中学校給食 3月号 (C)

豊中市教育委員会

お問い合せ
(6843)−9101　学校給食課

中学校給食予定献立表
令和５年（2023年）３月

6つの食品群
◆1群…たんぱく質が多く、おもに筋肉や血液になる食品
◆2群…カルシウムが多く、骨や歯をつくる食品
◆3群…色のこい野菜でビタミン、ミネラルが多い食品
◆4群…色のうすい野菜や果物でビタミン、ミネラルが多い食品
◆5群…穀類やいもで炭水化物が多い食品
◆6群…油脂製品で脂質が多い食品

＜食品名の左に表示している記号「○・●・▲」について＞
○　アレルギー表示が義務付けられている7品目
●　「中学校給食用年間使用食品の配合表について」（7月配布）に表示している食品
▲　当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表」に表示している食品

実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量g	食品群
3月1日（水）	ごはん		米	105	5
	牛乳	○	牛乳	1本	2
	大根のみそ汁	▲	焼きふ	3	5
			大根	25	4
			人参	10	3
			青ねぎ	5	3
		●	削り節	2	
			出し昆布	0.5	
		●	赤みそ	4	1
		●	白みそ	3.5	1
	㊙白身魚のバジルフライ	▲	白身魚のバジルフライ	1個	1
			なたね油	9	6
	焼きそば風スパゲティ		豚肉	8	1
		●	竹輪	4	1
		●	スパゲティ	10	5
			キャベツ	20	4
			人参	5	3
		●	ウスターソース	2.6	
		●	とんかつソース	2.6	
			塩	0.06	
			こしょう	0.01	
			なたね油	0.12	6
	ひじきのサラダ	▲	大豆（レトルト）	10	1
			人参	8	3
			ひじき	1.5	2
		●	濃口しょうゆ	1.25	
		●	マヨネーズ風ドレッシング	3	6
	がんもどきの煮物	▲	がんもどき	2個	1
		●	削り節	0.5	
		●	みりん	1	
			砂糖	0.8	5
		●	濃口しょうゆ	2	
栄養価	エネルギー kcal 833	たんぱく質 g 31.5	脂肪 g 25.1	ナトリウム（食塩相当量） g 3.0	カルシウム mg 321	マグネシウム mg 105	鉄 mg 2.3	ビタミン A μgRAE 276	B1 mg 0.34	B2 mg 0.47	C mg 16	食物繊維 g 4.8
3月2日（木）	ごはん		米	105	5							
	牛乳	○	牛乳	1本	2							
	オニオンスープ		豚肉	10	1							
		▲	アルファベットマカロニ	2	5							
			人参	10	3							
			玉ねぎ	20	4							
			パセリ	0.01	3							
		●	コンソメ	2								
		●	薄口しょうゆ	1.5								
			塩	0.1								
			こしょう	0.01								
			なたね油	0.2	6							
	㊙鶏肉の照り焼き		鶏肉	2切	1							
			なたね油	0.2	6							
		●	酒	1								
		●	みりん	1								
			砂糖	3	5							
		●	濃口しょうゆ	4.5								
		●	でん粉	0.3	5							
	いちごプリン	▲	いちごプリン	1個	5							
	もやしとハムのサラダ	●	ハム	10	1							
			もやし	25	4							
			人参	5	3							
			砂糖	1.5	5							
		●	酢	2								
		●	濃口しょうゆ	2								
	ツナとキムチの炒め物	●	まぐろ（レトルト）	10	1							
		▲	白菜キムチ	20	4							
		▲	むき枝豆（大豆）	3	4							
			砂糖	0.2	5							
		●	濃口しょうゆ	0.3								
			なたね油	0.2	6							
栄養価	826	32.5	26.5	3.2	344	118	1.8	221	0.44	0.53	54	2.1
3月3日（金）	ごはん		米	105	5							
	牛乳	○	牛乳	1本	2							
	マーボー厚揚げ		豚ひき肉	20	1							
		●	厚揚げ	60	1							
			人参	20	3							
			玉ねぎ	50	4							
			青ねぎ	5	3							
			干ししいたけ	0.2	4							
			しょうが	0.3	4							
			にんにく	0.3	4							
		●	赤みそ	3.2	1							
		●	トウバンジャン	0.2								
		●	コチジャン	0.8								
			砂糖	1	5							
		●	濃口しょうゆ	3.5								
			塩	0.25								
		●	ごま油	0.5	6							
			なたね油	0.15	6							
		●	でん粉	0.9	5							
	㊙いかナゲット	▲	いかナゲット	2個	1							
			なたね油	4	6							
	大根のサラダ		大根	35	4							
			人参	10	3							
			きゅうり	10	4							
			砂糖	1	5							
		●	酢	1								
		●	薄口しょうゆ	1								
			塩	0.3								
			こしょう	0.02								
			なたね油	1	6							
	さつまいものレモン煮		さつまいも	30	5							
			レモン果汁	1.3	4							
			砂糖	2.5	5							
栄養価	838	29.9	24.6	2.3	342	143	3.3	305	0.43	0.46	23	4.3
3月6日（月）	ごはん		米	105	5							
	牛乳	○	牛乳	1本	2							
	わかめスープ		鶏肉	10	1							
			じゃがいも	15	5							
			人参	6	3							
			玉ねぎ	20	4							
			わかめ	0.4	2							
		●	チキンスープ	10								
			出し昆布	0.8								
		●	薄口しょうゆ	4								
			塩	0.2								
			こしょう	0.02								
			なたね油	0.1	6							
	㊙ごぼうミンチカツ	▲	ごぼうミンチカツ	1個	1							
			なたね油	9	6							
	白菜と竹輪の煮物	●	竹輪	5	1							
			白菜	50	4							
			人参	5	3							
		●	みりん	1								
		●	薄口しょうゆ	3								
	五目厚焼き卵	▲	五目厚焼き卵	1個	1							
	ふりかけ	▲	ちりめんじゃこ	5	1							
			かつお節	1.5	1							
		●	みりん	0.7								
			砂糖	0.4	5							
		●	濃口しょうゆ	0.7								
栄養価	808	30.9	24.3	3.2	328	94	2.2	269	0.32	0.58	18	5.4
3月7日（火）	ごはん		米	105	5							
	牛乳	○	牛乳	1本	2							
	ホイコーロー		豚肉	50	1							
			キャベツ	50	4							
			人参	15	3							
			玉ねぎ	40	4							
			ピーマン	8	3							
			しょうが	0.1	4							
			にんにく	0.2	4							
		●	赤みそ	4	1							
		●	トウバンジャン	0.2								
		●	酒	1								
			砂糖	3	5							
		●	濃口しょうゆ	2								
		●	ごま油	0.5	6							
			なたね油	0.5	6							
	㊙春巻き	▲	春巻き	1個	1							
			なたね油	5	6							
	中華サラダ	●	ハム	7	1							
		▲	こんにゃく寒天	0.5	2							
			きゅうり	40	4							
			人参	10	3							
		●	中華ドレッシング	5.5	6							
	ひじきふりかけ	▲	ひじきふりかけ（小袋）	1袋	2							
栄養価	829	28.2	27.2	2.2	294	86	3.6	302	0.70	0.52	45	6.7
3月8日（水）	ごはん		米	105	5							
