



8月 9月 献立表



令和8年度
京田辺市学校給食委員会
京田辺市立小学校

表中の数量は、中学年の分量（g）です。また、牛乳1本は200mL（206g）です。

8/28(金)			31(月)			9/1(火)			2(水)			3(木)			4(金)		
牛乳 麦入りごはん 夏野菜のカレー フルーツポンチ			牛乳 ごはん 鶏肉のスタミナ炒め 春雨スープ			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			牛乳 ごはん 豚肉のソースマリネ チンゲン菜とコーンのソテー			牛乳 ごはん しいらの照り焼き風 じゃがいものみそ汁 キャベツとワカメのサッパリ炒め			まるごと京都の日献立 牛乳 夏野菜丼 かぼちゃスープ きゅうりの即席炒め		
ぎゅうにゅう	1本	赤	ぎゅうにゅう	1本	赤	ぎゅうにゅう	1本	赤	ぎゅうにゅう	1本	赤	ぎゅうにゅう	1本	赤	ぎゅうにゅう	1本	赤
こめ	70	黄	こめ	75	黄	こめ	75	黄	こめ	75	黄	こめ	75	黄	こめ	75	黄
おおむぎ	5	黄															
ぶたにく	20	赤	とりにく	60	赤	ミートボール(冷凍)	40	赤	ぶたにく	50	赤	しいら	40	赤	ぎゅうにく	20	赤
ワイン	1		しょうが	1	緑	あぶら	0.5	黄	あぶら	0.5	黄	かたくりこ	7	黄	ぶたにく	20	赤
あぶら	0.3	黄	にんにく	1	緑	じゃがいも	50	黄	にんにく	0.5	黄	あげあぶら	3	黄	しお	0.4	
たまねぎ	50	緑	うすくちしょうゆ	2		にんじん	15	緑	しょうが	0.5	緑	さとう	3.2	黄	こしょう	0.05	
にんじん	10	緑	さけ	2		たまねぎ	50	緑	しお	0.1		こいくちしょうゆ	4		あぶら	0.5	黄
トマト	10	緑	かたくりこ	12	黄	グリーンピース	5	緑	こしょう	0.01		みりん	2		なす	30	緑
なす	15	緑	あげあぶら	5	黄	さとう	2.1	黄	たまねぎ	60	緑	あぶらあげ	10	赤	たまねぎ	60	緑
かぼちゃ	20	緑	にら	5	緑	こいくちしょうゆ	4		にんじん	25	緑	じゃがいも	20	黄	ピーマン	5	緑
こむぎこ	9.5	黄	しろいりごま	1	黄	みりん	2		トマトケチャップ	10		にんじん	10	緑	トマトケチャップ	5	
バター	8	黄	さけ	2		カレーこ	0.35		ウスターソース	4		たまねぎ	20	緑	ちゅうのうソース	4	
カレーこ	0.6		こいくちしょうゆ	5		けずりぶし	1.5		さやいんげん	20	緑	あおねぎ	5	緑	こいくちしょうゆ	1	
スキムミルク	4	赤	さとう	4	黄	みず	20					いっきゅうみそ	9	赤	かたくりこ	1.5	黄
みず	20		トウバンジャン	0.01					とりにく	10	赤	だしじゃこ	3		とりにく	15	赤
チーズ	3	赤	ぶたにく	15	赤	ツナ	20	赤	にんじん	10	緑	みず	110		あぶら	0.2	黄
りんご	6	緑	あぶら	0.2	黄	にんじん	40	緑	ホールコーン	15	緑				しお	0.5	
はちみつ	0.65	黄	りょくとうはるさめ	3	黄	あぶら	0.5	黄	チンゲンサイ	30	緑	キャベツ	40	緑	こしょう	0.02	
トマトケチャップ	4.5		チンゲンサイ	15	緑	こいくちしょうゆ	0.5		キャベツ	30	緑	わかめ(冷凍)	5	赤	かぼちゃ	20	緑
ウスターソース	5.5		たまねぎ	20	緑	しお	0.2		オリーブオイル	0.5	黄	にんじん	3	緑	たまねぎ	30	緑
こいくちしょうゆ	3		にんじん	10	緑	こしょう	0.02		しお	0.2		す	0.8		うすくちしょうゆ	2	
しお	0.05		しお	0.05					こしょう	0.01		さとう	0.1	黄	とりがらスープ	10	
