

第1回三木市学校給食審議会 次第

日 時：令和7年5月9日（金）

午後7時から

会 場：三木市役所5階大会議室

1 開会

2 組織づくり

（1）委員の委嘱、自己紹介

（2）会長、副会長の選出

3 説明事項

審議会の目的と委員の役割

4 諮問

学校給食費の改定について

5 議事

学校給食費の改定について

6 まとめ

7 閉会

三木市条例第1号

三木市学校給食審議会条例

(設置)

第1条 三木市教育委員会（以下「教育委員会」という。）の附属機関として、三木市学校給食審議会（以下「審議会」という。）を置く。

(所掌事務)

第2条 審議会は、教育委員会の諮問に応じ、次の各号に掲げる事項について調査審議する。

- (1) 学校給食の基本方針に関すること。
- (2) 学校給食費の改定に関すること。
- (3) 学校給食に係る地産地消等の取組方針に関すること。
- (4) 前各号に掲げるもののほか、教育委員会が必要と認める事項

(組織)

第3条 審議会は、委員10人以内で組織する。

2 委員は、次の各号に掲げる者のうちから教育委員会が委嘱し、又は任命する。

- (1) 学識経験者
- (2) 市立学校園に在籍する園児、児童及び生徒の保護者の代表者
- (3) 市立学校園の長
- (4) 市立学校園の栄養教諭
- (5) その他教育委員会が必要と認める者

(任期)

第4条 委員の任期は、2年とする。ただし、再任を妨げない。

2 補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

3 前条第2項第2号から第4号までに規定する委員が、その職を辞したときは、委員の職を失うものとする。

(審議会の役員)

第5条 審議会に会長及び副会長を置き、委員の互選により定める。

2 会長は、会務を総理し、審議会を代表する。

3 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるとき又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第6条 審議会は、会長が招集する。

- 2 審議会は、委員の過半数の出席がなければ、会議を開くことができない。
- 3 審議会の議事は、出席した委員の過半数で決し、可否同数のときは、会長の決するところによる。

(関係者の出席)

第7条 審議会は、必要があると認めるときは、委員以外の者の出席を求め、その意見を聴くことができる。

(庶務)

第8条 審議会の庶務は、教育委員会事務局において処理する。

(委任)

第9条 この条例に定めるもののほか、審議会に関し必要な事項は、教育委員会が定める。

附 則

(施行期日)

- 1 この条例は、令和5年4月1日から施行する。

(審議会の招集の特例)

- 2 この条例の施行の日以後最初に開催する会議は、第6条第1項の規定にかかわらず、教育委員会が招集する。

(特別職の職員で非常勤のものの報酬及び費用弁償に関する条例の一部改正)

- 3 特別職の職員で非常勤のものの報酬及び費用弁償に関する条例（昭和43年三木市条例第23号）の一部を次のように改正する。

別表教育支援委員会委員の項の次に次のように加える。

学校給食審議会委員	日額	8,000円
-----------	----	--------

三木市学校給食審議会委員

区 分	氏 名	所 属（推薦団体）
学識経験者	水野 千恵	神戸学院大学教授
保護者代表	東中 関哉	三木市連合 PTA
保護者代表	藤原 真那美	三木市連合 PTA
学校園の長	富田 佳泰	三木市立小学校 校長
学校園の長	高森 伸彦	三木市立中学校 校長
栄養教諭	岡嶋 智寿后	三木市立三樹小学校
栄養教諭	西耒路 雅恵	三木市立吉川中学校

教育委員会諮問第1号
令和7年5月9日

三木市学校給食審議会 会長 様

三木市教育委員会

学校給食費の改定について（諮問）

このことについて、三木市学校給食審議会条例（令和5年条例第1号）第2条の規定に基づき、下記のとおり諮問します。

記

本市の学校給食事業は、幼稚園2園、小学校13校、中学校6校及び特別支援学校1校が完全給食方式で運営しております。兵庫県産の小麦粉、市内産の米・野菜を使用するなど地産地消の推進を図り、子どもたちに、よりおいしい給食の提供に努めているところです。