	牛乳	○	牛乳	1本	2							
	じゃがいものみそ汁		じゃがいも	25	5							
			玉ねぎ	15	4							
			青ねぎ	3	3							
		●	削り節	2								
			出し昆布	0.5								
		●	赤みそ	4	1							
		●	白みそ	3.5	1							
	㊙鶏肉の黒こしょう焼き		鶏肉	2切	1							
		●	酒	0.25								
			塩	0.3								
			あらびき黒こしょう	0.15								
			なたね油	0.2	6							
	ほうれん草とツナのサラダ	●	まぐろ（レトルト）	6	1							
			ほうれん草	44	3							
			人参	8	3							
			塩	0.1								
			こしょう	0.01								
		▲	和風ドレッシング	5	6							
	かぼちゃのあま煮		かぼちゃ	40	3							
			砂糖	2	5							
		●	濃口しょうゆ	3								
	きな粉わらびもち	▲	きな粉わらびもち	30	5							
栄養価	812	31.0	22.2	2.2	291	115	2.7	452	0.37	0.58	45	6.2
3月9日（木）	ごはん		米	105	5							
	牛乳	○	牛乳	1本	2							
	ベーコン入りコンソメスープ	●	ベーコン	6	1							
			玉ねぎ	25	4							
			しめじ	10	4							
			パセリ	0.01	3							
		●	コンソメ	2								
		●	薄口しょうゆ	1.5								
			塩	0.1								
			こしょう	0.01								
			なたね油	0.1	6							
	㊙きびなごカリカリフライ	▲	きびなごカリカリフライ	45	1							
			なたね油	6.7	6							
	もやしのごま和え		もやし	30	4							
			ほうれん草	20	3							
			人参	5	3							
			白すりごま	1.5	6							
		●	みりん	2								
		●	薄口しょうゆ	4								
	切干大根の煮物	●	うす揚げ	6	1							
			切干大根	5	4							
			人参	6	3							
			砂糖	1	5							
		●	薄口しょうゆ	2.6								
	鶏そぼろ		鶏ひき肉	25	1							
			しょうが	0.1	4							
		●	酒	0.4								
			砂糖	1.2	5							
		●	濃口しょうゆ	2								
			なたね油	0.1	6							
栄養価	791	27.9	25.4	2.9	447	111	2.7	234	0.31	0.55	15	4.5
3月10日（金）	ごはん		米	105	5							
	牛乳	○	牛乳	1本	2							
	おでん		鶏肉	30	1							
		▲	さつま揚げ	20	1							
		●	板こんにゃく	15	5							
			じゃがいも	35	5							
			大根	45	4							
			人参	15	3							
			出し昆布	0.1								
		●	みりん	1								
			砂糖	4	5							
		●	濃口しょうゆ	7.5								
			なたね油	0.1	6							
	㊙ポークぎょうざ	▲	ポークぎょうざ	3個	1							
			なたね油	5.1	6							
	きんぴらごぼう		ごぼう	40	4							
			人参	15	3							
		●	みりん	1								
			砂糖	2	5							
		●	濃口しょうゆ	4.3								
			なたね油	0.5	6							
	りんご缶	●	りんご（缶）	30	4							
栄養価	849	26.4	24.0	2.6	372	101	9.0	311	0.35	0.47	29	8.8
3月13日（月）	ごはん		米	105	5							
	牛乳	○	牛乳	1本	2							
	豆腐入りごま豆乳スープ		豚肉	10	1							
		●	豆腐	30	1							
			白ねぎ	10	4							
		●	たけのこ（水煮）	5	4							
			しめじ	5	4							
			しょうが	0.5	4							
		▲	豆乳	10	1							
		●	ポークスープ	8								
			白すりごま	0.5	6							
			白練りごま	5	6							
		●	濃口しょうゆ	1								
			塩	0.8								
			こしょう	0.02								
		●	ごま油	0.3	6							
			なたね油	0.1	6							
	㊙さけフライ	▲	さけフライ	1個	1							
			なたね油	9	6							
	ポテトサラダ		じゃがいも	40	5							
			人参	5	3							
			玉ねぎ	10	4							
			きゅうり	5	4							
			塩	0.2								
			こしょう	0.02								
		●	マヨネーズ風ドレッシング	8	6							
	ブロッコリーのソテー	●	ささみ（レトルト）	10	1							
			ブロッコリー	25	3							
			人参	5	3							
			塩	0.2								
			こしょう	0.01								
			なたね油	0.2	6							
	ゆかりふりかけ	▲	ゆかりふりかけ（小袋）	1袋	3							
栄養価	868	34.2	31.8	2.9	304	113	2.5	179	0.47	0.50	30	7.9
3月15日（水）	ごはん		米	105	5							
	牛乳	○	牛乳	1本	2							
	豚どん		豚肉	45	1							
		●	糸こんにゃく	30	5							
			玉ねぎ	50	4							
			しめじ	15	4							
			青ねぎ	10	3							
		●	酒	1								
			砂糖	4	5							
		●	濃口しょうゆ	8								
			なたね油	0.2	6							
	㊙チキンナゲット	▲	チキンナゲット	2個	1							
			なたね油	3.6	6							
	コールスローサラダ	●	まぐろ（レトルト）	15	1							
			キャベツ	30	4							
			人参	10	3							
			とうもろこし	5	4							
			砂糖	1	5							
		●	酢	2								
		●	薄口しょうゆ	2								
			塩	0.1								
	キャンディーチーズ	●	キャンディーチーズ	2個	2							
栄養価	832	33.2	29.4	2.7	367	84	2.8	209	0.63	0.59	22	4.1
3月16日（木）	ごはん		米	105	5							
	牛乳	○	牛乳	1本	2							
	かきたま汁	○	卵	20	1							
		●	豆腐	15	1							
			えのきたけ	15	4							
			人参	8	3							
			青ねぎ	3	3							
		●	削り節	2								
			出し昆布	0.5								
		●	みりん	0.5								
		●	薄口しょうゆ	4								
			塩	0.2								
		●	でん粉	1	5							
	㊙さばの塩焼き	▲	塩さば	1切	1							
			なたね油	0.2	6							
	マカロニサラダ	●	エルボマカロニ	15	5							
			人参	10	3							
			きゅうり	10	4							
			塩	0.2								
			こしょう	0.02								
		●	マヨネーズ風ドレッシング	7	6							
	ごぼうと牛肉のきんぴら		牛肉	10	1							
		●	つきこんにゃく	5	5							
			ごぼう	20	4							
		●	みりん	0.5								
			砂糖	1.2	5							
		●	濃口しょうゆ	2.3								
			なたね油	0.2	6							
	ぶどうゼリー	▲	ぶどうゼリー	1個	5							
栄養価	868	31.7	31.7	3.0	304	99	2.6	265	0.29	0.50	6	4.0

