摂津市中学校給食　使用食材一覧表

令和6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	
3(月)	ひじきごはん 冷やしうどん えび天と野菜かき揚げ 小松菜のおひたし うどんだし 牛乳	精白米,筍水煮,人参,芽ひじき,薄口醤油,上白糖,みりん,食塩 / 冷凍うどん,大豆油,オクラ,食塩 / えび,料理酒,ごぼう,人参,玉葱,枝豆,大豆,薄力粉,食塩,大豆油 / 小松菜,大豆もやし,薄口醤油,削り節　だし昆布 / きざみ揚げ,かまぼこ,みりん,濃口醤油,上白糖,削り節,だし昆布,水 / 牛乳	エネルギー(kcal) 800 たんぱく質(g) 27.3 脂質（g） 20.8	卵 乳 小麦 ○ えび ○	
4(火)	ツイストパン 魚のチリソースがけ 素揚げじゃがいも 野菜サラダ ピピピチーズ 牛乳	ツイストパン / タラ,食塩,白こしょう,でんぷん,大豆油,玉葱,ケチャップ,チリソース,上白糖,料理酒,濃口醤油,でんぷん,大豆油 / じゃがいも,大豆油,食塩 / キャベツ,ホールコーン,人参,小松菜 ,イタリアンドレッシング（小袋） / 一口チーズ / 牛乳	エネルギー(kcal) 757 たんぱく質(g) 28.8 脂質（g） 27.2	卵 乳 ○ 小麦 ○ えび	
5(水)	ごはん 肉じゃがコロッケ チンゲン菜のスパゲティ 生揚げの煮物 ちくわのごま炒め 豚汁 減塩のり佃煮 ジョア（プレーン味）	精白米 / 肉じゃがコロッケ,大豆油 / 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/ 厚揚げ,しめじ,人参,白菜,削り節　だし昆布,料理酒,みりん,上白糖,薄口醤油,食塩 / 焼竹輪,玉葱,白いりごま,上白糖,料理酒,濃口醤油,大豆油 / 豚もも,きざみ揚げ,玉葱,ごぼう,人参,青葱,白みそ,削り節,だし昆布,水 / のり佃煮 / ジョア（プレーン味）	エネルギー(kcal) 800 たんぱく質(g) 27.7 脂質（g） 14.9	卵 乳 小麦 ○ えび	
6(木)	ごはん スタミナビビンバ バンサンスー 人参のじゃこ炒め 牛乳	精白米 / 豚もも,大豆もやし,チンゲン菜,人参,玉葱,青葱,にんにく,上白糖,濃口醤油,ごま油,大豆油,コチジャン,白いりごま / 春雨,きゅうり,ロースハム,錦糸卵,上白糖,米酢,濃口醤油,ごま油,白いりごま / 人参,しらす干し,料理酒,薄口醤油,ごま油 / 牛乳	エネルギー(kcal) 781 たんぱく質(g) 29.7 脂質（g） 21.5	卵 ○ 乳 小麦 ○ えび	
7(金)	ターメリックライス タンドリーチキン マッシュポテト ドライカレー 海藻サラダ コンソメスープ 牛乳	精白米,ターメリック,バター / 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 / じゃがいも,食塩,白こしょう,牛乳,バター / 豚ミンチ,大豆,玉葱,人参,にんにく,生姜,大豆油,カレーフレーク,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 / キャベツ,人参,ホールコーン,芽ひじき,わかめ,フレンチドレッシング / 玉葱,人参,薄口醤油,食塩,白こしょう,コンソメ,水 /牛乳	エネルギー(kcal) 783 たんぱく質(g) 42.7 脂質（g） 20.1	卵 乳 ○ 小麦 ○ えび	
