



中学校給食予定献立表

令和6年(2024年)12月(Ｂ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・・・穀物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

※トマト(缶)の配合は、4月に配布している「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表(Ｂ献立)」に掲載していますが、
原材料に変更があったため、当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表(Ｂ献立)」でご確認ください。

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	実施日	献立名	食品名	重量(g)	食品群					
12月2日 (月)	ごはん	米	100	5	12月3日 (火)	ごはん	米	100	5	12月4日 (水)	ごはん	米	100	5	12月5日 (木)	ごはん	米	100	5					
	牛乳	○牛乳	1本	2		牛乳	○牛乳	1本	2		牛乳	○牛乳	1本	2		牛乳	○牛乳	1本	2					
	みそおでん	●厚揚げ	30	1		オニオンスープ	●厚揚げ	30	1		コンボータージュ	●厚揚げ	30	1		わかめスープ	●厚揚げ	30	1					
		●板こんにゃく	20	5			じゃがいも	20	5			じゃがいも	25	5			人参	8	3					
		じゃがいも	40	5			人参	10	3			人参	15	3			人参	25	4					
		大根	40	4			まねき	20	4			まねき	40	4			えのきたけ	10	4					
		人参	15	3			パセリ	0.01	3			パセリ	8	4			●わかめ	0.5	2					
		出し昆布	0.1				●コンソメ	1.7				●コンソメ	8	4			●チキンスープ	10	3					
		●赤みそ	6	1			●薄口しょうゆ	1.5				●薄口しょうゆ	5				だし昆布	0.8						
		●白みそ	2	1			塩	0.2				●牛乳	20	2			●薄口しょうゆ	4						
		●みりん	3.2				こしょう	0.01				●バター(調理用)	0.5	6			塩	0.2						
		砂糖	3.2	5			▲キャベツミンチカツ	1個	1			塩	1				こしょう	0.03						
12月9日 (月)	干草焼き(餅入り)	▲干草焼き	1個	1	12月10日 (火)	(揚げ)キャベツミンチカツ	▲キャベツミンチカツ	1個	1	12月11日 (水)	豆乳プリンタルト	▲豆乳プリンタルト	1個	5	12月12日 (木)	(焼)ハンバーグのトマトソースかけ	▲ハンバーグ	1個	1					
	小松菜とエリンギのソテー	●小松菜	30	3		切干大根の煮物	●うずめい	8	1		大根のサラダ	●大根	30	4		ひじきの煮物	大豆(レトルト)	15	1					
		エリンギ	8	3			切干大根	9	4			人参	5	3			人参	5	1					
		●薄口しょうゆ	10	4			人参	7.5	3			砂糖	1	5			砂糖	6	3					
		塩	0.15				●削り節	0.2				●小松菜	0.03	4			さやいんげん	5	3					
		こしょう	0.01				●みりん	1.2				●コンソメ	0.45				ひじき	2	2					
		なたね油	0.2	6			砂糖	1.8	5			●薄口しょうゆ	0.4				●みりん	0.3						
		●さきみ(レトルト)	10	1			●薄口しょうゆ	0.8				なたね油	0.4	6			砂糖	2.4	5					
		白菜	30	4			大豆フレーク	3	1			●薄口しょうゆ	1.8				●薄口しょうゆ	1.8						
		人参	5	3			昆布	0.75	2			塩	0.2				塩	0.2						
		●かんきつドレッシング	6	6			砂糖	1.2	5			こしょう	0.02				こしょう	0.02						
		▲金時豆のあま煮	20	1			●すりおろし洋なしゼリー	1個	5			なたね油	0.2	6			こしょう	0.1	6					
	12月16日 (月)	白菜のドレッシング和え	●かんきつドレッシング	6		6	12月17日 (火)	手作り昆布ふかけ	▲大葉フレーク		3	1	12月18日 (水)	フルーツ香に豆腐		▲香に豆腐	20	5	12月19日 (木)	フルーツ香に豆腐	▲りんご(缶)	20	4	
金時豆のあま煮		▲金時豆のあま煮	20	1	すりおろし洋なしゼリー	●すりおろし洋なしゼリー		1個	5	ちりめんじゃことほうれん草の和え物	▲ちりめんじゃこ	5		1	ちりめんじゃことほうれん草の和え物	▲ちりめんじゃこ	5	1						
										ほうれん草	25	3		ほうれん草	25	3								
										人参	5	3		人参	5	3								