実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量g	食品群
3月17日（金）	ごはん		米	105	5
	牛乳	○	牛乳	1本	2
	スタミナ炒め		豚肉	50	1
			キャベツ	55	4
			人参	15	3
			玉ねぎ	40	4
			にら	5	3
			しょうが	0.1	4
			にんにく	0.2	4
			白いりごま	0.8	6
		●	トウバンジャン	0.2	
		●	コチジャン	0.5	
		●	酒	1	
			砂糖	3	5
		●	濃口しょうゆ	6.5	
			塩	0.2	
			こしょう	0.01	
			なたね油	0.2	6
	㊙コーンコロッケ	▲	コーンコロッケ	1個	3
			なたね油	6	6
	チリコンカン		鶏ひき肉	25	1
		▲	大豆（レトルト）	15	1
			玉ねぎ	25	4
			にんにく	0.2	4
		▲	チリパウダー	0.02	
		●	トマトケチャップ	5	
		●	ウスターソース	1.2	
			塩	0.12	
			こしょう	0.01	
			なたね油	0.1	6
	海苔のつくだ煮	▲	海苔のつくだ煮（小袋）	1袋	2
栄養価	エネルギーkcal 841	たんぱく質g 32.8	脂肪g 27.6	ナトリウム（食塩相当量）g 2.3	カルシウムmg 305	マグネシウムmg 110	鉄mg 5.1	ビタミン A μgRAE 216	B1 mg 0.69	B2 mg 0.56	C mg 37	食物繊維g 5.1

