

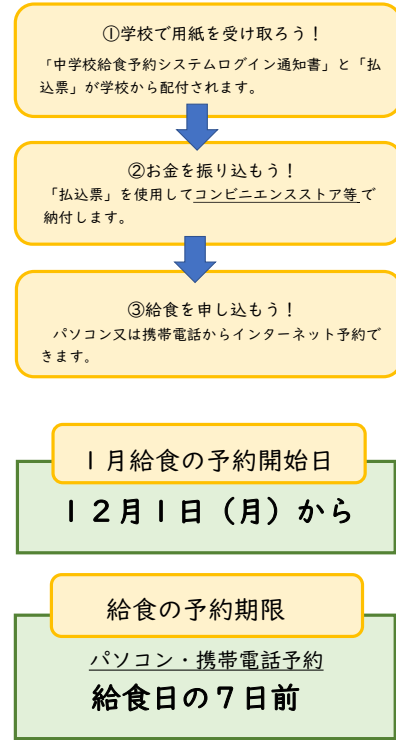
摂津市中学校給食 使用食材一覧表

令和7年1月
摂津市教育委員会

日付	献立名	材料名	栄養価	アレルギー
9 (金)	①ごはん ②りんごだれの生姜焼き ③炒めナムル ④かんもどき入り煮物 ⑤ちくわのごま炒め ⑥白菜のみそ汁 ○牛乳	①精白米	エネルギー (kcal)	卵
		②豚もも、食塩、白こしょう、りんごクリーム、上白糖、濃口醤油、みりん、りんごクリーム、生姜、料理酒、食塩、玉葱、青ピーマン、大豆油	たんばく質(g)	えび
		③キャベツ、人参、上白糖、米酢、食塩、濃口醤油、唐辛子パウダー、ごま油	32	
		④かんもどき、人参、じゃがいも、板こんにゃく、生姜、上白糖、みりん、薄口醤油、濃口醤油、でんぶん、削り節、だし昆布	脂質 (g)	
		⑤焼竹輪、玉葱、白いりごま、上白糖、料理酒、濃口醤油、大豆油	18.8	
13 (火)	①ミルクパン ②ポークチャップ ③キャベツと小松菜のソテー ④五目卵焼き ⑤みかん缶 ⑥野菜スープ ○牛乳	①ミルクパン	エネルギー (kcal)	卵
		②豚もも、赤ワイン、玉葱、ケチャップ、ウスターソース、食塩、白こしょう、薄力粉、大豆油	たんばく質(g)	えび
		③キャベツ、小松菜、食塩、白こしょう、大豆油	783	
		④鶏卵、玉葱、人参、干椎茸、グリーンピース、薄口醤油、食塩、白こしょう、大豆油	37	
		⑤みかん缶	脂質 (g)	
14 (水)	①しらすごはん ②うどん ③さつまいも入りかき揚げ ④五目煮 ⑤七草うどんだし ○牛乳	①精白米、削り節、だし昆布、料理酒、薄口醤油、食塩、生姜、人参、しらす干し	たんばく質(g)	えび
		②冷凍うどん、大豆油、青葱	31.5	
		③さつまいも、人参、玉葱、かえりちりめん、枝豆、薄力粉、でんぶん、水、料理酒、濃口醤油、上白糖、食塩、大豆油	脂質 (g)	
		④大豆、芽ひじき、つきこんにゃく、人参、枝豆、上白糖、みりん、濃口醤油、削り節、だし昆布	21.9	
		⑤鶏もも、さざみ揚げ、大根、かぶ、かぶのは、せり、食塩、濃口醤油、みりん、料理酒、削り節、だし昆布、水		
15 (木)	①ごはん ②八宝菜 ③ツナと野菜のからし酢和え ④じゃがいものごま揚げ ○牛乳	①精白米	エネルギー (kcal)	卵
		②豚もも、生姜、えび、いか、食塩、料理酒、うずら卵水煮、白菜、玉葱、人参、濃口醤油、食塩、白こしょう、でんぶん、大豆油、鶏ガラスープ、水	たんばく質(g)	えび
		③ツナ、人参、大豆もやし、キャベツ、春雨、大豆油、米酢、上白糖、薄口醤油、からし粉、食塩、白こしょう	33.7	