										砂糖	0.6			砂糖	0.6									
										●薄口しょうゆ	1.5			●薄口しょうゆ	1.5									
										かつお節	0.4	1		かつお節	0.4	1								
栄養価		たんぱく質 79.7	たんぱく質 32.1	たんぱく質 19.9	たんぱく質 3.0	たんぱく質 34.7		たんぱく質 93	たんぱく質 3.5	たんぱく質 45.4	たんぱく質 0.60	たんぱく質 0.64		たんぱく質 38	たんぱく質 7.6	たんぱく質 3.0	たんぱく質 34.7	たんぱく質 93		たんぱく質 3.5	たんぱく質 45.4	たんぱく質 0.60	たんぱく質 0.64	
12月23日 (月)	ごはん	米	100	5	12月24日 (火)	ごはん	米	100	5	12月25日 (水)	ごはん	米	100	5	12月26日 (木)	ごはん	米	100	5	12月27日 (金)	ごはん	米	100	5
	牛乳	○牛乳	1本	2		豆腐のみそ汁	○牛乳	1本	2		ポトフ	○牛乳	1本	2		ポトフ	○牛乳	1本	2		ポトフ	○牛乳	1本	2
	ハヤシライス	●豆腐	35	1		豆腐のみそ汁	●豆腐	35	1		ポトフ	●豆腐	35	1		ポトフ	●豆腐	35	1		ポトフ	●豆腐	35	1
		人参	20	3			まねき	15	4			じゃがいも	50	5			じゃがいも	50	5			じゃがいも	50	5
		まねき	60	4			●まねき	3	3			大根	20	4			大根	20	4			大根	20	4
		マッシュルーム	10	4			●わかめ	0.4	2			人参	20	3			人参	20	3			人参	20	3
		おろしにんにく	0.1	4			●削り節	2				まねき	45	4			まねき	45	4			まねき	45	4
		▲ハヤシライス	16	5			出し昆布	0.5				エリンギ	10	4			マッシュルーム	10	4			マッシュルーム	10	4
		▲トマトソース	2				●みそ	3.8	1			●コンソメ	1.3				しめじ	5	4			しめじ	5	4
		●ウスターソース	0.5				●白みそ	3.8	1			●薄口しょうゆ	1.3				●トマトソース	4.5				●トマトソース	4.5	
		こしょう	0.01				●白みそ	3.8	1			塩	0.3				▲デミグラスソース	2.3				▲デミグラスソース	2.3	
		なたね油	0.2	6			●赤魚の塩こうじ漬け	1切	1			あらびき唐こしょう	0.01				砂糖	2.3	5			砂糖	2.3	5
12月30日 (月)	オムレツ	▲オムレツ	1個	1	12月31日 (火)	マカロニサラダ	●エルボマカロニ	10	5	1月1日 (水)	キャベツ	▲キャベツ	10	5	1月2日 (木)	キャベツ	▲キャベツ	10	5	1月3日 (金)	キャベツ	▲キャベツ	10	5
	キャベツと焼き豚のソテー	▲キャベツ	15	1			まねき	10	3			まねき	20	4			まねき	20	4			まねき	20	4
		●コンソメ	30	4			塩	0.15				塩	0.15				塩	0.15				塩	0.15	
		●みりん	0.2				こしょう	0.01				こしょう	0.01				こしょう	0.01				こしょう	0.01	
		こしょう	0.01				●マヨネーズ風ドレッシング	6	6			●マヨネーズ風ドレッシング	6	6			●マヨネーズ風ドレッシング	6	6			●マヨネーズ風ドレッシング	6	6
		なたね油	0.2	6			●きつね(レトルト)	10	1			●きつね(レトルト)	10	1			●きつね(レトルト)	10	1			●きつね(レトルト)	10	1
		●さきみ(レトルト)	10	1			人参	5	3			人参	5	3			人参	5	3			人参	5	3
		●ほうれん草	25	3			白いりごま	0.4	6			白いりごま	0.4	6			白いりごま	0.4	6			白いりごま	0.4	6
		人参	5	3			●みりん	0.4				●みりん	0.4				●みりん	0.4				●みりん	0.4	
		白すりごま	1.5	6			砂糖	1	5			砂糖	1	5			砂糖	1	5			砂糖	1	5
		砂糖	1	5			●薄口しょうゆ	0.2	6			●薄口しょうゆ	0.2	6			●薄口しょうゆ	0.2	6			●薄口しょうゆ	0.2	6
		●薄口しょうゆ	2				●黄味(缶)	30	4			●黄味(缶)	30	4			●黄味(缶)	30	4			●黄味(缶)	30	4
栄養価	たんぱく質 81.3	たんぱく質 30.0	たんぱく質 28.2	たんぱく質 3.4	たんぱく質 43.5	たんぱく質 99	たんぱく質 3.1	たんぱく質 40.7	たんぱく質 0.46	たんぱく質 0.67	たんぱく質 29	たんぱく質 3.7	たんぱく質 3.0	たんぱく質 43.5	たんぱく質 99	たんぱく質 3.1	たんぱく質 40.7	たんぱく質 0.46	たんぱく質 0.67					



