

こんだて表〔小学校Aブロック〕

令和03年(2021年)2月

西宮市教育委員会 学校給食課

Main menu table with columns for dates (2月1日 to 2月17日),献立名 (Menu Name), and 材料名および使用量 (Ingredients and Usage). Includes sub-headers for '4年生以外の学年' and '4年生(10才おめでとう給食)'. Text boxes on the right contain messages like '4年生のみなさん、10才おめでとうございます。' and '宝塚産の「キャベツ」'.

学校給食課だより No.508

西宮産の「米・酒かす・ねぎ」、宝塚産の「キャベツ」、兵庫県産の「みそ」～地産地消・生産者とつながる学校給食をめざして～

今月は、西宮産の酒かすとねぎ、兵庫県産のみそを、小学校Aブロックは24日、Bブロックは16日、中学校は3日の「かす汁」で使用します。

また、宝塚産で収穫されたキャベツを、小学校Aブロックは15日、Bブロックは22日に「フレンチサラダ」で、中学校は25日に「コンソメスープ」で使用します。

さらに西宮産の米を、小学校Aブロックは22日の「とりごぼうごはん」で、小学校Bブロックは1日、中学校は8日の「いり豆ご飯」で使用します。

宝塚産の「キャベツ」

キャベツは1年に何度か旬があります。今月のキャベツは、宝塚市の西谷地区で、8月ごろに種をまき、1月下旬から2月上旬に収穫された冬キャベツです。

冬キャベツは葉がしっかりと巻いていて、甘みがあるのが特徴です。キャベツは虫がつきやすく、育てるのがとても大変なのですが、今年は天候がよく、順調に育ちました。



☆今月の神戸ビーフ☆
Aブロック 15日(火)
Bブロック 22日(月)
カレーライスで使用します。

◆エネルギー P...たんぱく質 ●印...赤色の食品(体を作るものになる) ■印...黄色の食品(熱や力のもとになる) ▲印...緑色の食品(体の調子をととのえる) (揚)揚げ物
\*印...リザーブ給食(小学校Aブロック8日・小学校Bブロック15日)は、【こつぶだいふく】と【ももゼリー】です。
\*天候等により食材の一部が使用できない場合があります。
\*西宮市の学校給食のホームページは次のアドレスでご覧になれます http://www.nishi.or.jp/ (西宮市のホームページ『学校教育』から)
\*献立表は右のQRコードからもアクセスできます
\*加工食品に使用している原材料については、学校給食課のホームページ「学校給食使用加工食品原材料一覧」でご確認ください



