

摂津市中学校給食 使用食材一覧表

令和8年6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
1(月)	①ごはん ②鶏もも、うずら卵のさっぱり煮 ③ツツ、パン、キャベツ、玉葱、人参、オイスターソース、大豆油、食塩、薄口醤油、ごま油 ④ちくわの磯部揚げ ○牛乳	①精白米	エネルギー(kcal) 762	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		②鶏もも、うずら卵、さっぱり煮、赤こんにゃく、じゃがいも、人参、にんにく、上白糖、米粉、薄口醤油	たんぱく質(g) 32.4 脂質(g) 20.8	
2(火)	①ドッグパン ②青菜としらすのスパゲティ ③オートドッグ ④小松菜のツナコーン炒め ⑤フルーツヨーグルト ○牛乳	①ドッグパン ②オートドッグ ③オートドッグ ④小松菜、ツナ、コーン、しょうゆ、薄口醤油、食塩、白こしょう、大豆油、水、薄力粉	エネルギー(kcal) 838	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		⑤フルーツヨーグルト ○牛乳	たんぱく質(g) 35 脂質(g) 27.3	
3(水)	①ごはん ②小松菜のおかかえ ③らま豆腐 ④かぼちゃの甘煮 ⑤白菜のすまし汁 ○牛乳	①精白米 ②豚ロース、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、上白糖、薄口醤油、ごま油、水	エネルギー(kcal) 838	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③らま豆腐 ④かぼちゃの甘煮 ⑤白菜のすまし汁 ○牛乳	たんぱく質(g) 33 脂質(g) 24.6	
4(木)	①煮ごはん ②魚の塩こうじ焼き ③フロッコー煮 ④あずき団子 ⑤玉ねぎのみそ汁 ○牛乳	①精白米 ②鶏ロース、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、上白糖、薄口醤油、ごま油、水	エネルギー(kcal) 833	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③フロッコー煮 ④あずき団子 ⑤玉ねぎのみそ汁 ○牛乳	たんぱく質(g) 35.3 脂質(g) 17.9	
5(金)	①ごはん ②かみ ③チンジャオロース ④生揚げの煮物 ⑤おいものハニーマースタード ○牛乳	①精白米 ②切干大根、豚もも、青ピーマン、玉葱、絹糸菜、人参、にんにく、みりん、オイスターソース、鶏だし、薄口醤油、食塩、白こしょう、めんぷん、大豆油	エネルギー(kcal) 775	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③チンジャオロース ④生揚げの煮物 ⑤おいものハニーマースタード ○牛乳	たんぱく質(g) 30.7 脂質(g) 19.4	
8(月)	①ごはん ②豚肉の韓国風炒め ③そぼろサラダ ④イカリングフライ ○牛乳	①精白米 ②豚もも、大豆やし、人参、玉葱、じゃがいも、コシジャン、豆板醤、生薬、にんにく、上白糖、食塩、すりごみ、薄口醤油、ごま油、大豆油	エネルギー(kcal) 817	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③そぼろサラダ ④イカリングフライ ○牛乳	たんぱく質(g) 34.8 脂質(g) 25.4	
9(火)	①オレンジピールパン ②チキカツ ③マジックパコ ④おくらピリッと炒め ⑤ひじきのマヨ和え ⑥厚揚げのスープ ○牛乳	①オレンジピールパン ②チキカツ ③マジックパコ ④おくらピリッと炒め ⑤ひじきのマヨ和え ⑥厚揚げのスープ ○牛乳	エネルギー(kcal) 866	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		⑥厚揚げのスープ ○牛乳	たんぱく質(g) 32.3 脂質(g) 29.5	
10(水)	①ごはん ②八宝菜 ③さつまいも入りかき揚げ ④りんごブチケーキ ⑤キャベツのみそ汁 ○アンドミルク	①精白米 ②豚もも、生薬、えび、いか、食塩、料理酒、うずら卵水、白菜、玉葱、人参、薄口醤油、食塩、白こしょう、めんぷん、大豆油、鶏ガラスープ、水	エネルギー(kcal) 845	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③さつまいも入りかき揚げ ④りんごブチケーキ ⑤キャベツのみそ汁 ○アンドミルク	たんぱく質(g) 33.2 脂質(g) 20	
11(木)	①WE米パン ②鮭のチーズ焼き ③小松菜とコーンのソテー ④フライドポテト ⑤さなご豆腐 ⑥オニオンスープ ○牛乳	①WE米パン ②鮭、食塩、オリーブオイル、玉葱、しめじ、食塩、白こしょう、パルメザンチーズ、牛乳、薄力粉、コンソメ	エネルギー(kcal) 780	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③小松菜とコーンのソテー ④フライドポテト ⑤さなご豆腐 ⑥オニオンスープ ○牛乳	たんぱく質(g) 38.1 脂質(g) 29.6	
12(金)	①ごはん ②トマト肉じゃが ③大根と豆腐の煮物 ④白菜のツツ和え ⑤えのきのすまし汁 ○牛乳	①精白米 ②牛肩ロース、じゃがいも、人参、玉葱、オートトマ、赤こんにゃく、ホールコーン、にんにく、白いりごま、薄口醤油、ごま油、薄口醤油、コンソメ、上白糖、水	エネルギー(kcal) 789	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③大根と豆腐の煮物 ④白菜のツツ和え ⑤えのきのすまし汁 ○牛乳	たんぱく質(g) 31.2 脂質(g) 23.2	
15(月)	①とうもろこしごはん(小松菜) ②えびと野菜かき揚げ ③えびのめし ④ゆず風味和え ⑤ジャージャー麺の具 ○ミニピーゼリー ○牛乳	①精白米、ホールコーン、すりごみ、だし昆布、薄口醤油、みりん、食塩	エネルギー(kcal) 780	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		②えびと野菜かき揚げ ③えびのめし ④ゆず風味和え ⑤ジャージャー麺の具 ○ミニピーゼリー ○牛乳	たんぱく質(g) 8.58 脂質(g) 30.4 22.9	

