令和8年　7月分　中学校給食献立表

<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。

池田市教育委員会
池田市立学校給食センター

日・曜日	1(水)	2(木)	3(金)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	13(月)	14(火)	15(水)
献立	パインパン 牛乳 レタススープ ささみフライ スマイル玉ねぎのホクじゃが炒め ミニゼリー(りんご)	ごはん 牛乳 たことれんこんのピリ辛煮 かき揚げ ひじきの和え物 水まんじゅう	ごはん 牛乳 ゴーヤチャンプルー 肉団子の細河ねぎ甘酢あん きんぴらごぼう ミルメーク(キャラメル)	ごはん 牛乳 夏野菜キーマカレー チンゲン菜の炒め物 すいか ミニフィッシュ	ごはん 牛乳 七夕そうめん汁 星型ハンバーグ 切干大根の煮物 七夕ゼリー	コッペパン 牛乳 ミートボールのトマト煮 白身魚フライ さつまいもサラダ いちごジャム	ごはん はっ酵乳(ジョア) かぼちゃのみそ汁 鶏肉のマーマレード焼き 野菜炒め	ごはん 牛乳 広島菜の焼きうどん 鶏肉のオイスターソース炒め レモンゼリー のり佃煮	ごはん 牛乳 野菜スープ あじフライ ラタトゥイユ ゆかりふりかけ	わかめごはん 牛乳 豆腐のすまし汁 さばの塩焼き スマイル肉じゃが おさつスティック	コッペパン はっ酵乳(アシドミルク) スマイルペペロンチーノ フライドポテト ブロッコリーのサラダ りんごジャム
材料	パインパン(小麦80g) 1コ 普通牛乳 1本 豚肉 32.5 レタス 32.5 大根 19.5 人参 13 エリンギ 6.5 パセリ(乾) 0.03 ポークブイヨン 13 淡口しょうゆ 3.9 食塩 0.39 こしょう 0.03 ささみフライ(55g) 1コ 揚げ油 4 ベーコン 13 カットポテト 32.5 **スマイル玉ねぎ** 13 食塩 0.26 こしょう 0.03 オリーブ油 0.65 ミニゼリー(りんご)(16g) 1コ	精白米 90 普通牛乳 1本 たこ 13 厚揚げ 32.5 大根 39 里芋 32.5 れんこん(乱切り) 19.5 人参 13 こんにゃく 13 さやいんげん 3.9 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 コチジャン 1.3 削り節 0.65 かき揚げ(50g) 1コ 揚げ油 4 みりん 5.85 濃口しょうゆ 2.99 砂糖 2.6 片栗粉 0.39 まぐろ油漬 13 干しひじき 0.65 きゅうり 15.6 人参 6.5 ホールコーン 6.5 食酢 2.21 濃口しょうゆ 1.69 砂糖 1.3 ごま油 1.04 水まんじゅう(30g)<直送> 1コ **半夏生**	精白米 90 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 32.5 豆腐 58.5 玉ねぎ 39 緑豆もやし 19.5 人参 19.5 ゴーヤ 13 花かつお 0.39 濃口しょうゆ 3.9 食塩 0.52 ごま油 1.3 ミートボール(小) 45.5 **細河青ねぎ** 3.9 冷凍おろししょうが 0.26 濃口しょうゆ 2.6 砂糖 2.6 食酢 1.95 日本酒 1.3 片栗粉 0.39 豚肉 19.5 ささがきごぼう 13 人参 6.5 むきえだまめ 6.5 白すりごま 0.65 濃口しょうゆ 1.56 砂糖 1.11 ごま油 0.65 ミルメーク(キャラメル)(7g) 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 豚ひき肉 32.5 玉ねぎ 39 じゃがいも 19.5 カットポテト 19.5 なす 19.5 人参 13 ピーマン 3.9 冷凍おろしにんにく 0.2 カレールウ(乳・小麦不使用) 20.8 ポークブイヨン 7.8 濃口しょうゆ 0.65 鶏肉 細切れ 19.5 チンゲン菜 19.5 玉ねぎ 13 人参 6.5 濃口しょうゆ 0.64 食塩 0.14 こしょう 0.01 片栗粉 0.33 なたね油 0.65 すいか 45 ミニフィッシュ(5g) 1コ	精白米 90 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 26 ビーフン 6.5 玉ねぎ 32.5 白菜 19.5 人参 13 オクラ 3.9 淡口しょうゆ 6.5 食塩 0.39 削り節 2.6 だし昆布 0.26 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 油揚げ 6.5 切干大根 4.55 人参 6.5 濃口しょうゆ 2.6 砂糖 1.95 削り節 0.65 七夕ゼリー(30g)<直送> 1コ **七夕献立**	コッペパン(小麦80g) 1コ 普通牛乳 1本 ミートボール(小) 52 じゃがいも 19.5 カットポテト 19.5 キャベツ 32.5 玉ねぎ 32.5 人参 13 トマト水煮 13 トマトピューレー 6.5 トマトケチャップ 1.3 濃口しょうゆ 1.3 砂糖 1.3 スープストック 0.65 食塩 0.52 なたね油 0.65 白身魚フライ(50g) 1コ 揚げ油 4 濃厚ソース 4 まぐろ油漬 13 さつまいも 23.4 玉ねぎ 13 ノンエッグマヨ 6.5 砂糖 0.65 食酢 0.26 食塩 0.05 いちごジャム(15g) 1コ	精白米 90 はっ酵乳(ジョア) 1本 豆腐 19.5 油揚げ 6.5 かぼちゃ 39 玉ねぎ 26 人参 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 0.2 鶏肉 細切れ 65 オレンジマーマレード 9.1 濃口しょうゆ 2.42 日本酒 0.39 豚肉 26 キャベツ 13 人参 13 