こんだて表〔小学校Bブロック〕

令和03年(2021年)2月

西宮市教育委員会 学校給食課

献立名	2月1日(月)	2月2日(火)	2月3日(水)	2月4日(木)	2月5日(金)	2月8日(月)	2月9日(火)
いりまごごはん ぎゅうにゅう えびフライ(揚) ゆでやさい マヨネーズ	こぼん ぎゅうにゅう あじつけのり おでん ごまあえ	パン ぎゅうにゅう ぎゅうにくのトマトソースに スパゲティソース かぶらスープ	こぼん ジョア さばのチョリム ナムル トック トック(きざみのり)	くろパン ぎゅうにゅう いわしのカレーフライ(揚) ゆでキャベツ ソース わかめスープ	こぼん ぎゅうにゅう さばのチョリム ナムル トック トック(きざみのり)	こぼん ぎゅうにゅう ぎゅうにくのからみいため きつねうどん	キャベツとぶたにくのみそいためどん(こぼん) キャベツとぶたにくのみそいためどん(具) ぎゅうにゅう たまごスープ スイートポテト
材料名および使用量(g)	こめ(西宮産) 68 ● とりにく 15 ● いりだいず 7 ● しらすぼし 6 ● あぶらあげ 5 ● しいたけ 0.5 ▲ にんじん 10 ▲ けずりぶし 1.4 ▲ こんぶ(粉末) 0.05 ● しょうゆ(淡) 3.6 ● せいしゆ 3 ● しょうゆ(濃) 0.2 ● ぎゅうにゅう 1本 ● えびフライ 1尾 ● あぶら 5 ● ブロッコリー 30 ▲ マヨネーズ(袋) 1袋 ●	こめ 80 ● ぎゅうにゅう 1本 ● あじつけのり 1袋 ● しょうゆ(さきがき) 20 ● がんもどき 30 ● じゃがいも 60 ● こんにやく 35 ● にんじん 30 ▲ けずりぶし 2 ● こんぶ(粉末) 0.02 ● しょうゆ(濃) 3 ● さとう 2 ● しお 0.5 ● ごま 1.5 ● キャベツ 40 ▲ ほうれんそう 10 ▲ しょうゆ(濃) 1.6 ▲ さとう 0.8 ●	パン 1こ ● ぎゅうにゅう 1本 ● ぎゅうにく 50 ● たまねぎ 5 ▲ しょうが 0.6 ▲ にんにく 0.3 ▲ りんごピューレー 5 ▲ トマトピューレー 3 ▲ ケチャップ 3 ● ウスターソース 3 ● ぶどうしゆ(赤) 3 ● さとう 1 ● あぶら 0.4 ● スパゲティ 10 ● ハム 8 ● キャベツ 15 ▲ ウスターソース 12 ▲ たまねぎ 5 ▲ にんじん 5 ▲ パセリ 0.4 ▲ しお 0.2 ▲ たまご(液卵) 10 ● トック 30 ● たけのこ(水煮) 10 ▲ にんじん 10 ▲ ねぎ 5 ▲ ベーコン 7 ● かぶ 35 ▲ かぶ(葉) 6 ▲ しょうゆ(淡) 1 ● しお 0.7 ● こしょう 0.02 ● チキンブイオン 11 ● ポークブイオン 5 ●	こめ 80 ● ジョア(ブレーン) 1本 ● さば(焼) 1切 ● ねぎ 1.6 ▲ にんにく 0.2 ▲ しょうゆ(濃) 4.8 ▲ さとう 3.2 ● みそ 1.6 ● せいしゆ 0.8 ● す 0.8 ● チリパウダー 0.02 ● もやし 50 ▲ しお 0.4 ● ガーリック 0.01 ● ごまあぶら 0.5 ● ぎゅうにく(ミンチ) 5 ● にんにく 0.1 ● あぶら 0.1 ● たまご(液卵) 10 ● トック 30 ● たけのこ(水煮) 10 ▲ にんじん 10 ▲ ねぎ 5 ▲ しょうゆ(淡) 4 ● しょうゆ(濃) 0.5 ● しお 0.2 ● こしょう 0.01 ● チキンブイオン 10 ● ポークブイオン 4 ● きざみのり 1袋 ●	こめ 80 ● ぎゅうにゅう 1本 ● いわし(開き) 1切 ● しお 0.3 ● こしょう 0.03 ● こむぎこ 5 ● カレーこ 0.8 ● パンこ 15 ● あぶら 6 ● キャベツ 35 ▲ ソース(中濃) 1袋 ● わかめ 7 ● ごま 0.5 ● わかめ 0.8 ● にんじん 12 ● もやし 10 ▲ ねぎ 5 ▲ しょうゆ(淡) 1 ● しお 0.6 ● チキンブイオン 11 ● ポークブイオン 5 ● やきぶた 7 ● ごま 0.5 ● わかめ 0.8 ● にんじん 12 ● もやし 10 ▲ ねぎ 5 ▲ しょうゆ(淡) 1 ● しお 0.6 ● チキンブイオン 11 ● ポークブイオン 5 ●	こめ 80 ● ぎゅうにゅう 1本 ● ぎゅうにく 35 ● ごま 1 ● たまねぎ 35 ▲ にんじん 15 ▲ ねぎ 7 ▲ にんにく 0.2 ▲ しょうゆ(濃) 3 ● さとう 1.4 ● しお 0.7 ● チリパウダー 0.01 ● ごまあぶら 0.5 ● あぶら 0.5 ● うどん 60 ● あぶらあげ 8 ● しょうゆ(濃) 1.4 ● さとう 1.4 ● かまぼこ 7 ● ねぎ 7 ▲ けずりぶし 4 ● しょうゆ(淡) 4.6 ● しょうゆ(濃) 0.9 ● しお 0.3 ● こんぶ(粉末) 0.05 ●	こめ 80 ● ぶたにく(ミンチ) 45 ● キャベツ 55 ▲ にんじん 10 ▲ たまねぎ 15 ▲ しょうが 0.5 ▲ にんにく 0.2 ▲ あかだしみそ 3.6 ● さとう 2.4 ● しょうゆ(濃) 3.6 ● せいしゆ 0.5 ● ごまあぶら 0.5 ● でんぶん 2 ● ぎゅうにゅう 1本 ● たまご(液卵) 20 ● たまねぎ 25 ▲ にんじん 10 ▲ パセリ 0.5 ▲ しょうゆ(淡) 2 ● しお 0.7 ● こしょう 0.02 ● でんぶん 1 ● チキンブイオン 11 ● ポークブイオン 5 ● スイートポテト 1こ ●
E/P	639/26.0	625/23.2	620/28.8	622/25.8	658/27.7	666/28.0	702/27.2