実施運営にあたっての経費は、学校給食法の定めにより、施設、設備、運営等に要する経費は市が、食材料は給食費として保護者が負担しています。

令和6年度に学校給食費を改定しましたが、物価高騰が長期化し、米の価格の高騰などにより、副食分の食材費が圧迫されています。これまでの対応では、栄養バランスや献立水準の維持が非常に困難になっています。

このような状況を踏まえ、今後も給食の充実を図り、質や量、栄養バランスを確保した学校給食を継続して提供できるよう、適切な学校給食費について諮問いたします。

1 学校給食の現状について

(1) 三木市の学校給食のあゆみ

昭和34年に、市内で初めて三樹小学校で給食を実施、昭和56年に小学校全校、平成20年から幼稚園全園、平成21年から中学校全校で開始した。
(資料1参照)

(2) 三木市の学校給食の現状(令和7年4月1日現在)

①学校数・食数

幼稚園	2園	33人	
小学校	13校	3,510人	
中学校	6校	1,839人	
特別支援学校	1校	64人	合計数 約5,446食/日

②年間基準給食日数 幼稚園160日、小学校・特別支援学校185日、 中学校170日

③調理方式

- ・単独校(親子)調理方式 4調理場 (1幼稚園、4小学校、
1特別支援学校)
- ・共同調理場方式 6調理場 (1幼稚園、9小学校、6中学校)

④食物アレルギー対応

- ・「三木市学校給食アレルギー対応マニュアル」を基に対応
- ・令和6年度114人に除去食・代替食を提供
- ・品目数制限なし

⑤献立内容

- ・三木市学校給食基本方針(資料2参照)
- ・主食回数:米飯 週3.5回(市内産米)
パン 週1.5回(兵庫県産小麦粉)
- ・副食:地産地消を推進(令和6年度 重量ベース26%)
環境教育を推進するため有機農産物を年に数回使用
毎月19日を食育の日とし、「まごわやさしい」献立
月に1回、牛乳の代わりにジョアを提供
学期に1回セレクト給食を実施
SDGS献立の実施

*参考:献立カレンダー、放送資料(資料3参照)

2 学校給食費について

(1) 給食費の負担について

学校給食法では、市が給食を提供するための施設や設備、調理や配送にかかる費用を負担し、その他の光熱水費や食材費は保護者が負担することとなっている。

しかし、三木市では食材費のみを給食費として保護者に負担いただいている。

保護者が負担	市が負担
食材費 1 食当たり 小学校 272 円 中学校 310 円	1 食当たり <u>322～327 円</u> ・人件費 ・光熱水費 ・修理費、備品・消耗品費 ・地産地消推進費 ・物価高騰分（小学校 33 円・中学校 38 円）

給食に係る経費の総額 令和 7 年度予算額 6 億 4,661 万円			
食材費 3 億 1,862 万円		調理・配送などの費用 3 億 2,799 万円	
保護者負担 2 億 8,494 万円	市負担	市負担 3 億 2,799 万円	
3,018 万円		地産地消推進費 350 万円	

(2) 給食費の改定時期

年度	小学校			中学校			上昇率 (%)
	実施回数 (回)	1 食単価 (円)	徴収月額 (円)	実施回数 (回)	1 食単価 (円)	徴収月額 (円)	
平成 2 年度	181	185	3,050				
6 年度	181	201	3,300				8
10 年度	181	219	3,600				9
14 年度	185	214	3,600				-3
21 年度	↓	↓	↓	170	240	3,700	
27 年度	185	234	3,940	170	265	4,100	9～11
令和 6 年度	185	272	4,575	170	310	4,790	16～17