淡口しょうゆ 1.56 食塩 0.13 こしょう 0.03 片栗粉 0.39 なたね油 0.65	精白米 90 普通牛乳 1本 冷凍うどん 52 豚肉 32.5 キャベツ 32.5 緑豆もやし 32.5 玉ねぎ 19.5 人参 13 にら 3.9 粉かつお 0.13 広島菜めしの素 3.9 食塩 0.07 こしょう 0.03 なたね油 1.3 鶏肉 細切れ 26 さつまいも 19.5 人参 6.5 オイスターソース 1.3 濃口しょうゆ 0.78 砂糖 0.65 日本酒 0.65 なたね油 0.65 ダイスゼリー(レモン) 45.5 のり佃煮(10g) 1コ **広島県の料理**	精白米 95 普通牛乳 1本 豚肉 32.5 玉ねぎ 39 ソテードオニオン 13 大根 13 人参 13 ホールコーン 6.5 小松菜 6.5 ポークブイヨン 6.5 淡口しょうゆ 5.2 食塩 0.26 こしょう 0.03 あじフライ(50g) 1コ 揚げ油 4 濃厚ソース 5.2 ベーコン 19.5 玉ねぎ 13 なす 6.5 ズッキーニ 6.5 トマト水煮 6.5 トマトピューレー 6.5 冷凍おろしにんにく 0.26 ポークブイヨン 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	精白米 95 わかめご飯の素 1.95 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 19.5 豆腐 26 油揚げ 6.5 冬瓜 19.5 人参 13 えのきたけ 6.5 青ねぎ 3.9 淡口しょうゆ 5.85 食塩 0.13 削り節 2.6 だし昆布 0.26 さば切身(50g) 1コ 精製塩 0.1 豚肉 13 **スマイルじゃがいも** 19.5 **スマイル玉ねぎ** 13 **スマイル人参** 13 糸こんにゃく 6.5 濃口しょうゆ 1.95 砂糖 0.91 みりん 0.65 削り節 0.26 なたね油 0.65 おさつスティック(5g) 1コ	コッペパン(小麦80g) 1コ はっ酵乳(アシドミルク) 1本 カットスパゲッティ 26 ベーコン 26 **スマイル玉ねぎ** 32.5 キャベツ 32.5 人参 19.5 しめじ 9.1 小松菜 9.1 冷凍おろしにんにく 0.65 パセリ(乾) 0.03 ポークブイヨン 2.6 淡口しょうゆ 0.65 食塩 0.39 こしょう 0.03 チリパウダー 0.01 オリーブ油 1.3 クリンクルカットポテト 52 揚げ油 4 精製塩 0.1 まぐろ油漬 13 ブロッコリー 32.5 人参 6.5 醤油ドレッシング 5.2 りんごジャム(15g) 1コ
ｴﾈﾙｷﾞｰ	780 kcal	799 kcal	796 kcal	773 kcal	739 kcal	890 kcal	752 kcal	765 kcal	729 kcal	760 kcal	801 kcal
蛋白質	37.3 g	23 g	32.8 g	27.6 g	28.5 g	34.6 g	40.9 g	27.6 g	31.7 g	34.9 g	28.7 g
脂質	23.6 g	26.8 g	27.3 g	25.4 g	21.2 g	32.5 g	19.4 g	19.3 g	21.9 g	25.7 g	21.2 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(水)	2日(木)	2日(木)	2日(木)	2日(木)	3日(金)・8日(水)	3日(金)	7日(火)	7日(火)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	10日(金)	13日(月)	15日(水)
ささみフライ(55g)	たこ	れんこん(乱切り)	かき揚げ(50g)	水まんじゅう(30g)<直送>	ミートボール(小)	むきえだまめ	ビーフン	星型ハンバーグ(60g)	七夕ゼリー(30g)<直送>	白身魚フライ(50g)	オレンジマーマレード	広島菜めしの素	のり佃煮(10g)	あじフライ(50g)	チリパウダー
鶏肉(ささみ) 粉末状大豆 たん白(大豆) 食塩 香辛料 〔衣〕 パン粉(小麦) 小麦粉 米粉 植物油脂(大豆) 食塩 砂糖 でん粉 香辛料 粉末状大豆 たん白(大豆) 加工デンプン 調味料(アミノ酸等) 乳化剤 増粘多糖類	ミズダコ	蓮根 酢酸 ビタミンC メタリン酸Na	野菜 たまねぎ にんじん じゃがいも 水菜 〔衣〕 小麦粉 コーンフラワー でん粉 (とうもろこし) 加工デンプン (とうもろこし) ベーキングパウダー(膨張剤) 炭酸カルシウム 乳化剤 ピロリン酸第二鉄 砂糖 食塩	砂糖 こしあん 本葛粉 わらびでんぷん 加工デンプン 寒天	豚肉 鶏肉 たまねぎ パン粉(小麦) でん粉(馬鈴薯) 砂糖 食塩 酵母エキス 香辛料	えだまめ(大豆) 食塩	米	鶏肉 たまねぎ 豚脂 粒状植物性 たん白(大豆) 豚肉 砂糖 ぶどう糖 食塩 酵母エキス トマトペースト 香辛料 にんにくペースト 小麦不使用 しょうゆ(大豆) しょうがペースト 加工デンプン 炭酸Ca セルロース ピロリン酸第二鉄	ぶどう糖果糖液糖 砂糖 食物繊維 (イヌリン) 日向夏果汁 ゲル化剤 (増粘多糖類) クエン酸(Na) 香料 クエン酸鉄Na V.C 着色料(カロチン)	スケトウダラ 〔衣〕 パン粉(小麦) 小麦粉 でん粉 植物性蛋白 (大豆) 植物性油脂 食塩	水飴 夏柑果皮 温州みかんパルプ 砂糖 ペクチン クエン酸 グアガム クエン酸Na オレンジオイル	塩蔵広島菜 砂糖 食塩 水酸化カルシウム	醤油 水飴 砂糖 のり でん粉 酵母エキス 食塩 ※のりはえび・かにが混入する漁法で採取しています。	あじ 〔衣〕 パン粉(小麦) バッター粉 ・小麦粉 ・食塩 ・増粘剤製剤 打ち粉 ・パン粉(小麦) ・小麦粉	赤唐辛子 コーンパウダー 食塩 クミン オレガノ ガーリック