献立名	2月10日(水)	2月12日(金)	2月15日(月)リザーブ給食	2月16日(火)	2月17日(水)	
パン ぎゅうにゅう みかんジャム さけのからあげ(揚) だいこんサラダ はくさいスープ	アップルパン ぎゅうにゅう ペンネのシーフードクリームソース コンソメスープ	アップルパン ぎゅうにゅう ペンネのシーフードクリームソース コンソメスープ フルーツもりあわせ	ちゅうかふうピラフ ぎゅうにゅう にくだんごスープ ◆こつぶだいふく ◆ももゼリー	こぼん ぎゅうにゅう さわらのにつけ きりぼしだいこんのもの かすじる	パン ぎゅうにゅう バター(個付) ビーフシチュー いちご	
材料名および使用量(g)	パン 1こ ● ぎゅうにゅう 1本 ● みかんジャム 1袋 ● さけ(角) 50 ● せいしゆ 0.4 ▲ しょうがじる 0.4 ▲ しお 0.4 ▲ こしょう 0.04 ● でんぶん 8 ● あぶら 4 ● まぐろ(フレーク) 15 ● りんごす 0.8 ● だいこん 40 ▲ みつば 5 ● りんごす 1.7 ● しお 1 ● しお 0.3 ● さとう 0.3 ● こしょう 0.01 ● ベーコン 7 ● はくさい 40 ▲ にんじん 15 ▲ パセリ 0.5 ▲ しょうゆ(淡) 1.2 ▲ しお 0.7 ● こしょう 0.02 ● チキンブイオン 11 ● ポークブイオン 5 ●	アップルパン 1こ ● ぎゅうにゅう 1本 ● ペンネ 15 ● ベーコン 2 ● えび 10 ● かいばしら 10 ● たまねぎ 15 ▲ にんじん 10 ▲ マッシュルーム 3 ▲ パセリ 0.5 ▲ こむぎこ 2 ● バター 2 ● ぎゅうにゅう 15 ● しお 0.4 ▲ こしょう 0.01 ● あぶら 0.5 ● チキンブイオン 1.9 ● ポークブイオン 0.8 ● ポークソーセージ(カット) 10 ● たまねぎ 20 ▲ キャベツ 20 ▲ にんじん 5 ▲ しょうゆ(淡) 1 ● しお 0.8 ● こしょう 0.02 ● チキンブイオン 9 ● ポークブイオン 4 ●	アップルパン 1こ ● ぎゅうにゅう 1本 ● ペンネ 15 ● ベーコン 2 ● えび 10 ● かいばしら 10 ● たまねぎ 15 ▲ にんじん 10 ▲ マッシュルーム 3 ▲ パセリ 0.5 ▲ こむぎこ 2 ● バター 2 ● ぎゅうにゅう 15 ● しお 0.4 ▲ こしょう 0.01 ● あぶら 0.5 ● チキンブイオン 1.9 ● ポークブイオン 0.8 ● ポークソーセージ(カット) 10 ● たまねぎ 20 ▲ キャベツ 20 ▲ にんじん 5 ▲ しょうゆ(淡) 1 ● しお 0.8 ● こしょう 0.02 ● チキンブイオン 9 ● ポークブイオン 4 ● もりあわせ(いちご・チョコ) 1こ ▲	こめ 68 ● ぶたにく 30 ● しいたけ 0.8 ▲ たまねぎ 20 ● にんじん 15 ▲ しょうゆ(濃) 4 ● せいしゆ 0.4 ● あぶらあげ 3 ● きりぼしだいこん 6 ● あぶら 1.5 ● チキンブイオン 4 ● ポークブイオン 1.5 ● ぎゅうにゅう 1本 ● ミンチポール 30 ● はくさい 3 ● はくさい 20 ● にんじん 10 ● ねぎ 5 ▲ しょうゆ(淡) 2 ● しお 0.4 ● こしょう 0.01 ● チキンブイオン 6 ● ポークブイオン 3 ● こつぶだいふく 1袋 ● ももゼリー 1こ ●	こめ 80 ● ぎゅうにゅう 1本 ● さわら(焼) 1切 ● しょうが 1.6 ▲ しょうゆ(濃) 5.1 ▲ さとう 2.9 ● せいしゆ 0.6 ● あぶらあげ 3 ● きりぼしだいこん 6 ● にんじん 3 ▲ けずりぶし 0.4 ● こんぶ(粉末) 0.01 ● さとう 2 ● しょうゆ(濃) 1.5 ● しお 0.2 ● ぶたにく 8 ● ちくわ 5 ● あぶらあげ 2 ● だいこん 15 ▲ にんじん 10 ▲ こんにやく 10 ▲ あぶら 0.6 ● ねぎ(西宮産) 5 ▲ けずりぶし 3 ● こんぶ(粉末) 0.05 ● みそ(兵庫産) 9 ● さけかす(西宮産) 4 ●	パン 1こ ● ぎゅうにゅう 1本 ● バター(個付) 1こ ● ぎゅうにく(角) 30 ● ぶどうしゆ(赤) 2 ● じゃがいも 50 ▲ たまねぎ 50 ▲ マッシュルーム 20 ▲ グリーンピース 7 ▲ しょうが 0.5 ▲ にんにく 0.2 ▲ こむぎこ 3.5 ● バター 1.3 ● あぶら 1.2 ● トマトピューレー 7 ● ウスターソース 2.3 ● しお 0.7 ● さとう 0.2 ● にんじん 10 ▲ あぶら 0.6 ● チキンブイオン 4.8 ● ポークブイオン 2 ● いちご 3こ ▲
E/P	664/30.0	601/25.8	624/26.3	632/23.3	640/29.8	636/23.0

