

摂津市中学校給食 使用食材一覧表

令和7年3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)	①ごはん ②魚の塩こうじ焼き ③キャベツの ごま和え ③ちらし寿司の具 ④三色団子 ⑤ごぼうのみそ汁 ○牛乳	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ たんばく質(g) えび
		②さわら,塩麹,大豆油	823	
		③キャベツ,白いりごま,みりん,薄口醤油,削り節	たんばく質(g)	
		④高野豆腐,れんこん,干椎茸,人参,上白糖,濃口醤油,みりん,米酢,錦糸卵,削り節,だし昆布	36.5	
		⑤子つぶ大福(赤),子つぶ大福(草),子つぶ大福(白)	脂質(g)	
		⑥きざみ揚げ,ごぼう,白みそ,削り節,だし昆布,水	21.9	
4(火)	①赤飯 ②鶏肉の香味揚げ ②じゃがいもの り塩和え ③中華風野菜炒め ④白菜のコンソメ煮 ○牛乳	①赤飯の素,精白米,もち米	エネルギー (kcal)	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ たんばく質(g) えび
		②鶏むね,料理酒,食塩,白こしょう,でんぷん,大豆油,青葱,生姜,上白糖,米酢,濃口醤油,ごま油	783	
		③じゃがいも,食塩,青さのり粉	たんばく質(g)	
		④厚揚げ,キャベツ,玉葱,人参,にんにく,生姜,大豆油,上白糖,濃口醤油,赤みそ,食塩,豆板醤,鶏だし,でんぷん,水	39.5	
		⑤白菜,食塩,白こしょう,濃口醤油,コンソメ	脂質(g)	
		○牛乳	21.2	
5(水)	①麦ごはん ②五目卵焼き ②和風スパゲティ ③キャベツと ハムのサラダ ④カスタード プチケーキ ⑤ひよこ豆のカレー ○アシドミルク	①精白米,大麦	エネルギー (kcal)	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ たんばく質(g) えび
		②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	877	
		③スパゲティ,しめじ,小松菜,薄口醤油,食塩,白こしょう,大豆油	たんばく質(g)	
		④キャベツ,人参,ホールコーン,ロースハム / 香りごまドレッシング(小袋)	28.6	
		⑤カスタードプチケーキ	脂質(g)	
		⑥鶏ミンチ,玉葱,じゃがいも,人参,ひよこ豆,にんにく,生姜,大豆油,カレーフレーク,コンソメ,食塩,白こしょう,水	22.7	
6(木)	①塩昆布の炊き込み ごはん(小盛) ②うどん ③かき揚げ ④小松菜の ツナコン炒め ⑤五目うどんだし ○牛乳	①精白米,ごぼう,人参,塩昆布,料理酒,薄口醤油,削り節,だし昆布	エネルギー (kcal)	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ たんばく質(g) えび
		②冷凍うどん,大豆油,青葱	816	
		③えび,かえりちりめん,いか,玉葱,人参,枝豆,青さのり粉,食塩,薄力粉,でんぷん,大豆油	たんばく質(g)	
		④小松菜,ホールコーン,ツナ,薄口醤油,食塩,白こしょう,大豆油	32.9	
		⑤鶏もも,人参,玉葱,大根,干椎茸,きざみ揚げ,食塩,みりん,料理酒,薄口醤油,でんぷん,削り節,だし昆布,水	脂質(g)	
		○牛乳	20.6	
7(金)	①ごはん ②焼肉風野菜炒め ③ししゃもの かりん揚げ ④じゃがいもと 枝豆のサラダ ○牛乳	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ たんばく質(g) えび
		②牛肩ロース,料理酒,薄口醤油,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	797	
		③ししゃも,生姜,大豆油,黒糖,米酢,水,濃口醤油,料理酒	たんばく質(g)	
		④じゃがいも,枝豆,人参,食塩,白こしょう,サウザンアイランドドレッシング	27.3	
		○牛乳	脂質(g)	
			27.7	
10(月)	①ごはん ②豚肉の スタミナ生姜炒め ③いもの天ぷら ④ミニゼリー (シチリアレモン) ○牛乳	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ たんばく質(g) えび
		②豚もも,チンゲン菜,にら,玉葱,大豆もやし,人参,生姜,にんにく,みりん,濃口醤油,食塩,大豆油	756	
		③かぼちゃ,さつまいも,薄力粉,大豆油	たんばく質(g)	
		④ミニゼリー(シチリアレモン)	28.7	
		○牛乳	脂質(g)	
			20.2	

