

**令和6年8・9月分 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	8/28 (水)	29 (木)	30 (金)	9/2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)	9 (月)	10 (火)	11 (水)
こ ん だ て	コッペパン ぎゅうにゅう やさしいスープ ハンバーグ ブルーベリージャム	ごはん はっこうにゅう (アシドミルク) マーボー豆腐 いかてんぷらのあまずあん さばかんとやさしいためもの	ごはん ぎゅうにゅう かぼちゃのみそする さんまのてりやき オクラのわふうあえ	ごはん ぎゅうにゅう ぼうさいシチュー フランクフルトソーセージ かんかんサラダ	ごはん ぎゅうにゅう ぶたどん *だしまきたまご れんこんのおのりいため	バーカーパン ぎゅうにゅう チキンルームに しろみぎかなフライ スライスチーズ	ごはん ぎゅうにゅう なすのみそする れんこんのしおづめフライ とりにくのおこんぶいため	ごはん はっこうにゅう (ジョア) タッカルビ かいせんチヂミ かんここのり	ごはん ぎゅうにゅう とうがんのすましじる さばのしおやき きりぼしだいのこにのみそいため	ごはん ぎゅうにゅう ポークカレー えだまめコーン レモンゼリー	コッペパン ぎゅうにゅう コーンポタージュ かぼちゃひきにくフライ オレンジマーマレード
	コッペパン 1コ	精白米 75	精白米 75	精白米 75	精白米 75	コッペパン 1コ	精白米 75	精白米 75	精白米 75	コッペパン 1コ	
	普通牛乳 1本	はっ酵乳(アシドミルク) 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	はっ酵乳(ジョア) 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本	普通牛乳 1本
	ベーコン 10 キャベツ 20 じゃがいも 15 玉ねぎ 15 ソテードオニオン 10 人参 10 パセリ(乾) 0.02 ポークパイオン 5 淡口しょうゆ 3 食塩 0.2 こしょう 0.02	豚ひき肉 35 焼き豆腐 45 玉ねぎ 30 人参 15 たけのこ 10 白ねぎ 5 冷凍おろししょうが 1 冷凍おろしにんにく 0.1 八丁味噌 4.5 濃口しょうゆ 2.5 砂糖 1 日本酒 0.5 トウバンジャン 0.1 食塩 0.05 こしょう 0.01 片栗粉 1 なたね油 0.5	鶏肉 細切れ 15 厚揚げ 5 かぼちゃ 30 玉ねぎ 20 人参 7 まぐろ油漬 10 大豆 5 干しひじき 1 ホールコーン 2.5 ノンエッグマヨ 5 淡口しょうゆ 0.42	防災シチュー(レトルト) (200g) 1コ フランクフルトソーセージ(40g) 1コ まぐろ油漬 10 大豆 5 干しひじき 1 ホールコーン 2.5 ノンエッグマヨ 5 淡口しょうゆ 0.42	豚肉 45 玉ねぎ 40 糸こんにゃく 30 人参 15 青ねぎ 5 濃口しょうゆ 6.5 砂糖 2.5 みりん 1 削り節 1	鶏肉 細切れ 20 じゃがいも 20 玉ねぎ 20 ブロッコリー 20 人参 10 しめじ 10 小松菜 5 信州みそ 5.5 赤みそ 5 食塩 0.3 なたね油 1	豚肉 20 玉ねぎ 15 なす 10 人参 10 しめじ 5 小松菜 5 信州みそ 5.5 赤みそ 5 食塩 0.3 削り節 1 だし昆布 0.1	豚肉 20 厚揚げ 20 キャベツ 30 さつまいもカット 25 青ねぎ 25 人参 10 淡口しょうゆ 4 食塩 0.2 削り節 2 だし昆布 0.2 赤みそ 2 コチジャン 1.5 砂糖 1.5 なたね油 1	豆腐 15 冬瓜 35 小松菜 10 人参 10 青ねぎ 3 淡口しょうゆ 4 食塩 0.2 削り節 2 ポークパイオン 5 濃口しょうゆ 1 食塩 0.1	豚肉 30 玉ねぎ 30 じゃがいも 30 人参 10 とうもろこしペースト 0.15 カレーウA 10 カレーウB 10 ほうれん草 5 豆乳(無調整) 15 ホワイトルウ(乳・小麦不使用) 10 食塩 0.1	鶏肉 細切れ 20 じゃがいも 20 玉ねぎ 20 ホールコーン 10 とうもろこしペースト 10 人参 10 ほうれん草 5 豆乳(無調整) 15 ホワイトルウ(乳・小麦不使用) 10 食塩 0.1