実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量g	食品群
3月20日（月）	ごはん		米	105	5
	牛乳	○	牛乳	1本	2
	中華スープ		鶏肉	10	1
			人参	10	3
			玉ねぎ	10	4
			もやし	15	4
			にら	3	3
			干ししいたけ	0.4	4
		●	チキンスープ	10	
			出し昆布	0.8	
		●	薄口しょうゆ	4	
			塩	0.2	
			こしょう	0.02	
			なたね油	0.1	6
	㊙ポークしゅうまい	▲	ポークしゅうまい	3個	1
			なたね油	5.4	6
	きのこスパゲティ	●	ベーコン	5	1
		●	スパゲティ	15	5
			玉ねぎ	9	4
			えのきたけ	5	4
			しめじ	5	4
			にんにく	0.05	4
			とうがらし	0.01	
		●	濃口しょうゆ	1.5	
			塩	0.2	
			こしょう	0.03	
			なたね油	0.5	6
	ブロッコリーのマリネ	●	まぐろ（レトルト）	5	1
			ブロッコリー	30	3
			とうもろこし	5	4
			砂糖	0.9	5
		●	酢	1.8	
		●	薄口しょうゆ	1.1	
			塩	0.15	
			こしょう	0.01	
			オリーブ油	1	6
	黄桃缶	●	黄桃（缶）	30	4
栄養価	826	28.6	24.5	2.6	270	85	1.9	184	0.48	0.57	26	4.9

