

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
3(月)	①ごはん ②いわしのかば焼き風 ③小松菜のおかかえ ④切干大根の煮物 ⑤大豆とじゃこのごまがらめ ⑥豚汁 ⑦牛乳	①精白米 ②いわし、生姜、料理酒、澱粉、大豆油、生姜、上白糖、みりん、料理酒、濃口醤油 ②小松菜、大豆もやし、薄口醤油、かつお破片 ③切干大根、さつま揚げ、人参、上白糖、みりん、濃口醤油、薄口醤油、削り節、だし昆布 ④かえりちりめん、大豆油、大豆、薄力粉、大豆油、白いりごま、上白糖、濃口醤油 ⑤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 ⑥牛乳	エネルギー(kcal) 84.7 たんぱく質(g) 36.6 脂質(g) 13.9 繊維質(g) 23.9	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①バーガーパン ②チーズ入りミンチカツ ③キャベツのカーレーソテー ④ペペロンチーノ ⑤みかん缶 ⑥きのこのスープ ⑦牛乳	①バーガーパン ②チーズ入りミンチカツ、大豆油 ③キャベツ、人参、ツナ、カレー粉、食塩、大豆油 ④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 ⑤みかん缶 ⑥ペーコン、玉葱、しめじ、薄口醤油、食塩、白こしょう、コンソメ、水 ⑦牛乳	エネルギー(kcal) 85.1 たんぱく質(g) 27.8 脂質(g) 31.6	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①ごはん ②麻婆茄子 ③切干大根と青菜の中華和え ④揚げえび焼売 ⑤アジミルク	①精白米 ②なす、豚ミンチ、まめ、ブラスミンチ、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、澱粉、ごま油 ③切干大根、ツナ、玉葱、小松菜、人参、白いりごま、上白糖、濃口醤油、米酢、ごま油 ④えび焼売、大豆油 ⑤アジミルク	エネルギー(kcal) 77.9 たんぱく質(g) 28.6 脂質(g) 18.8	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①ひじきごはん(小盛) ②きつねうどん ③えび天と野菜かき揚げ ④キャベツのごま和え ⑤きつねうどんだし ⑥牛乳	①精白米、筍水煮、人参、芽ひじき、薄口醤油、上白糖、みりん、食塩 ②冷凍うどん、大豆油、すし揚げ、濃口醤油、上白糖、水 ③えび、料理酒、ごぼう、人参、玉葱、枝豆、大豆、薄力粉、食塩、大豆油 ④キャベツ、白いりごま、みりん、薄口醤油、削り節、だし昆布 ⑤かまぼこ、玉葱、みりん、濃口醤油、上白糖、削り節、だし昆布、水 ⑥牛乳	エネルギー(kcal) 82.9 たんぱく質(g) 28.5 脂質(g) 22.4	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①ごはん ②ソースカツ ③小松菜とコーンのソテー ④豆腐のチャンプル ⑤フライビーンズ ⑥ジャガイモ(ストロベリー)	①精白米 ②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 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 ④絹豆腐、ツナ、キャベツ、人参、にら、上白糖、濃口醤油、食塩、澱粉、ごま油 ⑤ひよこ豆、澱粉、大豆油、上白糖、濃口醤油、みりん、白いりごま ⑥ジャガイモ(ストロベリー味)	エネルギー(kcal) 85.7 たんぱく質(g) 31.1 脂質(g) 25.7	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
10(月)	①チャーハン ②豚キムチ ③いもの磯辺揚げ ④大根のツナ和え ⑤中華スープ ⑥牛乳	①精白米、そばろ、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 ②豚もも、白菜キムチ、キャベツ、大豆もやし、玉葱、にら、にんにく、コチジャン、唐辛子、食塩、白こしょう、濃口醤油、大豆油 ③かぼちゃ、さつまいも、青さのり粉、薄力粉、大豆油 ④大根、ツナ、上白糖、濃口醤油、食塩 ⑤絹豆腐、人参、薄口醤油、食塩、白こしょう、鶏ガラスープ、水 ⑥牛乳	エネルギー(kcal) 77.1 たんぱく質(g) 32.1 脂質(g) 24.5	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①ごはん ②さばの大葉みそだれ ③小松菜と油揚げのおひたし ④高野豆腐の卵とじ ⑤キャベツのゆかり和え ⑥大根のみそ汁 ⑦牛乳	①精白米、大葉 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 ③小松菜、人参、きざみ揚げ、薄口醤油、削り節、だし昆布 ④高野豆腐、鶏卵、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 ⑤キャベツ、食塩、ゆかり ⑥大根、おつゆ、白みそ、削り節、だし昆布、水 ⑦牛乳	エネルギー(kcal) 85.9 たんぱく質(g) 35.4 脂質(g) 32.4	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①ごはん ②フライ盛り合わせ ③炒めナムル ④きんぴらごぼう ⑤小松菜のごま和え ⑥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) 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 ④ごぼう、つぎこんにゃく、人参、豚もも、白いりごま、上白糖、みりん、濃口醤油、大豆油 ⑤小松菜、大豆もやし、白いりごま、みりん、薄口醤油 ⑥牛乳	エネルギー(kcal) 76.8 たんぱく質(g) 28 脂質(g) 21.4	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①ごはん ②鶏肉のカレー炒め ③マカロニサラダ ④チョコバナナ ⑤おこし ⑥野菜ふりかけ ⑦牛乳	①精白米 ②鶏むね、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、濃口醤油、上白糖、大豆油 ③マカロニ、ローズハム、人参、小松菜、食塩、白こしょう、マヨネーズ ④チョコバナナ ⑤おこし ⑥野菜ふりかけ ⑦牛乳	エネルギー(kcal) 82.9 たんぱく質(g) 34.3 脂質(g) 21.1	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇

令和7年2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(月)	①ごはん ②コロッケ ③チンゲン菜のスパゲティ ④野菜サラダ ⑤いちごブチケーキ ⑥いちごたっぷり ⑦きのこS.O.Yカレー ⑧牛乳	①精白米 ②牛肉コロッケ、大豆油 ③チンゲン菜、玉葱、濃口醤油、食塩、白こしょう、大豆油 ④キャベツ、ホールコーン、大豆もやし、人参 / 相模ドレッシング(小袋) ⑤いちごブチケーキ ⑥いちごたっぷり ⑦きのこS.O.Yカレー ⑧牛乳	エネルギー(kcal) 97.9 たんぱく質(g) 28.3 脂質(g) 32.1	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①チーズパン ②鶏肉のトマト煮 ③和風スパゲティ ④揚げごぼう ⑤もやしのスープ ⑥牛乳	①チーズパン ②鶏もも、じゃがいも、キャベツ、玉葱、人参、ケチャップ、トマトピューレ、ホルトトマト、ウスターソース、上白糖、食塩、白こしょう、水、鶏だし、大豆油 ③スパゲティ、玉葱、人参、小松菜、薄口醤油、食塩、白こしょう、大豆油 ④ごぼう、澱粉、大豆油、上白糖、濃口醤油 ⑤大豆もやし、人参、薄口醤油、食塩、白こしょう、鶏ガラスープ、水 ⑥牛乳	エネルギー(kcal) 78.8 たんぱく質(g) 30.8 脂質(g) 24.9	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①ごはん ②魚の天ぷら ③甘酢あんかけ ④小松菜の和え物 ⑤かみなり揚げ ⑥照焼こんにゃく ⑦大根のすまし汁 ⑧ジョア(マスカット)	①精白米 ②タラ、食塩、白こしょう、薄力粉、澱粉、大豆油、玉葱、人参、濃口醤油、米酢、料理酒、みりん、上白糖、澱粉、水 ③小松菜、人参、濃口醤油、みりん ④かみなり揚げ ⑤照焼こんにゃく ⑥大根のすまし汁 ⑦ジョア(マスカット味)	エネルギー(kcal) 78.6 たんぱく質(g) 31 脂質(g) 18.5	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①ごはん ②豚肉の韓国風炒め ③ツナビーフン ④ちくわのごま炒め ⑤牛乳	①精白米 ②豚もも、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 ③ツナ、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、濃口醤油、ごま油 ④焼竹輪、玉葱、白いりごま、上白糖、料理酒、濃口醤油、大豆油 ⑤牛乳	エネルギー(kcal) 75.2 たんぱく質(g) 32.2 脂質(g) 19.5	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①ごはん ②塩肉じゃが ③ちくわ天と野菜かき揚げ ④人参シリシリ ⑤白菜のすまし汁 ⑥ジョア(プレーン)	①精白米 ②豚もも、じゃがいも、人参、玉葱、糸こんにゃく、大豆油、料理酒、上白糖、みりん、食塩、白こしょう、削り節、だし昆布、レモン果汁 ③焼竹輪、ごぼう、玉葱、枝豆、大豆、薄力粉、食塩、大豆油 ④人参、ツナ、料理酒、薄口醤油、大豆油 ⑤おつゆ、白菜、薄口醤油、削り節、だし昆布、食塩、水 ⑥ジョア(プレーン味)	エネルギー(kcal) 75.8 たんぱく質(g) 28.1 脂質(g) 15.6	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