こしょう	0.03		うすくちしょうゆ	4.5					うすくちしょうゆ	0.3		こいくちしょうゆ	1		みず	100	
ガーリックパウダー	0.02		こしょう	0.03								ごまあぶら	0.5	黄			
オールスパイス	0.01		ごまあぶら	0.5	黄										きゅうり	50	緑
とりがらスープ	10		とりがらスープ	10											ごまあぶら	0.5	黄
みず	15		みず	100											しお	0.1	
															しおこんぶ	1.4	赤
おうとう(缶)	20	緑															
パイン(缶)	25	緑															
ぶどうゼリー	20	黄															
エネルギー	たんぱく質		エネルギー	たんぱく質		エネルギー	たんぱく質		エネルギー	たんぱく質		エネルギー	たんぱく質		エネルギー	たんぱく質	
674 kcal	20.7 g		688 kcal	26.0 g		607 kcal	23.0 g		614 kcal	25.2 g		613 kcal	27.1 g		606 kcal	23.7 g	
7(月)			8(火)			9(水)			10(木)			11(金)			14(月)		
牛乳 ごはん 肉キャベツ 米粉のワントンスープ			牛乳 とりごぼうピラフ オニオンスープ ツナサラダ			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			牛乳 ごはん 鶏とウズラ卵のサッパリ煮 沢煮椀			牛乳 きなこパン ポトフ 野菜とささみのソテー			牛乳 コーンライス 煮込みハンバーグ カボチャとひよこ豆のスープ		
ぎゅうにゅう	1本	赤	ぎゅうにゅう	1本	赤	ぎゅうにゅう	1本	赤	ぎゅうにゅう	1本	赤	ぎゅうにゅう	1本	赤	ぎゅうにゅう	1本	赤
こめ	75	黄	こめ	70	黄	こめ	75	黄	こめ	75	黄	こがたパン	40	黄	こめ	70	黄
ぶたにく	50	赤	おおむぎ	5	黄				きなこ	8	赤	ホールコーン	13	緑	ホールコーン	13	緑
あぶら	0.5	黄	とりにく	20	赤	にぎす	40	赤	さとう	6	黄	さけ	0.8		さけ	0.8	
キャベツ	60	緑	たまねぎ	8	緑	さけ	2		あぶら	0.6	黄	あげあぶら	3	黄	しお	0.6	
にんじん	5	緑	ごぼう	7	緑	しお	0.1		たまねぎ	40	緑				とりがらスープ	6	
たまねぎ	30	緑	あぶら	0.5	黄	かたくりこ	8	黄	にんじん	15	緑	ぶたにく	35	赤	ハンバーグ	60	赤
ピーマン	5	緑	えだまめ	8	緑	あげあぶら	5	黄	こんにゃく	15	緑	しお	0.1		たまねぎ	10	緑
しょうが	0.3	緑	しお	0.4					うずらたまご(水煮)	20	赤	こしょう	0.01		トマトケチャップ	8	
みそ	2	赤	こしょう	0.03		きりぼしだいこん	3	緑	さやいんげん	5	緑	ワイン	1		ウスターソース	2.5	
さけ	1		こいくちしょうゆ	1		あぶらあげ	10	赤	しょうが	0.2	緑	あぶら	0.3	黄	さとう	0.8	黄
こいくちしょうゆ	4		うすくちしょうゆ	2.5		たまねぎ	10	緑	にんにく	0.2	緑	たまねぎ	30	緑	みりん	2.5	
みりん	1		とりがらスープ	5		にんじん	10	緑	さけ	2.4		じゃがいも	25	黄	みず	15	
トマトケチャップ	3		たまねぎ	30	緑	こまつな	15	緑	こいくちしょうゆ	3.5		にんじん	25	緑	ぶたにく	20	赤
りんご	3	緑	にんじん	5	緑	いっきゅうみそ	9	赤	さとう	2	黄	キャベツ	30	緑	あぶら	0.2	黄