実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量g	食品群
3月22日（水）	ごはん		米	105	5
	牛乳	○	牛乳	1本	2
	ビーフカレーライス		牛肉	25	1
			じゃがいも	30	5
			人参	10	3
			玉ねぎ	30	4
			しょうが	0.15	4
			にんにく	0.15	4
		●	おろしりんご	3	4
		●	カレールウ	18	5
		●	カレー粉	0.2	
		●	トマトケチャップ	1	
		●	ウスターソース	1.5	
		●	とんかつソース	1.5	
		●	濃口しょうゆ	1	
			塩	0.1	
			こしょう	0.02	
			なたね油	0.2	6
	㊙あじフライ	▲	あじフライ	1個	1
			なたね油	7.5	6
	春雨サラダ	●	春雨	8	5
			きゅうり	20	4
			人参	8	3
		●	かんきつドレッシング	6	6
	小松菜とウインナーの炒め物	●	ウインナーソーセージ（輪切り）	5	1
			小松菜	25	3
		●	濃口しょうゆ	0.8	
			塩	0.1	
			こしょう	0.01	
			なたね油	0.1	6
栄養価	エネルギーkcal 937	たんぱく質g 29.1	脂肪g 34.7	ナトリウム（食塩相当量）g 3.6	カルシウムmg 349	マグネシウムmg 93	鉄mg 3.0	ビタミン A μgRAE 284	B1 mg 0.37	B2 mg 0.51	C mg 29	食物繊維g 6.5

実施日	献立名	アレルゲン加工品	食品名	重量g	食品群
3月23日（木）	ごはん		米	105	5
	牛乳	○	牛乳	1本	2
	豆腐のみそ汁	●	豆腐	30	1
			玉ねぎ	15	4
			青ねぎ	5	3
			わかめ	0.4	2
		●	削り節	2	
			出し昆布	0.5	
		●	赤みそ	4	1
		●	白みそ	3.5	1
	㊙ハンバーグのトマトソースかけ	▲	ハンバーグ	1個	1
			なたね油	0.2	6
			玉ねぎ	10	4
		●	トマト（缶）	3	3
		●	バター（調理用）	1	6
		●	トマトケチャップ	8	
			砂糖	2.4	5
		●	濃口しょうゆ	1.8	
			塩	0.2	
			こしょう	0.02	
			なたね油	0.1	6
	ひじきの煮物	▲	大豆（レトルト）	15	1
			人参	8	3
			さやいんげん	5	3
			ひじき	3.5	2
		●	みりん	0.35	
			砂糖	2	5
		●	濃口しょうゆ	2.5	
			なたね油	0.2	6
	杏仁豆腐	▲	杏仁豆腐	20	5
		●	みかん（缶）	20	4
	人参のサラダ	●	まぐろ（レトルト）	5	1
			人参	25	3
			砂糖	0.3	5
		●	酢	1.2	
			塩	0.06	
			こしょう	0.01	
			オリーブ油	0.3	6
栄養価	804	29.5	21.8	3.0	586	130	10.8	360	0.33	0.48	13	7.3