※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。

日付	献立名	材料名	栄養価	アレルギー
16(火)	①パンパン ②和風おろしそハンバーグ ③マッシュポテト ④ほうろく入り野菜炒め ⑤ほうろく草のナムル ○牛乳	①パンパン ②ハンバーグ、大豆油、玉葱、大根、しめじ、上白糖、薄口醤油、みりん、料理酒、めんぷん、水	エネルギー(kcal) 802	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③マッシュポテト ④ほうろく入り野菜炒め ⑤ほうろく草のナムル ○牛乳	たんぱく質(g) 28.9 脂質(g) 27.4	
17(水)	①ごはん ②ヤニョムチキン ③三色パスタ ④マカロンデザート ⑤スナシューポテト ○ジョア(マスカット)	①精白米 ②鶏もも、食塩、白こしょう、料理酒、めんぷん、大豆油、ケチャップ、コシジャン、はちみつ、にんにく、料理酒	エネルギー(kcal) 843	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③三色パスタ ④マカロンデザート ⑤スナシューポテト ○ジョア(マスカット)	たんぱく質(g) 37.6 脂質(g) 19.8	
18(木)	①ダネブリックライス ②小松菜のパネソテー ③春雨の炒め物 ④みかん缶 ⑤ひよこ豆のカレー ○牛乳	①精白米、オリーブオイル ②鶏もも、食塩、薄口醤油、玉葱、人参、干椎茸、大豆油、香辛料、上白糖、薄口醤油、食塩	エネルギー(kcal) 866	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③春雨の炒め物 ④みかん缶 ⑤ひよこ豆のカレー ○牛乳	たんぱく質(g) 28.8 脂質(g) 26.8	
19(金)	①玄米ごはん ②さばの竜田揚げ ③きのこソテー ④高野豆腐の煮物 ⑤照れこみやく ⑥花枝のすまし汁 ○穀物ふりかけ ○牛乳	①玄米ごはん ②さば、生薬、薄口醤油、料理酒、めんぷん、大豆油	エネルギー(kcal) 925	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③きのこソテー ④高野豆腐の煮物 ⑤照れこみやく ⑥花枝のすまし汁 ○穀物ふりかけ ○牛乳	たんぱく質(g) 35.2 脂質(g) 38.5	
22(月)	①ごはん ②揚げ豆腐の野菜あんかけ ③小松菜のおひたし ④冬瓜と厚揚げの煮物 ⑤じゃがいもの炒め物 ⑥白菜のみそ汁 ○牛乳	①精白米 ②豆腐、食塩、薄口醤油、玉葱、人参、干椎茸、大豆油、香辛料、上白糖、薄口醤油、食塩	エネルギー(kcal) 819	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③小松菜のおひたし ④冬瓜と厚揚げの煮物 ⑤じゃがいもの炒め物 ⑥白菜のみそ汁 ○牛乳	たんぱく質(g) 35.2 脂質(g) 25.1	
23(火)	①ごはん ②もずく入り ③おくらピリッと炒め ④ツクシイ ⑤く〜ぶりち〜 (昆布炒め) ⑥いなむち (伊勢海苔汁) ○牛乳	①精白米 ②もずく、食塩、白こしょう、めんぷん、大豆油、玉葱、人参、薄口醤油、食塩、料理酒、みりん、すりごみ、だし昆布、めんぷん、大豆油	エネルギー(kcal) 881	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③おくらピリッと炒め ④ツクシイ ⑤く〜ぶりち〜 (昆布炒め) ⑥いなむち (伊勢海苔汁) ○牛乳	たんぱく質(g) 32.9 脂質(g) 29.2	
