大判のり 3 ○ さわらのいちやほし 40 ○ サラダ油 0.2 □ ぶた肉 20 ○ とうふ 25 ○ あぶらあげ 3 ○ たまねぎ 20 △ つきこんにやく 10 △ にんじん 10 △ ごぼう 10 △ あおねぎ 3 △ みそ 11.5 ○ けずりぶし 2.5 □ 水 110 □ 牛乳 1本 ○	こめ 70 □ ぶた肉 35 ○ じゃがいも 50 □ たまねぎ 50 △ にんじん 15 △ トマト 10 △ サラダ油 1 □ こめこ 4.7 □ カレー粉 0.3 □ ウスターソース 4.5 □ アップルソース 3 △ トマトケチャップ 1 □ 塩 1 □ 赤ワイン 1 □ 濃口しょうゆ 0.4 □ ジンジャーパウダー 0.3 □ 砂糖 0.2 □ 乾燥にんにく 0.1 □ ぶたがらスープ 適量 60 □ 水 60 □ もものシロップづけ 25 △ パインアップルのシロップづけ 25 △ 牛乳 1本 ○	こめ 70 □ 牛肉 35 ○ ごぼう 15 △ にんじん 10 △ つきこんにやく 10 △ しろねぎ 3 △ サラダ油 0.5 □ 砂糖 2 □ 濃口しょうゆ 4 □ みりん 0.2 □ じゃがいも 30 □ とうふ 20 ○ あぶらあげ 3 ○ たまねぎ 20 △ にんじん 10 △ あおねぎ 2 △ みそ 11.5 ○ けずりぶし 2.5 □ 水 110 □ 牛乳 1本 ○	くるくるパン 40 □ スパゲッティ 33 □ ベーコン（バラ） 20 ○ トマト 10 △ たまねぎ 40 △ にんじん 10 △ ピーマン 5 △ マッシュルーム 5 △ サラダ油 1 □ トマトケチャップ 18 □ ウスターソース 1 □ 塩 0.2 □ 乾燥にんにく 0.1 □ こしょう 0.02 □ ナツメグ 0.01 □ ブロッコリー 20 △ ツナ 10 ○ たまねぎ 10 △ アップルビネガー 1.2 □ 砂糖 0.5 □ 塩 0.2 □ こしょう 0.01 □ オリーブ油 0.5 □ 牛乳 1本 ○
	はるキャベツ 30 △ ぶた肉 20 △ あぶらあげ 3 ○ たまねぎ 30 △ にんじん 10 △ あおねぎ 3 △ みそ 11.5 ○ けずりぶし 2.5 □ 水 115 □ 牛乳 1本 ○	だいこん 20 △ ボークハム 10 ○ きゅうり 10 △ 淡口しょうゆ 1.5 □ 砂糖 0.3 □ 牛乳 1本 ○	牛乳 1本 ○	牛乳 1本 ○	牛乳 1本 ○	牛乳 1本 ○	牛乳 1本 ○	牛乳 1本 ○	牛乳 1本 ○	牛乳 1本 ○
	今年度の食育の日献立のテーマは引き続き、 「めざせ！全国制覇！！47都道府県 味の旅」です。今年度は中部地方、 関東地方を中心に、日本の各都道府県の郷土料理や食材を取り入れた 献立を予定しています。 4月は兵庫県です。岩津ねぎは朝来市の特産物で、ゆたかな香りと 甘み、柔らかさが特徴です。また、お汁に入っているもち麦麺は、 福崎町の特産物で、食物繊維がごぼうの2倍とされています。 その他、大正時代からつくられている姫路れんこんや、神崎郡で 栽培が盛んなゆすなど、兵庫県にちなんだ献立が登場します。 兵庫県の食材を知って、楽しく食べてくださいね！									
	食育の日献立 （兵庫県）									
	1年生給食開始									
	I初†-/たんばく質 571kcal 25.1g	I初†-/たんばく質 558kcal 24.1g	I初†-/たんばく質 552kcal 23.0g	I初†-/たんばく質 572kcal 21.3g	I初†-/たんばく質 541kcal 23.7g	I初†-/たんばく質 580kcal 20.9g	I初†-/たんばく質 553kcal 27.6g	I初†-/たんばく質 567kcal 20.1g	I初†-/たんばく質 550kcal 21.8g	I初†-/たんばく質 644kcal 24.3g

牛乳1本・・・206g ※パンは小麦粉重量で表示しています。 ○：赤色の食品・・・体をつくるものになるもの □：黄色の食品・・・熱や力になるもの △：緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

※学校給食こんだてひょうに関してのお問い合わせは、第1センター：782-0400、第2センター：779-6355までご連絡ください。 ◎各校の行事予定などにより欠食日は異なります。

◎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。

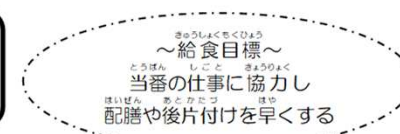
給食メニューで人気の「ヒビンパ」と
「わかめスープ」を動画で
発信しています!!
QRコードでアクセス!!



