

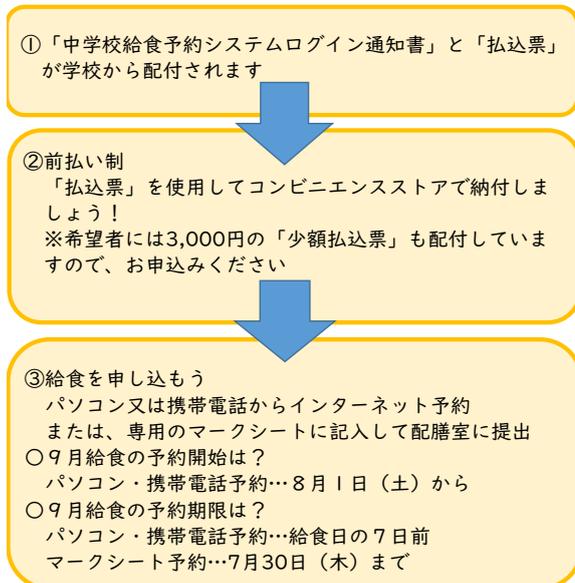
摂津市中学校給食 献立表

令和2年9月
摂津市教育委員会

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	1日	2日	3日	4日
	パーガーパン チーズ入りメンチカツ キャベツのカレーソテー ジャーマンポテト ビーンズトマト きのこのクリームスープ 牛乳	ごはん 厚揚げの中華風みそ炒め 海藻サラダ 大豆とじゃこのごまがらめ 牛乳	黒糖パン 豚肉のカレー風味揚げ 和風スパゲティ トマト豚じゃが 炒めナムル コンソメスープ 牛乳	ごぼうと薄揚げの炊き込みごはん たららの西京焼き ほうれん草とコーンの炒め物 野菜のかき揚げ 人参のじゃこ炒め 白玉入りフルーツポンチ 牛乳
7日	8日	9日	10日	11日
玄米入りごはん 豚しゃぶサラダ オムレツきのこクリームソース キャンディチーズ ひよこ豆のカレー 牛乳	キムタクごはん かぼちゃと海鮮のかき揚げ 五目焼きビーフン 揚げえび焼売 卵とえのきのスープ 牛乳	ごはん 揚げ魚の野菜あんかけ 焼きかぼちゃ じゃがいもの磯煮 りんご缶 大根のすまし汁 牛乳	オリーブパン 秋なすのミートソーススパゲティ 鶏肉のバジル炒め 野菜サラダ えのきのスープ 牛乳	ごはん すき焼き ししゃもの天ぷら 冬瓜の煮物 牛乳
14日	15日	16日	17日	18日
ごはん さんまの蒲焼き風 キャベツのごま和え 小松菜と豚肉の炒め物 五目煮 和梨ゼリー 牛乳	オレンジピールパン 豚肉のマリアナソース バジルマカロニ スパイシーポテト ミニゼリー（ぶどう） オニオンスープ 牛乳	ごはん 八宝菜 牛肉とトマトの炒め物 じゃがいものごま揚げ 豆腐のみそ汁 牛乳	エビクリームライス スペイン風オムレツ ペペロンチーノ 春雨サラダ パイン缶 牛乳	ごはん こくらしい 生揚げの煮物 大学いも タイピーエン風 牛乳
21日	22日	23日	24日	25日
		ごはん 鶏肉のから揚げ キャベツソテー 豆腐のミートグラタン バジルポテト 牛乳	ドッグパン ソース焼きそば はんぺんフライ 黄桃缶 ミネストローネ 牛乳	ごはん スタミナビビンバ かぼちゃのそぼろ煮 キムチハリハリ わかめと玉葱のみそ汁 牛乳
28日	29日	30日	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>チェック 生活リズムをととのえるために</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 毎日、朝ごはんを食べる。 <input type="checkbox"/> 早起きをして、朝の光を浴びる。 <input type="checkbox"/> 毎日、ほぼ決まった時間に起きる。 <input type="checkbox"/> 1日3食を、決まった時間に食べる。 <input type="checkbox"/> 日中は、できるだけたくさん光を浴びる。 <input type="checkbox"/> 夜は、あまり明るい光を浴びないようにする。 <input type="checkbox"/> 寝る前までテレビを見ていたり、パソコンや携帯電話、スマホなどを使用したりしないようにする。 <input type="checkbox"/> 寝る時は、部屋を真っ暗にして眠る。 </div>	
ごはん 白身魚の磯辺揚げ 野菜のおかか炒め おいものはちみつマスタード和え うずら卵の醤油煮 なすのみそ汁 牛乳	丹後のまつぶた寿司（小盛） うどん 豚肉と大根の炊いたん 牛乳	混ぜたらチキンライス ひじき入り卵焼き ゆで小松菜 お米deスイートポテト 春雨スープ 牛乳		

※給食の実施日は、学校により異なります。麺献立は、ごはんを小盛（180g）にしています。

給食の申し込み方法



アレルギー物質を含む食品の一覧

使用日	卵	乳	小麦	落花生	えび	かに	そば
1日	○	○	○				
2日			○				
3日		○	○				
4日		○	○				
7日	○	○	○				
8日	○		○		○	○	
9日			○				
10日		○	○				
11日			○				
14日			○				
15日		○	○				
16日	○		○				
17日	○	○	○				
18日	○		○				
23日		○	○				
24日	○	○	○				
25日		○	○				
28日	○		○				
29日	○		○				
30日	○		○				

※「卵」は鶏卵・うずら卵のことを指し、魚卵は含んでいません。

給食に使用されている食材で、アレルギー表示が義務づけられた特定原材料（卵・乳・小麦・落花生・えび・かに・そば）について表示しています（飲料牛乳を除く）。ただし、食品を製造する際に、原材料としては使用していないにもかかわらず、特定原材料が意図せずして最終加工食品に混入（コンタミネーション）してしまう場合があります。特定原材料に準ずるもの等情報が必要な場合は、摂津市教育委員会までお問い合わせください。

[お問い合わせ先] 摂津市教育委員会事務局 教育政策課 06-6383-1111