日付	献立名	材料名	栄養価	アレルギー
11(火)	①コッペパン ②鶏むね肉と塩昆布 の和風パスタ ③白身魚の カレー揚げ ④切干大根のサラダ ⑤コンソメスープ ○マーシャル ピーンズ ○牛乳	①コッペパン	エネルギー (kcal)	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ たんばく質(g) えび
		②鶏むね,食塩,白こしょう,塩昆布,スパゲティ,玉葱,小松菜,しめじ,オリーブオイル,バター,濃口醤油,みりん,だし昆布,水	799	
		③ホキ,食塩,白こしょう,カレー粉,でんぷん,大豆油	たんばく質(g)	
		④切干大根,キャベツ,人参,米酢,上白糖,濃口醤油,ごま油	33.9	
		⑤白菜,人参,薄口醤油,食塩,白こしょう,コンソメ	脂質(g)	
		○マーシャルピーンズ	25.6	
12(水)	①ごぼうと薄揚げの 炊き込みごはん ②さばの竜田揚げ ②小松菜の バターソテー ③じゃがいもと さつま揚げの煮物 ④キャベツの ゆかり和え ⑤豆腐のみそ汁 ○ジョア(プレーン)	①精白米,ごぼう,人参,きざみ揚げ,薄口醤油,みりん,食塩,だし昆布	エネルギー (kcal)	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ たんばく質(g) えび
		②さば,生姜,濃口醤油,料理酒,でんぷん,大豆油	849	
		③じゃがいも,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	たんばく質(g)	
		④キャベツ,食塩,ゆかり粉	30.5	
		⑤木綿豆腐,玉葱,白みそ,削り節,だし昆布,水	脂質(g)	
		○ジョア(プレーン)	28.7	
13(木)	①ごはん ②麻婆じゃが ③大根とじゃこの カリカリサラダ ④揚げ焼売 ⑤もやしのスープ ○牛乳	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ たんばく質(g) えび
		②じゃがいも,大豆油,豚ミンチ,大豆油,人参,玉葱,干椎茸,青葱,にんにく,生姜,上白糖,食塩,赤みそ,濃口醤油,料理酒,豆板醤,鶏だし,ごま油,でんぷん,水	831	
		③大根,小松菜,しらす干し,大豆油 / 青じそドレッシング(小袋)	たんばく質(g)	
		④肉焼売,大豆油	27.7	
		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	脂質(g)	
		○牛乳	27.6	
14(金)	①ごはん ②お好み揚げ ③キムたくビーフン ④うずら卵の醤油煮 ⑤白菜のすまし汁 ○ジョア (ストロベリー)	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ たんばく質(g) えび
		②焼竹輪,いか,キャベツ,えび,青さのり粉,食塩,薄力粉,水,大豆油,ケチャップ,とんかつソース,ウスターソース,水	794	
		③ビーフン,白菜キムチ,たくあん,ベーコン,玉葱,小松菜,上白糖,濃口醤油	たんばく質(g)	
		④うずら卵水煮,上白糖,濃口醤油,料理酒,水	28.7	
		⑤おつゆ鮫,白菜,薄口醤油,削り節,だし昆布,食塩,水	脂質(g)	
		○ジョア(ストロベリー味)	20.6	
17(月)	①ごはん ②ポークチャップ ②キャベツソテー ③肉じゃがコロッケ ④海藻サラダ ⑤卵のスープ ○牛乳	①精白米	エネルギー (kcal)	卵 ○ 乳 ○ 小麦 ○ たんばく質(g) えび
		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	817	
		③キャベツ,小松菜,食塩,白こしょう,大豆油	たんばく質(g)	
		④肉じゃがコロッケ,大豆油	33.2	
		⑤大根,人参,ホールコーン,芽ひじき,わかめ,フレンドドレッシング	脂質(g)	
		⑥玉葱,鶏卵,薄口醤油,食塩,鶏ガラスープ,でんぷん,水	25.6	

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。

3月給食の予約開始日

2月1日(土)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・かにか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