

8・9月給食だより

池田市教育委員会
池田市立学校給食センター
令和7年8・9月

長い夏休みが終わり、2学期が始まりました。まだまだ暑い日が続きますが、早寝早起きや1日3回のバランスのとれた食事を心がけ、毎日元気に過ごしましょう。

9/1 防災の日 食の備えは万全ですか？

大きな災害が起きたら、食料品の不足だけでなく、電気・ガス・水道などのライフラインが停止するおそれがあります。日ごろから、食料品や生活必需品は最低3日分、できれば1週間分を備えておくことが勧められています。防災について話し合い、防災意識を高める機会にしましょう。

家庭備蓄は「ローリングストック」で！



普段の食品を少し多めに買い置きしておき、使った分を買い足す「ローリングストック」で、無理なく備えることができます。

1日(月)は防災の日献立です。

- ・防災シチュー
- ・ウインナーソーセージ
- ・缶缶サラダ

レトルトや缶詰など、火を使わずに簡単に調理できる食品などを使った料理が登場します。

水

1人1日3リットルが目安です。家族分用意しておきましょう。

カセットコンロ・ガスボンベ

お湯を沸かしたり、ご飯を炊いたり、簡単な調理ができます。

保存性の高い食品

米、乾麺、缶詰、レトルト食品、乾物など
普段から多めに買い置きしておく心安心です。

備品類

ラップ、アルミホイル、ウェットティッシュ、使い捨て食器、手袋、ビニール袋、除菌スプレーなど
食器や器具が洗えなくなることを想定し、用意しておきましょう。

スマイル玉ねぎが登場します



スマイル玉ねぎは、池田市古江町の「スマイルファーム細河」で作られた玉ねぎです。7月に続いての登場です。池田でとれた野菜を味わっていただきましょう。

8月27日(水)スマイルコーンポタージュ
8月29日(金)スマイル玉ねぎソース魚焼き
9月4日(木)スマイル玉ねぎのみそ汁

<学校給食用半製品の材料>

保存料は使用していません

8月26日(火)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	28日(木)	9月1日(月)	2日(火)	2日(火)	3日・12日 (金)・26日(金)		
米粉のたこ焼 き(20g)	ミニがんもどき	かばちやひき肉フライ(60g)	ささみフライ (55g)	ミニゼリー(ア セロラ)(22g)	防災シチュー (レトルト)(200g)	＊だし巻き卵 (60g)	チリパウダー	れんこん		
米粉 キャベツ タコ 砂糖 食塩 和風だしの素 加工でんぷん 膨張剤 安定剤 (キサンタンガム) (一部に 大豆を含む)	豆腐(大豆) 粉状大豆 たん白(大豆) にんじん でん粉 米粉 揚げ油 (なたね油) 豆腐用凝固剤 27日(水) とうもろこし ペースト とうもろこし	かぼちゃ たまねぎ 豚肉 砂糖 しょうゆ 豚脂 粒状植物性 たん白(大豆) 〔つなぎ〕 でん粉 パン粉(小麦) 発酵調味料 小麦グルテン 酵素分解物(小麦) ウスターソース (大豆 りんご) 香辛料	〔衣〕 パン粉(小麦) でん粉(大豆) 小麦粉 植物油 デキストリン 加工デンプン 調味料(アミノ酸) 着色料 カラメル 紅麹 ラック	鶏肉(ささみ) 粉末状大豆 たん白(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	異性化液糖 アセロラ濃縮果汁 還元水あめ ゲル化剤 酸味料 (クエン酸 クエン酸Na) ムラサキイモ色素 トウガラシ色素 クエン酸第一鉄ナトリウム 香料 アセロラフレーバー 消泡剤 クチナシ赤色素	野菜 玉ねぎ じゃがいも にんじん パーム油 砂糖 デキストリン 食塩 酵母エキス 玉ねぎエキス ガーリックペースト	香辛料 増粘剤 加工デンプン キサンタンガム 調味料 (アミノ酸等) カラメル色素 乳化剤 酸化防止剤 (ビタミンC) 香料 香辛料抽出物	鶏卵 だし汁 コーンパウダー 食塩 クミン オレガノ ガーリック 3日(水) あじフライ (40g) 納豆 大豆 納豆菌 食塩	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 3日(水) めあじ パン粉 (小麦大豆) バターミックス (小麦大豆)	蓮根 酢酸 ビタミンC メタリン酸Na 糖類 水飴 砂糖 カカオマス ショートニング 澱粉 食塩 乳化剤 香料
