

小学校給食の献立と材料表

使用量（g）は中学年（3・4年生）の分量です。食材調達等の都合により献立が変更になることがあります。食物アレルギー対応に影響がある場合は、別途対象者にお知らせします。

尼崎市教育委員会
第2ブロック

[illegible]

日-曜	16日(水)	17日(木)	18日(金)	24日(木)	25日(金) 行事食	28日(月)	29日(火)	30日(水)
献立名	小型パン ミートスバグティ 牛乳 キャベツのサラダ 冷凍みかん	ごはん 牛乳 さばのみそ焼 切り干し大根の炒め煮 けんちん汁	ごはん 牛乳 かぼちゃコロッケ フォーサラダ カレースープ	ごはん とり肉のアーモンドがらめ チンゲンサイのイタコ炒め はくさいスープ	五目ごはん 牛乳 さわらの塩焼き とうもろこしのみそ汁 月見だんご	ごはん ほうとう 牛乳 がんもどきの含め煮 ツナと野菜のあえ物	ごはん 牛乳 じゃがいもと大豆のうま煮 れんごんのきんぴら ぶどう	パン 牛乳 チキンカツレツ ブロッコリー ほそき野菜のスープ
材料名および使用量(へ)	小型パン 1個 黄 スバグティ 25 黄 塩 調理用 0.25 黄 豚きん肉 20 赤 豚きん肉 10 赤 にんじん 15 緑 たまねぎ 15 緑 なす 60 緑 グリーンピース 5 緑 にんにく 0.1 緑 サラダ油 0.5 黄 サラダ油 0.8 黄 小麦粉 1 白 トマトケチャップ 16 白 塩 0.35 白 こしょう 0.03 白 トナカツソース 4 黄 ウスターソース 5 黄 水 5 白 牛乳 1本 赤 キャベツ 25 緑 塩 調理用 0.1 黄 上白糖 0.7 白 青ねぎ 1 黄 塩 0.3 黄 こしょう 0.02 白 酢 1.2 白 温州みかん冷凍 1個 緑	米 80 黄 牛乳 105 赤 さば 1両 緑 白ねぎ 1.8 黄 フー 0.08 緑 みそ 3 赤 上白糖 3 赤 濃口しょうゆ 1 緑 切り干し大根 0.5 黄 とりに肉 4 緑 にんじん 5 赤 にんじん 2 赤 サラダ油 0.3 黄 上白糖 1 白 濃口しょうゆ 1.8 黄 じゃが芋 0.3 白 にんにく 1 黄 たまねぎ 18 黄 セロリ 30 赤 トマト 10 赤 トマトジュース 10 緑 にんにく 0.1 緑 青ねぎ 0.6 黄 こしょう 0.02 白 カレーパウダー 0.4 黄 濃口しょうゆ 3.3 黄 ウスターソース 2 黄 ベリーフ 0.05 黄 水 190 白	米 80 黄 牛乳 105 赤 かぼちゃコロッケ 1両 黄 フォー 10 黄 にんじん 4 緑 上白糖 10 緑 塩 調理用 0.1 緑 白ごま 5 緑 上白糖 1.4 黄 濃口しょうゆ 2.4 黄 酢 1.5 黄 ごま油 0.2 黄 豚肉 10 赤 じゃがいも 25 黄 にんにく 1 黄 たまねぎ 30 緑 セロリ 5 緑 トマト 10 緑 トマトジュース 10 緑 にんにく 0.1 緑 青ねぎ 0.4 黄 こしょう 0.02 白 カレーパウダー 0.4 黄 濃口しょうゆ 0.3 黄 ウスターソース 2.2 黄 ベリーフ 0.05 黄 水 90 白	米 80 黄 牛乳 105 赤 とり肉 50 赤 でんぷん 6.3 黄 油 3 黄 アーモンド(ヌカ) 2.5 黄 上白糖 2.5 黄 濃口しょうゆ 2.5 黄 みりん 0.8 黄 水 3 白 でんぷん 0.4 黄 じゃがいも 20 黄 チンゲンサイ 30 緑 サラダ油 0.3 黄 上白糖 0.5 黄 濃口しょうゆ 1 黄 オイスターソース 0.4 黄 塩 0.1 黄 こしょう 0.01 白 豚肉 15 赤 にんじん 10 緑 はくさい 30 緑 しいたけ 2 黄 はるまめ 3 緑 青ねぎ 3 緑 にんじん 10 緑 上白糖 27 黄 白ごま 12 黄 上白糖 6.5 黄 こしょう 0.02 白 濃口しょうゆ 3.5 黄 水 125 白	米 65 黄 水 83 緑 ごぼう 4 緑 うすあげ 10 緑 うすあげ 3 赤 うすあげ 3 赤 しいたけ 0.5 緑 塩 0.3 緑 濃口しょうゆ 2.2 黄 淡口しょうゆ 2.2 黄 青ねぎ 8 黄 牛乳 1本 赤 せらら 1両 赤 うすあげ 0.3 赤 にんじん 10 緑 とうがき 28 緑 しいたけ 12 緑 青ねぎ 3 赤 みそ 10 緑 煮干し 2 緑 ツナ 125 黄 白ごま 27 黄 上白糖 6.5 黄 こしょう 0.04 白	米 65 黄 水 85 黄 ほうとうどん 50 黄 豚肉 20 赤 うすあげ 10 赤 かぼちゃ 3 緑 にんじん 4 緑 じゃがいも 10 緑 はくさい 15 赤 しいたけ 60 黄 青ねぎ 3 緑 みそ 0.1 黄 濃口しょうゆ 0.3 黄 煮干し 2 黄 上白糖 120 黄 牛乳 1本 赤 がんもどき 19.9 黄 にんじん 1.9 黄 赤ごんにゃく 1.9 黄 みりん 1 黄 じゃが芋 0.5 黄 水 30 白 ツナ 5 赤 切り干し大根 1.5 黄 にんじん 3 緑 きゅうり 15 緑 塩 調理用 0.2 黄 上白糖 0.9 黄 濃口しょうゆ 2 黄	米 80 黄 牛乳 105 赤 とり肉 25 赤 塩 しょうゆ 10 赤 小麦粉 5 黄 水 11 白 パン粉 10 黄 サラダ油 3 緑 塩 調理用 0.2 黄 上白糖 0.7 黄 サラダ油 1 黄 塩 0.2 黄 煎 1 白 ベークン 5 黄 じゃがいも 10 黄 にんじん 5 黄 たまねぎ 15 黄 キャベツ 15 黄 スズキキ 10 緑 セロリ 3 緑 にんにく 0.3 黄 オリーブ油 0.5 黄 塩 0.8 黄 こしょう 0.01 黄 ベリーフ 0.01 黄 白ワイン 0.5 黄 とりがら 8 白 水 130 白	

赤：赤色の食品・・・体をつくるもとになるもの
 黄：黄色の食品・・・熱や力になるもの
 緑：緑色の食品・・・体の調子をととのえるもの

一食あたり平均栄養素量

エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	食塩相当量 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgRAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g
614	24.7	20.2	2.1	309	82	2.1	211	0.36	0.5	22	5

☆尼崎市学校給食における食物アレルギー対応基本方針☆

医師の診断による「学校生活管理指導表」に基づき対応します。個別に対応する食品は、たまご、飲用生乳、小麦（主食）、えび、かに、いか、たこ、ごま、ナッツを限度とし、安全を最優先して対応します。

つなぐつなげる