25(火)	①黒糖パン ②バター風味焼きそば ③ツナサラダ ④じゃがいものごま揚げ ⑤ワカメスープ ⑥牛乳	①黒糖パン ②豚もも、えび、厚揚げ、大豆もやし、にら、人参、玉葱、中華そば、食塩、白こしょう、オイスターソース、上白糖、レモン果汁、ナンブラー、濃口醤油、料理酒、大豆油 ③キャベツ、ツナ、ホールコーン、人参 / 和風ドレッシング(小袋) ④じゃがいも、澱粉、大豆油、上白糖、濃口醤油、白いりごま ⑤玉葱、わかめ、薄口醤油、食塩、白こしょう、鶏ガラスープ、水 ⑥牛乳	エネルギー(kcal) 84.7 たんぱく質(g) 30.5 脂質(g) 25.9	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①ごはん ②和風おろしハンバーグ ③ブロッコリー煮 ④長ネギのマヨ味噌グラタン ⑤キャンディチーズ ⑥おしそかつおふりかけ ⑦牛乳	①精白米 ②ハンバーグ、大豆油、玉葱、大根、しそ、上白糖、濃口醤油、みりん、料理酒、澱粉、水 ③ブロッコリー、みりん、薄口醤油 ④白葱、玉葱、高野豆腐、大豆油、マヨネーズ、白みそ、上白糖、バルメザンチーズ、パン粉、白いりごま ⑤キャンディチーズ ⑥おしそかつおふりかけ ⑦牛乳	エネルギー(kcal) 83.4 たんぱく質(g) 32.1 脂質(g) 30.1	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①ごはん ②照焼チキン ③のり塩ポテト ④卵入り野菜炒め ⑤大根とわかめのごま和え ⑥ごぼうのみそ汁 ⑦牛乳	①精白米 ②鶏もも、生姜、料理酒、濃口醤油、大豆油、みりん、濃口醤油、上白糖、水、澱粉 ③のり塩ポテト ④卵入り野菜炒め ⑤大根とわかめのごま和え ⑥ごぼうのみそ汁 ⑦牛乳	エネルギー(kcal) 75.2 たんぱく質(g) 34.7 脂質(g) 21.3	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 えび 〇
	①ごはん ②八宝菜 ③なすとひき肉の春雨炒め ④きなこわらび餅 ⑤牛乳	①精白米 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、澱粉、大豆油、鶏ガラスープ、水 ③春雨、なす、鶏ミンチ、にら、にんにく、生姜、濃口醤油、みりん、料理酒、豆板醤、水、大豆油 ④きな粉わらび餅 ⑤牛乳	エネルギー(kcal) 77.1 たんぱく質(g) 32.8 脂質(g) 17.4	卵 〇 乳 〇 小麦 〇 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。
- 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。

2月給食の予約開始日

1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

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