

除去副食用

令和8年 8・9月分 中学校給食除去副食献立表

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。★印は除去食として代替調理した献立です。※揚げ物、焼き物は別に調理しています。＜直送＞は業者から学校へ直接配送する食品です。

日・曜日	8/26(水)	27(木)	28(金)	31(月)	9/1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)		
こ ん だ て	きなご揚げ(パン 牛乳 チキンのトマト煮 ペーコンとほうれん草のソー スライスチーズ	ごはん 牛乳 ポークカレー ゆでとうもろこし ウインナーとキャベツのソー	ごはん 牛乳 はっ酵乳(ジョア) チャプチェ 豚キムチ ぶどうゼリー 型抜きチーズ	ごはん 牛乳 ベジもりセルフ中華丼 小松菜まんじゅう ブロックリーの中華和え ミルメーク(コーヒー)	ごはん 牛乳 はっ酵乳(アシドミルク) 防災シチュー 冷凍みかん 缶缶サラダ	ごはん 牛乳 はっ酵乳(アシドミルク) ABCマカロニスープ ★ミートボール ポテトサラダ グリーンゴールド	菜めし 牛乳 じゃがいものみそ汁 かき揚げ みたらし団子	ごはん 牛乳 豆腐のすまし汁 ミンチカツ チンゲン菜の炒め物 おさつスティック	ごはん 牛乳 はっ酵乳(アシドミルク) ハヤシライス チキンナゲット 小松菜サラダ	ごはん 牛乳 細河ねぎのさつまい 米粉のたこ焼き セルフさぼろごはん きらず揚げ	ごはん 牛乳 焼きたちキン チリコンカン スライスチーズ	ごはん 牛乳 豚じゃがが 鶏肉の照り焼き オクラのドレッシング(※) スイートポテト(※)	ごはん 牛乳 春雨スープ ささみフライ ひじきの中華和え のり佃煮		
ざ い り よ う	コッペパン(小麦45g) 1コ 揚げ油 4.5 砂糖 3.75 きな粉 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 6.5 スマイルじゃがいも 45.5 スマイル玉ねぎ 32.5 キャベツ 26 人参 19.5 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 スーパーストック 0.65 食塩 0.39 なたね油 0.65 ベーコン 19.5 ほうれん草 32.5 人参 6.5 淡口しょうゆ 0.65 食塩 0.01 こしょう 0.01 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 39 玉ねぎ 39 じゃがいも 19.5 カットポテト 19.5 人参 13 小松菜 13 エリンギ 0.2 カレーウ(乳・小麦不使用) 7.8 ポークブイオン 20.8 濃口しょうゆ 0.65 なたね油 1.3 カットコーン(44g) 1コ カットウインナー 13 キャベツ 26 人参 6.5 濃口しょうゆ 0.65 食塩 0.17 こしょう 0.01 なたね油 0.65 豚肉 39 白菜キムチ 13 人参 6.5 にら 2.6 みりん 0.33 日本酒 0.33 濃口しょうゆ 0.13 食塩 0.01 ごま油 0.65 ダイスゼリー(ぶどう) 52 型抜きチーズ(10g) 1コ	精白米 90 はっ酵乳(ジョア) 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 39 緑豆はるさめ 16.9 玉ねぎ 32.5 人参 19.5 大根 26 人参 19.5 たけのこ 1.3 生しいたけ 3.9 冷凍おろししょうが 0.26 冷凍おろししょうが 0.13 みそ 6.5 スープ 2.6 淡口しょうゆ 5.2 食塩 0.26 こしょう 0.04 ホールコーン 6.5 ノンエッグマヨ 6.11 片栗粉 1.3 小松菜まんじゅう(25g) 2コ ささみフレック 13 ブロックリー 32.5 人参 6.5 食酢 2.6 砂糖 1.95 濃口しょうゆ 1.95 食塩 0.65 ごま油 1.3 ダイスゼリー(ぶどう) 52 ミルメーク(コーヒー)(5g) 1コ 型抜きチーズ(10g) 1コ	精白米 90 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 39 白菜 45.5 玉ねぎ 45.5 大根 26 人参 19.5 たけのこ 1.3 生しいたけ 3.9 