		④じゃがいも、でんぶん、大豆油、上白糖、濃口醤油、白いりごま	脂質 (g)	
		○牛乳	20.8	
16 (金)	①ごはん ②魚の甘辛揚げ ③小松菜のおひたし ④大根とわかめのごま和え ⑤油揚げのみそ汁 ○牛乳	①精白米	エネルギー (kcal)	卵
		②アジ、生姜、料理酒、でんぶん、大豆油、上白糖、料理酒、濃口醤油、白いりごま	たんばく質(g)	えび
		③小松菜、人参、薄口醤油、削り節、だし昆布	31.2	
		④じゃがいも、つきこんにゃく、人参、さやいんげん、白いりごま、食塩、上白糖、みりん、濃口醤油、大豆油	脂質 (g)	
		⑤大根、わかめ、白いりごま、みりん、薄口醤油、削り節、だし昆布	20	
19 (月)	①ごはん ②魚の韓国風味ソース ③じゃがいものり塩和え ④小松菜の肉みそ炒め ⑤キャベツのおかか和え ○牛乳	①精白米	エネルギー (kcal)	卵
		②さわか、食塩、白こしょう、でんぶん、大豆油、青葱、生姜、にんにく、上白糖、料理酒、濃口醤油、米酢、コチジャン、ごま油	たんばく質(g)	えび
		③豚ミンチ、まめプラスミンチ、大豆油、上白糖、みりん、料理酒、濃口醤油、赤みそ、豆板醬、ごま油、小松菜、にんにく、人参、水、でんぶん	33.6	
		④キャベツ、かつお破片、薄口醤油	脂質 (g)	
		○牛乳	22.9	
20 (火)	①ドッグパン ②ソース焼きそば ③切干大根とツナの和え物 ④もやしのナムル ⑤厚揚げのスープ ○牛乳	①ドッグパン	エネルギー (kcal)	卵
		②中華そば、豚もも、キャベツ、人参、玉葱、チンゲン菜、ウスターソース、とんかつソース、濃口醤油、でんぶん、食塩、白こしょう、大豆油	たんばく質(g)	えび
		③切干大根、ツナ、人参、白菜、小松菜、米酢、上白糖、濃口醤油、食塩	30	
		④大豆もやし、上白糖、米酢、食塩、濃口醤油、唐辛子パウダー、ごま油	脂質 (g)	
		⑤厚揚げ、人参、薄口醤油、食塩、白こしょう、鶏ガラスープ、水	23	
21 (水)	①麦ごはん ②みそカツ ③三色ナムル ④豆腐のチャンプル ⑤大学イモ ○ジョア(ストロベリー)	①精白米、大麦	エネルギー (kcal)	卵
		②豚肉、食塩、白こしょう、薄力粉、パン粉、大豆油、にんにく、白いりごま、赤みそ、上白糖、濃口醤油、ごま油、水	たんばく質(g)	えび
		③小松菜、人参、大豆もやし、上白糖、米酢、濃口醤油、食塩、唐辛子パウダー、ごま油	840	
		④木綿豆腐、ツナ、キャベツ、人参、にら、上白糖、濃口醤油、食塩、でんぶん、ごま油	28.4	
		⑤さつまいも、大豆油、上白糖、はちみつ、水	脂質 (g)	