※食材、原材料、加工品に「いくら・えび・かに・くるみ・そば・落花生」は使用していません。
※給食で使用する「海藻類、小魚類」は、えび、かに等の海産物が混ざる漁法で採取していますので、付着している可能性があります。
※年間を通じて使用する調味料や加工食品等については、配合内容を一部変更して各学校へ配布しております。
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。

令和7年度 池田産給食献立コンテスト 採用献立
(池田市内の小学生が考えた給食)

実施日	献立名	考えた人の学校名
1(水)	スマイル玉ねぎのホクじゃが炒め	北豊島小学校
15(水)	スマイルペペロンチーノ	北豊島小学校

※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

今月の給食で使用している旬の食材

スマイルじゃがいも・スマイル玉ねぎ・スマイル人参・細河青ねぎ・枝豆・オクラ
かぼちゃ・きゅうり・ゴーヤ・さやいんげん・しそ・ズッキーニ・冬瓜・とうもろこし
トマト・なす・にら・ピーマン・レタス・あじ・たこ・すいか

<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。
○いくら・えび・かに・くるみ・そば・落花生は使用していません。
○7月に使用するお米は、青森県でとれた「まっしぐら」を使用しています。

ホームページ

毎日の献立をホームページや
インスタグラムで見ることができます。

Instagram