冷凍おろししょうが 0.13 みそ 6.5 スープ 2.6 淡口しょうゆ 5.2 食塩 0.26 こしょう 0.04 ホールコーン 6.5 ノンエッグマヨ 6.11 片栗粉 1.3 小松菜まんじゅう(25g) 2コ ささみフレック 13 ブロックリー 32.5 人参 6.5 食酢 2.6 砂糖 1.95 濃口しょうゆ 1.95 食塩 0.65 ごま油 1.3 ダイスゼリー(ぶどう) 52 ミルメーク(コーヒー)(5g) 1コ 型抜きチーズ(10g) 1コ	精白米 90 普通牛乳 1本 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 39 白菜 45.5 玉ねぎ 45.5 大根 26 人参 19.5 たけのこ 1.3 生しいたけ 3.9 冷凍おろししょうが 0.13 みそ 6.5 スープ 2.6 淡口しょうゆ 5.2 食塩 0.26 こしょう 0.04 ホールコーン 6.5 ノンエッグマヨ 6.11 片栗粉 1.3 小松菜まんじゅう(25g) 2コ ささみフレック 13 ブロックリー 32.5 人参 6.5 食酢 2.6 砂糖 1.95 濃口しょうゆ 1.95 食塩 0.65 ごま油 1.3 ダイスゼリー(ぶどう) 52 ミルメーク(コーヒー)(5g) 1コ 型抜きチーズ(10g) 1コ	コッペパン(小麦80g) 1コ 普通牛乳 1本 アルファベットマカロニ 6.5 スマイル玉ねぎ 19.5 キャベツ 26 人参 32.5 ポークブイオン 6.5 淡口しょうゆ 5.2 食塩 0.39 こしょう 0.03 ★ミートボール(大)(20g) 3コ トマトケチャップ 3.9 濃口しょうゆ 0.98 砂糖 0.65 片栗粉 0.52 ボンレスハム 6.5 カットポテト 26 きゅうり 1.3 人参 6.5 食酢 6.5 ノンエッグマヨ 9.1 砂糖 0.65 食酢 0.65 食塩 0.1 クリームゴールド(15g)(乳含む) 1コ	菜めし 39 牛乳 26 じゃがいものみそ汁 32.5 かき揚げ 13 みたらし団子 26 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 26 豆腐 26 油揚げ 6.5 乾燥わかめ 0.39 人参 26 ささがきごぼう 19.5 大根 6.5 人参 19.5 マッシュルーム 6.5 ハヤシルウ(乳・小麦不使用) 19.5 トマトピューレー 6.5 トマトケチャップ 1.95 食塩 0.04 削り節 3.25 だし昆布 0.13 かき揚げ(50g) 1コ 揚げ油 4 精製塩 0.13 濃厚ソース 5.2 白玉団子(無糖) 35.1 砂糖 5.46 濃口しょうゆ 3.9 みりん 1.3 片栗粉 0.99 鶏肉 細切れ 19.5 チンゲン菜 19.5 玉ねぎ 13 人参 3.9 食酢 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 おさつスティック(5g) 1コ	ごはん 95 牛乳 1.95 普通牛乳 1本 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 39 豆腐 26 油揚げ 6.5 乾燥わかめ 0.39 人参 26 ささがきごぼう 19.5 大根 6.5 人参 19.5 マッシュルーム 6.5 ハヤシルウ(乳・小麦不使用) 19.5 トマトピューレー 6.5 トマトケチャップ 1.95 食塩 0.04 削り節 3.25 だし昆布 0.13 かき揚げ(50g) 1コ 揚げ油 4 濃厚ソース 5.2 ミンチカツ(50g) 1コ 揚げ油 4 濃厚ソース 5.2 鶏肉 細切れ 19.5 チンゲン菜 19.5 玉ねぎ 13 人参 3.9 食酢 1.69 濃口しょうゆ 0.64 食塩 1.3 こしょう 0.01 片栗粉 0.33 なたね油 0.65 おさつスティック(5g) 1コ	ごはん 95 牛乳 1.95 普通牛乳 1本 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 39 豆腐 26 油揚げ 6.5 乾燥わかめ 0.39 人参 26 ささがきごぼう 19.5 大根 6.5 人参 19.5 マッシュルーム 6.5 ハヤシルウ(乳・小麦不使用) 19.5 トマトピューレー 6.5 トマトケチャップ 1.95 食塩 0.04 削り節 3.25 だし昆布 0.13 