日付	献立名	材料名	栄養価	アレルギー
22 (木)	①ツイストパン ②鶏肉の唐揚げレモン煮 ③フライドポテト ④長ネギのマヨ味噌グラタン ⑤ブチシュー ⑥ポトフ ○牛乳	①ツイストパン	エネルギー (kcal)	卵
		②鶏もも、生姜、にんにく、料理酒、濃口醤油、でんぶん、大豆油、濃口醤油、上白糖、レモン果汁	たんばく質(g)	えび
		③じゃがいも、食塩、白こしょう、大豆油	892	
		④白葱、玉葱、高野豆腐、大豆油、マヨネーズ、白みそ、上白糖、パルメザンチーズ、パン粉、白いりごま	37.5	
		⑤ウインナー、玉葱、人参、キャベツ、薄口醤油、食塩、白こしょう、コンソメ、水	脂質 (g)	
23 (金)	①ごはん ②魚のカレーあんかけ ③チンゲン菜のスパゲティ ④厚揚げの炒め物 ⑤キャベツのごま酢 ⑥さつまいものみそ汁 ○ジョア (プレーン)	①精白米	エネルギー (kcal)	卵
		②たら、食塩、白こしょう、でんぶん、大豆油、玉葱、人参、さやいんげん、料理酒、食塩、濃口醤油、みりん、カレー粉、でんぶん、削り節	たんばく質(g)	えび
		③スパゲティ、チンゲン菜、玉葱、濃口醤油、食塩、白こしょう、大豆油	34.1	
		④厚揚げ、豚もも、人参、玉葱、生姜、食塩、白こしょう、料理酒、上白糖、濃口醤油、ごま油、大豆油	脂質 (g)	
		⑤大根、キャベツ、人参、白いりごま、米酢、上白糖、食塩、濃口醤油、ごま油	14.7	
26 (月)	①チャーハン ②麻婆じゃが ③キャベツのゆず胡椒炒め ④揚げ餃子 ○牛乳	①精白米、そばろ卵、人参、玉葱、青葱、薄口醤油、食塩、料理酒、鶏ガラスープ、白こしょう、ごま油	エネルギー (kcal)	卵
		②じゃがいも、大豆油、豚ミンチ、大豆油、人参、玉葱、干椎茸、青葱、にんにく、生姜、上白糖、食塩、赤みそ、濃口醤油、料理酒、豆板醬、鶏だし、ごま油、でんぶん、水	たんばく質(g)	えび
		③キャベツ、小松菜、人参、大豆もやし、みりん、料理酒、ゆずこしょう、食塩、ごま油	28.1	
		④鉄板餃子、大豆油	脂質 (g)	
		⑤木綿豆腐、わかめ、薄口醤油、食塩、白こしょう、鶏ガラスープ、水	28.8	
27 (火)	①コッペパン ②ダウード・バシヤ風肉団子 ③こぶきいも ④野菜サラダ ⑤キャンディチーズ ⑥オニオンスープ ○牛乳	①コッペパン	エネルギー (kcal)	卵
		②肉団子、大豆油、トマト缶、トマト、水、食塩、白こしょう、上白糖、中濃ソース、コンソメ、シナモン、ナツメグ、ぶどう(干し)	たんばく質(g)	えび
		③じゃがいも、バセリ、食塩、白こしょう	29.6	
		④キャベツ、ホールコーン、大豆もやし、人参、オリーブオイル、レタス、(小袋)	脂質 (g)	
		⑤玉葱、バセリ、薄口醤油、鶏ガラスープ、食塩、水	38.3	
28 (水)	①ごはん ②さばの大葉みそだれ ③キャベツのごま和え ④肉じゃが ⑤抹茶わらび餅 ⑥大根のすまし汁 ○ジョア (マスカット)	①精白米	エネルギー (kcal)	卵
		②さば、しそ、にんにく、生姜、白みそ、上白糖、みりん、料理酒、大豆油	たんばく質(g)	えび
		③キャベツ、白いりごま、みりん、薄口醤油、削り節、だし昆布	29.5	
		④牛肩ロース、じゃがいも、糸こんにゃく、玉葱、人参、枝豆、上白糖、みりん、濃口醤油、薄口醤油、大豆油、削り節、だし昆布	脂質 (g)	
		⑤大根、さざみ揚げ、薄口醤油、食塩、削り節、だし昆布、水	25.3	
29 (木)	①オリーブパン ②豚肉のマリナソース炒め ③キャベツソテー ④パズルスパゲティ ⑤ミニゼリー ⑥卵とえのきのスープ ○牛乳	①オリーブパン	エネルギー (kcal)	卵
		②豚肉、食塩、生姜、でんぶん、大豆油、玉葱、赤パプリカ、青ピーマン、トマトピューレ、コンソメ、上白糖、ウスターソース、水	たんばく質(g)	えび
		③キャベツ、食塩、白こしょう、大豆油	27.8	
		④スパゲティ、ペーコン、玉葱、にんにく、オリーブオイル、ジェノパペースト、食塩、黒こしょう	脂質 (g)	
		⑤ミニゼリー (シチリアレモン)	33.9	
30 (金)	①ターメリックライス ②タンドリーチキン ③小松菜とコーンのソテー ④じゃがいもと枝豆のサラダ ⑤コンソメスープ ⑥アシドミルク	①精白米、ターメリック、バター	エネルギー (kcal)	卵
		②鶏むね、にんにく、生姜、プレーンヨーグルト、カレー粉、ケチャップ、食塩、白こしょう、大豆油	たんばく質(g)	えび
		③小松菜、大豆もやし、ホールコーン、食塩、白こしょう、大豆油	41.2	
		④豚ミンチ、大豆、玉葱、人参、にんにく、生姜、大豆油、カレー粉、水、トマトピューレ、ケチャップ、ウスターソース、とんかつソース、食塩	脂質 (g)	
		⑤鶏卵、えのきたけ、玉葱、薄口醤油、食塩、鶏ガラスープ、でんぶん、水	12.9	

給食の申し込み方法



○給食は、卵・乳・小麦・落花生・えび・かに・そば・くるみ・アーモンド・あわび・いか・いくら・オレンジ・キウイフルーツ・牛肉・さけ・さば・大豆・鶏肉・豚肉・マカダミアナッツ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン・バナナ・ごま・カシューナッツを含む製品と共通の設備で調理しています。

○海産物(わかめ・しらす等)は、えび・かにが混ざる場合があります。

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・えび)について表示しています(飲料牛乳・乳酸菌飲料を除く)。

給食には、落花生・かに・そば・くるみは使用しません。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

※献立の食材は、天候などの影響によりやむを得ず変更となる場合がありますので、ご了承ください。