中学校給食用半製品・加工品の配合表（C）

3月1日 焼きふ	3月1日 白身魚のバジルフライ	3月1・17・23日 大豆（レトルト）	3月1日 がんもどき	3月2日 アルファベットマカロニ
小麦粉 小麦たん白 （小麦由来の原材料を含む）	ホキ、衣（パン粉、でん粉加工品、砂糖、食塩、植物性たん白、こしょう、酵母エキス） バジル、加工でん粉、増粘多糖類 （小麦由来の原材料を含む）	大豆、食塩 （大豆由来の原材料を含む）	粉末状大豆たん白、植物油脂（なたね油）、にんじん 上新粉、大豆食物繊維、食塩、砂糖、揚げ油（なたね油） クエン酸 （大豆由来の原材料を含む） ※同一ラインでえび・かに・小麦・卵・乳を含む食品を製造	デュラム小麦のセモリナ （小麦由来の原材料を含む）

3月2日 いちごプリン	3月2日 白菜キムチ	3月2日 むき枝豆（大豆）	3月3日 いかナゲット
糖類（水あめ、砂糖、ぶどう糖、グラニュー糖、果糖）、牛乳、いちご果汁 油脂加工食品〔植物油脂（パーム油、パーム核油）、還元乳糖、乳たん白、大豆ペプチド、その他〕、加糖練乳、いちご、寒天、ドロマイト、加工でん粉、ゲル化剤（増粘多糖類） 香料、酸味料、乳化剤、ビタミンC、ベニコウニ色素、pH調整剤 （乳・大豆由来の原材料を含む） ※同一ラインで小麦・卵を含む食品を製造	白菜 漬け原材料（かつお節エキス、ぶどう糖果糖液糖、食塩、昆布エキス、パプリカ、一味唐辛子、にんにく）	枝豆、食塩 （大豆由来の原材料を含む）	いか、小麦粉、たらすり身 小麦でん粉、植物油脂（大豆油） 砂糖、食塩、みりん風調味料 （小麦・いか・大豆由来の原材料を含む）

3月6日 ごぼうミンチカツ	3月6日 五目厚焼き卵	3月6日 ちりめんじゃこ	3月7日 春巻き
野菜（ごぼう、玉ねぎ、にんじん）食肉（鶏肉、豚肉）、つなぎ（パン粉、馬鈴薯でん粉） しょうゆ、砂糖酵母エキス、食物繊維 香辛料 衣〔パン粉、大豆粉、植物油脂（ベニバナ油）〕 加工でん粉、増粘多糖類 （小麦・大豆・鶏肉・豚肉由来の原材料を含む） ※同一ラインでえび・かに・卵・乳を含む食品を製造	鶏卵、かつおだし、野菜（にんじん、たけのこ）、鶏肉、砂糖 馬鈴薯でん粉、とうもろこしでん粉 もずく、しょうゆ、みりん、食酢 しいたけ、食塩、植物油（ひまわり油） 酵母エキス （小麦・卵・大豆・鶏肉・りんご由来の原材料を含む）	しらす、食塩 ※本製品で使用するしらすは、えび・かに・いかが混ざる漁法で採取しています。	野菜（キャベツ、玉ねぎ、にんじん、根深ねぎ）、豚肉 難消化性デキストリン、春雨、しょうゆ、ポークオイル、グラニュー糖 植物油脂（ごま油）、ポークミートペースト、ひじき、おろししょうが、食塩 オイスターソース、酵母エキス、乾燥パン酵母、香辛料 皮〔小麦粉、植物油脂（大豆油、なたね油、パーム油）、みりん、 還元水あめ、食塩、馬鈴薯でん粉〕、加工でん粉、ピロリン酸鉄 増粘多糖類、乳化剤、調味料（アミノ酸等） （小麦・ごま・大豆・豚肉・ゼラチン由来の原材料を含む） ※同一ラインで卵・乳を含む食品を製造

