

摂津市中学校給食 使用食材一覧表

日付	献立名	材料名	栄養価	アレルギー
1(火)	①コッペパン	①コッペパン	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②肉じゃがコロッケ	②肉じゃがコロッケ、大豆油	たんぱく質(g)	乳 〇
	③ハンバーグのスパゲティ	③ハンバーグ、ミンチ、玉葱、鶏肉、醤油、食塩、白こしょう、大豆油	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④豚肉と厚揚げのピリ辛炒め	④豚肉も、料理酒、生油、厚揚げ、小松菜、人参、玉葱、白菜、キャベツ、赤みそ、白みそ、料理酒、上白糖、醤油、みりん、てんぷん、大豆油	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤ひじきのマヨえ	⑤芽ひじき、ツナ、キャベツ、薄口醤油、みりん、白砂糖、マヨネーズ、白いりごま	脂質(g)	
2(水)	①オニオンスープ	①オニオンスープ	たんぱく質(g)	卵 〇
	②ごはん	②ごはん	エネルギー (kcal)	乳 〇
	③ソースカツ	③豚肩ロース、食塩、白こしょう、薄力粉、パン粉、大豆油、中濃ソース、ウスターソース、ケチャップ、濃口醤油、上白糖、みりん、水	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④おたし	④小松菜、人参、さきごみ揚げ、薄口醤油、削り節、だし昆布	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤春雨サラダ	⑤春雨、キャベツ、人参、和風ドレッシング (小袋)	たんぱく質(g)	えび 〇
3(木)	①キャンディチーズ	①キャンディチーズ	たんぱく質(g)	卵 〇
	②おきたま汁	②おきたま汁	たんぱく質(g)	乳 〇
	③ジョア (プレーン)	③ジョア (プレーン)	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④ごはん	④ごはん	エネルギー (kcal)	乳 〇
	⑤牛肉のブルコ風甘辛炒め	⑤豚肩ロース、人参、玉葱、生姜、にんにく、白いりごま、濃口醤油、上白糖、ごま油	たんぱく質(g)	小麦 〇
4(金)	①三色ナムル	①豚肉も、料理酒、濃口醤油、ピーマン、キャベツ、玉葱、オスターソース、大豆	たんぱく質(g)	えび 〇
	②炒め煮	②小松菜、人参、さきごみ揚げ、薄口醤油、ごま油	たんぱく質(g)	えび 〇
	③白煮	③白煮	たんぱく質(g)	えび 〇
	④抹茶わらび餅	④抹茶わらび餅	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤牛乳	⑤牛乳	たんぱく質(g)	えび 〇
7(月)	①ターメリックライス	①精白米、ターメリック、バター	たんぱく質(g)	卵 〇
	②クンドリーチキン	②鶏ミンチ、生姜、鶏水素、大豆油、料理酒、上白糖、濃口醤油、鶏糸、料理酒、小松菜、人参、濃口醤油、みりん、水、白いりごま	たんぱく質(g)	乳 〇
	③マッシュポテト	③マッシュポテト	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④ドライカレー	④ドライカレー	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤海苔サラダ	⑤海苔、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	たんぱく質(g)	えび 〇
8(火)	①コンソメスープ	①コンソメスープ	たんぱく質(g)	卵 〇
	②牛乳	②牛乳	たんぱく質(g)	乳 〇
	③アップルパン	③アップルパン	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④ソースカツ	④ソースカツ	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤ハンバーグ	⑤ハンバーグ	たんぱく質(g)	えび 〇
9(水)	①ごはん	①ごはん	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②豚肉の韓国風炒め	②豚肉も、大豆もやし、人参、玉葱、じゃがいも、コチジャン、豆板醤、生姜、にんにく、上白糖、食塩、みりん、濃口醤油、ごま油、大豆油	たんぱく質(g)	小麦 〇
	③切干大根のごま酢	③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	たんぱく質(g)	えび 〇
	④チキンガレット	④チキンガレット、大豆油、キャベツ	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤えなごのみ汁	⑤えなご、さきごみ揚げ、白みそ、削り節、だし昆布、水	たんぱく質(g)	えび 〇
10(木)	①オシロイ	①オシロイ	たんぱく質(g)	卵 〇
	②カレー	②カレー	たんぱく質(g)	乳 〇
	③野菜のごま炒め	③野菜、ごま油	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④りょうぼん	④りょうぼん	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤なめこのすまし汁	⑤なめこのすまし汁	たんぱく質(g)	えび 〇
11(金)	①ごはん	①ごはん	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②鶏肉の韓国風炒め	②鶏肉も、大豆もやし、人参、玉葱、じゃがいも、コチジャン、豆板醤、生姜、にんにく、上白糖、食塩、みりん、濃口醤油、ごま油、大豆油	たんぱく質(g)	小麦 〇
	③切干大根のごま酢	③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	たんぱく質(g)	えび 〇
	④チキンガレット	④チキンガレット、大豆油、キャベツ	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤えなごのみ汁	⑤えなご、さきごみ揚げ、白みそ、削り節、だし昆布、水	たんぱく質(g)	えび 〇
15(火)	①チーズパン	①チーズパン	たんぱく質(g)	卵 〇
	②肉のトマト煮	②肉のトマト煮	たんぱく質(g)	乳 〇
	③野菜のピーマン炒め	③野菜のピーマン炒め	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④なすの煮	④なすの煮	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤野菜スープ	⑤野菜スープ	たんぱく質(g)	えび 〇
16(水)	①ごはん	①ごはん	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②さばの大葉みそだれ	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	たんぱく質(g)	乳 〇
	③ツナの和風スパゲティ	③ツナ、小松菜、ツナ、薄口醤油、食塩、白こしょう、大豆油	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④肉じゃが	④肉じゃが	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤キャベツのおかかえ	⑤キャベツ、おろし、薄口醤油	たんぱく質(g)	えび 〇

