

摂津市中学校給食 使用食材一覧表

令和6年11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(金)	①ごはん ②焼肉野菜炒め ③ささみ春雨のからし酢 ④わかさぎのフリッター ⑤牛乳	①精白米	エネルギー (kcal) 822	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 27.6 脂質 (g) 27.6
		②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、豆板醬、てんぷん、白いりごま	たんばく質(g) 27.6 脂質 (g) 27.6	
5(火)	①パンアキンパン ②中華そば ③キャベツとハムのサラダ ④うずら卵の醤油煮 ⑤ジャージャー麺の具 ⑥牛乳	①パンアキンパン	エネルギー (kcal) 835	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 30.6 脂質 (g) 24.6
		②中華そば、大豆油	たんばく質(g) 30.6 脂質 (g) 24.6	
6(木)	①ごはん ②豚肉のカレー風味揚げ ③キャベツと小松菜のソテー ④じゃがいもときのこのバター炒め ⑤大根のツナ和え ⑥牛乳	①精白米	エネルギー (kcal) 755	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 27.3 脂質 (g) 24.7
		②豚肉、生油、にんにく、濃口醤油、料理酒、カレー粉、てんぷん、大豆油	たんばく質(g) 27.3 脂質 (g) 24.7	
7(木)	①ターメリックライス ②フィッシュフライ ③パルス、パグティ ④混ぜたパエリアの具 ⑤野菜サラダ ⑥牛乳	①精白米、ターメリック、バター	エネルギー (kcal) 815	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 36.5 脂質 (g) 22.1
		②タラ、食塩、白こしょう、薄力粉、パン粉、大豆油	たんばく質(g) 36.5 脂質 (g) 22.1	
8(金)	①きのこごはん ②あじの竜田揚げ ③小松菜のごま和え ④厚揚げの炒め煮 ⑤白菜のコンソメ煮 ⑥野菜スープ ⑦牛乳	①精白米、もち米、鶏ミンチ、人参、しめじ、薄口醤油、みりん、食塩、だし昆布、大豆油	エネルギー (kcal) 768	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 35.5 脂質 (g) 24.9
		②アジ、生姜、濃口醤油、料理酒、てんぷん、大豆油	たんばく質(g) 35.5 脂質 (g) 24.9	
11(月)	①ごはん ②ハンバーグ ③こぶきいも ④スパゲティサラダ ⑤お米でさつまいもと栗のタルト ⑥ハンバーグソース ⑦牛乳	①精白米	エネルギー (kcal) 963	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 27 脂質 (g) 32.3
		②ハンバーグ、大豆油	たんばく質(g) 27 脂質 (g) 32.3	
12(火)	①パニーニ ②チーズ入りミンチカツ ③キャベツのカレーソテー ④ミートマカロニ ⑤いちごブッシュユ ⑥きのこのスープ ⑦牛乳	①パニーニ	エネルギー (kcal) 825	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 29.4 脂質 (g) 34.6
		②チーズ入りミンチカツ、大豆油	たんばく質(g) 29.4 脂質 (g) 34.6	
13(水)	①ひじきごはん ②きつねうどん ③ちくわと野菜かき揚げ ④豚肉と大根の炊いたん ⑤きつねうどんだし ⑥ジョア (ストロベリー)	①精白米、筍、人参、芽ひじき、薄口醤油、上白糖、みりん、食塩	エネルギー (kcal) 806	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 28.7 脂質 (g) 16.3
		②冷凍うどん、大豆油、す揚げ、濃口醤油、上白糖、水	たんばく質(g) 28.7 脂質 (g) 16.3	
14(木)	①ごはん ②フライ盛り合わせ ③ゆでキャベツ ④生揚げの煮物 ⑤さつまいもレモン煮 ⑥大根のみそ汁 ⑦牛乳	①精白米	エネルギー (kcal) 828	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 29.4 脂質 (g) 21.5
		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)	たんばく質(g) 29.4 脂質 (g) 21.5	
15(金)	①麦ごはん ②ひじき入り卵焼き ③小松菜とコーンのソテー ④五目焼きビーフン ⑤ココア豆 ⑥チキンカレー ⑦ジョア (マスクット)	①精白米、大麦	エネルギー (kcal) 829	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 35.1 脂質 (g) 20.3
		②豚ミンチ、芽ひじき、鶏卵、玉葱、人参、濃口醤油、料理酒、食塩、白こしょう、大豆油	たんばく質(g) 35.1 脂質 (g) 20.3	