献立名	2月18日(木)	2月19日(金)	2月22日(月)	2月24日(水)	2月25日(木)	2月26日(金)	
こぼん ジョア ふりかけ とりにくとだいずのうまに ちゅうかそば	チキンマヨサンド(パン) チキンマヨサンド(サラダ) スライスチーズ ぎゅうにゅう みだくさんスープ	パン(スライス) 1こ ● むしさきみ 20 ● キャベツ 30 ▲ にんじん 10 ▲ マヨネーズ 6 ● グリンピース 0.2 ● スライスチーズ 1枚 ● ぎゅうにゅう 1本 ● ベーコン 7 ● こむぎこ 2 ● じゃがいも 20 ● たまねぎ 20 ● にんじん 10 ▲ とうもろこし(粒・冷) 10 ▲ あかピーマン 3 ▲ パセリ 0.5 ▲ しょうゆ(淡) 1 ● しお 0.7 ● こしょう 0.02 ● チキンブイオン 10 ● ポークブイオン 4 ●	カレーライス(こぼん) カレーライス(ルウ) ぎゅうにゅう フレンチサラダ	パン ぎゅうにゅう ポークロquette(揚) ちゅうかサラダ コンソメスープ	こぼん ぎゅうにゅう みそにこみハンバーグ だいこんのおかかあえ かきたまじる	パン ぎゅうにゅう コーンのミルクに フレンチサラダ アーモンド	☆かすじる☆  Aブロック 24日(水) Bブロック 16日(火)  かすじるに、西宮産の「さけかす」と「ねぎ」、兵庫産の「みそ」を使用しています。  西宮市では、古くから酒造りが盛んな地域です。酒造りの副産物である「さけかす」を利用した「かすじる」は、西宮市の郷土食です。
材料名および使用量(g)	こめ 80 ● ジョア(ブレーン) 1本 ● ふりかけ(さかな) 1袋 ● とりにく 30 ● だいず 8 ● こんにやく 15 ● たまねぎ 30 ▲ しょうがじる 1 ▲ しょうゆ(濃) 2.4 ● さとう 2 ● ちゅうかめん 35 ● やきぶた 12 ● しいたけ 0.4 ▲ もやし 23 ▲ にんじん 6 ▲ ねぎ 4 ▲ しょうゆ(濃) 2 ● しお 0.9 ● こしょう 0.02 ● ごまあぶら 0.2 ● チキンブイオン 15 ● ポークブイオン 6 ●	パン(スライス) 1こ ● むしさきみ 20 ● キャベツ 30 ▲ にんじん 10 ▲ マヨネーズ 6 ● グリンピース 0.2 ● スライスチーズ 1枚 ● ぎゅうにゅう 1本 ● ベーコン 7 ● こむぎこ 2 ● じゃがいも 20 ● たまねぎ 20 ● にんじん 10 ▲ とうもろこし(粒・冷) 10 ▲ あかピーマン 3 ▲ パセリ 0.5 ▲ しょうゆ(淡) 1 ● しお 0.7 ● こしょう 0.02 ● チキンブイオン 10 ● ポークブイオン 4 ●	こめ 85 ● ぎゅうにく(兵庫産) 50 ● たまねぎ 45 ▲ じゃがいも 35 ● にんじん 20 ▲ グリンピース 5 ▲ しょうが 0.5 ▲ にんにく 0.2 ▲ こむぎこ 8 ● バター 2 ● あぶら 4 ● カレーこ 0.8 ● ウスターソース 4.5 ● 1.2 ▲ ケチャップ 1 ● しょうゆ(濃) 0.4 ● あぶら 0.8 ● チキンブイオン 6 ● ポークブイオン 3 ● ぎゅうにゅう 1本 ● キャベツ(宝塚産) 30 ▲ とうもろこし(粒) 10 ▲ あぶら 1.6 ● りんごす 0.8 ● しお 0.3 ● さとう 0.3 ● こしょう 0.01 ●	パン 1こ ● ぎゅうにゅう 1本 ● コロquette 1こ ● あぶら 11 ● もやし 10 ▲ きゅうり 40 ▲ しょうゆ(濃) 1.8 ▲ す 1.8 ▲ さとう 0.9 ● しお 0.2 ● ごまあぶら 0.2 ● からし 0.07 ● たまねぎ 30 ▲ にんじん 15 ▲ パセリ 0.5 ▲ しょうゆ(淡) 1 ● しお 0.9 ● こしょう 0.01 ● チキンブイオン 12 ● ポークブイオン 6 ●	こめ 80 ● ぎゅうにゅう 1本 ● どうふハンバーグ 1こ ● あかだしみそ 6 ● ぶどうしゆ(赤) 2 ● さとう 1.5 ● みりん 0.8 ● かつおぶし 0.6 ● だいこん 40 ▲ しょうゆ(濃) 1.2 ● たまご(液卵) 20 ● かまぼこ 5 ● たまねぎ 25 ▲ ねぎ 5 ▲ けずりぶし 3 ● こんぶ(粉末) 0.05 ● しょうゆ(淡) 3.5 ● しょうゆ(濃) 0.6 ● しお 0.3 ● でんぶん 1.5 ●	パン 1こ ● ぎゅうにゅう 1本 ● とりにく 30 ● ぎゅうにゅう 30 ● マカロニ 9 ● じゃがいも 50 ● たまねぎ 30 ▲ とうもろこし(ペースト) 30 ▲ にんじん 20 ▲ とうもろこし(粒・冷) 5 ▲ パセリ 0.5 ▲ しお 0.8 ● こしょう 0.02 ● あぶら 0.8 ● チキンブイオン 6.2 ● ポークブイオン 2.6 ● キャベツ 30 ▲ きゅうり 8 ▲ あぶら 1.8 ● りんごす 0.9 ● しお 0.3 ● さとう 0.3 ● こしょう 0.01 ● アーモンド(袋) 1袋 ●	
E/P	603/25.4	596/26.7	738/24.3	635/19.1	625/26.5	690/26.3	