中学校給食予定献立表

令和6年(2024年)12月(Ｂ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・・・穀物やいもで炭水化物が多い食品
- ◆6群・・・油脂類で脂質が多い食品

※トマト(缶)の配合は、4月に配布している「中学校給食用パン及び年間使用食品の配合表(Ｂ献立)」に掲載していますが、
原材料に変更があったため、当月分の「中学校給食用半製品・加工品の配合表(Ｂ献立)」でご確認ください。

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	実施日	献立名	食品名	重量 (g)	食品群	
12月16日 (月)	ごはん 牛乳 白煮のスープ	米	100	5	12月17日 (火)	ごはん 牛乳 かき玉汁	米	100	5	12月18日 (水)	コッペパン 牛乳 おじやがもちのクリーム煮	●コッペパン	1個	5	12月19日 (木)	ごはん 牛乳 マーボー豆腐	米	100	5	
		牛乳	1本	2			牛乳	1本	2			牛乳	1本	2			牛乳	1本	2	
		鶏肉	15	1			鶏肉	20	1			鶏肉	25	1			鶏肉	20	1	
		白煮	30	4			●豆腐	15	1			▲おじやがもちボール	40	5			●豆腐	65	1	
		人参	5	3			えのきたけ	15	4			玉ねぎ	25	3			人参	20	3	
		玉ねぎ	10	4			人参	8	3			マッシュルーム	60	4			玉ねぎ	60	4	
		パセリ	0.01	3			青ねぎ	3	3			▲むぎきり(大豆)	6	4			青ねぎ	5	3	
		●コンソメ	1.7				●削り節	0.2				干しいたけ	6	0.2			4	青ねぎ	3	3
		●薄口しょうゆ	0.5				出し昆布	0.5				●チキンスープ	11				●おろししょうが	0.3	4	
		塩	0.2				●みりん	0.9				▲バター(調理用)	1.3	6			●おろしにんにく	0.3	4	
		こしょう	0.01				●薄口しょうゆ	4				○牛乳	27	2			●赤みそ	3.5	1	
		なたね油	0.2	6			塩	0.2				塩	1.1				●トウモロコシ	0.2	6	
12月20日 (月)	(揚げ)ビーフコロッケ チリコンカン	▲ビーフコロッケ	1個	5	12月21日 (火)	(揚げ)鶏肉のから揚げ	鶏肉	65	1	5	12月22日 (水)	(揚げ)白身魚フライのソースかけ	▲白身魚フライ	1個	1	12月23日 (木)	(揚げ)ひき入りぎょうざ	鶏肉	1	5
		鶏肉	9	6			鶏肉	65	1	鶏肉			2	5	鶏肉			3.8	1	
		大豆(しとれ)	20	1			●おろししょうが	0.75	4	●ささみ			3		●ささみ			3.8	1	
		人参	17	1			●玉ねぎ	4		●玉ねぎ			9	6	●玉ねぎ			9	6	
		玉ねぎ	5	3			●玉ねぎ	10	5	●玉ねぎ			10	1	●玉ねぎ			10	1	
		玉ねぎ	20	4			●玉ねぎ	6.5	6	●玉ねぎ			6		●玉ねぎ			6		
		おろしにんにく	0.3	4			●玉ねぎ	5	1	●玉ねぎ			10	3	●玉ねぎ			10	3	
		▲チリパウダー	0.02				●玉ねぎ	11	5	●玉ねぎ			10	4	●玉ねぎ			10	4	
		トマトソース	7	1			●玉ねぎ	9	4	●玉ねぎ			10	3	●玉ねぎ			10	3	
		ウスターソース	1.2				●玉ねぎ	10	4	●玉ねぎ			10	3	●玉ねぎ			10	3	
		砂糖	0.5	5			●玉ねぎ	10	4	●玉ねぎ			10	3	●玉ねぎ			10	3	
		塩	0.12				●玉ねぎ	10	4	●玉ねぎ			10	3	●玉ねぎ			10	3	
こしょう	0.01		●玉ねぎ	0.05	4	●玉ねぎ	0.2	6	●玉ねぎ	0.2	6									