かき揚げ(50g) 1コ 揚げ油 4 濃厚ソース 5.2 チキンナゲット(18g) 3コ 揚げ油 4 米粉のたこ焼き(20g) 3コ 濃厚ソース 5.2 鶏ひき肉 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 0.16 スライスチーズ(15g) 1コ スライスチーズ(15g) 1コ 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 4.81 スイートポテト(30g) 1コ 卵乳小麦不使用<直送>	ごはん 90 牛乳 1.95 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 26 じゃがいも 39 カットポテト 32.5 玉ねぎ 39 ほうれん草 19.5 人参 13 糸こんにゃく 13 人参 13 淡口しょうゆ 3.9 食塩 2.86 みりん 6.5 こしょう 1.3 こしょう 0.03 揚げ油 4 鶏肉 細切れ 78 冷凍おろししょうが 0.17 濃口しょうゆ 4.94 砂糖 1.69 みりん 1.04 片栗粉 0.34 スライスチーズ(15g) 1コ 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 4.81 スイートポテト(30g) 1コ 卵乳小麦不使用<直送>	ごはん 95 牛乳 1.95 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 26 じゃがいも 39 カットポテト 32.5 玉ねぎ 39 ほうれん草 19.5 人参 13 糸こんにゃく 13 人参 13 淡口しょうゆ 3.9 食塩 2.86 みりん 6.5 こしょう 1.3 こしょう 0.03 揚げ油 4 鶏肉 細切れ 39 冷凍おろししょうが 0.17 濃口しょうゆ 4.94 砂糖 1.69 みりん 1.04 片栗粉 0.34 スライスチーズ(15g) 1コ 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 4.81 スイートポテト(30g) 1コ 卵乳小麦不使用<直送>				
	1日あたり	704 kcal	755 kcal	764 kcal	734 kcal	891 kcal	858 kcal	822 kcal	759 kcal	854 kcal	766 kcal	767 kcal	884 kcal	748 kcal	
	蛋白質	34.5 g	26.7 g	29.8 g	27.3 g	18.8 g	34 g	24.3 g	30.1 g	28.7 g	29.3 g	42.1 g	40.1 g	33.5 g	
	脂質	36 g	23.8 g	17.2 g	17 g	26.5 g	37.5 g	25.5 g	26.8 g	25.5 g	18.4 g	29.8 g	30.9 g	21.6 g	
	日・曜日	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	24(木)	25(金)	28(月)	29(火)	30(水)	(※) 9月10日(木)の「スイートポテト」は、6月19日(金)の「黒はんぺんフライ」の代替品として提供します。			
	こ ん だ て	ごはん はっ酵乳(ジョア) マーボー厚揚げ 春巻き もやしのナムル	ごはん 牛乳 なめこのみそ汁 さつまいもコロケ 肉野菜炒め ミルメーク(キャラメル)	コッペパン 牛乳 スマイル焼きそば ウインナーソーセージ 大根のごまサラダ りんごジャム	ごはん 牛乳 関東煮 和風ハンバーグ ほうれん草のお浸し 味付けのり	ごはん 牛乳 はっ酵乳(アシドミルク) 僧兵汁 さんまの蒲焼風 みかんミックス おはぎ	五目釜めし 牛乳 冬瓜のみそ汁 しゅうまい かぼちゃサラダ	ごはん 牛乳 はっ酵乳(ジョア) 秋野菜キーマカレー 枝豆コーン ぶどう ミニフィッシュ	ごはん 牛乳 枝豆 秋野菜キーマカレー 枝豆コーン ぶどう ミニフィッシュ	ごはん 牛乳 沢庵煮 さつまいも 切干大根の肉のみそ炒め ミニゼリー(りんご)	ごはん 牛乳 はっ酵乳(ジョア) レンズ豆のスープ カレー風味のたらのフリッター フムスサラダ オレンジマーマレード	ごはん 牛乳 はっ酵乳(ジョア) レンズ豆のスープ カレー風味のたらのフリッター フムスサラダ オレンジマーマレード	ごはん 牛乳 はっ酵乳(ジョア) レンズ豆のスープ カレー風味のたらのフリッター フムスサラダ オレンジマーマレード	ごはん 牛乳 はっ酵乳(ジョア) レンズ豆のスープ カレー風味のたらのフリッター フムスサラダ オレンジマーマレード	