24(水)	①ごはん ②あじの南蛮漬け ③ほうろく草のごま和え ④卵入り野菜炒め ⑤チョコパシュ ⑥玉葱、なすのみそ汁 ○ジョア(プレーン)	①精白米 ②アジ、食塩、白こしょう、めんぷん、大豆油、人参、玉葱、青ピーマン、上白糖、米粉、薄口醤油、薄辛、ワケギ、水、めんぷん	エネルギー(kcal) 758	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③ほうろく草のごま和え ④卵入り野菜炒め ⑤チョコパシュ ⑥玉葱、なすのみそ汁 ○ジョア(プレーン)	たんぱく質(g) 32 脂質(g) 15.1	
25(木)	①アップルパン ②ポテトチップ ③素揚げじゃがいも ④野菜のオリーブ炒め ⑤まるいチーズ ⑥豆腐のスープ ○牛乳	①アップルパン 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	エネルギー(kcal) 813	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③素揚げじゃがいも ④野菜のオリーブ炒め ⑤まるいチーズ ⑥豆腐のスープ ○牛乳	たんぱく質(g) 34.9 脂質(g) 31	
26(金)	①ごはん ②牛肉のブルコ風甘辛炒め ③ももやしのナムル ④かぼちゃのそぼろ煮 ⑤白菜のコンソメ煮 ⑥わかめのみそ汁 ○牛乳	①精白米 ②牛肩ロース、人参、玉葱、生薬、にんにく、白いりごま、薄口醤油、上白糖、ごま油	エネルギー(kcal) 815	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③ももやしのナムル ④かぼちゃのそぼろ煮 ⑤白菜のコンソメ煮 ⑥わかめのみそ汁 ○牛乳	たんぱく質(g) 29.9 脂質(g) 26.3	
29(月)	①ごはん ②フライ盛り合わせ ③ゆず風味和え ④春巻 ⑤香のりかき揚げ ⑥じゃがいも ⑦枝豆のサラダ ⑧なめこのすまし汁 ○牛乳	①精白米 ②えび、ホキ、かぼちゃ、料理酒、薄力粉、パン粉、大豆油 / 中濃ソース(小袋)	エネルギー(kcal) 817	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③ゆず風味和え ④春巻 ⑤香のりかき揚げ ⑥じゃがいも ⑦枝豆のサラダ ⑧なめこのすまし汁 ○牛乳	たんぱく質(g) 31.7 脂質(g) 23.2	
30(火)	①チーズパン ②鶏肉のカレー炒め ③ペンチサラダ ④相模のチーズ ⑤レモンパスタ ⑥冬瓜のスープ ○牛乳	①チーズパン ②鶏もも、じゃがいも、玉葱、キャベツ、人参、カレー粉、ケチャップ、料理酒、薄口醤油、上白糖、大豆油	エネルギー(kcal) 784	卵 卵 乳 乳 小麦 小麦 えび えび
		③ペンチサラダ ④相模のチーズ ⑤レモンパスタ ⑥冬瓜のスープ ○牛乳	たんぱく質(g) 33.9 脂質(g) 23.6	

給食の申し込み方法

①学校で用紙を受け取りましょう！
「中学校給食予約システムログイン通知書」と「払込票」が学校から配付されます。

↓

②お金を振り込もう！
「払込票」を使用してコンビニエンスストア等で納付します。

↓

③給食を申し込もう！
パソコン又は携帯電話からインターネット予約できます。

6月給食の予約開始日

5月1日(金)から

給食の予約期限

パソコン・携帯電話予約
給食日の7日前

○給食は、卵・乳・小麦・えび・カシューナッツ・かに・くるみ・そば・落花生・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・ごま・さけ・さば・大豆・鶏肉・バナナ・ビスタチオ・豚肉・原料がパスタ・もも・やまいも・りんご・ゼラチン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、カシューナッツ・かに・くるみ・そば・落花生は使用しません。ただし、食品を製造する際に、原材料としては使用しないにもかかわらず、特定原材料が意図せず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