* 令和 6 年度に改定したが、差額分を市が負担し、保護者負担は据え置いた。

(3) 現状

令和 6 年度に 9 年ぶりに給食費を改定した。物価高騰による増加率が 16～17% となったため、令和 6 年度以降の物価上昇分を見込まず、改定額を算定した。しかし、想定以上に米等の価格高騰があり、今後も不足する見込みである。

主食や牛乳の価格が上昇している中、副食の食材選定や献立の工夫を行い、食材費の節減を図ってきたが、栄養バランスや献立水準を維持するためには、これ以上の対応は困難である

なお、令和7年度については、国の物価高騰対応重点支援地方創生交付金を活用して食材の高騰分を市が補填する。

① 食材費の推移

【小学校】

(単位：円)

	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7予定
牛乳代	53.43	55.48	56.67	57.83	59.26	67.39	71.24	73.22
主食代	58.13	58.99	62.56	62.25	62.55	64.41	68.66	79.50
副食費	121.44	120.53	119.77	122.92	133.19	134.20	142.10	152.28
1食単価	233	235	239	243	255	266	282	305

【中学校】

(単位：円)

	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7予定
牛乳代	53.43	55.48	56.67	57.83	59.26	67.39	71.24	73.22
主食費	67.31	68.19	72.54	71.44	71.71	73.98	79.44	94.49
副食費	142.26	142.33	141.79	146.73	159.03	159.63	170.32	180.29
1食単価	263	266	271	276	290	301	321	348

【参考数値】

	H30	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7予定
消費者物価指数	98.2	98.7	100	100	104.5	112.9	117.8	124.2
兵庫県最低賃金(円)	871	899	900	928	960	1,001	1,052	1,052

(4) 給食費改定の経緯

令和2年度から「新型コロナウイルス感染症対応地方創生臨時交付金」を活用し、物価高騰による不足額を市が補填し、保護者負担を求めないこととした。また、令和4・5年の2・3学期には、無償化を実施した。

しかし、国からの支援がいつまでも続く確証はなく、令和5年度に学校給食審議会より給食費改定の答申を受領し、議会にて給食費徴収条例の改正が議決された。

給食費を改定はしたが、保護者負担を軽減するため、令和6年度は、国の物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金を活用し、保護者負担分は改定前の額に据え置き、改定後の金額との差額分は市が負担した。

しかし、さらに急激な物価高騰が続き、改定額では食材費が不足するため、財政調整基金を取り崩して対応する。

令和6年度に改定したところであるが、このままでは献立や食材の工夫だけ

で栄養バランスの取れた適正な給食の提供が難しいため、給食費の改定は避けられないと考えている。

【歳入歳出収支】

(単位：千円)

	R3 決算	R4 決算	R5 決算	R6 見込
歳入（給食費・補助金等）	269,330	264,379	259,429	252,384
歳出（給食材料費）	275,298	279,543	286,266	295,090
収 支	▲5,968	▲15,164	▲26,837	▲42,706

【基金残高】

(単位：千円)

	R3 決算	R4 決算	R5 決算	R6 見込
基金繰入金・繰越金	5,972	0	289	6,500
物価高騰分補助 (地方創生臨時交付金)	0	15,448	26,556	36,206
収 支	4	284	8	0
基金残高（各年度末）	7,332	7,332	7,971	1,471

*一般管理費、消費税分は除く

(5) 学校給食費の改定案について

学校給食費の改定は、現在の学校給食の質・量・水準を確保することを目的とする。

消費者物価指数は、1年間に5.4%上昇していることから、上昇率を同率で見込むこととする。

【案1：物価高騰分のみ】

令和7年度給食費計画額から1年間分の物価上昇率6%分を増額
(改定率19%)

	現行（日額）	日 額	月 額
小学校給食費	272 円	324 円 (+52)	5,450 円 (+875)
中学校給食費	310 円	370 円 (+60)	5,720 円 (+930)