	ざ い り よ う	精白米 90 はっ酵乳(ジョア) 1本 普通牛乳 1本 豚肉 39 厚揚げ(小) 58.5 玉ねぎ 32.5 たけのこ 13 なす 13 人参 13 白ねぎ 13 冷凍おろししょうが 1.3 冷凍おろししょうが 0.13 ハチ味噌 5.85 濃口しょうゆ 2.6 砂糖 1.56 日本酒 0.65 トウバンジャン 0.13 食塩 0.13 片栗粉 0.98 春巻き(50g) 1コ 揚げ油 4 まぐろ油漬 9.1 緑豆もやし 26 人参 6.5 食酢 1.82 淡口しょうゆ 1.3 砂糖 0.05 ごま油 1.3	精白米 90 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 26 豆腐 19.5 大根 26 なめこ 19.5 人参 13 青ねぎ 3.9 信州みそ 7.15 赤みそ 6.5 削り節 3.25 だし昆布 0.13 さつまいもコロケ(50g) 1コ 揚げ油 4 豚肉 26 キャベツ 19.5 玉ねぎ 6.5 人参 6.5 淡口しょうゆ 0.65 食塩 0.1 練りごま 1.3 食酢 0.03 淡口しょうゆ 0.03 砂糖 0.33 食塩 0.65 ミルメーク(キャラメル)(7g) 1コ りんごジャム(15g) 1コ	コッペパン(小麦80g) 1コ 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 26 中華そば 52 豚肉 19.5 キャベツ 39 緑豆もやし 32.5 人参 13 青ねぎ 3.9 ウスターソース 3.9 粉末ソース 3.25 濃厚ソース 1.56 食塩 0.26 こしょう 0.03 なたね油 1.3 ウインナーソーセージ(20g) 2コ ハンバーグ(50g) 1コ 揚げ油 1.3 みりん 0.91 冷凍おろししょうが 0.39 日本酒 4.68 片栗粉 2.6 まぐろ油漬 13 大根 26 人参 6.5 白すりごま 0.65 練りごま 1.3 食酢 0.03 淡口しょうゆ 1.04 砂糖 0.52 みりん 0.03 なたね油 1.3 味付けのり(2g) 1コ	精白米 95 普通牛乳 1本 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 39 厚揚げ 26 大根 45.5 人参 19.5 じゃがいも 39 ささがきごぼう 13 玉ねぎ 13 こんにゃく 13 冷凍おろししょうが 4.42 人参 1.95 日本酒 1.43 みりん 1.43 削り節 1.95 ハンバーグ(50g) 1コ 揚げ油 1.3 みりん 0.91 冷凍おろししょうが 0.39 日本酒 4.68 片栗粉 2.6 まぐろ油漬 13 大根 26 人参 6.5 白すりごま 0.65 練りごま 1.3 食酢 0.03 淡口しょうゆ 1.04 砂糖 0.52 みりん 0.03 なたね油 1.3 味付けのり(2g) 1コ	精白米 90 はっ酵乳(アシドミルク) 1本 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 39 厚揚げ 26 大根 45.5 人参 19.5 じゃがいも 39 ささがきごぼう 13 玉ねぎ 13 こんにゃく 13 冷凍おろししょうが 4.42 人参 1.95 日本酒 1.43 みりん 1.43 削り節 1.95 ハンバーグ(50g) 1コ 揚げ油 1.3 みりん 0.91 冷凍おろししょうが 0.39 日本酒 4.68 片栗粉 2.6 まぐろ油漬 13 大根 26 人参 6.5 白すりごま 0.65 練りごま 1.3 食酢 0.03 淡口しょうゆ 1.04 砂糖 0.52 みりん 0.03 なたね油 1.3 味付けのり(2g) 1コ	五目釜めし 26 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 39 厚揚げ 26 大根 45.5 人参 19.5 じゃがいも 39 ささがきごぼう 13 玉ねぎ 13 こんにゃく 13 冷凍おろししょうが 4.42 人参 1.95 日本酒 1.43 みりん 1.43 削り節 1.95 しゅうまい(18g) 3コ ボンレスハム 