4日(木)	5日(金)	9日(火)	10日(水)	12日(金)	12日(金)	16日(火)	17日(水)			
かき揚げ (50g)	ぎょうざ(17g)	コーンしゅうまい(18g)	ハンバーグ(50g)	のり佃煮 (10g)	ミンチカツ (60g)	＊いわしの生 姜煮(50g)	かぼちゃ ペースト			
たまねぎ にんじん ごぼう しゅんぎく 小麦粉 食塩 粉末状植物 性たん白 揚げ油(パーム油) 調味料(アミノ酸等) ベーキングパウダー カロチノイド色素 (一部に小麦 大豆を含む)	キャベツ 豚肉 玉ねぎ 豚骨 粒状大豆 たん白(大豆) 醤油 ごま油 砂糖 食塩 蛋白加水分解 物(大豆・小麦) にんにく	〔皮〕 小麦粉 グルテン(小麦) 食塩 5日(金)・9日(火) たけのこ 筍 クエン酸	コーン 玉葱 豚肉 豚骨 粒状大豆 たん白(大豆) パン粉(小麦) 小麦粉 澱粉 砂糖 食塩 蛋白加水分解物 (大豆・小麦) コショウ	〔皮〕 小麦粉 グルテン(小麦) 食塩 鶏肉 豚肉 たまねぎ 粒状植物性 たん白(大豆) 豚脂 でん粉 砂糖 トマトケチャップ 植物油(大豆) 乾燥マッシュポテト 野菜ペースト	香辛料 オニオンエキスパウダー 食塩 酵母エキス 加工デンプン 炭酸Ca 調味料 (無機塩) 焼成Ca ピロリン酸鉄 着色料(ココア) 硫酸Ca	醤油 水飴 砂糖 のり でん粉 酵母エキス 食塩 酵母エキス 香辛料 〔衣〕 パン粉 (小麦・大豆) バター粉 (小麦・大豆) 増粘多糖類	いわし 砂糖 しょうゆ 本みりん でん粉 しょうが 食塩 酵母エキス 香辛料 〔衣〕 パン粉 (小麦・大豆) 漬け原材料 食塩 ウコン粉 唐辛子 酸味料	かぼちゃ いちじくジャム (15g) 水飴 いちじく 砂糖 ペクチン レモン果汁 硫酸Ca 高菜 漬け原材料 食塩 ウコン粉 鶏卵		
18日(木)	19日(金)	19日(金)	22日(月)	24日(水)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	30日(火)		
春巻き(50g)	白身魚フライ (50g)	味付けのり (3g)	ピーマンの肉詰め フライ(45g)	ミートボール (大)(20g)	ミニゼリー (ぶどう)(16g)	モウカザメ フライ(50g)	ミニゼリー (りんご)(16g)	チキンナゲット(18g)		
野菜 たまねぎ キャベツ にんじん もやし たけのこ 植物油 (ごま 大豆) 小麦粉 粒状植物性 たん白(大豆) 鶏肉 しょうゆ ショートニング (大豆)	酵母エキス 香辛料 〔衣〕 小麦粉 乳化剤 植物油(大豆) 粉あめ ショートニング (大豆) 粉末油脂 食塩 グルテン(小麦) 加工でん粉 ソルビトール 増粘剤 加工でん粉 キサンタンガム 乳化剤	ホキ パン粉(小麦) 小麦粉 乳化剤 食塩 昆布 増粘多糖類 打ち粉(小麦) かつお削り節 いりこ 椎茸 唐辛子	乾海苔 砂糖 食塩 みりん 昆布 酵母エキス かつお削り節 いりこ 椎茸 唐辛子	豚肉 ピーマン 玉ねぎ 鶏肉 パン粉(小麦) でん粉(馬鈴薯) 砂糖 醤油 食塩 コショウ 〔衣〕 パン粉(小麦) バターミックス粉	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 海藻ミックス わかめ 昆布 干菱わかめ 赤桜草 白杉のり	異性化液糖 グレープ濃縮果汁 砂糖 ゲル化剤 (増粘多糖類) 酸味料 (クエン酸 クエン酸Na) 香料 (グレープフレーバー)	モウカ パン粉 (小麦大豆) バターミックス (小麦大豆) (増粘多糖類) おはぎ(30g) ＜直送＞ 小豆粒あん もち米 麦芽糖 トレハロース 食塩 26日(金) 冷凍 大根おろし だいこん	異性化液糖 アップル濃縮果汁 砂糖 ゲル化剤 (増粘多糖類) 酸味料 (クエン酸 クエン酸Na) 香料 (アップルフレーバー) 29日(月) 赤魚の醤油焼 き(50g) 赤魚 醤油 砂糖 みりん風調味料	鶏肉 粉末状大豆 たん白(大豆) 植物油 (大豆) でん粉 しょうゆ 食塩 清酒 チキンエキス調味料 (小麦・大豆・鶏肉) かつおエキス調味料 魚醤 香辛料 加工デンプン	添加物製剤 ・pH調整剤 ・V.C クエン酸鉄 〔衣〕 天ぷら粉 ・小麦粉 ・でん粉 ・食塩 ・膨張剤 コーンフラワー でん粉 ぶどう糖 着色料製剤 揚げ油(大豆油)