

8月 9月 献立表

令和6年度
京田辺市学校給食委員会

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー たんばく質	日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	その他	エネルギー たんばく質
8 / 28 水	牛乳 麦入りごはん 夏野菜のカレー フルーツポンチ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、スキムミルク、チーズ	こめ、おおむぎ、あぶら、こむぎこ、バター、はちみつ、ゼリー	たまねぎ、にんじん、トマト、なす、かぼちゃ、りんご、みかん(缶)、おうとう(缶)、パイナップル(缶)	ワイン、カレー、トマトケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、しお、こしょう、ガーリックパウダー、オリーブオイル、とりがらスープ	666 kcal 20.8 g	12 木	牛乳 ごはん マーボー春雨 中華スープ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、いか、とうふ	こめ、あぶら、さとう、りよくとうはるさめ、ごまあぶら	しょうが、たまねぎ、にんじん、キャベツ、あおねぎ、チンゲンサイ	さけ、しょうゆ、オリーブオイル、しお、こしょう、とりがらスープ	592 kcal 23.8 g
29 木	牛乳 ごはん 肉キャベツ 春雨スープ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、みそ、とりにく	こめ、あぶら、さとう、かたくりこ、りよくとうはるさめ、ごまあぶら	しょうが、キャベツ、にんじん、たまねぎ、りんご、チンゲンサイ	さけ、しょうゆ、みりん、トマトケチャップ、ウスターソース、コチュジャン、トウバンジャン、しお、こしょう、とりがらスープ	618 kcal 26.3 g	13 金	牛乳 きなこパン ポトフ にんじんとツナのソテー	ぎゅうにゅう、きなこと、ぶたにく、ツナ	こがたパン、さとう、あぶら、じゃがいも、ごま	たまねぎ、にんじん、キャベツ、パセリ	しお、こしょう、ワイン、しょうゆ、とりがらスープ	573 kcal 25.8 g
30 金	牛乳 ごはん あじの夏野菜ソースかけ 油揚げのみそ汁	ぎゅうにゅう、あじ、あぶらあげ、とうふ、わかめ、いっきゅうみそ	こめ、かたくりこ、あぶら、ごまあぶら	トマト、たまねぎ、きゅうり、にんじん、キャベツ、あおねぎ	しお、こしょう、トマトケチャップ、みりん、トウバンジャン、だし、じゃこ	638 kcal 24.9 g	17 火	《お月見献立》 牛乳 とりそぼろかけ丼 芋の子汁 月見団子	ぎゅうにゅう、とりこ、ぶたにく、いっきゅうみそ	こめ、あぶら、さとう、かたくりこ、さといも、つきみだんご	しょうが、きざいんげん、ホールコーン、にんじん、こんにゃく、たまねぎ、あおねぎ	さけ、しょうゆ、みりん、だし、かつお	676 kcal 29.9 g
9 / 2 月	牛乳 豚丼 ばち汁	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりにく	こめ、あぶら、さとう、かたくりこ、ばち(そうめん)	しょうが、たまねぎ、えのきたけ、こんにゃく、にんじん、ほししいたけ、あおねぎ	しょうゆ、さけ、みりん、だし、かつお、だしこんぶ、しお	579 kcal 25.0 g	18 水	《いい歯の日献立》 牛乳 えびピラフ 米粉マカロニのスープ まめめサラダ	ぎゅうにゅう、えび、ベーコン、ツナ、だいず	こめ、あぶら、とうにゅうクリームバター、こめこまカロニ、ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ、マッシュルーム(水煮)、パプリカ、ピーマン、にんじん、キャベツ、パセリ、えだまめ、ホールコーン	とりがらスープ、しお、こしょう	621 kcal 24.4 g
3 火	牛乳 ごはん にぎすのからあげ 切干大根のみそ汁 ゆかり炒め	ぎゅうにゅう、にぎす、あぶらあげ、いっきゅうみそ	こめ、かたくりこ、あぶら	きりぼしだいこん、たまねぎ、にんじん、こまつな、キャベツ	さけ、しお、だし、じゃこ、ゆかり、しょうゆ	587 kcal 23.5 g	19 木	《食育の日献立》 牛乳 ごはん 厚揚げのうま煮 キャベツとわかめのサッパリ炒め お抹茶ふりかけ	ぎゅうにゅう、とりこ、あつあげ、うずらたまご(水煮)、ちくわ、わかめ	こめ、あぶら、さとう、ごまあぶら	たまねぎ、にんじん、きざいんげん、キャベツ	みりん、しょうゆ、だし、かつお、す、こんぶとおまっちゃんりかけ	615 kcal 25.4 g