学校給食課だより No.508

西宮産の「米・酒かす・ねぎ」、宝塚産の「キャベツ」、兵庫産の「みそ」～地産地消・生産者につながる学校給食をめざして～

今月は、西宮産の酒かすとねぎ、兵庫産のみそを、小学校Aブロックは24日、Bブロックは16日、中学校は3日の「かす汁」で使用します。

また、宝塚市で収穫されたキャベツを、小学校Aブロックは15日、Bブロックは22日に「フレンチサラダ」で、中学校は25日に「コンソメスープ」で使用します。

さらに西宮産の米を、小学校Aブロックは22日の「とりごぼうごはん」で、小学校Bブロックは1日、中学校は8日の「いり豆ご飯」で使用します。

宝塚産の「キャベツ」

キャベツは1年に何度か旬があります。今月のキャベツは、宝塚市の西谷地区で、8月ごろに種をまき、1月下旬から2月上旬に収穫された冬キャベツです。

冬キャベツは葉がしっかりと巻いていて、甘みがあるのが特徴です。キャベツは虫がつきやすく、育てるのがとても大変なのですが、今年は天候がよく、順調に育ちました。



☆今月の神戸ビーフ☆  
Aブロック 15日(火)  
Bブロック 22日(月)  
カレーライスで使用します。

●印…エネルギー P…たんぱく質 ●印…赤色の食品(体を作るものとなる) ●印…黄色の食品(熱や力のもととなる) ▲印…緑色の食品(体の調子をととのえる) (揚)…揚げ物

\*印…リザーブ給食(小学校Aブロック8日・小学校Bブロック15日)は、【こつぶだいふく】と【ももゼリー】です。  
\*天候等により食材の一部が使用できない場合があります  
\*西宮市の学校給食のホームページは次のアドレスでご覧になれます <http://www.nishi.or.jp/> (西宮市のホームページ『学校教育』から)  
\*献立表は右のQRコードからもアクセスできます  
\*加工食品に使用している原材料については、学校給食課のホームページ「学校給食使用加工食品原材料一覧」でご確認できます