3月7日 こんにゃく寒天	3月7日 ひじきふりかけ（小袋）	3月8日 和風ドレッシング	3月8日 きな粉わらびもち	3月9日 きびなごカリカリフライ
寒天 こんにゃく粉 増粘多糖類	芽ひじき、塩蔵赤しそ（赤しそ、食塩、梅酢）、果糖ぶどう糖液糖、砂糖 食塩、ぶどう糖、昆布、かつお節エキス 魚しょう、酵母エキス、酸味料 ※本製品で使用するひじき、昆布は、えび・かにの生息域で採取しています。	食用植物油脂（なたね油）、玉ねぎ 糖類（砂糖、水あめ）、たん白加水分解物 醸造酢、還元水あめ、発酵調味料 プルーン、かつお節エキス、にんにく 魚しょう、酵母エキス、酵母エキスパウダー 赤ピーマン、きのこエキス、しょうが 増粘剤（キサンタンガム）	水あめ、砂糖、きなこ 加工でん粉 ソルビトール 増粘多糖類、酸味料 （大豆由来の原材料を含む）	きびなご、還元水あめ、たん白加水分解物 砂糖、しょうが、食塩、発酵調味料 衣〔じゃがいも、コーンスターチ、馬鈴薯でん粉、 米粉パン粉（米粉、甜菜糖、米油、生イースト、 食塩）、玄米粉、植物油脂（なたね油）、食塩、 酵母エキス、香辛料〕 揚げ油（なたね油、パーム油）

3月10日 さつま揚げ	3月10日 ポークぎょうざ	3月13日 豆乳	3月13日 さけフライ
いとより無リンすり身 発酵調味料、砂糖 食塩、揚げ油（なたね油） 加工でん粉（タピオカ）	野菜（キャベツ、玉ねぎ、にら）、豚肉、豚脂、でん粉加工食品、香味油（豚脂、なたね油）、しょうゆ、酵母エキス、食塩、砂糖、しょうがペースト、香辛料 皮（小麦粉、小麦たん白、食塩）、加工でん粉、炭酸カルシウム、ピロリン酸鉄 （小麦・大豆・豚肉由来の原材料を含む） ※同一ラインでえび・かに・卵・乳・ごまを含む食品を製造	大豆 （大豆由来の原材料を含む）	鮭、衣（パン粉、でん粉加工品、砂糖、食塩、 植物性たん白、こしょう、酵母エキス）、加工でん粉 増粘多糖類 （小麦・鮭由来の原材料を含む）

3月13日 ゆかりふりかけ（小袋）	3月15日 チキンナゲット	3月16日 塩さば	3月16日 ぶどうゼリー
塩蔵赤しそ（赤しそ、食塩、梅酢）、砂糖、食塩 酵母エキス、酸味料	鶏肉、粉末状大豆たん白、植物油脂（大豆油）、馬鈴薯でん粉、砂糖、しょうゆ、食塩、清酒 チキンエキス調味料、かつおエキス調味料、魚しょう、香辛料 衣（小麦粉、コーンフラワー、とうもろこしでん粉、ぶどう糖、粉末しょうゆ、食塩） 揚げ油（大豆油）、加工でん粉、pH調整剤、膨張剤、ビタミンC、クエン酸鉄、着色料（アナトー） （小麦・大豆・鶏肉由来の原材料を含む）	さば、食塩 （さば由来の原材料を含む）	異性化液糖、巨峰濃縮果汁 砂糖、ゲル化剤（増粘多糖類） 酸味料、香料、ぶどう果皮色素