日付	献立名	材料名	栄養価	アレルギー
18(月)	①ごはん ②牛肉コロッケ ③チンゲン菜、大豆もやし、人参、食塩、白こしょう、大豆油 ④豚もも、人参、じゃがいも、れんこん、ごぼう、板こんにやく、大豆油、削り節、だし昆布、上白糖、濃口醤油、料理酒、カレー粉、てんぷん、水 ⑤みかん缶 ⑥お米 ⑦鶏卵、てんぷん、玉葱、薄口醤油、削り節、だし昆布、食塩、水 ⑧牛乳	①精白米	エネルギー (kcal) 824	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 27.4 脂質 (g) 22.8
		②牛肉コロッケ	たんばく質(g) 27.4 脂質 (g) 22.8	
19(火)	①ごはん ②魚の塩こうじ焼き ③小松菜のおひたし ④おでん ⑤あずき団子 ⑥豆腐のみそ汁 ⑦牛乳	①精白米	エネルギー (kcal) 755	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 35.5 脂質 (g) 14.8
		②タラ、塩麹、大豆油	たんばく質(g) 35.5 脂質 (g) 14.8	
20(木)	①ごはん ②冷凍豆腐、豚ミンチ、生姜、玉葱、人参、上白糖、赤みそ、白みそ、豆板醬、てんぷん、水、大豆油、鶏ガラスープ、ごま油、水 ③春雨の炒め物 ④ちくわの磯部揚げ ⑤もやしのスープ ⑥アソッドミルク	①精白米	エネルギー (kcal) 820	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 29.4 脂質 (g) 21.5
		②冷凍豆腐、豚ミンチ、生姜、玉葱、人参、上白糖、赤みそ、白みそ、豆板醬、てんぷん、水、大豆油、鶏ガラスープ、ごま油、水	たんばく質(g) 29.4 脂質 (g) 21.5	
21(木)	①ごはん ②あじの南蛮漬け ③小松菜の和え物 ④さんぴんごぼ ⑤大学いぼ ⑥牛乳	①精白米	エネルギー (kcal) 825	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 30.6 脂質 (g) 20.4
		②あじの南蛮漬け	たんばく質(g) 30.6 脂質 (g) 20.4	
22(金)	①ごはん ②かみ ③チンゲン菜 ④ツナビーフン ⑤揚げ餃子 ⑥中華スープ ⑦牛乳	①精白米	エネルギー (kcal) 764	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 31.7 脂質 (g) 20.9
		②かみ	たんばく質(g) 31.7 脂質 (g) 20.9	
25(月)	①ごはん ②回鍋肉 ③高野豆腐の含め煮 ④オムレツステーキ ⑤白菜のすまし汁 ⑥牛乳	①精白米	エネルギー (kcal) 785	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 35.1 脂質 (g) 22.7
		②回鍋肉	たんばく質(g) 35.1 脂質 (g) 22.7	
26(火)	①コッペパン ②えびとじゃがいものチリソースかけ ③ミモザサラダ ④揚げごぼろ ⑤コンソメスープ ⑥牛乳	①コッペパン	エネルギー (kcal) 813	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 28.7 脂質 (g) 29.7
		②えびとじゃがいものチリソースかけ	たんばく質(g) 28.7 脂質 (g) 29.7	
27(水)	①ごはん ②鶏肉のオーロラソース炒め ③キャベツとコーンの炒め物 ④ペペロンチーノ ⑤揚げ高野のパーベキューソース ⑥ジョア (プレーン)	①精白米	エネルギー (kcal) 924	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 32.2 脂質 (g) 26.1
		②鶏肉のオーロラソース炒め	たんばく質(g) 32.2 脂質 (g) 26.1	
28(木)	①ごはん ②いわしのみぞれあん ③三色ナポリ ④切干大根の煮物 ⑤ピピチーズ ⑥トマトソース ⑦牛乳	①精白米	エネルギー (kcal) 831	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 33.1 脂質 (g) 22.4
		②いわしのみぞれあん	たんばく質(g) 33.1 脂質 (g) 22.4	
29(金)	①麦ごはん ②天ぷら甘酢あんかけ ③じゃがいもの塩焼き ④入り野菜炒め ⑤ほうろくサラダ ⑥しそかつおふりかけ ⑦牛乳	①精白米、大麦	エネルギー (kcal) 804	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 たんばく質(g) 34.1 脂質 (g) 24
		②天ぷら、食塩、白こしょう、薄力粉、てんぷん、大豆油、玉葱、人参、濃口醤油、米酢、料理酒、みりん、上白糖、てんぷん、水	たんばく質(g) 34.1 脂質 (g) 24	

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、担任まで申し出てください。

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ができます。

11月給食の予約開始日

10月1日(火)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

〇給食は、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。
〇海産物(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