令和6年10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
17(木)	①ごまごは	①精白米、鶏ばくし、白いりごま、薄口醤油、食塩、水	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②焼きそば	②中華そば、大豆、ゆり、小松菜、キャベツ、白こしょう、大豆油	たんぱく質(g)	乳 〇
	③五目卵焼き	③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	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④さつまいも、りんご、上白糖	④さつまいも、りんご、上白糖	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤あんかけそば	⑤豚肉も、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、てんぷん、大豆油、水	たんぱく質(g)	えび 〇
18(金)	①ごはん	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②魚のみじり揚げ	②魚のみじり揚げ	たんぱく質(g)	乳 〇
	③のこソテー	③小松菜、えのきたけ、しめじ、エリンギ、食塩、白こしょう、バター、薄口醤油	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④キャベツと豚肉の塩こうじ煮込み	④キャベツ、豚肉も、生姜、塩麹、濃口醤油、水	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤大根のみ汁	⑤大根、さきごみ揚げ、白みそ、削り節、だし昆布、水	たんぱく質(g)	えび 〇
21(月)	①ごはん	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②鶏もも、うずら卵水煮、ごぼう、糸こんにゃく、じゃがいも、人参、にんにく、上白糖、米酢、薄口醤油	②鶏もも、うずら卵水煮、ごぼう、糸こんにゃく、じゃがいも、人参、にんにく、上白糖、米酢、薄口醤油	たんぱく質(g)	乳 〇
	③いも、鶏皮揚げ	③いも、鶏皮揚げ	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④キャベツのごま和え	④キャベツ、白いりごま、みりん、薄口醤油、削り節	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤牛乳	⑤牛乳	たんぱく質(g)	えび 〇
22(火)	①黒糖パン	①黒糖パン	たんぱく質(g)	卵 〇
	②ポークチャップ	②ポークチャップ	たんぱく質(g)	乳 〇
	③キャベツソテー	③キャベツソテー	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④ベイクドチーズブリュレ	④ベイクドチーズブリュレ	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤豆腐のスープ	⑤豆腐のスープ	たんぱく質(g)	えび 〇
23(水)	①ごはん	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②さばのピリ辛中華焼き	②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	たんぱく質(g)	乳 〇
	③白菜の和え物	③白菜、にんにく、上白糖、米酢、薄口醤油、削り節、水	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④鶏皮揚げ	④鶏皮揚げ	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤お魚ふりかけ	⑤お魚ふりかけ	たんぱく質(g)	えび 〇
24(木)	①ごはん	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②おろし揚げ	②おろし揚げ	たんぱく質(g)	乳 〇
	③混ぜだん焼肉ピラフ	③混ぜだん焼肉ピラフ	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④おやしのナムル	④おやしのナムル	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤牛乳	⑤牛乳	たんぱく質(g)	えび 〇
25(金)	①ツナごはん	①精白米、ツナ、人参、食塩、料理酒、濃口醤油、削り節、だし昆布	たんぱく質(g)	卵 〇
	②うどん	②うどん	たんぱく質(g)	乳 〇
	③えび天と野菜かき揚げ	③えび天と野菜かき揚げ	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④大根とキャベツのごま酢	④大根とキャベツのごま酢	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤五目うどん	⑤五目うどん	たんぱく質(g)	えび 〇
28(月)	①ごはん	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②白身魚のゆかり揚げ	②白身魚のゆかり揚げ	たんぱく質(g)	乳 〇
	③おやしの和え物	③おやしの和え物	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④小松菜の肉みそ炒め	④小松菜の肉みそ炒め	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤おやしののみ汁	⑤おやしののみ汁	たんぱく質(g)	えび 〇
29(火)	①ごはん	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②鶏肉の塩麹焼き	②鶏肉の塩麹焼き	たんぱく質(g)	乳 〇
	③炒め物	③炒め物	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④はなまるフライ	④はなまるフライ	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤ポトとそばのマヨ和え	⑤ポトとそばのマヨ和え	たんぱく質(g)	えび 〇
30(水)	①ごはん	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②おやしのゆかり揚げ	②おやしのゆかり揚げ	たんぱく質(g)	乳 〇
	③おやしの和え物	③おやしの和え物	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④小松菜の肉みそ炒め	④小松菜の肉みそ炒め	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤おやしののみ汁	⑤おやしののみ汁	たんぱく質(g)	えび 〇
31(木)	①ごはん	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 〇
	②いわし、食塩、白こしょう、薄力粉、パン粉、大豆油、中濃ソース (小袋)	②いわし、食塩、白こしょう、薄力粉、パン粉、大豆油、中濃ソース (小袋)	たんぱく質(g)	乳 〇
	③小松菜のごま和え	③小松菜、大豆もやし、白いりごま、みりん、薄口醤油	たんぱく質(g)	小麦 〇
	④中華和え	④中華和え	たんぱく質(g)	えび 〇
	⑤揚げ焼売	⑤揚げ焼売	たんぱく質(g)	えび 〇

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。

10月給食の予約開始日

9月1日(日)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・マグロ・アサツキ・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