

# 8月 9月 献立表

令和7年度  
京田辺市学校給食委員会  
京田辺市立○○小学校

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 たんぱく質	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 たんぱく質
8 / 28 木	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,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,りんご(缶),とうとう(缶),パイン(缶)	ワイン,カレーこ,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,オールスパイス,とりがらスープ	668 kcal 20.7 g □	12 金	牛乳 コーンライス 煮込みハンバーグ かぼちゃとひよこ豆のスープ	ぎゅうにゅう,パンバーグ,ぶたにく	こめ,さとう,あぶら,ひよこまめ	ホールコーン,たまねぎ,かぼちゃ,チングンサイ	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,こしとう,しょうゆ	623 kcal 24.8 g
29 金	牛乳 ごはん 鶏肉のスタミナ炒め 春雨スープ	ぎゅうにゅう,とりにく	こめ,かたくりこ,あぶら,ごま,さとう,りょくどうはるさめ,ごまあぶら	しようが,にんにく,なら,チングンサイ,たまねぎ,にんじん	しようゆ,さけ,トウバンジアン,しお,こしとう,とりがらスープ	691 kcal 26.0 g □	16 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	しようが,にんじん,たまねぎ,キャベツ,こんにゃく,ほししいたけ,こまつな,しろねぎ	さけ,しょうゆ,だしかつお	605 kcal 26.5 g
1 月	『防災の日献立』 牛乳 ごはん ミートボールのカレー煮 にんじんシリシリ	ぎゅうにゅう,ミートボール,ツナ	こめ,あぶら,じゃがいも,さとう	にんじん,たまねぎ,グリンピース	しようゆ,みりん,カレーこ,だしあつお,しお,こしょう	653 kcal 24.3 g	17 水	牛乳 ごはん さばの梅煮 わかめのすまし汁 きゅうりの即席炒め	ぎゅうにゅう,さば,かもばこ,わかめ,しおこんぶ	こめ,さとう,ごまあぶら	うめぼし,ほししいたけ,たまねぎ,にんじん,あおねぎ,きゅうり,キャベツ	さけ,す,みりん,しょうゆ,だしあつお,しお	614 kcal 22.9 g
2 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,いっきゆうみそ	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,だしじやこ,ゆかり,しようゆ	588 kcal 23.6 g □	18 木	『いい歯の日献立』 牛乳 ごはん 揚げ春巻き 中華スープ 切干大根のペペロンチーノ風	ぎゅうにゅう,ペーコン,ぶたにく	こめ,はるまき,あぶら,オリーブオイル,ごまあぶら	きりぼしだいこん,にんにく,とうがらし,たまねぎ,にんじん,こまつな	しお,とりがらスープ,ワイン,パセリ,こしとう,しょうゆ	705 kcal 20.3 g
3 水	牛乳 ごはん 豚肉のソースマリネ チングン菜とコーンのソテー	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,さやいんげん,ホールコーン,チングンサイ,キャベツ	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	586 kcal 23.4 g □	19 金	『食育の日献立』 牛乳 抹茶きなこパン ボトル にんじんとツナのソテー	ぎゅうにゅう,きなこ,ツナ	こがたパン,さとう,あぶら,じゃがいも	まっちゃん,たまねぎ,にんじん,キャベツ,パセリ,ピーマン	しお,こしょう,ワイン,しょうゆ,とりがらスープ	590 kcal 27.3 g
4 木	『まるごと京都の日献立』 牛乳 ごはん 鶏肉と揚げじゃがの炒め物 なすのみそ汁	ぎゅうにゅう,とりにく,いっきゆうみそ	こめ,かたくりこ,じゃがいも,あぶら,ごまあぶら,さとう	ピーマン,あおねぎ,たまねぎ,にんにく,なす,かぼちゃ,オクラ	さけ,しようゆ,だしじゃこ	658 kcal 21.8 g □	22 月	牛乳 豚丼 ぱち汁	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,ぱち(そうめん)	しようが,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	595 kcal 25.3 g
5 金	牛乳 ごはん 肉キャベツ ワンタンスープ	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,ごま,ワンタンのかわ,ごまあぶら	キャベツ,にんじん,たまねぎ,ピーマン,しようとが,りんご,もやし,あおねぎ	さけ,しようゆ,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,こしとう,とりがらスープ	626 kcal 26.3 g □	24 水	牛乳 ごはん 鶏とうずら卵のさっぱり煮 沢煮椀	ぎゅうにゅう,とりにく,うずらたまご(水煮),ぶたにく	こめ,あぶら,さとう	たまねぎ,にんじん,こんにゃく,さやいんげん,しょうが,ににく,えのきたけ,みつば	さけ,す,しょうゆ,みりん,しお,だしかつお	599 kcal 24.8 g
8 月	牛乳 とりごぼうピラフ オニオンスープ ツナサラダ	ぎゅうにゅう,とりにく,べーコン,ツナ	こめ,おおむぎ,あぶら,ノンエッグマヨネーズ	たまねぎ,ごぼう,えだまめ,にんじん,パセリ,キャベツ	しお,こしょう,しようゆ,とりがらスープ	623 kcal 21.0 g □	25 木	牛乳 さんまの蒲焼き丼 キャベツのみそ汁	ぎゅうにゅう,さんま,とうふ,いっきゆうみそ	こめ,かたくりこ,あぶら,さとう	にんじん,キャベツ,たまねぎ,しめじ,こまつな	しょうゆ,みりん,さけ,だしじやこ	664 kcal 21.6 g
9 火	『重陽の節句献立』 牛乳 ごはん なすのトロッとみそ炒め 小菊かまぼこのすまし汁	ぎゅうにゅう,ぶたにく,あつあげ,みそ,かもばこ,とうふ	こめ,あぶら,さとう,かたくりこ	なす,しょうが,にんにく,たまねぎ,パプリカ,ほししいたけ,さやいんげん,みつば,しめじ	しようゆ,さけ,だしお,みりん	606 kcal 25.3 g	26 金	牛乳 きむたくごはん トックスープ 三色炒めナムル	ぎゅうにゅう,ベーコン,とりにく,ささみフレーク	こめ,トック,あぶら,ごまあぶら,さとう,ごま	はくさいキムチ,たくさん,ほししいたけ,にんじん,あおねぎ,しょうが,たまねぎ,キャベツ,きゅうり	しょうゆ,とりがらスープ,す	591 kcal 23.0 g
10 水	牛乳 ごはん しいらの照り焼き風 じゃが芋のみそ汁 キャベツとわかめのさっぱり炒め	ぎゅうにゅう,しいら,あぶらあげ,いっきゆうみそ,わかめ	こめ,かたくりこ,あぶら,じゃがいも,さとう,ごまあぶら	にんじん,たまねぎ,あおねぎ,キャベツ	しようゆ,みりん,だしじゃこ,す	601 kcal 25.1 g	27 月	牛乳 なす入りキーマカレー 緑黄色野菜スープ	ぎゅうにゅう,ぎゅうにく,ぶたにく,とりにく	こめ,あぶら,こめこ	なす,たまねぎ,にんじん,ホールコーン,かぼちゃ,こまつな	しお,こしょう,ウスターソース,トマトケチャップ,カレーこ,とりがらスープ	607 kcal 22.9 g
11 木	牛乳 ごはん もやしチャンブル 五目汁 みかんゼリー	ぎゅうにゅう,ぶたにく,とうふ,みそ,かつおぶし,とりにく,ちくわ	こめ,あぶら,ごまあぶら,かたくりこ,みかんゼリー	もやし,にら,しょうが,ごぼう,たまねぎ,にんじん,こんにゃく,あおねぎ	しようゆ,さけ,しお,だしあつお	621 kcal 26.0 g	30 火	牛乳 ごはん マー婆ー春雨 チングンサイの華風炒め	ぎゅうにゅう,ぶたにく,いか,ささみフレーク	こめ,あぶら,さとう,りょくとうはるさめ,ごまあぶら	しようが,たまねぎ,にんじん,キャベツ,あおねぎ,チングンサイ	さけ,しょうゆ,オイスターソース,しお,す	604 kcal 25.9 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使う予定です。