4 水	牛乳 とりごぼろピラフ コンスープ カラフルソテー	ぎゅうにゅう、とりこ、ベーコン、ウインナー	こめ、おおむぎ、あぶら、じゃがいも	たまねぎ、ごぼう、にんじん、えだまめ、ホールコーン、クリームコーン、パセリ、ピーマン、キャベツ	しお、こしょう、しょうゆ、とりがらスープ、さけ	581 kcal 23.3 g	20 金	牛乳 ごはん さばのみそ煮 冬瓜と昆布のすまし汁 チンゲンサイのおかか炒め	ぎゅうにゅう、さば、みそ、あぶらあげ、こんぶ、かつおぶし	こめ、さとう、あぶら	しょうが、とうがん、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、あおねぎ、チンゲンサイ、キャベツ	しょうゆ、さけ、みりん、しお、だし、かつお	640 kcal 24.3 g
5 木	《まるごと京都の日献立》 牛乳 ごはん 鶏肉の玉露揚げ 地元野菜のみそ汁 万願寺の炒め煮	ぎゅうにゅう、とりこ、いっきゅうみそ、ぶたにく	こめ、かたくりこ、あぶら、じゃがいも、さとう	ぎょくろこ、なす、たまねぎ、オクラ、あおねぎ、まんがんじとうがらし	しお、こしょう、さけ、だし、じゃこ、しょうゆ	696 kcal 26.9 g	24 火	牛乳 ごはん 豚肉の生姜焼き けんちん汁	ぎゅうにゅう、ぶたにく、あぶらあげ、とうふ	こめ、あぶら、かたくりこ、ごまあぶら	しょうが、にんじん、たまねぎ、キャベツ、こんにゃく、ほししいたけ、あおねぎ	さけ、しょうゆ、だし、かつお	602 kcal 26.5 g
6 金	牛乳 ごはん 豚肉のソースマリネ チンゲンサイとコーンのソテー	ぎゅうにゅう、ぶたにく	こめ、あぶら、オリーブオイル	にんにく、しょうが、たまねぎ、にんじん、きざいんげん、ホールコーン、チンゲンサイ	しお、こしょう、トマトケチャップ、ウスターソース、しょうゆ	588 kcal 25.2 g	25 水	牛乳 ハヤシライス 小松菜のソテー	ぎゅうにゅう、ぎゅうにゅう、スキムミルク、ベーコン	こめ、あぶら、さとう、こむぎこ、バター	にんにく、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム(水煮)、ホールコーン、こまつな	しお、こしょう、ワイン、ウスターソース、トマトケチャップ、とりがらスープ	631 kcal 25.0 g
9 月	牛乳 コーンライス 煮込みハンバーグ ABCスープ	ぎゅうにゅう、ハンバーグ、ベーコン	こめ、おおむぎ、さとう、マカロニ	ホールコーン、たまねぎ、にんじん、パセリ	さけ、しお、とりがらスープ、トマトケチャップ、ウスターソース、みりん、こしょう、しょうゆ	597 kcal 23.8 g	26 木	牛乳 ごはん しいらの照り焼き風 かぼちゃの豆乳みそ汁 きゅうりの塩昆布炒め	ぎゅうにゅう、しいら、あぶらあげ、とうにゅう、いっきゅうみそ、しおこんぶ	こめ、かたくりこ、あぶら、さとう、ごまあぶら	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、しめじ、あおねぎ、きゅうり、キャベツ	しょうゆ、みりん、だし、じゃこ、だし、かつお	607 kcal 25.8 g
10 火	牛乳 ごはん 肉じゃが ごま酢炒め	ぎゅうにゅう、ぶたにく	こめ、あぶら、じゃがいも、さとう、ごま	にんじん、たまねぎ、こんにゃく、きざいんげん、キャベツ、きゅうり	しょうゆ、みりん、す	579 kcal 21.6 g	27 金	牛乳 きむたくごはん トックススープ チンゲンサイの華風炒め	ぎゅうにゅう、ベーコン、ぶたにく、ささみ、フレーク	こめ、トック、あぶら、ごま、さとう、ごまあぶら	はくさいキムチ、たくあん、ほししいたけ、にんじん、あおねぎ、しょうが、たまねぎ、チンゲンサイ	しょうゆ、とりがらスープ、しお、す	591 kcal 23.2 g
11 水	牛乳 さんまの蒲焼き なすのみそ汁	ぎゅうにゅう、さんま、あぶらあげ、いっきゅうみそ	こめ、かたくりこ、あぶら、さとう	なす、たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ	しょうゆ、みりん、さけ、だし、じゃこ	699 kcal 23.1 g	30 月	牛乳 ごはん 鶏肉のスタミナ炒め ワナタンスープ	ぎゅうにゅう、とりこ、ぶたにく	こめ、かたくりこ、あぶら、さとう、ワナタンのかわ、ごまあぶら	しょうが、にんにく、にんじん、たまねぎ、チンゲンサイ	しょうゆ、さけ、トウバンジャン、こしょう、とりがらスープ	689 kcal 25.6 g