10(月)	ごはん 豚じゃが 卵入り野菜炒め 揚げごぼう 大根のみそ汁 みかんゼリー 牛乳	精白米 / 豚もも,じゃがいも,玉葱,人参,上白糖,みりん,濃口醤油,薄口醤油,削り節　だし昆布,大豆油 / キャベツ,小松菜,鶏卵,人参,ツナ,濃口醤油,食塩,白こしょう,大豆油 / ごぼう,でんぷん,大豆油,上白糖,濃口醤油 / 大根,きざみ揚げ,白みそ,削り節,だし昆布,水 / 国産温州みかんゼリー / 牛乳	エネルギー(kcal) 847 たんぱく質(g) 31.9 脂質（g） 22.9	卵 ○ 乳 小麦 ○ えび	
11(火)	ごはん 鶏そぼろ丼 いもの天ぷら 野菜サラダ 牛乳	精白米 / 鶏ミンチ,生姜,筍水煮,大豆油,料理酒,上白糖,濃口醤油,錦糸卵,料理酒,小松菜,人参,濃口醤油,みりん,水,白いりごま / かぼちゃ,さつまいも,薄力粉,大豆油 / キャベツ,人参,ホールコーン,香りごまドレッシング / 牛乳	エネルギー(kcal) 832 たんぱく質(g) 29 脂質（g） 26.9	卵 ○ 乳 小麦 ○ えび	
12(水)	麦ごはん 焼肉風野菜炒め 高野豆腐の含め煮 さつまいもと大豆のかりんとう えのきのすまし汁 ジョア（マスカット味）	精白米,大麦 / 牛肩ロース,料理酒,濃口醤油,玉葱,人参,大豆もやし,キャベツ,食塩,黒こしょう,にんにく,生姜,大豆油,上白糖,濃口醤油,ウスターソース,ケチャップ,赤みそ,豆板醤,でんぷん,白いりごま / 高野豆腐,玉葱,人参,干椎茸,枝豆,上白糖,みりん,薄口醤油,削り節だし昆布,でんぷん / さつまいも,大豆油,大豆,大豆油,黒糖,上白糖,米酢,食塩,水 / えのきたけ,小松菜,玉葱,薄口醤油,削り節,だし昆布,食塩,水 / ジョア（マスカット味）	エネルギー(kcal) 785 たんぱく質(g) 29.6 脂質（g） 20.2	卵 乳 小麦 ○ えび	
13(木)	ごはん いわしのかば焼き風 ほうれん草のおかか和え がんもどき入り煮物 あずき団子 卵のすまし汁 牛乳	精白米 / いわし,生姜,料理酒,でんぷん,大豆油,生姜,上白糖,みりん,料理酒,濃口醤油,でんぷん / ほうれん草,人参,上白糖,濃口醤油,かつお破片 / がんもどき,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,でんぷん,削り節　だし昆布 / 白玉団子,小豆水煮 / えのきたけ,鶏卵,薄口醤油,削り節,だし昆布,食塩,水 / 牛乳	エネルギー(kcal) 814 たんぱく質(g) 30.4 脂質（g） 20.2	卵 ○ 乳 小麦 ○ えび	
14(金)	ごま鮭ごはん 焼きそば 五目卵焼き きんぴらごぼう あんかけそばあん 牛乳	精白米,鮭ほぐし,白いりごま,薄口醤油,水 / 中華そば,大豆もやし,小松菜,キャベツ,白こしょう,大豆油 / 鶏卵,玉葱,人参,干椎茸,グリンピース,薄口醤油,食塩,白こしょう,大豆油 / ごぼう,人参,白いりごま,上白糖,みりん,濃口醤油,大豆油 / 豚もも,生姜,料理酒,えび,いか,玉葱,人参,上白糖,食塩,鶏ガラスープ,白こしょう,濃口醤油,でんぷん,大豆油,水 / 牛乳	エネルギー(kcal) 813 たんぱく質(g) 37.3 脂質（g） 23.4	卵 ○ 乳 小麦 ○ えび ○	

日付	献立名	材料名	栄養価	アレルギー	
17(月)	ごはん 麻婆茄子 春雨サラダ ベイクドチーズプチタルト 中華卵スープ 牛乳	精白米 / なす,豚ミンチ,まめプラスミンチ,生姜,玉葱,大豆油,にら,鶏だし,ケチャップ,上白糖,食塩,濃口醤油,白みそ,赤みそ,豆板醤,でんぷん,ごま油,水 / 春雨,キャベツ,人参 ,和風ドレッシング（小袋） / チーズプチタルト / 大豆もやし,木綿豆腐,鶏卵,薄口醤油,食塩,白こしょう,鶏ガラスープ,でんぷん,水 / 牛乳	エネルギー(kcal) 869 たんぱく質(g) 31.7 脂質（g） 29.5	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ えび	