【案2：さらに副食・デザート類を充実】

【案1】の物価高騰分に加え、副食、デザート類を令和元年度水準に戻すため増額

(改定率23%) 小学校10円 中学校13円増額

	現行（日額）	日 額	月 額
小学校給食費	272 円	334 円 (+62)	5,620 円 (+1,045)
中学校給食費	310 円	383 円 (+73)	5,920 円 (+1,130)

(6) 国の動向について

小学校の給食費無償化について、国は令和8年度以降できる限り早期の制度化を目指すことを表明している。

三木市の学校給食のあゆみ

資料 1

昭和 3 4	三樹小に調理場ができ、完全給食が始まる。
昭和 3 7	三木小に調理場ができる。
昭和 3 8	三木小で完全給食が始まる。 他の小学校でミルク給食が始まる。
昭和 5 5	三木市学校給食会ができる。 平田小、別所小、緑が丘東小に調理場ができる。 三樹小、平田小、三木小、別所小、緑が丘東小の 5 小学校で完全給食が始まる。(米飯給食週 2 回、 パン給食週 3 回、給食費 月 2,600 円) 米飯給食の開始に伴い、ご飯茶碗とカレー皿が増える。
昭和 5 6	緑が丘小、自由が丘小、広野小に調理場ができ、 完全給食が始まる。 口吉川町に共同調理場ができ、志染小、口吉川小、 豊地小、瑞穂小、三木養護学校で完全給食が始まる。
昭和 5 8	自由が丘東小に調理場ができ、完全給食が始まる。
昭和 5 9	給食費の値上げにより、月 2,900 円になる。
昭和 6 3	米飯給食が週 2 回から週 3 回になる。
平成 2	給食費の値上げにより、月 3,050 円になる。
平成 6	給食費の値上げにより、月 3,300 円になる。
平成 8	堺市で O - 157 食中毒が起こる。
平成 1 0	給食費の値上げにより、月 3,600 円になる。
平成 1 6	平田小の調理業務が民間委託になる。
平成 1 7	三樹小の調理業務が民間委託になる。
平成 1 8	別所小、広野小の調理業務が民間委託になる。 吉川町と合併し統一献立を開始する。
平成 1 9	自由が丘東小の調理業務が民間委託になる。
平成 2 0	三木小の調理業務が民間委託になる。 幼稚園の給食が始まる。(月 3,600 円)
平成 2 1	中学校の給食が始まる。(月 3,700 円) 緑が丘小・緑が丘東小の調理業務が民間委託になる。
平成 2 2	自由が丘小の調理業務が民間委託になる。 米飯給食が週 3 回から週 3.5 回になる。
平成 2 3	吉川共同調理場の調理業務が民間委託になる。
平成 2 7	給食費の値上げにより、小学生 月 3,940 円、 中学生 月 4,100 円になる。 学校給食会が解散し、公会計になる。
平成 2 8	口吉川共同調理場を閉鎖する。
令和 6	給食費徴収条例を改正し、小学生 月 4,575 円、 中学生 月 4,790 円になる。(実際の徴収額は据え置く)

- 1 おいしく安全・安心な給食を提供する
- 2 食育を推進する
- 3 地産地消を促進する
- 4 郷土愛を育む献立を充実させる

1 おいしく安全・安心な給食を提供する

- (1) おいしい給食を前提として減塩に努め、素材の味を感じられるよう献立を工夫します。
- (2) 食材の調達において、衛生面に十分配慮し、安全性を確保します。
- (3) 検収、調理及び配食等のすべての過程で衛生管理を徹底します。
- (4) 食物アレルギーを有する児童・生徒に関しては、医師の指導のもと保護者、学校、調理場が連携し、可能な限りアレルギー対応をします。

