

中学校給食予定献立表

令和6年(2024年)7・8月(C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、骨をつくる食品
- ◆3群…色の濃い野菜やビタミン、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					
7月16日(火)	ごはん 牛乳 豚汁	米	100	5	ごはん 牛乳 マーボー厚揚げ	米	100	5	ごはん 牛乳 豚ひき肉 厚揚げ 人参 玉ねぎ にら しょうが にんにく ●赤みそ ●白みそ ●なたね油 ▲さばのみりんゆづ汁 ▲なたね油	100	5	ごはん 牛乳 豚ひき肉 厚揚げ 人参 玉ねぎ にら しょうが にんにく ●赤みそ ●白みそ ●なたね油 ▲さばのみりんゆづ汁 ▲なたね油	100	5					
		牛乳	1本	2		牛乳	1本	2		牛乳	1本		2	牛乳	1本	2			
		豚肉	12	1		豚肉	12	1		豚肉	12		1	豚肉	12	1	豚肉	12	1
		じゃがいも	25	5		じゃがいも	25	5		じゃがいも	25		5	じゃがいも	25	5	じゃがいも	25	5
		人参	8	3		人参	8	3		人参	8		3	人参	8	3	人参	8	3
		玉ねぎ	15	4		玉ねぎ	15	4		玉ねぎ	15		4	玉ねぎ	15	4	玉ねぎ	15	4
		なす	2	1		なす	2	1		なす	2		1	なす	2	1	なす	2	1
		出し昆布	0.5			出し昆布	0.5			出し昆布	0.5			出し昆布	0.5		出し昆布	0.5	
		●赤みそ	5	1		●赤みそ	5	1		●赤みそ	5		1	●赤みそ	5	1	●赤みそ	5	1
		●白みそ	3.5	1		●白みそ	3.5	1		●白みそ	3.5		1	●白みそ	3.5	1	●白みそ	3.5	1
		●なたね油	0.2	6		●なたね油	0.2	6		●なたね油	0.2		6	●なたね油	0.2	6	●なたね油	0.2	6
		▲さばのみりんゆづ汁	1.0	1		▲さばのみりんゆづ汁	1.0	1		▲さばのみりんゆづ汁	1.0		1	▲さばのみりんゆづ汁	1.0	1	▲さばのみりんゆづ汁	1.0	1
	▲なたね油	0.2	6	▲なたね油	0.2	6	▲なたね油	0.2	6	▲なたね油	0.2	6	▲なたね油	0.2	6				
	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1				
	ごぼう	25	4	ごぼう	25	4	ごぼう	25	4	ごぼう	25	4	ごぼう	25	4				
	人参	10	3	人参	10	3	人参	10	3	人参	10	3	人参	10	3				
	さやいんげん	5	3	さやいんげん	5	3	さやいんげん	5	3	さやいんげん	5	3	さやいんげん	5	3				
	●すりおろし	0.8		●すりおろし	0.8		●すりおろし	0.8		●すりおろし	0.8		●すりおろし	0.8					
	●みりん	4.5	5	●みりん	4.5	5	●みりん	4.5	5	●みりん	4.5	5	●みりん	4.5	5				
	●砂糖	1.5	5	●砂糖	1.5	5	●砂糖	1.5	5	●砂糖	1.5	5	●砂糖	1.5	5				
	●漬物しょうゆ	3.5		●漬物しょうゆ	3.5		●漬物しょうゆ	3.5		●漬物しょうゆ	3.5		●漬物しょうゆ	3.5					
	チンゲン菜	25	3	チンゲン菜	25	3	チンゲン菜	25	3	チンゲン菜	25	3	チンゲン菜	25	3				
	えのきたけ	15	4	えのきたけ	15	4	えのきたけ	15	4	えのきたけ	15	4	えのきたけ	15	4				
	ゆず果汁	0.5	4	ゆず果汁	0.5	4	ゆず果汁	0.5	4	ゆず果汁	0.5	4	ゆず果汁	0.5	4				
砂糖	0.3	5	砂糖	0.3	5	砂糖	0.3	5	砂糖	0.3	5	砂糖	0.3	5					
●薄口しょうゆ	1.2		●薄口しょうゆ	1.2		●薄口しょうゆ	1.2		●薄口しょうゆ	1.2		●薄口しょうゆ	1.2						
コッペパン	1個	5	コッペパン	1個	5	コッペパン	1個	5	コッペパン	1個	5	コッペパン	1個	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					
