

# 令和8年7月・8月分 学校給食献立表(小学校)

日付	7月1日(水)	2日(木)	3日(金)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	13日(月)	14日(火)	15日(水)
献立名	○ごはん ○牛乳 ○麻婆豆腐 ★切干大根の甘酢	○たこごはん ○牛乳 ○鶏肉の煮物 ○白玉のみそ汁	○減量パン ○牛乳 ○スパゲッティミートソース ★焼き野菜 ○デザートセレクト	○ごはん ○牛乳 ○かぼちゃのうま煮 ○厚あげのみそ汁 ○昆布の佃煮	○麦ごはん ○牛乳 ★さばの甘みそ焼き ○ピリカラいため ○セタ汁	○パン ○牛乳 ○夏野菜と肉だんごのトマト煮 ★ツナサラダ (柑橘ドレッシング付) ○ヨーグルト	○ごはん ○牛乳 ○野菜の塩麹いため ○豆苗のみそ汁	○パン ○牛乳 ○高槻エコロツケ ★そえ野菜 ○五目スープ	○豚キムチごはん ○牛乳 ○はるさめのいためもの ○じゃがいももちスープ	○ごはん ○牛乳 ○中華風野菜あん<除> ○ワフタンスープ ○まっ茶大豆	○パン ○牛乳 ○わかさぎのごまだれ ○野菜スープ
	(スプーン)	(はし)	(スプーン)	(はし)	(はし)	(スプーン)	(はし)	(はし)	(はし)	(スプーン)	(はし)
材料および使用量(3・4年生量)(g)	米 1・2年生 75 3・4年生 85 5・6年生 95 水 米の 1.4倍 (冷)とうふ 80 豚ひき肉 20 酒 0.5 土しょうが 0.5 にんにく 0.05 にら 1 根深ねぎ 3 たまねぎ 40 にんじん 20 サラダ油 0.3 こい口しょうゆ 3 さとう 0.5 赤みそ 4 トールパンジャン 0.2 水 0~5 かたくり粉 0.5 まぐろ油漬 10 切干大根 4 緑豆太もやし 20 にんじん 10 サラダ油 0.2 酢 1.2 こい口しょうゆ 2.5 さとう 1	米 1・2年生 53 3・4年生 62 5・6年生 71 もち米 1・2年生 7 3・4年生 8 5・6年生 9 たこ 25 にんじん 10 土しょうが 0.3 うす口しょうゆ 5 酒 3 水 (水汁とも)米+もち米の 1.3倍 鶏肉(もも10g) 35 たまねぎ 30 にんじん 10 しいたけ(干・カット) 0.5 サラダ油 0.3 赤つきこんにやく 10 (冷)絹厚あげ 35 土しょうが 0.1 酒 0.5 さとう 1.2 こい口しょうゆ 4 みりん 1 たまねぎ 20 にんじん 10 (冷)白玉だんご 25 わかめ(干) 0.2 赤みそ 6.5 白みそ 3.5 煮干し 1.8 だし昆布 0.6 水 110	スパゲッティ(4cmカット) 35 塩 水の 0.5% 豚ひき肉 30 (冷)豚レバーチップ 7 クッキングワイン 0.5 たまねぎ 45 にんじん 20 サラダ油 0.5 パセリ 0.5 トマトケチャップ 17 ウスターソース 6 さとう 1 塩 0.3 こしょう 0.03 水 0~5 フランソワセージ 15 じゃがいも 25 たまねぎ 15 にんじん 10 赤ピーマン 5 オリーブ油 0.5 塩 0.2 こしょう 0.01 ぶどうゼリー(40g) 1 ブルーベリータルト(22g) 1 みたらし団子(30g) 1 ぶどうゼリー 26.0g ブルーベリータルト 26.4g みたらし団子 23.4g	米 1・2年生 75 3・4年生 85 5・6年生 95 水 米の 1.4倍 かぼちゃ 40 なたね油(あげ油) 2 豚肉 20 たまねぎ 30 サラダ油 0.2 青ねぎ 5 さとう 1 こい口しょうゆ 2.5 酒 0.5 (冷)絹厚あげ(小) 25 たまねぎ 20 にんじん 10 酒 1 こい口しょうゆ 3 酢 3 たまねぎ 25 にんじん 10 えのきたけ 7 星型かまぼこ 7 米粉めん 7 うす口しょうゆ 2 酒 0.5 塩 0.5 けずりぶし 1.2 だし昆布 0.6 水 120	米 1・2年生 60 3・4年生 70 5・6年生 80 米粒麦 米の 20% 水 米+麦の 1.45倍 かぼちゃ 40 なたね油(あげ油) 2 豚肉 20 たまねぎ 30 サラダ油 0.2 青ねぎ 5 さとう 1 にんじん 5 きゅうり 15 にんにく 0.1 サラダ油 0.3 さとう 1.5 トールパンジャン 0.1 酒 1 こい口しょうゆ 3 酢 3 たまねぎ 25 にんじん 10 えのきたけ 7 星型かまぼこ 7 米粉めん 7 うす口しょうゆ 2 酒 0.5 塩 0.5 けずりぶし 