18(火)	黒糖パン 魚のマスタードソースがけ キャベツのカレーソテー ナポリタン風マカロニ きなこ豆 コンソメスープ 牛乳	黒糖パン / タラ,白ワイン,食塩,白こしょう,でんぷん,大豆油,玉葱,人参,パセリ,粒入りマスタード,白ワイン,米酢,食塩,上白糖,オリーブオイル / キャベツ,ツナ,カレー粉,食塩,大豆油 / マカロニ,ウインナー,青ピーマン,玉葱,食塩,白こしょう,バター,大豆油,ケチャップ,パルメザンチーズ / 大豆,大豆油,上白糖,水,きな粉 / 玉葱,しめじ,薄口醤油,食塩,白こしょう,コンソメ,水 / 牛乳	エネルギー(kcal) 851 たんぱく質(g) 34.5 脂質（g） 27	卵 乳 ○ 小麦 ○ えび	
19(水)	ごはん 鶏肉とじゃがいもの南蛮ソースがけ 高野豆腐のオイスターソース炒め 抹茶わらび餅 ジョア（ストロベリー）	精白米 / 鶏もも,料理酒,食塩,白こしょう,でんぷん,大豆油,じゃがいも,大豆油,玉葱,人参,生姜,白いりごま,上白糖,米酢,濃口醤油,ごま油,唐辛子 / 高野豆腐,豚もも,キャベツ,人参,チンゲン菜,大豆油,オイスターソース,料理酒,食塩,白こしょう / 抹茶わらび餅 / ジョア（ストロベリー味）	エネルギー(kcal) 814 たんぱく質(g) 32.1 脂質（g） 19.5	卵 乳 小麦 ○ えび	
20(木)	ごはん さばのピリ辛中華焼き 野菜のごま炒め 炒めビーフン うずら卵の醤油煮 牛乳	精白米 / さば,青葱,生姜,にんにく,上白糖,料理酒,米酢,濃口醤油,豆板醤 / 小松菜,大豆もやし,ごま油,鶏だし,白いりごま,黒こしょう,食塩 / 豚もも,料理酒,濃口醤油,ビーフン,キャベツ,玉葱,人参,オイスターソース,大豆油,食塩,白こしょう,濃口醤油,ごま油 / うずら卵水煮,上白糖,濃口醤油,料理酒,水 / 牛乳	エネルギー(kcal) 831 たんぱく質(g) 32 脂質（g） 31.9	卵 ○ 乳 小麦 ○ えび	
21(金)	ごはん もずく入り夏野菜のかき揚げ タコライス くーぶいりちー（昆布炒め） いなむるち（沖縄風豚汁） 牛乳	精白米 / えび,でんぷん,料理酒,玉葱,かぼちゃ,にがうり,もずく,人参,鶏卵,薄力粉,でんぷん,食塩,水,大豆油 / 鶏ミンチ,まめプラスミンチ,玉葱,人参,パルメザンチーズ,大豆油,食塩,カレー粉,チリパウダー,ケチャップ,ウスターソース,キャベツ,小松菜,大豆油,食塩,黒こしょう / 豚もも,塩昆布,切干大根,人参,削り節　だし昆布,大豆油 / 豚もも,かまぼこ,大根,人参,つきこんにゃく,干椎茸,白みそ,削り節,だし昆布,水 /牛乳	エネルギー(kcal) 887 たんぱく質(g) 34.1 脂質（g） 29.2	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ えび ○	
24(月)	ごはん りんごだれの生姜焼き もやしのごま和え かぼちゃとさつま揚げの煮物 揚げ焼売 大根のすまし汁 牛乳	精白米 / 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 / 大豆もやし,人参,白いりごま,みりん,薄口醤油 / かぼちゃ,さつま揚げ,人参,生姜,上白糖,みりん,薄口醤油,濃口醤油,でんぷん,削り節　だし昆布 / 肉焼売,大豆油 / 大根,木綿豆腐,薄口醤油,食塩,削り節,だし昆布,水 / 牛乳	エネルギー(kcal) 813 たんぱく質(g) 35.1 脂質（g） 21.5	卵 乳 小麦 ○ えび	