ごはん・・・・・・・米は京田辺市産

鶏肉と揚げじゃがの炒め物・・・・鶏肉は京都府産

じゃが芋・ピーマン・青ねぎ・ににくは京田辺市産

なすのみそ汁・・・・なす・玉ねぎ・西洋かぼちゃ・オクラ・一休みそは京田辺市産



### ★今月の献立について★

- 1日(月) 防災の日献立・・・・・・・ごはん、ミートボールのカレー煮、にんじんシリシリ
- 4日(木) まるごと京都の日献立・・・・・・・ごはん、鶏肉と揚げじゃがの炒め物、なすのみそ汁
- 9日(火) 重陽の節句献立・・・・・・・なすのトロッとみそ炒め、小菊かまぼこのすまし汁
- 18日(木) いい歯の日献立・・・・・・・揚げ春巻き、切干大根のペペロンチーノ風
- 19日(金) 食育の日献立・・・・・・・抹茶きな粉パン

### ★給食レシピ紹介★

QRコードを読み取ってもらうと、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下さい。



### ★きせつかおり★

なす  
かぼちゃ  
さんま  
にぎす  
さば

### ★地産地消給食★

今月の「米（特別栽培米ヒノヒカリ）」「じゃがいも」「きゅうり」「オクラ」「玉ねぎ」「ににく」「なす」「かぼちゃ」「ピーマン」「青ねぎ」「抹茶」「一休みそ」は、京田辺市産のものを使う予定です。

### 【保護者の皆様へ】 物価高騰等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305円に改定しました。令和7年度は、保護者徴収額を275円とし、学校給食費305円との差額30円は市が補助します。