さとう	2.5	黄	ベーコン	5	赤	だしじゃこ	3		みりん	1		パセリ(乾)	0.1		しお	0.55	
ウスターソース	2		パセリ	0.7	緑	みず	120		みず	2.4		しお	0.3		こしょう	0.02	
コチュジャン	0.5		うすくちしょうゆ	2		キャベツ	40	緑	ぶたにく	20	赤	こしょう	0.03		かぼちゃ	25	緑
トウバンジャン	0.05		しお	0.4		ゆかり	0.3		さけ	0.5		うすくちしょうゆ	0.8		たまねぎ	20	緑
かたくりこ	0.5	黄	こしょう	0.02		うすくちしょうゆ	0.3		あぶら	0.3	黄	とりがらスープ	10		チンゲンサイ	10	緑
			とりがらスープ	10		あぶら	0.5	黄	たまねぎ	30	緑	みず	50		ひよこまめ	10	黄
とりにく	10	赤	みず	125					にんじん	10	緑	ささみフレーク	20	赤	うすくちしょうゆ	1	
あぶら	0.2	黄							えのきたけ	20	緑				とりがらスープ	10	
こめワントタン	5	黄	ツナ	15	赤				みつば	2.5	緑				みず	100	
もやし	15	緑	にんじん	15	緑				こいくちしょうゆ	3							
にんじん	10	緑	キャベツ	45	緑				しお	0.1							
たまねぎ	15	緑	こしょう	0.03					けずりぶし	3							
あおねぎ	5	緑	あぶら	0.5	黄				みず	110							
うすくちしょうゆ	4.5		ノンエッグマヨネーズ	10	黄												
さけ	1																
こしょう	0.03																
ごまあぶら	0.5	黄															
とりがらスープ	10																
みず	120																
エネルギー	たんぱく質		エネルギー	たんぱく質		エネルギー	たんぱく質		エネルギー	たんぱく質		エネルギー	たんぱく質		エネルギー	たんぱく質	
613 kcal	25.7 g		582 kcal	21.2 g		595 kcal	25.4 g		608 kcal	26.8 g		581 kcal	29.0 g		652 kcal	25.1 g	

15(火)		16(水)		17(木)		18(金)		24(木)		25(金)							
牛乳 ごはん 豚肉の生姜焼き けんちん汁		牛乳 ごはん さばの梅煮 すまし汁 きゅうりの甘酢炒め		いい歯の日献立 牛乳 ウィンナーピラフ ジュリアンスープ ひみこスナック		食育の日献立 牛乳 お茶っぱチャーハン 揚げ春巻き チンゲンサイの中華風スープ		牛乳 きむたくごはん トックスープ 三色炒めナムル		お月見献立 牛乳 とりそぼろ丼 芋の子汁 月見団子							
ぎゅうにゅう	1本 赤	ぎゅうにゅう	1本 赤	ぎゅうにゅう	1本 赤	ぎゅうにゅう	1本 赤	ぎゅうにゅう	1本 赤	ぎゅうにゅう	1本 赤						
こめ	75 黄	こめ	75 黄	こめ	70 黄	こめ	70 黄	こめ	70 黄	こめ	65 黄						
ぶたにく	50 赤	さば	50 赤	おおむぎ	5 黄	やきぶた	20 赤	ベーコン	15 赤	とりにく	60 赤						
しょうが	2 緑	さけ	4 赤	にんじん	5 緑	たまねぎ	15 緑	はくさいキムチ	15 緑	さけ	1 赤						
あぶら	0.5 黄	す	3 赤	ウィンナー	20 赤	にんじん	5 緑	たくあん	10 緑	しょうが	0.6 緑						
にんじん	15 緑	みりん	3 赤	たまねぎ	5 緑	しお	0.3 緑	うすくちしょうゆ	1 緑	あぶら	0.5 黄						
たまねぎ	40 緑	さとう	4 黄	ホールコーン	5 緑	こしょう	0.02 緑	トック	20 黄	さやいんげん	10 緑						