2 食育を推進する

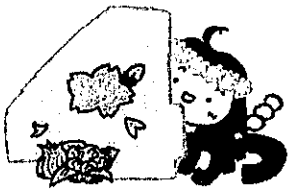
- (1) 食に関する指導の全体計画に基づき、学校給食を「生きた教材」として活用し、体系的、計画的、継続的に食育を推進します。
- (2) 食に関する正しい知識を身につけさせ、望ましい食習慣の形成や食に関する自己管理能力を育成します。
- (3) 食べ物を大切にし、生産者、納入業者、調理従事者など給食に関わる全ての人への感謝の心を育みます。

3 地産地消を促進する

市内産の食材を主体とし、県産の食材も積極的に取り入れ、地域の自然や文化、産業等への理解を深めます。

4 郷土愛を育む献立を充実させる

市や県の特産品や郷土食、伝統食を積極的に取り入れ、郷土について愛着を持てる子どもに育てます。



こんだてカレンダー

中学校 Aコース

* 市内産 とは、『三木市でつくられた』という意味です。

月	火	水	木	金
入学・進級おめでとう				
		9 肉団子のトマト煮 クイッティオの スープ 市内産 マッシュルーム・もやし	10 アスパラガスの サラダ ツナじゃが	11 鮭ボールの フライ 春野菜のみそ汁
14 ニラともやしの和え物 マーボー豆腐 市内産 もやし	15 ひじきとツナのスパゲッティ ポテトミルクスープ	16 厚揚げのカレー炒め 小松菜のスープ 市内産 青ねぎ	17 キャベツとコーンのソテー 黒糖パン 市内産 もやし	18 ☆まごわやさしい 献立☆ かつおのごまがらめ 豆腐のみそ汁
21 鶏肉とキャベツの ガーリック炒め トックスープ	22 ☆入学お祝い献立☆ 錦糸卵 いちご クレープ ちらし寿司 市内産 すまし汁 青ねぎ	23 ホキの南蛮漬け 五目野菜スープ	24 焼きそば風パスタ かぼちゃの 豆乳スープ 市内産 もやし・青ねぎ	25 焼きそば風パスタ カレーライス (麦ごはん) カリカリじゃこサラダ 市内産 もやし
28 豚肉のしょうが炒め たぬき汁 市内産 青ねぎ	29 昭和の日	30 キャベツとたくあん の ごま和え 鰯の香味焼き けんちん汁 市内産 青ねぎ	給食当番のお約束 髪の毛は、 帽子の中 に入れる マスクで鼻と あごをかくす 髪が長い人は くくりましょう つめは短く ボタンは 全部とめる	

4 月放送資料

No. 2

テーマ：「まごわやさしい」について

毎月19日は「食育の日」です。身体も心も健康な生活を過ごす

めに、食についての知識や食を選択する力を身に付けてほしいと

制定されました。三木市では、毎月19日前後のご飯の日に「まごわや

さしい」給食を実施しています。「まごわやさしい」とは、「豆類」、

「ごまなどの種実類」、「わかめなどの海藻類」、「野菜」、「魚」、「しい

たけなどのキノコ類」、「いも類」の7種類の食材の頭文字を並べた

言葉で、これらの食材をまんべんなくとると栄養バランスがよいとさ

れます。今日の献立では、「ま」が豆腐とみそ、「ご」がごま、「わ」が

わかめ、「や」がしょうが、人参、玉ねぎ、「さ」がかつお、「し」が

えのきたけ、「い」がじゃがいもです。

「まごわやさしい」食材を見つけながら、栄養満点の給食を残さ

ず食べましょう。「まごわやさしい」を意識しながら毎日の食事をして、

元気で充実した一年にしてください。

備考： Aコース： 18日（金）

Bコース： 17日（木）

三木市教育委員会



9月 こんだて表



しっかり
食べよう
朝ごはん

令和元年 Aコース・(小学校)