3月17日 コーンコロッケ	3月17日 チリパウダー	3月17日 海苔のつくだ煮（小袋）	3月20日 ポークしゅうまい
じゃがいも、コーン、パン粉、バターミックス 砂糖、しょうゆ、食塩、ワイン、こしょう イーストフード、ビタミンC、増粘剤（グアーガム） （小麦・大豆由来の原材料を含む） ※同一ラインでえび・かに・ごま・鶏肉・豚肉を含む食品を製造	パプリカ、食塩 クミン、赤唐辛子 オレガノ、ガーリック	しょうゆ、水あめ、干しひとえぐさ、砂糖、馬鈴薯でん粉 はちみつ、かつお節エキス、かきエキス、酵母エキス クエン酸鉄ナトリウム、増粘多糖類 （小麦・大豆由来の原材料を含む） ※本製品で使用するひとえぐさは、えび・かにの生息域で採取しています。	豚肉、玉ねぎ、つなぎ（パン粉、馬鈴薯でん粉） 砂糖、食塩、酵母エキス、しょうがペースト ポークエキス、香辛料、皮（小麦粉、還元水あめ） （小麦・豚肉由来の原材料を含む） ※同一ラインでえび・かに・卵・乳を含む食品を製造

3月22日 あじフライ	3月23日 ハンバーグ	3月23日 杏仁豆腐
めあじ 衣〔パン粉（小麦、ショートニング、イースト、ぶどう糖、食塩、米こうじ）、小麦粉、バッターミックス（小麦、コーンスターチ、ぶどう糖、植物性たん白）、食塩、こしょう）、増粘剤（グアーガム） （小麦由来の原材料を含む）	食肉（鶏肉、豚肉）、玉ねぎ、豚脂、粒状植物性たん白、砂糖 水溶性食物繊維、粉末状植物性たん白、酵母エキス、トマトペースト ぶどう糖、食塩、にんにくペースト、香辛料、しょうがペースト 加工でん粉、セルロース、炭酸カルシウム、ピロリン酸第二鉄 （大豆・鶏肉・豚肉由来の原材料を含む）	乳または乳製品を主要原料とする食品、水あめ 加糖れん乳、砂糖、砂糖・ぶどう糖果糖液糖 杏仁パウダー、ゲル化剤（加工でん粉、増粘多糖類） 貝カルシウム、乳化剤、ホエイソルト、pH調整剤 ピロリン酸第二鉄、香料 （乳・大豆由来の原材料を含む）

中学校給食調理場内ではすべての食材がアレルゲンのコンタミネーションの可能性があります。
詳細は7月に配布している「中学校給食用年間使用食品の配合表について」をご覧ください。

ご卒業おめでとうございます

友達や先生方との別れは寂しいけれど、夢と希望に満ちた新しい道への第一歩です。これから先も食べることは一生続きます。

そして、私たちの体は食べたものでつくられていきます。給食を通し、栄養バランスをはじめ、地域の食文化、人を思いやる気持ちなど、さまざまなことを感じ、学んでくれていたらうれしいです。

出典：月刊「学校給食」

3月 中学校給食費のお支払いについて

3月分給食費の口座振替予定日は
4月27日（木）です。

★4月26日（水）までに引き落とし口座への入金をお願いします。

※2月分は3月27日（月）に口座振替予定です。
3月24日（金）までに入金をお願いします。

●給食費引落口座の解約をご検討されている保護者様

今年度ご卒業・近日中に転勤等により転出予定などで、給食費引落し用の金融機関口座を解約される場合は、4月28日（金）以降に行っていただきますようお願いします。

詳しくは、2月16日に配信済みのコドモンをご覧ください。

豊中市ホームページ　http://www.city.toyonaka.osaka.jp/

材料及び献立名は都合により変わることがあります。