1.2 だし昆布 0.6 水 120	肉だんご(豚) 30 にんじん 15 たまねぎ 20 なす 7 ズッキーニ 7 サラダ油 0.2 塩 0.3 こしょう 0.01 トマトケチャップ 7 トマトピューレ 5 ウスターソース 3 さとう 0.5 ポークブイオン 3 水 80 まぐろ油漬 15 キャベツ 35 (冷)粒コーン 10 にんじん 5 柑橘ドレッシング(10ml) 1袋 ヨーグルト(70g) 1個	米 1・2年生 75 3・4年生 85 5・6年生 95 水 米の 1.4倍 高槻コロッケ(60g) 1個 なたね油(あげ油) 6 キャベツ 35 にんじん 5 カレー粉 0.15 豚肉 25 (冷)絹厚あげ 40 たまねぎ 25 にんじん 10 緑豆太もやし 30 しいたけ(干) 0.5 サラダ油 0.3 土しょうが 0.2 こい口しょうゆ 2 たまねぎ 20 にんじん 10 じゃがいも 20 豆苗(カット) 5 赤みそ 6.5 白みそ 3.5 煮干し 1.8 だし昆布 0.6 水 110	高槻コロッケ(60g) 1個 なたね油(あげ油) 6 キャベツ 35 にんじん 5 カレー粉 0.15 豚肉 10 たまねぎ 30 にんじん 10 はるさめ 4 (冷)粒コーン 5 青ねぎ 5 うす口しょうゆ 2.5 酒 0.5 塩 0.5 こしょう 0.02 けずりぶし 1.3 だし昆布 0.7 水 130 たまねぎ 20 にんじん 10 じゃがいも 20 豆苗(カット) 5 赤みそ 6.5 白みそ 3.5 煮干し 1.8 だし昆布 0.6 水 110	米 1・2年生 60 3・4年生 70 5・6年生 80 豚肉 20 サラダ油 0.2 こい口しょうゆ 5.5 酒 2 水(煮汁とも)米の 1.4倍 焼き豚 12 たまねぎ 35 にんじん 10 キャベツ 30 緑豆はるさめ 9 サラダ油 0.5 塩 0.3 こしょう 0.03 こい口しょうゆ 2 酒 1 オイスターソース 0.6 水 0~5 鶏肉(もも) 15 たまねぎ 20 にんじん 5 (冷)じゃがいももち 30 青ねぎ 5 うす口しょうゆ 2 酒 0.5 塩 0.4 こしょう 0.02 けずりぶし 1.1 だし昆布 0.6 水 110	米 1・2年生 75 3・4年生 85 5・6年生 95 水 米の 1.4倍 わかさぎ(魚卵含む) 45 酒 1 かたくり粉 5.6 なたね油(あげ油) 4.5 さとう 1.6 こい口しょうゆ 2.6 みりん 1.2 酒 1.2 白ごま 1 水 3 チンゲン菜 10 くずら卵> 30 サラダ油 0.3 うす口しょうゆ 2.4 塩 0.27 こしょう 0.03 オイスターソース 0.18 かたくり粉 1 水(しいたけの戻し汁とも) 0~5 鶏肉(もも) 10 たまねぎ 30 にんじん 7 青ねぎ 5 ワフタン 7 土しょうが 0.2 うす口しょうゆ 2 塩 0.4 こしょう 0.02 けずりぶし 1.1 だし昆布 0.6 水 110 まっ茶大豆(6g) 1袋	わかさぎ(魚卵含む) 45 酒 1 かたくり粉 5.6 なたね油(あげ油) 4.5 さとう 1.6 こい口しょうゆ 2.6 みりん 1.2 酒 1.2 白ごま 1 水 3 チンゲン菜 10 くずら卵> 30 サラダ油 0.3 うす口しょうゆ 2.4 塩 0.27 こしょう 0.03 オイスターソース 0.18 かたくり粉 1 水(しいたけの戻し汁とも) 0~5 鶏肉(もも) 10 たまねぎ 30 にんじん 7 青ねぎ 5 ワフタン 7 土しょうが 0.2 うす口しょうゆ 2 塩 0.4 こしょう 0.02 けずりぶし 1.1 だし昆布 0.6 水 110 まっ茶大豆(6g) 1袋
エネルギー	600 kcal	591 kcal	676 kcal	596 kcal	666 kcal	656 kcal	585 kcal	579 kcal	568 kcal	604 kcal	563 kcal
たんぱく質	23.4 g	29.9 g	26.6 g	21.5 g	26.9 g	25.4 g	24.5 g	18.0 g	23.0 g	26.6 g	22.3 g
脂質	17.1 g	14.5 g	19.9 g	14.6 g	23.6 g	24.6 g	14.6 g	19.7 g	13.2 g	16.7 g	20.5 g
食塩相当量	1.4 g	2.8 g	2.7 g	1.9 g	1.7 g	2.9 g	1.7 g	2.6 g	3.2 g	1.9 g	2.7 g