キャベツ	50 緑	こいくちしょうゆ	3 赤	あぶら	0.2 黄	こいくちしょうゆ	2 緑	とりにく	15 赤	ホールコーン	10 緑						
さけ	1.2 緑	うめぼし	2 緑	しお	0.5 緑	しょうが	0.5 黄	あぶら	0.2 黄	にんじん	10 緑						
こいくちしょうゆ	3 黄	みず	8 緑	こしょう	0.02 緑	ごまあぶら	0.5 黄	ほししいたけ	0.8 緑	さとう	1 黄						
かたくりこ	0.8 黄	かまぼこ	8 赤	こいくちしょうゆ	1 緑	ぎよくろこ	0.2 緑	にんじん	10 緑	こいくちしょうゆ	3.5 黄						
あぶらあげ	5 赤	わかめ	0.5 赤	とりがらスープ	5 緑	はるまき	50 黄	あおねぎ	5 緑	みりん	1.5 黄						
こんにゃく	5 緑	ほししいたけ	0.5 赤	ベーコン	10 赤	あげあぶら	4 黄	しょうが	0.5 緑	かたくりこ	0.5 黄						
にんじん	5 緑	たまねぎ	20 緑	たまねぎ	30 緑	とりにく	20 赤	たまねぎ	15 緑	ぶたにく	20 赤						
とうふ	40 赤	にんじん	10 緑	キャベツ	20 緑	あぶら	0.5 黄	とりがらスープ	10 緑	あぶら	0.2 黄						
ほししいたけ	1 緑	みつば	2 緑	パセリ	1 緑	しょうが	0.8 緑	うすくちしょうゆ	4.5 緑	さといも	30 黄						
こまつな	5 緑	うすくちしょうゆ	3 緑	うすくちしょうゆ	3 緑	たまねぎ	10 緑	みず	110 緑	こんにゃく	10 緑						
しろねぎ	15 緑	さけ	1 緑	しお	0.2 緑	にんじん	10 緑	ささみフレーク	15 赤	たまねぎ	20 緑						
うすくちしょうゆ	5 黄	けずりぶし	3 緑	こしょう	0.01 緑	キャベツ	20 緑	キャベツ	30 緑	あおねぎ	5 緑						
ごまあぶら	0.3 黄	みず	110 緑	けずりぶし	3 黄	しめじ	5 緑	きゅうり	10 緑	いっきゅうみそ	8 赤						
けずりぶし	3 黄	きゅうり	20 緑	みず	100 黄	チンゲンサイ	10 緑	にんじん	10 緑	けずりぶし	2 黄						
みず	110 黄	キャベツ	20 緑	だいず	25 赤	うすくちしょうゆ	4 黄	ごまあぶら	0.5 黄	みず	100 黄						
		す	2 緑	ごぼう	20 赤	しお	0.1 黄	さとう	0.5 黄	つきみだんご	40 黄						
		こいくちしょうゆ	0.8 黄	たづくり	3 赤	こしょう	0.02 黄	こいくちしょうゆ	0.9 黄								
		さとう	1.2 黄	かたくりこ	2.5 黄	ごまあぶら	0.5 黄	す	0.2 黄								
		あぶら	0.3 黄	あげあぶら	3 黄	とりがらスープ	10 黄										
				しろいりごま	1 黄	みず	110 黄										
				こいくちしょうゆ	1 黄												
				さとう	1.5 黄												
				みず	1.2 黄												
エネルギー	たんぱく質	エネルギー	たんぱく質	エネルギー	たんぱく質	エネルギー	たんぱく質	エネルギー	たんぱく質	エネルギー	たんぱく質						
615 kcal	28.6 g	625 kcal	24.8 g	624 kcal	26.1 g	650 kcal	21.2 g	589 kcal	22.8 g	680 kcal	30.3 g						