ペーロン	10	1	ペーロン	10	1	ペーロン	10	1	ペーロン	10	1	ペーロン	10	1					
●アルファベットマカロニ	2	5	●アルファベットマカロニ	2	5	●アルファベットマカロニ	2	5	●アルファベットマカロニ	2	5	●アルファベットマカロニ	2	5					
人参	10	3	人参	10	3	人参	10	3	人参	10	3	人参	10	3					
玉ねぎ	20	4	玉ねぎ	20	4	玉ねぎ	20	4	玉ねぎ	20	4	玉ねぎ	20	4					
ハセリ	0.01	3	ハセリ	0.01	3	ハセリ	0.01	3	ハセリ	0.01	3	ハセリ	0.01	3					
●コンソメ	1.7		●コンソメ	1.7		●コンソメ	1.7		●コンソメ	1.7		●コンソメ	1.7						
●薄口しょうゆ	1.5		●薄口しょうゆ	1.5		●薄口しょうゆ	1.5		●薄口しょうゆ	1.5		●薄口しょうゆ	1.5						
塩	0.2		塩	0.2		塩	0.2		塩	0.2		塩	0.2						
こしょう	0.01	6	こしょう	0.01	6	こしょう	0.01	6	こしょう	0.01	6	こしょう	0.01	6					
鶏肉	80	1	鶏肉	80	1	鶏肉	80	1	鶏肉	80	1	鶏肉	80	1					
にんにく	0.03	4	にんにく	0.03	4	にんにく	0.03	4	にんにく	0.03	4	にんにく	0.03	4					
●コンソメ	0.45		●コンソメ	0.45		●コンソメ	0.45		●コンソメ	0.45		●コンソメ	0.45						
塩	0.4		塩	0.4		塩	0.4		塩	0.4		塩	0.4						
あらびき黒こしょう	0.05		あらびき黒こしょう	0.05		あらびき黒こしょう	0.05		あらびき黒こしょう	0.05		あらびき黒こしょう	0.05						
○小麦粉	8	5	○小麦粉	8	5	○小麦粉	8	5	○小麦粉	8	5	○小麦粉	8	5					
なたね油	6	6	なたね油	6	6	なたね油	6	6	なたね油	6	6	なたね油	6	6					
●ハム	15	1	●ハム	15	1	●ハム	15	1	●ハム	15	1	●ハム	15	1					
人参	10	3	人参	10	3	人参	10	3	人参	10	3	人参	10	3					
玉ねぎ	20	4	玉ねぎ	20	4	玉ねぎ	20	4	玉ねぎ	20	4	玉ねぎ	20	4					
きゅうり	10	4	きゅうり	10	4	きゅうり	10	4	きゅうり	10	4	きゅうり	10	4					
砂糖	1.5	5	砂糖	1.5	5	砂糖	1.5	5	砂糖	1.5	5	砂糖	1.5	5					
●酢	1.5		●酢	1.5		●酢	1.5		●酢	1.5		●酢	1.5						
●薄口しょうゆ	1.2		●薄口しょうゆ	1.2		●薄口しょうゆ	1.2		●薄口しょうゆ	1.2		●薄口しょうゆ	1.2						
塩	0.15	5	塩	0.15	5	塩	0.15	5	塩	0.15	5	塩	0.15	5					
こしょう	0.02		こしょう	0.02		こしょう	0.02		こしょう	0.02		こしょう	0.02						
豚ひき肉	10	1	豚ひき肉	10	1	豚ひき肉	10	1	豚ひき肉	10	1	豚ひき肉	10	1					
牛ひき肉	5	1	牛ひき肉	5	1	牛ひき肉	5	1	牛ひき肉	5	1	牛ひき肉	5	1					
人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3					
玉ねぎ	25	4	玉ねぎ	25	4	玉ねぎ	25	4	玉ねぎ	25	4	玉ねぎ	25	4					
●トマトケチャップ	5		●トマトケチャップ	5		●トマトケチャップ	5		●トマトケチャップ	5		●トマトケチャップ	5						
●トマトソース	5		●トマトソース	5		●トマトソース	5		●トマトソース	5		●トマトソース	5						
●赤ワイン	1		●赤ワイン	1		●赤ワイン	1		●赤ワイン	1		●赤ワイン	1						