日・曜	24日(木)	25日(金)	28日(月)	30日(水)
こんだて	わかめごはん ハンバーグの わふうあんかけ おいわいすましじる いちごゼリー 牛乳	ごはん てりやきチキンボール チンゲンサイのスープ 牛乳	ごはん マーボー豆腐 はるさめのちゅうかサラダ 牛乳	アップルパン ポロニアステーキ ほしがたマカロニスープ かたぬきチーズ 牛乳
こんだてのざいりょう (g)	こめ わかめごはんの具	こめ	こめ	コッペパン アップルチップ
	ハンバーグ サラダ油 たまねぎ にんじん とうもろこし 淡口しょうゆ 砂糖 みりん でんぷん	チキンボール たまねぎ にんじん グリーンアスパラガス しめじ サラダ油 砂糖 濃口しょうゆ 酒 みりん でんぷん とりがらスープ 水	とうふ ぶたひき肉 たまねぎ にんじん たけのこ しろねぎ 干しいたけ サラダ油 濃口しょうゆ 赤みそ 砂糖 酒 オイスターソース ジンジャーパウダー トウバンジャン でんぷん ぶたがらスープ 水	ポロニアステーキ サラダ油 マカロニ（ほし型） えび たまねぎ キャベツ にんじん 淡口しょうゆ 塩 こしょう けずりぶし 水 かたぬきチーズ 牛乳
	かまぼこ（さくら型） とうふ たまねぎ にんじん えのきたけ あおねぎ 淡口しょうゆ けずりぶし 水	チンゲンサイ えび ぶた肉 たまねぎ にんじん 淡口しょうゆ 塩 ジンジャーパウダー こしょう でんぷん けずりぶし 水	はるさめ きゅうり にんじん とうもろこし 酢 淡口しょうゆ 砂糖 ごま油 牛乳	
	いちごゼリー 牛乳			
	入学祝い献立	牛乳	牛乳	
	おめでとう			
中学年	I初ギ-/たんばく質 591kcal 23.7g	I初ギ-/たんばく質 541kcal 24.1g	I初ギ-/たんばく質 568kcal 22.8g	I初ギ-/たんばく質 603kcal 28.1g



※調味料は好みで調節してください。薄味を心がけましょう。
※給食献立の中から紹介しています。



家族そろって
作ってみませんか？

◎ベーコンのトマトスパゲッティ

材料（4～5人分）

スパゲッティ	200g	サラダ油	適量
ベーコン	100g	おろしにんにく	適量
トマト缶	1缶	トマトケチャップ	100g
玉ねぎ	中1個	ウスターソース	大さじ1
人参	中1/3本	塩	少々
ピーマン	1個	こしょう	少々
マッシュルーム	30g	ナツメグ	適量

A

作り方

- ① スパゲッティは硬めに茹でしておく。
- ② ベーコンは食べやすい大きさに切っておく。
- ③ 玉ねぎ、マッシュルームはスライス、人参、ピーマンは千切りにしておく。
- ④ フライパンにサラダ油をひいて熱し、おろしにんにく、ベーコンを炒める。
- ⑤ 玉ねぎ、人参、マッシュルーム、ピーマンの順に炒める。
- ⑥ 火が通ったら、トマト缶と調味料Aを加え、①を入れてよく混ぜて仕上げる。

アスパラガスや春キャベツなど、
春野菜を加えてアレンジしても美味しいですよ！



卵除去食の提供は5月より始まります。

除去食の対象は卵（鶏卵・うすら卵）のみとなります。
除去食は安全確保の観点から完全除去のみとします。
＜例＞煮物のうすら卵を自分で抜いて食べる、等の対応はしていません。

除去対応メニュー例

＜鶏卵抜き＞ ・かき玉汁 ・親子丼 など ・うすら卵抜き ・おでん ・大和煮 など
※厚焼き卵・オムレツ・コロケ等、卵が含まれる加工食品は、除去食の対象にはなりません。

春の訪れを感じさせるだけのこ。
おなかの調子を整える食物繊維が
豊富で、なんと言っても、
その香りと味、歯ごたえが特徴です。
よく噛んで食べましょう。



牛乳1本・・・206g ※パンは小麦粉重量で表示しています。 ○：赤色の食品・・・体をつくるもとになるもの □：黄色の食品・・・熱や力になるもの △：緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

※学校給食こんだてひょうに関してのお問い合わせは、第1センター：782-0400、第2センター：779-6355までご連絡ください。 ◎各校の行事予定などにより欠食日は異なります。

◎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。

QRコードで
ホームページに
直接アクセス！