# 献立表〔中学校〕

令和03年(2021年)2月

西宮市教育委員会 学校給食課

月日	2月1日(月)	2月2日(火)	2月3日(水)	2月4日(木)	2月5日(金)	2月8日(月)
献立名	カレーライス(ご飯・小) カレーライス(ナン) カレーライス(ルウ) 牛乳 フレンチサラダ	チキンマヨサンド(パン) チキンマヨサンド(サラダ) スライスチーズ 牛乳 肉団子スープ	ご飯 牛乳 いわしのかばやき(揚) ごまあえ かす汁	パン 牛乳 バター(個付) 鶏肉と野菜のピリ辛炒め 中華そば	ご飯 牛乳 味付のり おでん(うずら卵入り) いよかん	いり豆ご飯 牛乳 えびフライ(揚) ゆでキャベツ 和風ドレッシング
材料名および使用量(g)	米 85 ■ ナン 1こ ● 牛肉 35 ● たまねぎ 65 ▲ じゃがいも 45 ● にんじん 25 ▲ グリーンピース 5 ▲ しょうが 0.6 ▲ にんにく 0.3 ▲ 小麦粉 10 ● バター 2 ■ 油 6 ■ カレー粉 1.3 ■ ウスターソース 6 ● ケチャップ 2 ● 塩 1.4 ▲ しょうゆ(濃) 0.5 ● 油 1 ■ チキンブイヨン 10 ● ポークブイヨン 4 ● 牛乳 1本 ● キャベツ 35 ● とうもろこし(粒) 12 ▲ 油 1.8 ■ りんご酢 0.9 ● 塩 0.3 ● 砂糖 0.3 ■ こしょう 0.01 ■	パン(スライス) 1こ ■ 蒸しささ身 25 ● キャベツ 50 ● にんじん 7 ▲ マヨネーズ 9 ■ 塩 0.2 ■ スライスチーズ 1枚 ● 牛乳 1本 ● ミンチポール 35 ● はるさめ 4 ● はくさい 30 ▲ にんじん 15 ▲ ねぎ 7 ▲ しょうゆ(濃) 1.2 ● 塩 0.8 ● こしょう 0.01 ■ チキンブイヨン 8 ● ポークブイヨン 3 ●	米 100 ■ 牛乳 1本 ● いわし(開き) 1切 ● しょうが汁 0.4 ▲ 清酒 0.4 ▲ でん粉 7 ■ 油 3 ■ しょうゆ(濃) 3 ● 砂糖 2.3 ■ みりん 0.5 ● ごま 2.2 ■ もやし 50 ▲ ほうれんそう 10 ▲ しょうゆ(濃) 2.4 ● 砂糖 1.2 ■ 豚肉 8 ● 油揚げ 5 ● こんにやく 12 ● だいこん 30 ▲ にんじん 12 ▲ ねぎ(西宮産) 5 ▲ けずりぶし 4 ▲ 昆布(粉末) 0.06 ● みそ(兵庫県産) 11 ● 酒かす(西宮産) 5 ●	パン 1こ ■ 牛乳 1本 ● バター(個付) 1袋 ● 鶏肉 60 ● たまねぎ 45 ▲ にんじん 20 ▲ にんにく 0.3 ▲ しょうが 0.3 ▲ しょうゆ(濃) 3.6 ▲ かき油 1.2 ● 砂糖 1 ■ 清酒 1 ● 塩 0.4 ● チリパウダー 0.01 ● 油 0.5 ■ ごま油 0.4 ■ 中華めん 60 ● 豚肉 15 ● しいたけ 0.5 ▲ はくさい 40 ▲ にんじん 5 ▲ ねぎ 7 ▲ しょうゆ(濃) 2.4 ● 塩 1.5 ● こしょう 0.03 ● ごま油 0.3 ■ チキンブイヨン 17 ● ポークブイヨン 7 ●	米 100 ■ 牛乳 1本 ● 味付のり 1袋 ● うずらたまご(水煮) 40 ● 小天(ささがき) 30 ● がんもどき 35 ● こんにやく 30 ● だいこん 60 ▲ にんじん 20 ▲ けずりぶし 3 ● 昆布(粉末) 0.03 ● しょうゆ(濃) 4 ● 砂糖 1.8 ■ 塩 0.4 ■ いよかん 1切 ▲	米(西宮産) 80 ■ 鶏肉 20 ● 炒り大豆 8 ● しらす干し 7 ● 油揚げ 6 ● しいたけ 1 ▲ にんじん 13 ▲ けずりぶし 1.7 ● 昆布(粉末) 0.06 ● しょうゆ(淡) 4.7 ● 清酒 3.4 ● 塩 0.2 ● 牛乳 1本 ● えびフライ 2尾 ● 油 10 ■ キャベツ 50 ▲ 和風ドレッシング(袋) 1袋 ■
E/P	885/28.8	757/33.9	753/30.6	893/36.6	765/30.3	749/31.9
月日	2月9日(火)	2月10日(水)	2月12日(金)	2月15日(月)	2月16日(火)	2月17日(水)
献立名	パン 牛乳 バター(個付) 米粉シチュー いちご	ご飯 牛乳 ふりかけ すきやき風 ごま酢あえ パインゼリー	ご飯 ジュア さばのチョリム ナムル トック トック(きざみのり)	ご飯 牛乳 鶏肉の甘辛煮(揚) 和風サラダ 豆乳入りみそ汁	パン 牛乳 バター(個付) ペンネのミートソース 卵スープ	ご飯 牛乳 さわらのたつたあげ(揚) たくあんのごまあえ わかめうどん
材料名および使用量(g)	パン 1こ ■ 牛乳 1本 ● バター(個付) 1袋 ● 鶏肉 35 ● じゃがいも 60 ● たまねぎ 60 ▲ にんじん 25 ▲ パセリ 0.5 ▲ 米粉 5 ● 牛乳 50 ● 塩 1.3 ▲ こしょう 0.03 ■ 油 1 ■ チキンブイヨン 9 ● ポークブイヨン 4 ● いちご 4こ ▲	米 100 ■ 牛乳 1本 ● ふりかけ(さかな) 1袋 ● 牛肉 40 ● 焼き豆腐 50 ● ふ 5 ■ はくさい 40 ▲ 糸こんにやく 45 ▲ たまねぎ 25 ▲ にんじん 15 ▲ ふとねぎ(宝塚産) 20 ▲ しょうゆ(濃) 8.3 ● 砂糖 4.2 ■ 塩 0.4 ● 油 0.8 ■ まぐろ(フレーク) 6 ● りんご酢 0.2 ● もやし 40 ▲ きゅうり 20 ▲ ごま 2 ■ 砂糖 1.4 ■ しょうゆ(濃) 1.4 ▲ 酢 1.4 ▲ 塩 0.4 ● パインゼリー(冷) 1こ ■	米 100 ■ ジュア(ブレーン) 1本 ● さば(焼) 1切 ● ねぎ 2 ▲ にんにく 0.2 ▲ しょうゆ(濃) 6 ▲ 砂糖 4 ■ みそ 2 ■ 清酒 1 ● チリパウダー 0.03 ● もやし 60 ▲ 塩 0.5 ● ガーリック 0.01 ● ごま油 0.6 ■ 牛肉(ミンチ) 8 ● にんにく 0.1 ● 油 0.2 ■ 卵(液卵) 20 ● トック 35 ● たけのこ(水煮) 15 ▲ にんじん 15 ▲ ねぎ 7 ▲ しょうゆ(淡) 4.5 ● しょうゆ(濃) 0.6 ● 塩 0.2 ● こしょう 