●ウスターソース	1.5		●ウスターソース	1.5		●ウスターソース	1.5		●ウスターソース	1.5		●ウスターソース	1.5						
塩	0.05		塩	0.05		塩	0.05		塩	0.05		塩	0.05						
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						
なたね油	0.1	6	なたね油	0.1	6	なたね油	0.1	6	なたね油	0.1	6	なたね油	0.1	6					
●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	0.3	5					
●りんご(缶)	30	4	●りんご(缶)	30	4	●りんご(缶)	30	4	●りんご(缶)	30	4	●りんご(缶)	30	4					
りんご缶	30	4	りんご缶	30	4	りんご缶	30	4	りんご缶	30	4	りんご缶	30	4					
ごはん	100	5	ごはん	100	5	ごはん	100	5	ごはん	100	5	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					
鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1	鶏肉	20	1					
じゃがいも	25	5	じゃがいも	25	5	じゃがいも	25	5	じゃがいも	25	5	じゃがいも	25	5					
人参	15	3	人参	15	3	人参	15	3	人参	15	3	人参	15	3					
玉ねぎ	40	4	玉ねぎ	40	4	玉ねぎ	40	4	玉ねぎ	40	4	玉ねぎ	40	4					
なす	8	4	なす	8	4	なす	8	4	なす	8	4	なす	8	4					
ズッキーニ	15	4	ズッキーニ	15	4	ズッキーニ	15	4	ズッキーニ	15	4	ズッキーニ	15	4					
しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4	しょうが	0.5	4					
にんにく	0.3	4	にんにく	0.3	4	にんにく	0.3	4	にんにく	0.3	4	にんにく	0.3	4					
▲リザーブオニオン	3	4	▲リザーブオニオン	3	4	▲リザーブオニオン	3	4	▲リザーブオニオン	3	4	▲リザーブオニオン	3	4					
▲おろしりんご	5	4	▲おろしりんご	5	4	▲おろしりんご	5	4	▲おろしりんご	5	4	▲おろしりんご	5	4					
●チキンスープ	10		●チキンスープ	10		●チキンスープ	10		●チキンスープ	10		●チキンスープ	10						
●チャップ	5	5	●チャップ	5	5	●チャップ	5	5	●チャップ	5	5	●チャップ	5	5					
●茶葉	4	5	●茶葉	4	5	●茶葉	4	5	●茶葉	4	5	●茶葉	4	5					
▲カレー粉	0.3		▲カレー粉	0.3		▲カレー粉	0.3		▲カレー粉	0.3		▲カレー粉	0.3						
ターメリック	0.15		ターメリック	0.15		ターメリック	0.15		ターメリック	0.15		ターメリック	0.15						
●トマトケチャップ	4		●トマトケチャップ	4		●トマトケチャップ	4		●トマトケチャップ	4		●トマトケチャップ	4						
●赤ワイン	1		●赤ワイン	1		●赤ワイン	1		●赤ワイン	1		●赤ワイン	1						
●ウスターソース	1		●ウスターソース	1		●ウスターソース	1		●ウスターソース	1		●ウスターソース	1						
●どんかつソース	1		●どんかつソース	1		●どんかつソース	1		●どんかつソース	1		●どんかつソース	1						
●漬物しょうゆ	2.5		●漬物しょうゆ	2.5		●漬物しょうゆ	2.5		●漬物しょうゆ	2.5		●漬物しょうゆ	2.5						
塩	0.8		塩	0.8		塩	0.8		塩	0.8		塩	0.8						
こしょう	0.025		こしょう	0.025		こしょう	0.025		こしょう	0.025		こしょう	0.025						
なたね油																			