25(火)	コッペパン マーシャルビーンズ あじの香草パン粉焼き キャベツソテー ペペロンチーノ ポテトとかぼちゃのマヨ和え オニオンスープ 牛乳	コッペパン / マーシャルビーンズ / アジ,食塩,白こしょう,ガーリックパウダー,バジル,パルメザンチーズ,パン粉,オリーブオイル / キャベツ,人参,食塩,白こしょう,大豆油 / スパゲティ,玉葱,小松菜,オリーブオイル,にんにく,白ワイン,食塩,唐辛子,黒こしょう / じゃがいも,かぼちゃ,食塩,マヨネーズ / 玉葱,パセリ,薄口醤油,鶏ガラスープ,食塩,水 / 牛乳	エネルギー(kcal) 800 たんぱく質(g) 31.8 脂質（g） 29.7	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ えび	
26(水)	ごはん 魚の黒糖梅肉ソース こふきいも 切干大根のごま酢 五目豆煮 油揚げのみそ汁 アシドミルク	精白米 / タラ,食塩,料理酒,でんぷん,大豆油,玉葱,大豆油,ねり梅,黒糖,濃口醤油,料理酒,水 / じゃがいも,パセリ,食塩,白こしょう / 切干大根,ほうれん草,人参,白いりごま,米酢,上白糖,濃口醤油,ごま油 / 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 / 玉葱,きざみ揚げ,白みそ,削り節,だし昆布,水 / アシドミルク	エネルギー(kcal) 755 たんぱく質(g) 29.7 脂質（g） 11.4	卵 乳 小麦 ○ えび	
27(木)	ごはん 鶏すき さつまいも入りかき揚げ 小松菜の煮びたし 牛乳	精白米 / 鶏もも,糸こんにゃく,麩,焼き豆腐,玉葱,白菜,小松菜,白葱,上白糖,濃口醤油,食塩,大豆油 / さつまいも,かぼちゃ,玉葱,にら,薄力粉,でんぷん,水,料理酒,濃口醤油,上白糖,食塩,大豆油 / 小松菜,人参,みりん,薄口醤油,削り節 / 牛乳	エネルギー(kcal) 762 たんぱく質(g) 27.9 脂質（g） 21.1	卵 乳 小麦 ○ えび	
28(金)	ごはん にら玉豆腐 牛肉のしぐれ煮 さつまいものレモン煮 白菜のすまし汁 牛乳	精白米 / 玉葱,大豆もやし,人参,大豆油,冷凍豆腐,にら,削り節　だし昆布,上白糖,濃口醤油,食塩,白こしょう,でんぷん,鶏卵,ごま油 / 牛肩ロース,生姜,大豆油,糸こんにゃく,ごぼう,人参,削り節　だし昆布,上白糖,料理酒,濃口醤油 / さつまいも,レモン果汁,上白糖,食塩,水 / おつゆ麩,白菜,薄口醤油,削り節,だし昆布,食塩,水 / 牛乳	エネルギー(kcal) 802 たんぱく質(g) 28.8 脂質（g） 22.7	卵 ○ 乳 小麦 ○ えび	

給食の申し込み方法

①学校で用紙を受け取ろう！

「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。
※希望者には3,000円または36,000円の払込票も配付していますので、担任までお申し出ください。

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（水）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・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