13 おきだめ 23.4 かぼちゃ 13 冷凍おろししょうが 0.26 濃口しょうゆ 2.86 日本酒 0.65 片栗粉 0.39 だし昆布 0.13 月見団子(40g)<直送> 1コ お月見献立	ごはん 90 牛乳 26 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 鶏肉 細切れ 26 豆腐 19.5 油揚げ 9.1 大根 32.5 人参 13 さつまいも 13 ささがきごぼう 6.5 れんこん(乱切り) 3.9 淡口しょうゆ 5.68 カレーウ(乳・小麦不使用) 0.26 ポークブイオン 0.65 濃口しょうゆ 0.13 削り節 2.6 だし昆布 0.26 鶏つくね 45.5 冷凍おろししょうが 0.26 砂糖 3.12 濃口しょうゆ 2.86 日本酒 0.65 片栗粉 0.39 豚肉 19.5 エリンギ 10.4 えのきたけ 6.5 人参 6.5 つきこんにゃく 3.9 濃口しょうゆ 2.6 日本酒 1.3 なたね油 0.65 月見団子(40g)<直送> 1コ お月見献立	ごはん 95 牛乳 1.95 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 26 豆腐 19.5 油揚げ 6.5 大根 19.5 人参 13 ほうれん草 13 さつまいも 6.5 ささがきごぼう 6.5 れんこん(スライス) 3.9 生しいたけ 0.2 淡口しょうゆ 20.8 食塩 0.26 削り節 7.8 片栗粉 0.65 濃口しょうゆ 0.65 カットウインナー 13 おきだめ 65 揚げ油 4 人参 4.68 砂糖 1.17 濃口しょうゆ 0.52 豚肉 19.5 切干大根 1.95 人参 6.5 白ねぎ 6.5 冷凍おろししょうが 0.13 冷凍おろししょうが 0.13 日本酒 2.6 赤ピーマン 2.21 ごまドレッシング 1.95 淡口しょうゆ 0.33 ミニゼリー(りんご)(16g) 1コ オレンジマーマレード(15g) 1コ	ごはん 90 牛乳 1.95 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 26 豆腐 19.5 油揚げ 6.5 大根 19.5 人参 13 ほうれん草 13 さつまいも 6.5 ささがきごぼう 6.5 れんこん(スライス) 3.9 生しいたけ 0.2 淡口しょうゆ 20.8 食塩 0.26 削り節 7.8 片栗粉 0.65 濃口しょうゆ 0.65 カットウインナー 13 おきだめ 65 揚げ油 4 人参 4.68 砂糖 1.17 濃口しょうゆ 0.52 豚肉 19.5 切干大根 1.95 人参 6.5 白ねぎ 6.5 冷凍おろししょうが 0.13 冷凍おろししょうが 0.13 日本酒 2.6 赤ピーマン 2.21 ごまドレッシング 1.95 淡口しょうゆ 0.33 ミニゼリー(りんご)(16g) 1コ オレンジマーマレード(15g) 1コ	ごはん 90 牛乳 1.95 普通牛乳 1本 普通牛乳 1本 鶏肉 細切れ 26 豆腐 19.5 油揚げ 6.5 大根 19.5 人参 13 ほうれん草 13 さつまいも 6.5 ささがきごぼう 6.5 れんこん(スライス) 3.9 生しいたけ 0.2 淡口しょうゆ 20.8 食塩 0.26 削り節 7.8 片栗粉 0.65 濃口しょうゆ 0.65 カットウインナー 13 おきだめ 65 揚げ油 4 人参 4.68 砂糖 1.17 濃口しょうゆ 0.52 豚肉 19.5 切干大根 1.95 人参 6.5 白ねぎ 6.5 冷凍おろししょうが 0.13 冷凍おろししょうが 0.13 日本酒 2.6 赤ピーマン 2.21 ごまドレッシング 1.95 淡口しょうゆ 0.33 ミニゼリー(りんご)(16g) 1コ オレンジマーマレード(15g) 1コ				
		1日あたり	846 kcal	775 kcal	810 kcal	748 kcal	867 kcal	760 kcal	710 kcal	746 kcal	760 kcal	800 kcal			
		蛋白質	29.4 g	29 g	33.9 g	31.4 g	30.6 g	36.6 g	28.1 g	26 g	25 g	37.3 g			
		脂質	32.5 g	23.4 g	28 g	24.6 g	20.2 g	26 g	8 g	23.3 g	21.7 g	23.7 g			