※献立名の前に★のある献立は、ガススチームコンベクションオーブンを使って調理します。  
 ※献立の材料は、天候などにより、やむを得ず変更することがありますので、ご了承ください。  
 <栄養三色>  
 ■…黄色(主にエネルギーのもとになる食品)、●…赤色(主に体をつくるもとになる食品)、▲…緑色(主に体の調子を整えるもとになる食品)

★食物アレルギー対応については、献立表の食品名、加工食品の物資配合表でご確認ください。  
 鶏卵・うずら卵・牛乳の除去食を実施しています。献立表には、除去できる献立名の後に<除>、食品名に< >が記入されています。

今月の除去食	<鶏卵>を除去 なし
	<うずら卵>を除去 14日(火)中華風野菜あん
	<牛乳>を除去 17日(金)ニョッキのパンプキンスープ

日付	16日(木)		17日(金)		8月27日(木)		28日(金)		31日(月)	
献立名	○ごはん ○牛乳 ○ハッシュドビーフ ★海藻サラダ (減塩和風ドレッシング付)		○パン ○牛乳 ★タンドリーチキンポテト ○ニョッキのパンキンスープ(除) ○りんごゼリー		○夏野菜のカレー (麦ごはん) ○牛乳 ★くきわかめサラダ (ごまドレッシング付)		★ツナサンド (パン) (豆乳ソース付) ○牛乳 ○ラビオリスープ ○スティックチーズ		○ごはん ○牛乳 ★肉だんごの照り焼きソース ○とうがんのみそ汁 ○ゆかりふりかけ	
	(スプーン)		(スプーン)		(スプーン)		(スプーン)		(はし)	
材料および使用量(3・4年生量)(g)	米	1・2年生 75 3・4年生 85 5・6年生 95	鶏肉(もも15g)	55	米	1・2年生 60 3・4年生 70 5・6年生 80	まぐろ油漬	25	米	85
	水 米の	1.4倍	カレー粉	0.1	米粒麦 米の	20%	キャベツ	35	水 米の	1.4倍
	牛肉	25	塩	0.25	水 米+麦の	1.45倍	たまねぎ	10	肉だんご(豚)	50
	クッキングワイン	0.5	こしょう	0.03			(冷)粒コーン	5	たまねぎ	15
	たまねぎ	50	クッキングワイン	1	牛肉	25	塩	0.15	にんじん	5
	にんじん	20	土しょうが	0.3	にんにく	0.1	こしょう	0.01	サラダ油	0.2
	マッシュルーム	7	にんにく	0.3	土しょうが	0.1	豆乳ソース(10g)	1袋	さとう	0.8
	サラダ油	0.3	にんにく	0.3	クッキングワイン	0.5	たまねぎ	30	みりん	3.4
	トマトピューレ	15	トマトケチャップ	1.1	たまねぎ	50	にんじん	15	こい口しょうゆ	2
	ウスターソース	6	(冷)カットポテト(7.5g)	35	なす	10	サラダ油	0.2	水	8
	トマトケチャップ	5	塩	0.3	にんじん	20	(冷)ラビオリ	25	かたくり粉	0.6
	さとう	1	オリーブ油	0.3	ズッキーニ	7	トマトピューレ	10	とうがん	25
	塩	0.9	クッキングシート		サラダ油	0.3	トマトケチャップ	7	たまねぎ	10
	こしょう	0.03	豚肉	15	トマト	10	塩	0.7	にんじん	15
	上新粉	5	たまねぎ	30	こしょう	1.1	こしょう	0.01	根深ねぎ	3
	水	20	サラダ油	0.3	こしょう	0.03	こい口しょうゆ	0.3	赤みそ	6.5
	ポークブイヨン	3	(冷)ポテトニョッキ	28	カレー粉	0.9	ポークブイヨン	3	白みそ	3.5
	水	55	(冷)かぼちゃペースト	20	トマトケチャップ	1.6	水	120	煮干し	1.8
	キャベツ	40	パセリ	0.5	ウスターソース	2	スティックチーズ(10g)	1本	だし昆布	0.6
	(冷)むき枝豆	10	<牛乳>	40	トンカツソース	2.6			水	110
	にんじん	7	塩	1	チャツネ	1.6			ゆかりふりかけ(1.7g)	1袋
	海藻ミックス(干)	0.4	こしょう	0.03	さとう	0.2				
	減塩和風ドレッシング(8ml)	1袋	ポークブイヨン	3	こい口しょうゆ	0.7				
			水	80	上新粉	5.5				
			りんごゼリー(60g)	1個	水	22				
					ポークブイヨン	3				
					水	68				
					ハム(スライス)	10				
					キャベツ	40				
					(冷)粒コーン	10				
					(冷)くきわかめ(細)	3				
					ごまドレッシング(10ml)	1袋				
エネルギー	587 kcal		632 kcal		602 kcal		643 kcal		615 kcal	
たんぱく質	21.7 g		29.8 g		21.9 g		25.0 g		19.5 g	
脂質	15.0 g		19.5 g		17.1 g		26.9 g		20.1 g	
食塩相当量	2.0 g		2.8 g		2.3 g		3.3 g		2.5 g	

※野菜の一部に、高槻産大阪エコ農産物を使用することがあります。