



令和6年 7月分 中学校給食献立表



池田市教育委員会

池田市立学校給食センター

＜お願い＞アレルギーをお持ちの方は、使用している食品を必ずご確認ください。 *印は卵を使用したメニュー、献立です。 <直送>は業者から学校へ直接配送する食品です。

日・曜日	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	16 (火)	
献立	ごはん 牛乳 たこと里芋の煮物 かき揚げ オクラのドレッシング和え	ごはん はっ酵乳(ジョア) スマイル玉ねぎのみそ汁 さばの塩焼き 鶏大根	バーカーパン 牛乳 野菜スープ ポテトコロッケ チリコンカン スライスチーズ	ごはん 牛乳 スマイル玉ねぎの中華スープ 肉団子の甘辛煮 熱くなれる豚キムチ ミルメーク(コーヒー)	ごはん 牛乳 わかめのみそ汁 ねぎ塩レモン豚丼 きゅうりとツナの酢の物 おさつスティック	ごはん 牛乳 七タそうめん風 星型ハンバーグ セルフひじきごはん セタゼリー	ごはん はっ酵乳(アシドミルク) チキンカレー キャベツとコーンのソテー すいか スティックチーズ	コッペパン 牛乳 焼きそば フランクフルトソーセージ 鶏肉のラタトゥイユ ミニゼリー(オレンジ)	ごはん 牛乳 ほうれん草のすまし汁 平つくねの照り焼き スマイル肉じゃが 水まんじゅう	ごはん 牛乳 豚肉と野菜の生姜煮 *きびなごのカリカリフライ わらびもち ゆかりふりかけ	広島菜めし 牛乳 美酒鍋 がんす 豚肉のオイスターソース炒め	
材 料	精白米 95 普通牛乳 1本 たこ 19.5 厚揚げ 32.5 里芋 39 大根 39 れんこん 13 人参 13 こんにゃく 13 さやいんげん 6.5 冷凍おろししょうが 0.65 濃口しょうゆ 6.5 砂糖 1.95 みりん 1.3 削り節 0.65 かき揚げ(50g) 1コ 揚げ油 5.2 みりん 5.85 濃口しょうゆ 2.99 砂糖 2.6 片栗粉 0.39 ボンレスハム 10.4 キャベツ 13 オクラ 6.5 人参 6.5 醤油ドレッシング 5.2 半夏生	精白米 95 はっ酵乳(ジョア) 1本 豚肉 19.5 油揚げ 6.5 スマイル玉ねぎ 26 白菜 19.5 えのきたけ 9.1 青ねぎ 3.9 赤みそ 7.8 白みそ 7.8 削り節 3.25 だし昆布 0.13 さば切身(50g) 1コ 精製塩 0.13 鶏肉 細切れ 26 大根 32.5 人参 6.5 濃口しょうゆ 1.95 トマトケチャップ 5.85 濃厚ソース 2.6 日本酒 0.65 なたね油 0.65 豚ひき肉 26 ひきわり大豆 13 玉ねぎ 26 トマトケチャップ 5.85 濃厚ソース 2.6 食塩 0.2 なたね油 0.65 スライスチーズ(15g) 1コ	バーカーパン (小麦70g) 1コ 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 26 キャベツ 32.5 玉ねぎ 19.5 人参 13 エリンギ 9.1 ポークフィヨン 13 淡口しょうゆ 3.9 食塩 0.26 こしょう 0.03 ポテトコロッケ(50g) 1コ 揚げ油 4 濃厚ソース 4 豚ひき肉 26 ひきわり大豆 13 玉ねぎ 26 トマトケチャップ 5.85 濃厚ソース 2.6 食塩 0.2 なたね油 0.65 スライスチーズ(15g) 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 豚肉 32.5 キャベツ 19.5 玉ねぎ 13 人参 10.4 たけのこ 6.5 にら 3.9 生しいたけ 23.4 ガラスープ 4.55 淡口しょうゆ 0.26 こしょう 0.03 ミートボール(大)(20g) 2コ 揚げ油 5.2 冷凍おろししょうが 0.65 濃口しょうゆ 5.2 砂糖 3.9 日本酒 1.3 片栗粉 0.65 豚ひき肉 32.5 白菜キムチ 13 緑豆もやし 13 日本酒 2.6 赤みそ 1.95 砂糖 1.3 ごま油 0.65 石橋南小学校の給食委員会が考えたメニュー！ ミルメーク(コーヒー)(5g) 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 13 豆腐 13 豆腐 45.5 じゃがいも 26 豆腐 6.5 大根 0.39 人参 39 オクラ 15.6 淡口しょうゆ 9.1 食塩 15.6 カレールウA 9.1 カレールウB 7.8 削り節 3.25 だし昆布 0.13 ピーフン 6.5 星型かまぼこ 7.8 豆腐 26 大根 26 人参 9.1 オクラ 3.9 冷凍おろししょうが 6.5 淡口しょうゆ 0.2 食塩 0.13 カレールウA 13 カレールウB 13 濃厚ソース 1.56 食塩 0.26 こしょう 1.3 なたね油 1.3 星型ハンバーグ(60g) 1コ トマトケチャップ 6.5 ウスターソース 2.6 ベーコン 19.5 キャベツ 32.5 ホールコーン 3.9 淡口しょうゆ 0.65 食塩 0.04 なす 6.5 ズッキーニ 6.5 冷凍おろしにんにく 0.26 ポークフィヨン 3.9 トマトケチャップ 3.9 食塩 0.39 こしょう 0.03 なたね油 0.65 すいか 50 スティックチーズ(10g) 1コ セタゼリー(40g)<直送> 1コ 七夕献立	精白米 95 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 39 玉ねぎ 45.5 キャベツ 19.5 緑豆もやし 13 人参 13 ウスターソース 1.56 食塩 0.26 こしょう 1.3 なたね油 1.3 中華そば 52 豚肉 32.5 キャベツ 32.5 ほうれん草 32.5 人参 32.5 白ねぎ 26 淡口しょうゆ 9.1 食塩 3.9 青ねぎ 6.5 冷凍おろししょうが 0.17 ガラスープ 2.6 淡口しょうゆ 7.8 みりん 1.95 食塩 0.26 平つくね(50g) 1コ 濃口しょうゆ 3.25 砂糖 1.3 みりん 0.65 片栗粉 0.39 鶏肉 細切れ 19.5 玉ねぎ 19.5 トマト水煮 6.5 トマトピューレー 6.5 なす 6.5 ズッキーニ 6.5 冷凍おろしにんにく 0.26 ポークフィヨン 3.9 トマトケチャップ 3.9 食塩 0.39 こしょう 0.03 なたね油 0.65 ミニゼリー(オレンジ)(16g) 1コ 水まんじゅう(30g)<直送> 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 豆腐 32.5 油揚げ 6.5 ほうれん草 26 人参 9.1 白ねぎ 3.9 淡口しょうゆ 6.5 食塩 0.17 削り節 2.6 だし昆布 0.26 みりん 1.95 食塩 0.26 平つくね(50g) 1コ 濃口しょうゆ 3.25 砂糖 1.3 みりん 0.65 片栗粉 0.39 鶏肉 細切れ 19.5 玉ねぎ 19.5 トマト水煮 6.5 トマトピューレー 6.5 なす 6.5 ズッキーニ 6.5 冷凍おろしにんにく 0.26 ポークフィヨン 3.9 トマトケチャップ 3.9 食塩 0.39 こしょう 0.03 なたね油 0.65 ゆかりふりかけ(0.8g) 1コ がんす(50g) 1コ 揚げ油 5.2 豚肉 26 玉ねぎ 19.5 人参 6.5 濃口しょうゆ 1.3 オイスターソース 1.3 砂糖 0.65 日本酒 0.65 なたね油 0.65 広島県の料理					
	エネルギー	802 kcal	696 kcal	832 kcal	753 kcal	735 kcal	755 kcal	875 kcal	849 kcal	722 kcal	734 kcal	810 kcal
	蛋白質	23.2 g	35.7 g	36.9 g	34.7 g	33.9 g	28.7 g	27.6 g	38.9 g	27.2 g	27 g	45.1 g
	脂質	26.9 g	20.3 g	35.7 g	26.4 g	24.3 g	22.4 g	30.1 g	33.4 g	20.1 g	20.1 g	28.4 g