28(月)		29(火)		30(水)		★まるごと京都の日の献立について 「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を使う予定です。 ごはん・・・・・・・・・・米は京田辺市産 夏野菜丼・・・・・・・・・・牛ひき肉、豚ひき肉は京都府産 なす、玉ねぎ、青ピーマンは京田辺市産 かぼちゃスープ・・・・・・鶏肉は京都府産 かぼちゃ、玉ねぎは京田辺市産 きゅうりの即席炒め・・・・きゅうりは京田辺市産  ★きせつのかおり★ なす かぼちゃ さんま にぎす さば ★給食レシピ紹介★ QRコードを読み取ってもらくと、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下さい。  											
牛乳		牛乳		牛乳													
麦入りごはん		さんまの蒲焼き丼		ごはん													
なす入りキーマカレー		キャベツのみそ汁		マーボー春雨													
緑黄色野菜スープ				チンゲンサイの華風炒め													
ぎゅうにゅう	1本 赤	ぎゅうにゅう	1本 赤	ぎゅうにゅう	1本 赤												
こめ	70 黄	こめ	75 黄	こめ	75 黄												
おおむぎ	5 黄																
ぎゅうにく	25 赤	さんま	40 赤	ぶたにく	30 赤												
ぶたにく	10 赤	かたくりこ	10 黄	あぶら	0.5 黄												
しお	0.4 赤	あげあぶら	4 黄	しょうが	1 緑												
こしょう	0.06 黄	さとう	7 黄	さとう	1.5 黄												
あぶら	0.5 黄	こいくちしょうゆ	8 黄	さけ	2 黄												
なす	20 緑	みりん	5 黄	うすくちしょうゆ	2 黄												
たまねぎ	50 緑	さけ	1 黄	いか	20 赤												
にんじん	20 緑	とうふ	10 赤	さけ	1 赤												
ホールコーン	5 緑	にんじん	10 緑	たまねぎ	20 緑												
とりがらスープ	5 緑	キャベツ	20 緑	にんじん	10 緑												
ウスターソース	3 緑	キャベツ	20 緑	キャベツ	35 緑												
トマトケチャップ	3 緑	たまねぎ	15 緑	オイスターソース	0.9 緑												
こめこ	2 黄	しめじ	5 緑	こいくちしょうゆ	2.5 緑												
カレーこ	0.6 黄	こまつな	10 緑	さけ	1 赤												
ベーコン	10 赤	いっきゅうみそ	9 赤	みず	20 黄												
たまねぎ	10 緑	だしじゃこ	3 黄	りょくとうはるさめ	12 黄												
にんじん	15 緑	みず	110 黄	あおねぎ	5 緑												
かぼちゃ	25 緑			ごまあぶら	0.5 黄												
こまつな	15 緑			チンゲンサイ	35 緑												
しお	0.7 緑			にんじん	10 緑												
こしょう	0.03 緑			ささみフレーク	15 赤												
とりがらスープ	10 黄			しお	0.1 黄												
みず	110 黄			さとう	0.5 黄												
				す	1 黄												
				こいくちしょうゆ	1.5 黄												
				ごまあぶら	0.5 黄												
エネルギー	たんぱく質	エネルギー	たんぱく質	エネルギー	たんぱく質												
594 kcal	21.5 g	675 kcal	23.4 g	606 kcal	25.8 g												

赤は3色の赤 緑は3色の緑 黄は3色の黄
★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。