

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つい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「ビビンバ」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	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
こんだて	ごはん ハンバーグの しょうがじょうゆあんかけ こまつなのいためもの さわにわん 牛乳	やきとりどんぶり ごはん やきとりどんぶりのぐ かぶのかきたまじる (卵除去食対応) 牛乳	スラッピージョー ^{せわりコッペパン} スラッピージョーのぐ ABCスープ みかんゼリー 牛乳	ごはん ぶたにくのスタミナため けんちんじる 牛乳	キムタクでまきずし ごはん キムタクいため てまきのり いわしのかばやき おによけみそしる 牛乳
	こめ ハンバーグ サラダ油 シンジャーパウダー 淡口しょうゆ 砂糖 みりん でんぶん 水	こめ とり肉 たまねぎ にんじん さやいんげん しろねぎ サラダ油 濃口しょうゆ 砂糖 みりん	コッペパン あいびき肉 たまねぎ にんじん パブリカ サラダ油 トマトケチャップ ウスターーソース 砂糖 塩	こめ あいびき肉 たまねぎ にんじん パブリカ サラダ油 トマトケチャップ ウスターーソース 砂糖 濃口しょうゆ 砂糖 塩	こめ ふた肉 たまねぎ にんじん だけのこ にら サラダ油 オイスターーソース 砂糖 てまきのり いわし(でんぶんつき) 酒 天ぷら油 濃口しょうゆ 砂糖 みりん でんぶん
こんだてのざいりょう (kg)	こまつな にんじん サラダ油 砂糖 淡口しょうゆ とうふ あぶらあげ ごぼう にんじん だいこん えのきだけ だけのこ あおねぎ 淡口しょうゆ 酒 塩 けずりぶし 水 牛乳	にんじん 塩 こしょう でんぶん 水 かぶ かぶ葉 たまご ぶた肉 たまねぎ にんじん 淡口しょうゆ でんぶん けずりぶし 水 牛乳	アルファベットマカロニ とり肉 たまねぎ キャベツ にんじん かまぼこ とうふ 淡口しょうゆ にんじん けずりぶし 水 みかんゼリー 牛乳	アルファベットマカロニ とり肉 たまねぎ キャベツ にんじん かまぼこ とうふ 淡口しょうゆ にんじん けずりぶし 水 みかんゼリー 牛乳	はくさいキムチ たくあんづけ ベーコン(バラ) サラダ油 オイスターーソース 砂糖 いわし(でんぶんつき) 酒 天ぷら油 濃口しょうゆ 砂糖 みりん でんぶん だいす(ドライ) かまぼこ(おに型) あぶらあげ つきこんにゃく にんじん ごぼう あおねぎ 淡口しょうゆ 酒 でんぶん けずりぶし 水 牛乳 牛乳 牛乳
	今日は、恵方巻の代わりに手巻き寿司です。 いわしを焼く臭いは、鬼を追いやると 言われています。また、節分の大豆(まめ)は、「魔(ま)を減(め)する」にかけて、邪気を はらうとされています。今日は、たくさんの 野菜と一緒に栄養満点の味噌汁に仕上げています。	せつぶんなんだて 節分献立			

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するお問い合わせは、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。

☆献立だより☆



※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?

◎栄養みそ汁

材料 (4~5人分)

とうふ 豆腐 あぶらあげ 油揚げ 重芋 たま 玉ねぎ だいこん 大根 にんじん 人参 しら 白ねぎ みそ 味噌 けずりぶし みず 水	100g 20g 2個 中1/2個 中1/6本 中1/4本 適量 おお 大きさ 適量 700ml
---	--

作り方

- けずりぶしでだしをとっておく。
- 豆腐は角切りに、玉ねぎは5mm幅のスライス、大根、人参はいちょう切り、白ねぎは小口切りにしておく。
- 重芋は一口大の乱切りにし、塩もみをし、ぬめりをとっておく。
- 油揚げは短冊切りにし湯をかけ、油抜きしておく。
- だしに、大根、人参、重芋、白ねぎを入れ煮る。
- 豆腐、油揚げを入れる。
- 真材に火が通ったら味噌を加え、味を調えて仕上げる。

～よくかんで食べましょう～

給食には毎月、いろいろな種類の魚が出ます。切り身の場合でも太い骨や細い骨が残っていることがあります。おはしで魚の身をほぐしながら、少しずつよくかんで食べましょう。また、うずら卵や白玉団子など、丸のまま飲み込みやすい食材も、よくかんで食べましょう。

QRコードで
ホームページに
直接アクセス！