食育の日
～和歌山県～

【僧兵汁(そうへいじる)】
和歌山県には寺院が多くあります。「僧兵汁」は、昔、和歌山県の高野山などで修行や寺を守る活動をしていた「僧兵」と呼ばれるお坊さんたちが食べていたといわれる料理です。イノシシやシカなどの肉や、にんにくをはじめてくさんの野菜を入れて、スタミナをつけていたそうですよ。
【さんま】
古くからさんまが豊富に獲れるので、伝統的な郷土料理である「さんま寿司」や「灰干(はいぼ)しさんま」が有名です。
【みかん】
温暖な気候に恵まれた和歌山県は、20年以上連続で収穫量が日本一です。

令和7年度 ふくまるアイデア給食献立コンテスト
採用献立(池田市内の中学生が考えた給食)

実施日	献立名	ナイスアイデアポイント!
9月10日(木)	黒はんぺんフライ	テーマは「本場よりも食べや

＜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。
- 食材、原材料、「いくら・えび・かに・くるみ・そば・落花生」は使用していませんが、同一ラインで製造されている場合があります。
- 給食で使用する「海藻類、小魚類、貝類」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。
- 8・9月に使用するお米は、青森県でとれた「まっしぐら」です。



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。

食育の日 ～和歌山県～

【僧兵汁(そうへいじる)】

和歌山県には寺院が多くあります。「僧兵汁」は、昔、和歌山県の高野山などで修行や寺を守る活動をしていた「僧兵」と呼ばれるお坊さんたちが食べていたといわれる料理です。イノシシやシカなどの肉や、にんにくをはじめた皆さんの野菜を入れて、スタミナをつけていたそうですよ。

【さんま】
古くからさんまが豊富に獲れるので、伝統的な郷土料理である「さんま寿司」や「灰干(はいば)しさんま」が有名です。

【みかん】
温暖な気候に恵まれた和歌山県は、20年以上連続で収穫量が日本一です。

今月の給食で使用している旬の食材

スマイル玉ねぎ・スマイルじゃがいも・細河ねぎ・オクラ・かぼちゃ・きゅうり・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・ピーマン・赤ピーマン・さつまいも・しいたけ・しめじ・マッシュルーム・さんま・たこ・ぶどう

令和7年度 ふくまるアイデア給食献立コンテスト
採用献立(池田市内の中学生が考えた給食)

実施日	献立名	ナイスアイデアポイント!
30日(水)	レンズ豆のスープ	テーマは「本場よりも食べやすいカタル料理」です。カタルでよく食べられている「フムス」などを食べやすしました。カタルでは、パンを汁物につける文化があるそうなので、パンをスープにつけて食べてみてください!
考えた人の学校名	カレー風味のたらのフリッター	
北豊島中学校	フムスサラダ	

※給食で提供するために、内容の一部変更している場合があります。