<学校給食用半製品の材料>

保存料は使用していません

1日(月)	1日(月)	1日(月)	3日(水)	4日(木)	8日(月)	8日(月)	8日(月)	10日(水)	10日(水)	11日(木)	11日(木)	12日(金)	16日(火)	16日(火)	17日(水)
たこ	かき揚げ(50g)	厚揚げ	ポテトコロッケ(50g)	ミートボール(大)(20g)	ビーフン	星型ハンバーグ(60g)	セタゼリー(40g)<直送>	フランクフルトソーセージB(40g)	ミニゼリー(オレンジ)(16g)	平つくね(50g)	水まんじゅう(30g)<直送>	*きびなごのカリカリフライ(10g)	粉かつお	がんす(50g)	ミンチカツ(60g)
真だこ	野菜	大豆	じゃがいも	豚肉	米	鶏肉	果糖	豚肉	異性化液糖	キャベツ	砂糖	きびなご	かつおのふし	助宗鰯すり身	豚肉
食塩	たまねぎ	食塩	たまねぎ	鶏肉		豚肉	グラニュー糖	豚肉	オレンジ濃縮果汁	鶏肉	こしあん	還元水飴		馬鈴薯澱粉	鶏肉
	にんじん	揚げ油	砂糖	たまねぎ		たまねぎ	ポリデキストロース	砂糖	砂糖	豚脂	本葛粉	たん白加水分解物		たまねぎ	たまねぎ
	ごぼう	植物油	パン粉(小麦)	粒状植物性		粒状植物性	ぶどう糖果糖液糖	食塩	砂糖	[つなぎ]	わらびでんぶん	砂糖		砂糖	パン粉(小麦)
	しゅんぎく	加工デンプン	食塩	でん粉(馬鈴薯)		たん白(大豆)	ぶどう果汁	たん白(大豆)	ゲル化剤	でん粉	加工デンプン	しょうが		にんじん	でん粉
	小麦粉	凝固剤	ブイヨン	砂糖		砂糖	ゲル化剤	砂糖	(増粘多糖類)	えんどう豆たん白	寒天	食塩		醸造調味料	砂糖
	食塩	塩化Mg	こしょう	食塩		食塩	酸味料	酸味料	香料	砂糖	発酵調味料	発酵調味料		食塩	食塩
	粉末状植物性たん白	(一部に)	[衣]	酵母エキス		酵母エキス	酸味料	酸味料	(オレンジフレーバー)	発酵調味料	食塩	[衣]		一味唐辛子	酵母エキス
	揚げ油(パーム油)	大豆を含む)	パン粉(小麦)	香辛料		香辛料	ビタミンC	糖類	酸化防止剤	食塩	12日(金)	じゃがいも			香辛料
	調味料(アミノ酸等)		米粉			砂糖	香料	着色料	(ビタミンD)	えび	わらびもち	でん粉	焼き豆腐	(小麦)	[衣]
	ベーキングパウダー				星型かまぼこ	ぶどう糖	着色料	植物油脂		しょうが	玄米粉	米粉パン粉		豆乳(大豆)	パン粉
	カロチノイド色素				魚肉	砂糖	紅花黄	乾燥マッシュポテ		しょうが	水あめ	植物油脂(菜種)		加工でん粉	(小麦 大豆)
	(一部に小麦・大豆を含む)				スケソウタラ	植物油脂	クチナシ	にんにくペースト		酵母エキス	きなこ(大豆)	食塩		第二鉄(大豆)	バター粉
					うらごし南瓜	糖類	クエン酸第一鉄Na	しょうがペースト		添加物製剤	加工デンプン	酵母エキス		パン粉(小麦)	(小麦 大豆)
					加工澱粉	香料		香辛料		ソルビトール	ソルビトール	香辛料		小麦粉	増粘多糖類
					馬鈴薯澱粉	砂糖		酵母エキス		添加物製剤	揚げ油	揚げ油		粉末状大豆	
					発酵調味料	食塩		食塩		増粘多糖類	(なたね油	なたね油		蛋白(大豆)	
					食塩	加工デンプン		加工デンプン		酸味料	パーム油)	パーム油)		とうもろこし澱粉	
					加工油脂	炭酸Ca		炭酸Ca						菜種油脂	
						調味料(無機塩)		焼成Ca						食塩	
						ピロリン酸鉄		着色料(ココア)							

＜お知らせ＞
○加工食品等は、「学校給食用半製品の材料」に原材料を記載しています。アレルギーをお持ちの方は、必ずご確認ください。
○年間を通じて使用する調味料や加工食品等については、配合内容を一覧にして、各学校園に配布しています。必要とされる方は、学校園、もしくは、学校給食センターまでお申し出ください。
○えび・かに・そば・落花生は使用していません。
○7月に使用するお米は、豊能町でとれた「キヌヒカリ」を使用しています。



16日 広島県の料理

小学6年生のみなさんの修学旅行に合わせて、広島料理が登場します！



【広島菜】

広島菜は、広島県名産の伝統的な野菜です。漬物としても有名で、「広島菜漬」は高菜・野沢菜とともに「日本三大漬菜」の1つです。

【美酒鍋】

東広島市の郷土料理で、肉や野菜を、塩、こしょう、日本酒のシンプルな味付けで食べる鍋料理です。加熱することでアルコール分が抜けるので、幅広い年代の人が食べることができます。



出典：農林水産省「うちの郷土料理」

【がんす】

呉市のかまぼこ屋で生まれた「揚げかまぼこ」です。「がんす」という名前の由来は昔の「〜でございます。」という方言からきています。

【オイスターソース】

広島県の「牡蠣」の生産量は全国1位です。牡蠣を原料にした調味料が「オイスターソース」です。



今月の給食で使用している旬の食材

オクラ さやいんげん ズッキーニ とうもろこし トマト なす にら きびなご たこ

令和5年度 ふくまるアイデアメニューコンテスト 採用献立
(池田市内の中学生が考えた給食メニュー)



実施日	献立名	考えた人の学校名	ナイスアイデアポイント！
5日(金)	わかめのみそ汁	北豊島中学校	大量に作りやすく、ごはんの上のせて食べられるメニューです。
	ねぎ塩レモン豚丼		
	きゅうりとツナの酢の物		



ホームページ



Instagram

毎日の献立を
ホームページやInstagramで
見ることができます。