12月23日 (月)	ごはん 牛乳 ごぼうサラダ	米	100	5	12月24日 (火)	ごはん 牛乳 きのみやし	米	100	5	12月25日 (水)	液体ココア 小松菜のサラダ	▲液体ココア	1本	5	12月26日 (木)	ジャーマンポテト	米	100	5	
		牛乳	1本	2			牛乳	1本	2			牛乳	1本	2			牛乳	1本	2	
		鶏肉	15	1			鶏肉	15	1			鶏肉	15	1			鶏肉	15	1	
		人参	30	4			人参	30	4			人参	30	4			人参	30	4	
		玉ねぎ	10	3			玉ねぎ	10	3			玉ねぎ	10	3			玉ねぎ	10	3	
		青ねぎ	10	3			青ねぎ	10	3			青ねぎ	10	3			青ねぎ	10	3	
		●おろししょうが	0.5	4			●おろししょうが	0.5	4			●おろししょうが	0.5	4			●おろししょうが	0.5	4	
		●薄口しょうゆ	0.12				●薄口しょうゆ	0.12				●薄口しょうゆ	0.12				●薄口しょうゆ	0.12		
		こしょう	0.01				こしょう	0.01				こしょう	0.01				こしょう	0.01		
		マヨネーズ風ドレッシング	7	6			マヨネーズ風ドレッシング	7	6			マヨネーズ風ドレッシング	7	6			マヨネーズ風ドレッシング	7	6	
		12月28日 (月)	ごはん 牛乳 鶏肉 さきまもやし	米			100	5	12月29日 (火)			ごはん 牛乳 鶏肉 さきまもやし	米	100			5	12月30日 (水)	ごはん 牛乳 鶏肉 さきまもやし	米
牛乳	1本			2	牛乳	1本	2	牛乳		1本	2		牛乳	1本	2					
鶏肉	15			1	鶏肉	15	1	鶏肉		15	1		鶏肉	15	1					
人参	30			4	人参	30	4	人参		30	4		人参	30	4					
玉ねぎ	10			3	玉ねぎ	10	3	玉ねぎ		10	3		玉ねぎ	10	3					
青ねぎ	10			3	青ねぎ	10	3	青ねぎ		10	3		青ねぎ	10	3					
●おろししょうが	0.5			4	●おろししょうが	0.5	4	●おろししょうが		0.5	4		●おろししょうが	0.5	4					
●薄口しょうゆ	0.12				●薄口しょうゆ	0.12		●薄口しょうゆ		0.12			●薄口しょうゆ	0.12						
こしょう	0.01				こしょう	0.01		こしょう		0.01			こしょう	0.01						
マヨネーズ風ドレッシング	7			6	マヨネーズ風ドレッシング	7	6	マヨネーズ風ドレッシング		7	6		マヨネーズ風ドレッシング	7	6					
12月31日 (月)	ごはん 牛乳 鶏肉 さきまもやし			米	100	5	12月31日 (火)	ごはん 牛乳 鶏肉 さきまもやし		米	100		5	12月31日 (水)	ごはん 牛乳 鶏肉 さきまもやし	米	100			5
		牛乳	1本	2	牛乳	1本			2	牛乳	1本	2	牛乳			1本	2			
		鶏肉	15	1	鶏肉	15			1	鶏肉	15	1	鶏肉			15	1			
		人参	30	4	人参	30			4	人参	30	4	人参			30	4			
		玉ねぎ	10	3	玉ねぎ	10			3	玉ねぎ	10	3	玉ねぎ			10	3			
		青ねぎ	10	3	青ねぎ	10			3	青ねぎ	10	3	青ねぎ			10	3			
		●おろししょうが	0.5	4	●おろししょうが	0.5			4	●おろししょうが	0.5	4	●おろししょうが			0.5	4			
		●薄口しょうゆ	0.12		●薄口しょうゆ	0.12				●薄口しょうゆ	0.12		●薄口しょうゆ			0.12				
		こしょう	0.01		こしょう	0.01				こしょう	0.01		こしょう			0.01				
		マヨネーズ風ドレッシング	7	6	マヨネーズ風ドレッシング	7			6	マヨネーズ風ドレッシング	7	6	マヨネーズ風ドレッシング			7	6			