0.01 ■ チキンブイヨン 12 ● ポークブイヨン 5 ● きざみのり 1袋 ●	米 100 ■ 牛乳 1本 ● 鶏肉 60 ● しょうが汁 0.6 ▲ 清酒 1.2 ▲ でん粉 8 ■ 油 4 ■ しょうゆ(濃) 2.6 ● 砂糖 2.6 ■ みりん 0.7 ● かつおぶし 0.4 ● キャベツ 30 ▲ きゅうり 20 ▲ 油 1.3 ■ しょうゆ(濃) 1.2 ● 酢 0.8 ● 砂糖 0.5 ● 塩 0.1 ● 油揚げ 4 ● 豆乳 25 ● さつまいも 25 ■ だいこん 35 ■ にんじん 15 ▲ ねぎ 7 ▲ しょうが汁 0.5 ▲ けずりぶし 4 ● 昆布(粉末) 0.06 ● みそ 11 ●	パン 1こ ■ 牛乳 1本 ● バター(個付) 1袋 ● ペンネ 25 ● 牛肉(ミンチ) 18 ● 鶏レバー(缶) 3 ● たまねぎ 35 ▲ にんじん 12 ▲ パセリ 0.6 ▲ にんにく 0.2 ▲ トマトピューレー 15 ● ウスターソース 4 ● 塩 0.5 ● こしょう 0.02 ● ぶどう酒(赤) 0.5 ● 油 0.5 ● 卵(液卵) 30 ● もやし 35 ▲ にんじん 15 ▲ ねぎ 7 ▲ しょうゆ(淡) 3 ● 塩 0.7 ● こしょう 0.02 ● でん粉 1.4 ■ チキンブイヨン 14 ● ポークブイヨン 6 ●	米 100 ■ 牛乳 1本 ● さわら 1切 ● しょうが 0.7 ▲ しょうゆ(濃) 4.5 ● みりん 0.4 ● でん粉 10 ■ 油 5 ■ たくあん漬け 12 ▲ キャベツ 35 ▲ ごま 0.8 ■ しょうゆ(淡) 0.1 ● うどん 75 ■ かまぼこ 6 ● 油揚げ 6 ● わかめ 1 ● ねぎ 7 ▲ けずりぶし 5 ● 昆布(粉末) 0.06 ● しょうゆ(淡) 5 ● しょうゆ(濃) 1 ● 塩 0.4 ●
E/P	780/27.9	816/31.3	804/34.6	857/32.6	769/33.0	859/36.9
月日	2月18日(木)	2月19日(金)	2月22日(月)	2月24日(水)	2月25日(木)	2月26日(金)
献立名	パン 牛乳 クリームチーズ カレーシチュー ミックスフルーツ	キャベツと豚肉のみそ炒め丼(ご飯) キャベツと豚肉のみそ炒め丼(具) 牛乳 かぶらスープ ゆずゼリー	えびカレーピラフ 牛乳 コロケ(揚) ゆで野菜 イタリアンドレッシング ヨーグルト	ご飯 ジュア みそ煮込みハンバーグ 切り干し大根の煮物 かきたま汁	アップルパン 牛乳 鶏肉のパプリカ煮 粉ふきいも コンソメスープ	ご飯 牛乳 豚肉のたつたあげ(揚) 煮いも みそ汁
材料名および使用量(g)	パン 1こ ■ 牛乳 1本 ● クリームチーズ 1こ ● 牛肉 35 ● じゃがいも 60 ● たまねぎ 60 ▲ にんじん 25 ▲ グリーンピース 6 ▲ しょうが 0.6 ▲ にんにく 0.3 ▲ 小麦粉 6 ● バター 2.5 ■ 油 2.5 ■ カレー粉 0.8 ● ウスターソース 4 ● ケチャップ 1.2 ● 塩 1 ● しょうゆ(濃) 0.6 ● 油 1 ■ チキンブイヨン 7 ● ポークブイヨン 3 ● もも(缶) 45 ▲ パイン(缶) 45 ▲	米 100 ■ 豚肉 50 ● キャベツ 60 ● にんじん 20 ▲ たまねぎ 40 ▲ しょうが 0.6 ▲ にんにく 0.3 ▲ 赤出し味噌 5 ● 砂糖 2 ■ しょうゆ(濃) 4.8 ● 清酒 1 ● ごま油 0.6 ● でん粉 3 ■ 牛乳 1本 ● ベーコン 8 ● はるさめ 12 ● かぶ 40 ▲ かぶ(葉) 8 ▲ にんじん 10 ▲ しょうゆ(淡) 1 ● 塩 0.9 ● こしょう 0.02 ■ チキンブイヨン 11 ● ポークブイヨン 5 ● ゆずゼリー(冷) 1こ ■	米 80 ■ ベーコン 12 ● えび 40 ● たまねぎ 40 ▲ にんじん 23 ▲ ぶどう酒(赤) 3.5 ▲ 清酒 1.5 ● 油揚げ 0.8 ● こしょう 0.02 ■ 油 3.5 ■ チキンブイヨン 6 ● ポークブイヨン 1 ● 牛乳 1本 ● コロケ 1こ ● 油 11 ■ ブロッコリー 30 ▲ イタリアンドレッシング(袋) 1袋 ■ ヨーグルト 1こ ●	米 100 ■ ジュア(ブレーン) 1本 ● 豆腐ハンバーグ 1こ ● 赤出し味噌 8 ● ぶどう酒(赤) 2.5 ● 砂糖 2 ■ みりん 1 ● 油揚げ 4 ● 切り干し大根 7 ▲ にんじん 6 ▲ けずりぶし 0.8 ● 昆布(粉末) 0.02 ● 塩 1.7 ■ しょうゆ(濃) 2 ● 卵(液卵) 30 ● かまぼこ 10 ● たまねぎ 35 ▲ にんじん 12 ▲ みつば 5 ▲ けずりぶし 4 ● 昆布(粉末) 0.06 ● しょうゆ(淡) 3.5 ● しょうゆ(濃) 0.5 ● 塩 0.3 ● でん粉 1.4 ■	アップルパン 1こ ■ 牛乳 1本 ● 鶏肉 60 ● たまねぎ 13 ▲ トマトピューレー 10.3 ● パプリカ(缶) 0.5 ● ぶどう酒(白) 2.1 ● 砂糖 0.4 ■ 塩 0.4 ● こしょう 0.03 ● 油 0.5 ■ じゃがいも 80 ■ 塩 0.4 ● ポークソーセージ(カット) 12 ● たまねぎ 35 ▲ キャベツ(宝塚産) 30 ▲ にんじん 7 ▲ しょうゆ(淡) 1.2 ● 塩 1 ● こしょう 0.02 ● チキンブイヨン 12 ● ポークブイヨン 5 ●	米 100 ■ 牛乳 1本 ● 豚肉 60 ● しょうが 0.7 ▲ しょうゆ(濃) 3 ● 清酒 1.8 ■ でん粉 10 ■ 油 5 ■ 大豆 8 ● ちくわ 6 ● 煮昆布(角) 1 ● こんにやく 15 ● にんじん 15 ▲ けずりぶし 0.8 ● しょうゆ(濃) 0.9 ● 砂糖 0.7 ■ みりん 0.6 ● 塩 0.1 ● わかめ 0.8 ● たまねぎ 45 ▲ えのきたけ 10 ▲ ねぎ 7 ▲ けずりぶし 4 ● 昆布(粉末) 0.06 ● みそ 11 ●
E/P	848/30.8	825/27.0	893/29.9	747/32.3	815/33.3	830/33.5