三木市教育委員会

日付	主食	飲み物	献立名 *原則、主菜・副菜の順に記載	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	エネルギー たんぱく質 脂肪
3(火)			切干し大根のソース炒め 肉団子のスープ オレンジゼリー	牛乳、豚肉(国産)、 ミートボール	精白米、なたね油、ごま油、 クイッティオ、かたくり粉、 オレンジゼリー	切り干し大根、たまねぎ、 にんじん、キャベツ、もやし、 青ねぎ	648kcal 20.4g 16.8g
4(水)			てりやきハンバーグ 野菜ソテー ポテト豆乳スープ	牛乳、ハンバーグ、 ショルダーベーコン、豆乳	コッペパン、砂糖、かたくり粉、 なたね油、じゃがいも	キャベツ、にんじん、 たまねぎ、クリームコーン	664kcal 24.8g 24.9g
5(木)			さわらのごま香味焼き もやし炒め かぼちゃのみそ汁	牛乳、さわら、豆腐、油あげ、 わかめ、みそ、煮干し、だし用	精白米、白ごま、砂糖、ごま油、 なたね油	しょうが、もやし、にんじん、 かぼちゃ、たまねぎ、しめじ、 青ねぎ	647kcal 27.9g 19.4g
6(金)			夏野菜のカレー 春雨サラダ	鶏むね肉(国産)、脱脂粉乳、 牛乳	精白米、むぎ、じゃがいも、 カレーパウダー、なたね油、 はるさめ、砂糖、ごま油	かぼちゃ、トマト、なす、 たまねぎ、もやし、きゅうり、 にんじん	675kcal 20.3g 17.7g
9(月)			白マーボー豆腐 キャベツのナムル ミニフィッシュ	牛乳、豚ひき肉(国産)、豆腐、 ミニフィッシュ	精白米、かたくり粉、 なたね油、ごま油	しょうが、京ねぎ、にんじん、 グリーンピース、キャベツ	645kcal 27.5g 21.3g
10(火)			さんまの開き 小松菜のクラッシュ大豆炒め じゃがいものみそ汁	牛乳、開きさんま、いりだいず、 油あげ、みそ、煮干し、だし用、 わかめ	精白米、なたね油、 じゃがいも	こまつな、もやし、にんじん、 たまねぎ、青ねぎ	672kcal 26.2g 22.9g
11(水)			魚の米粉フライ ポイルキャベツ(卓上ソース) かぼちゃのコンソメスープ ぶどう	牛乳、白身魚の米粉フライ、 ショルダーベーコン	コッペパン、なたね油	キャベツ、にんじん、 たまねぎ、かぼちゃ、ぶどう	616kcal 20.7g 20.6g
12(木)			豚肉となすのごまみそ炒め トックスープ	牛乳、豚肉(国産)、みそ、 赤みそ、鶏もも肉(国産)、 わかめ	精白米、砂糖、すりごま、 なたね油、トック	なす、青ねぎ、にんじん、 しょうが、しめじ、たまねぎ	642kcal 24.1g 17.4g
13(金)			芋煮 れんこんサラダ 月見ゼリー	ひじきご飯の素、牛乳、 豚肉(国産)、ごぼう天、 だしかつお	精白米、さといも、こんにゃく、 砂糖、ごま油、月見ゼリー	京ねぎ、にんじん、しめじ、 れんこん、コーン	634kcal 20.0g 13.1g
17(火)			鶏手羽元のガーリック煮 ピーマンとツナの炒め物 ビーフンスープ	牛乳、手羽元素焼き、ツナ缶、 豚肉(国産)	精白米、砂糖、なたね油、 ビーフン、ごま油	しょうが、ピーマン、にんじん、 はくさい、もやし、たまねぎ、 青ねぎ	643kcal 25.6g 20.9g
