

中学校給食予定献立表

令和7年(2025年)3月(A献立)

義務教育学校(後期課程)含む
豊中市教育委員会

お問い合わせ

(6843)-9101 学校給食課

<食品名の左にある「○・▲・●」の記号について>

○小麦粉・卵・牛乳に表記

▲当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表」に記載している食品

●当年度分の「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表」に記載している食品

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、骨を強くする食品
- ◆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...殺菌作用で炭水化物が多い食品
- ◆6群...油類食品で脂質が多い食品

材料および献立名は都合により変更ことがあります。

実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群	実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群	実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群	実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群									
3月3日(月)	(昼)鶏肉の照り焼き	ごはん	100	5	3月5日(火)	(昼)あじのみりんづけ	ごはん	100	5	3月6日(水)	鶏肉のオニオンソース炒め	コッペン	150	5	3月7日(木)	(昼)さけフライ	ごはん	100	5									
		牛乳	1本	2			牛乳	1本	2			牛乳	1本	2			牛乳	1本	2	牛乳	1本	2	牛乳	1本	2			
		かき玉汁	20	1			豚肉	40	1			豚肉	40	1			オニオンソース	15	1	オニオンソース	15	1	オニオンソース	15	1	オニオンソース	15	1
		▲梅菜かまぼこ	5	1			●赤こんにやく	30	5			●赤こんにやく	30	5			じゃがいも	20	5	じゃがいも	20	5	じゃがいも	20	5	じゃがいも	20	5
		人参	8	3			人参	15	3			人参	15	3			玉ねぎ	20	4	玉ねぎ	20	4	玉ねぎ	20	4	玉ねぎ	20	4
		まねぎ	10	4			まねぎ	65	4			まねぎ	65	4			どろもこし	8	4	どろもこし	8	4	どろもこし	8	4	どろもこし	8	4
		えのきたけ	10	4			青ねぎ	10	3			青ねぎ	10	3			●チキンスープ	8	4	●チキンスープ	8	4	●チキンスープ	8	4	●チキンスープ	8	4
		青ねぎ	3	3			しょうが	1.2	4			しょうが	1.2	4			●漬口しょうゆ	1.6	6	●漬口しょうゆ	1.6	6	●漬口しょうゆ	1.6	6	●漬口しょうゆ	1.6	6
		●削り節	4	4			●酒	1	5			●酒	1	5			塩	0.6	6	塩	0.6	6	塩	0.6	6	塩	0.6	6
		出じ昆布	0.8	3			砂糖	3	5			砂糖	3	5			こしよ	0.02	6	こしよ	0.02	6	こしよ	0.02	6	こしよ	0.02	6
●みりん	0.5	5	●漬口しょうゆ	8	6	●漬口しょうゆ	8	6	●漬口しょうゆ	0.2	6	●漬口しょうゆ	0.2	6	●漬口しょうゆ	0.2	6	●漬口しょうゆ	0.2	6								
●薄口しょうゆ	4	4	●塩	1	1	●塩	1	1	●でん粉	0.7	5	●でん粉	0.7	5	●でん粉	0.7	5	●でん粉	0.7	5								
●塩	0.2	6	●あじのみりんづけ	1	1	●あじのみりんづけ	1	1	●でん粉	0.3	5	●でん粉	0.3	5	●でん粉	0.3	5	●でん粉	0.3	5								
●でん粉	1	5	●ひじきの素物	15	1	●ひじきの素物	15	1	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
鶏肉	2	1	●大豆(レトルト)	15	1	●大豆(レトルト)	15	1	●でん粉	0.2	6	●でん粉	0.2	6	●でん粉	0.2	6	●でん粉	0.2	6								
●酒	0.2	6	●人参	5	3	●人参	5	3	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●油	1	1	●大夢	6	3	●大夢	6	3	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●みりん	1	1	●さけのみりん	5	3	●さけのみりん	5	3	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●砂糖	2.5	5	●ひじき	2	2	●ひじき	2	2	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	3.5	5	●みりん	0.3	5	●みりん	0.3	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●でん粉	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょうゆ	0.3	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●漬口しょうゆ	2.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5	●でん粉	0.1	5								
●漬口しょう																												

中学校給食予定献立表

令和7年(2025年)3月(A献立)