学校給食課だより No.508

## 西宮産の「米・酒かす・ねぎ」、宝塚産の「キャベツ」、兵庫県産の「みそ」 ～地産地消・生産者とつながる学校給食をめざして～

今月は、西宮産の酒かすとねぎ、兵庫県産のみそを、小学校Aブロックは24日、Bブロックは16日、中学校は3日の「かす汁」で使用します。

また、宝塚市で収穫されたキャベツを、小学校Aブロックは15日、Bブロックは22日に「フレンチサラダ」で、中学校は25日に「コンソメスープ」で使用します。

さらに西宮産の米を、小学校Aブロックは22日の「とりごぼうごはん」で、小学校Bブロックは1日、中学校は8日の「いり豆ご飯」で使用します。

### 宝塚産の「キャベツ」

キャベツは1年に何度か旬があります。今月のキャベツは、宝塚市の西谷地区で、8月ごろに種をまき、1月下旬から2月上旬に収穫された冬キャベツです。

冬キャベツは葉がしっかりと巻いていて、甘みがあるのが特徴です。キャベツは虫がつきやすく、育てるのがとても大変なのですが、今年は大変な天候がよく、順調に育ちました。



### 西宮産の「米」

今月の米は、「コシヒカリ」という品種です。コシヒカリは、甘みと粘りが強く艶や香りのよいのが特徴です。

E...エネルギー P...たんぱく質 ●印...赤色の食品(体を作るもとになる) ■印...黄色の食品(熱や力のもとになる) ▲印...緑色の食品(体の調子をととのえる) (揚)...揚げ物  
\*天候等により食材の一部が使用できない場合があります  
\*西宮市の学校給食のホームページは次のアドレスでご覧になれます <http://www.nishi.or.jp/> (西宮市のホームページ『学校教育』から)  
\*献立表は右のQRコードからもアクセスできます  
\*加工食品に使用している原材料については、学校給食課のホームページ「学校給食使用加工食品原材料一覧」でご確認できます