	ハンバーグ(50g) 1コ ソテードオニオン 3 濃厚ソース 5 トマトケチャップ 3 食塩 0.02 こしょう 0.02	いか天ぷら(50g) 1コ 揚げ油 4 濃口しょうゆ 3 砂糖 2 食酢 1.5 日本酒 1 片栗粉 0.3	オクラ 15 キャベツ 15 人参 5 花かつお 0.5 青じそドレッシング 4	白身魚フライ(50g) 1コ 揚げ油 4 ノンエッグタルタル 5	れんこんの肉詰めフライ(50g) 1コ 濃厚ソース 4	鶏肉 細切れ 25 玉ねぎ 10 みりん 1.5 濃口しょうゆ 0.76 塩昆布 0.33 淡口しょうゆ 1.2 日本酒 1.1 ごま油 0.3	鶏肉 細切れ 25 玉ねぎ 10 みりん 1.5 濃口しょうゆ 0.76 塩昆布 0.33 淡口しょうゆ 1.2 日本酒 1.1 ごま油 0.1	海鮮チヂミ(50g) 1コ 白すりごま 0.2 みりん 1.5 濃口しょうゆ 0.76 食酢 0.33 砂糖 0.26 ごま油 0.1	さば切身(50g) 1コ 精製塩 0.1	カツウインナー 10 むきえだまめ 10 ホールコーン 5 人参 5 濃口しょうゆ 0.4 砂糖 0.2 なたね油 0.3	かぼちゃひき肉フライ(40g) 1コ 揚げ油 4 濃厚ソース 4
	ブルーベリージャム(15g) 1コ	さば缶(水煮) 10 玉ねぎ 15 人参 10 冷凍おろししょうが 0.1 白いりごま 0.5 淡口しょうゆ 1.2 砂糖 0.6 日本酒 0.5 ごま油 0.5	鶏肉 細切れ 15 しめじ 7 たけのこ 5 人参 5 つきこんにゃく 3 濃口しょうゆ 5 砂糖 2 日本酒 1 なたね油 0.5	*だし巻き卵(60g) 1コ 鶏肉 細切れ 10 れんこん 15 人参 10 あおのり 0.06 ウスターソース 2.5 みりん 1 ごま油 0.5	スライスチーズ(15g) 1コ	鶏肉 細切れ 25 玉ねぎ 10 みりん 1.5 濃口しょうゆ 0.76 塩昆布 0.33 淡口しょうゆ 1.2 日本酒 1.1 ごま油 0.3	韓国り(2g) 1コ	ダイズゼリー(レモン) 40	マーマレード(15g) 1コ	ダイズゼリー(レモン) 40	マーマレード(15g) 1コ
	エネルギー 520 kcal	696 kcal	634 kcal	894 kcal	618 kcal	638 kcal	654 kcal	626 kcal	633 kcal	662 kcal	598 kcal
	蛋白質 22.1 g	30.5 g	26.7 g	24.5 g	29.7 g	29.5 g	29.3 g	19.9 g	27.8 g	22.9 g	20.9 g
	脂質 20.1 g	19.9 g	23.3 g	19.9 g	30.8 g	22.1 g	16.3 g	25.7 g	21.2 g	23.9 g	

ぼうさい ひこんだて  
**防災の日献立**

ごはん  
まがってあります

つきみこんだて  
**お月見献立**

10月  
**食育の日**

**令和5年度 ふくまるアイデアメニューコンテスト 採録編**

(池田市内の中学生が考えたメニュー)

じっしび 実施日	こんだてゆい 献立名	かんが ひと 考えた人の がっこうめい 学校名	ないういであひんてい ナイスアイデアポイント
にちもちく 19日(木)	*卵入り春雨スープ 揚げぎょうざ セルフチャーハン	いけだちゅうがっこう 池田中学校	きゅうしよくにんきき ちゅうがかりより 給食で人気の中華料理に すこ 少しアレンジを加えまし た。イチオシは「セルフ チャーハン」です。

※給食で提供するために、内容を一部変更している場合があります。

**今月の給食に使われている旬の食材**

枝豆、オクラ、かぼちゃ、きゅうり、さやいんげん、ズッキーニ、チンゲン菜  
冬瓜、とうもろこし、トマト、なす、にら、さつまいも、しめじ

**＜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。  
 ○8、9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。



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。

**ローリングストックしてる？**

ローリングストックとは、普段から少し多めに食材を買い、いざという時に備えましょう。