義務教育学校(後期課程)含む
豊中市教育委員会

お問い合わせ

(6843)-9101 学校給食課

<食品名の左にある「○・▲・●」の記号について>

○小麦粉・卵・牛乳に表記

▲当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表」に記載している食品

●当年度分の「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表」に記載している食品

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

材料および献立名は都合により変わることがあります。

実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群	実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群	実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群							
3月18日(火)	(給)さわらのゆずみそかけ	ごはん	100	5	(水)	きこのスパゲティ	コッペパン	1個	5	(金)	りんご缶	りんご缶	30	4							
		牛乳	1本	2			牛乳	1本	2			牛乳	1本	2	牛乳	1本	2				
		五目汁	鶏肉	15			1	鶏肉	15			1	中華豆腐	20	1	中華豆腐	20	1			
			●つぎこんにやく	5			5		大夢			15	3		●豆腐	40	1		●豆腐	40	1
			●重いも	20			5		玉ねぎ			30	4		●人参	20	3		●人参	20	3
			●ごぼう	10			4		●ポークスープ			5	5		●玉ねぎ	50	4		●玉ねぎ	50	4
			●人参	10			3		●出し昆布			0.8	6		●白菜	20	4		●白菜	20	4
			●青ねぎ	3			3		●薄口しょうゆ			4	4		●たけのこ(水煮)	15	4		●たけのこ(水煮)	15	4
			●削り節	4			3		●塩			0.1	6		●にら	5	3		●にら	5	3
			●出じ昆布	0.8			6		●ごしよ			0.03	6		●干しいたけ	0.4	4		●干しいたけ	0.4	4
			●みりん	0.5			6		●茶油			0.2	6		●オイスターソース	1.5	6		●オイスターソース	1.5	6
			●薄口しょうゆ	4			4		▲雑と野菜のフルーツ			3個	1		●清	1	6		●清	1	6
			●塩	0.2			6		●茶油			9	6		●薄口しょうゆ	1.5	6		●薄口しょうゆ	1.5	6
			●米油	0.2			6		●ベーコン			5	1		●塩	0.7	6		●塩	0.7	6
			●さわら	1切			1		●スパゲティ			11	5		●ごしよ	0.03	6		●ごしよ	0.03	6
			●米油	0.2			6		●玉ねぎ			9	4		●米油	0.2	6		●米油	0.2	6
			●ゆず葉汁	1.5			4		●エリンギ			10	4		●めん粉	2	5		●めん粉	2	5
			●白みそ	3			1		●しめじ			10	4		▲春巻き	1個	1		▲春巻き	1個	1
			●みりん	1.5			5		●たんにく			0.05	4		●米油	5	6		●米油	5	6
			●砂糖	3			5		●とうからし			0.01	6		●まぐろ(シロト)	8	1		●まぐろ(シロト)	8	1
			●薄口しょうゆ	0.75			6		●薄口しょうゆ			1.5	6		●プロコロー	35	3		●プロコロー	35	3
	●でん粉	0.45	5		●塩	0.2	6		●人参	10	3		●人参	10	3						
	●豚肉	20	1		●ごしよ	0.03	6		●みもみごし	5	4		●みもみごし	5	4						
	●たけのこ(水煮)	20	4		●米油	0.2	6		●中瀬トレンジング	7	6		●中瀬トレンジング	7	6						
	●さやいんげん	5	3		●いちごりんごのジャム	1袋	5		●りんご(缶)	30	4		●りんご(缶)	30	4						
	●しょうが	0.3	4																		
	●みりん	1	5																		
	●砂糖	1.5	5																		
	●薄口しょうゆ	2.5	6																		
	●米油	0.1	6																		
	●でん粉	0.1	5																		
	●うず揚げ	5	1																		
	●豆腐	10	3																		
	●もやし	15	4																		
	●白菜	15	4																		
	●削り節	0.5	6																		
	●みりん	0.5	6																		
	●薄口しょうゆ	2.5	6																		
	●アセロラゼリー	1個	5																		

給食から、どんなことを学びましたか？

卒業や進級など節目を迎える時期となりました。給食は、「心と体の栄養になるように」「おいしく安心して食べられるように」など、たくさんの思いを込めて作っています。皆さんは、給食を食べながら、どんなことを感じ、学んだでしょうか？



今年度の給食もあと少しで終わりです。この1年を振り返るとともに、残りの日々も給食をしっかり食べて、元気に学校生活を送ってほしいと思います。



「食べる」というのは、動物や植物など、いろいろな生き物の命をいただくことです。その命をつないで、私たちは「生きる」ことができます。また、多くの人の支えがあって「食べる」ことができます。これからも感謝の気持ちを忘れずに、「食べる」ことを大切にしてください。

もうすぐ春休み！ 新年度に向けて準備をする機会に



新年度が始まると、環境が変わり、心と体に負担がかかりやすくなります。春休み中も早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておきましょう。