18(水)			ひよこ豆のドライカレー とうがんのスープ なし	牛乳、ひよこまめ(ゆで)、 合い挽き肉(国産)、 豚肉(国産)	コッペパン、なたね油、 カレーパウダー、ごま油	たまねぎ、にんじん、とうがん、 にら、なし	625kcal 22.0g 23.7g
19(木)			さばの塩焼き キャベツの昆布和え 田舎汁	牛乳、さば、しおこんぶ、 厚揚げ、みそ、煮干し、だし用	精白米、さといも、こんにゃく	キャベツ、もやし、だいこん、 にんじん、ごぼう、青ねぎ、 えのきたけ	640kcal 27.3g 20.5g
20(金)			肉じゃが カリカリじゃこサラダ 魚ぶりかけ	牛乳、牛肉(国産)、 ちりめんじゃこ	精白米、むぎ、じゃがいも、 しらたき、砂糖、なたね油、 和風ドレッシング、魚ぶりかけ	たまねぎ、にんじん、 グリーンピース、もやし	654kcal 22.1g 18.6g
24(火)			だしまきたまご 小松菜とシラスの炒め物 いも団子汁 減塩のり佃煮	牛乳、だし巻き玉子、ちりめん じゃこ、鶏もも肉(国産)、 だしかつお、減塩のり佃煮	精白米、白ごま、なたね油、 おじゃがもちボール	こまつな、にんじん、たまねぎ、 はくさい、だいこん、青ねぎ	615kcal 23.8g 15.5g
25(水)			マカロニとズッキーニのソテー いんげん豆のポタージュ	牛乳、豚肉(国産)、 ウィンナー、白いんげん、 ビーンズピューレ	黒砂糖、コッペパン、マカロニ、 なたね油	ズッキーニ、にんじん、 たまねぎ、マッシュルーム、 クリームコーン	683kcal 22.5g 24.1g
26(木)			チキンなんばん チンゲン菜のスープ	牛乳、鶏むね肉(国産)、 ショルダーベーコン	精白米、かたくり粉、砂糖、 なたね油、はるさめ	しょうが、たまねぎ、ピーマン、 りんごピューレ、チンゲンサイ、 生しいたけ、コーン、にんじん	670kcal 27.9g 18.6g
27(金)			鶏ごぼうどんぶり みそちゃんこ ヨーグルト	牛乳、鶏もも肉(国産)、ちくわ、 だし昆布、さかなだんご、 油あげ、みそ、ヨーグルト	精白米、こんにゃく、砂糖、 ごま油	にんじん、ごぼう、しめじ、 はくさい、チンゲンサイ、 もやし、にら	663kcal 27.4g 17.0g
30(月)			かつおのオーロラ煮 野菜スープ アーモンド	牛乳、かつお、みそ	コッペパン、かたくり粉、砂糖、 なたね油、じゃがいも、 アーモンド	しょうが、たまねぎ、キャベツ、 にんじん、にら、えのきたけ	672kcal 28.5g 25.1g

《 秋の旬を味わいましょう 》



さといも



なし



くり



ぶどう



さんま

＜ 9月の市内産食材 ＞

今月は、三木市内で作られた、なす・ピーマン・じゃがいも・
玉ねぎ・ぶどう・もやし・マッシュルームを使用する予定です。
米は、市内産の「キヌヒカリ」を使用します。

【 給食シビ〜とり手羽元のガーリック煮〜 】

○材料○ 4人分

- ・とり手羽元 8本
- ・しょうが 4g
- ・ガーリックパウダー 1.2g
- (おろしにくいの場合3g)
- ・濃口醤油 20g(大さじ1弱)
- ・砂糖 14g(大さじ1と1/2)
- ・酢 20g(大さじ1と1/3)
- ・水 80cc

○作り方○

- ①しょうがはすりおろす。
- ②鍋に、調味料を全て
加え煮る。
- ③②にとり手羽元を加え
味がしみ込むまで
煮る。



月平均栄養価

エネルギー 651kcal

たんぱく質 24.4g

脂肪 19.9g

* 物資の都合により変更する場合があります。