☆行事、食材等の事情により、献立を変更することがあります。

★まるごと京都の日献立について★

「まるごと京都の日献立」の給食に使う農林水産物は、すべて京都府でとれた食べ物です。
また、京都府の中でもできるだけ京田辺市産のものを御用います。

ごはん・・・・・・・・・・米は京田辺市産

鶏肉の玉露揚げ・・・・・・・・玉露粉は京田辺市産、鶏肉は京都府産

地元野菜のみそ汁・・・・・・・・なす・玉ねぎ・じゃがいも・オクラ・青ねぎ・一休みそは京田辺市産、豚肉は京都府産

万願寺の炒め煮・・・・・・・・万願寺とうがらしは京田辺市産



★給食レシピ紹介★

QRコードを読み取っていただくと、給食レシピのページが見られます。
ご家庭でも作ってみてください。



★今月の献立について★

- 5日(木) まるごと京都の日献立・・・・・・ごはん、鶏肉の玉露揚げ、地元野菜のみそ汁、万願寺の炒め煮
- 17日(火) お月見献立・・・・・・・・・・芋の子汁、月見団子
- 18日(水) いい歯の日献立・・・・・・・・・・まめめサラダ
- 19日(木) 食育の日献立・・・・・・・・・・お抹茶ふりかけ



★きせつのかおり★

万願寺とうがらし、なす、かぼちゃ、さんま、にぎす、さば



★地産地消給食★

今日の「米(特別栽培米ヒノヒカリ)」「じゃがいも」「オクラ」「きゅうり」「玉ねぎ」「万願寺とうがらし」「なす」「青ねぎ」「玉露粉」「一休みそ」は、京田辺市産のものを御用います。

【保護者の皆様へ】 物価高騰に伴う学校給食費への補助について
物価高騰により学校給食の食材調達にも影響が及んでおり、安全安心で質の高い給食を安定的に提供するため、4月から学校給食費を290円に改定しました。令和6年度は、引き続き保護者徴収額を245円に据え置きし、学校給食費290円との差額45円は市が補助します。