

# 中学校給食予定献立表

令和6年(2024年)3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品目

●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ついて」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

6つの食品群

- ◆1群・・・たんぱく質が多く、おもに脂肪や血液になる食品
- ◆2群・・・カルシウムが多く、骨や歯をつくる食品
- ◆3群・・・色の濃い野菜でビタミン、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・・・穀類おもて炭水化物が多い食品
- ◆6群・・・油脂製品で脂質が多い食品

※酒、豆腐の配合は、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について」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)」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場合があります。

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1日(金)	(焼)鶏肉の照り焼き	ごはん	100	5	3月4日(月)	(焼)さけのレモンしょうゆかけ	ごはん	100	5	3月6日(水)	(揚)白身魚フライのソースかけ	ごはん	100	5	3月7日(木)	(揚)鶏肉のから揚げ	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
		豚肉	15	1			豚肉	15	1			豚肉	15	1			豚肉	15	1	豚肉	15	1
		大根	20	4			大根	20	4			大根	20	4			大根	20	4	大根	20	4
		人参	10	3			人参	10	3			人参	10	3			人参	10	3	人参	10	3
		青ねぎ	2	2			青ねぎ	2	2			青ねぎ	2	2			青ねぎ	2	2	青ねぎ	2	2
		みりん	0.5	5			みりん	0.5	5			みりん	0.5	5			みりん	0.5	5	みりん	0.5	5
		薄口しょうゆ	0.5	5			薄口しょうゆ	0.5	5			薄口しょうゆ	0.5	5			薄口しょうゆ	0.5	5	薄口しょうゆ	0.5	5
		塩	0.2	6			塩	0.2	6			塩	0.2	6			塩	0.2	6	塩	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	なたね油	0.2	6
		鶏肉	2	6			鶏肉	2	6			鶏肉	2	6			鶏肉	2	6	鶏肉	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	なたね油	0.2	6
3月8日(日)	茶粉ももタルト	茶粉ももタルト	1個	5	3月11日(水)	ひじきの煮物	茶粉ももタルト	1個	5	3月12日(木)	豆腐もやしのおひたし	茶粉ももタルト	1個	5	3月13日(金)	フルーツナタデココ	茶粉ももタルト	1個	5			
		ほうれん草のごま和え	5	1			ほうれん草	35	3			ほうれん草	35	3			ほうれん草	35	3	ほうれん草	35	3
		みりん	1	1			みりん	1	1			みりん	1	1			みりん	1	1	みりん	1	1
		砂糖	3	5			砂糖	3	5			砂糖	3	5			砂糖	3	5	砂糖	3	5
		薄口しょうゆ	4.5	5			薄口しょうゆ	4.5	5			薄口しょうゆ	4.5	5			薄口しょうゆ	4.5	5	薄口しょうゆ	4.5	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	でん粉	0.3	5
		米粉ももタルト	1個	5			米粉ももタルト	1個	5			米粉ももタルト	1個	5			米粉ももタルト	1個	5	米粉ももタルト	1個	5
		まぐろ(レトルト)	5	1			まぐろ(レトルト)	5	1			まぐろ(レトルト)	5	1			まぐろ(レトルト)	5	1	まぐろ(レトルト)	5	1
		ほうれん草	35	3			ほうれん草	35	3			ほうれん草	35	3			ほうれん草	35	3	ほうれん草	35	3
		人参	5	3			人参	5	3			人参	5	3			人参	5	3	人参	5	3
		白すりごま	0.4	6			白すりごま	0.4	6			白すりごま	0.4	6			白すりごま	0.4	6	白すりごま	0.4	6
		砂糖	0.5	5			砂糖	0.5	5			砂糖	0.5	5			砂糖	0.5	5	砂糖	0.5	5
薄口しょうゆ	1.5	5	薄口しょうゆ	1.5	5	薄口しょうゆ	1.5	5	薄口しょうゆ	1.5	5	薄口しょうゆ	1.5	5								
大豆フレーク	3.5	1	大豆フレーク	3.5	1	大豆フレーク	3.5	1	大豆フレーク	3.5	1	大豆フレーク	3.5	1								
昆布	0.6	2	昆布	0.6	2	昆布	0.6	2	昆布	0.6	2	昆布	0.6	2								
砂糖	1.2	5	砂糖	1.2	5	砂糖	1.2	5	砂糖	1.2	5	砂糖	1.2	5								
薄口しょうゆ	1	1	薄口しょうゆ	1	1	薄口しょうゆ	1	1	薄口しょうゆ	1	1	薄口しょうゆ	1	1								
3月11日(水)	手作り昆布ふりかけ	手作り昆布ふりかけ	1	1	3月12日(木)	小松菜とちりめんじゃこの和え物	手作り昆布ふりかけ	1	1	3月13日(金)	ちりめんじゃこの和え物	手作り昆布ふりかけ	1	1	3月14日(土)	いちごとりんごのジャム	手作り昆布ふりかけ	1	1			
		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			
		豚肉	15	1			豚肉	15	1			豚肉	15	1			豚肉	15	1			
		人参	10	3			人参	10	3			人参	10	3			人参	10	3			
		青ねぎ	2	2			青ねぎ	2	2			青ねぎ	2	2			青ねぎ	2	2			
		みりん	0.5	5			みりん	0.5	5			みりん	0.5	5			みりん	0.5	5			
		薄口しょうゆ	0.5	5			薄口しょうゆ	0.5	5			薄口しょうゆ	0.5	5			薄口しょうゆ	0.5	5			
		塩	0.2	6			塩	0.2	6			塩	0.2	6			塩	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	2	6			鶏肉	2	6			鶏肉	2	6			鶏肉	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			
3月14日(土)	春雨サラダ	春雨サラダ	1	1	3月15日(日)	(焼)ハンバーグのケチャップかけ	春雨サラダ	1	1	3月16日(月)	すりおろしりんごゼリー	春雨サラダ	1	1	3月17日(火)	肉団子の中華スープ	春雨サラダ	1	1			
		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			
		豚肉	25	1			豚肉	25	1			豚肉	25	1			豚肉	25	1			
		人参	20	3			人参	20	3			人参	20	3			人参	20	3			
		玉ねぎ	50	4			玉ねぎ	50	4			玉ねぎ	50	4			玉ねぎ	50	4			
		マッシュルーム	10	4			マッシュルーム	10	4			マッシュルーム	10	4			マッシュルーム	10	4			
		おろしにんにく	0.1	4			おろしにんにく	0.1	4			おろしにんにく	0.1	4			おろしにんにく	0.1	4			
		ハヤシラック	16	5			ハヤシラック	16	5			ハヤシラック	16	5			ハヤシラック	16	5			
		トマトケチャップ	2	2			トマトケチャップ	2	2			トマトケチャップ	2	2			トマトケチャップ	2	2			
		ウスターソース	0.5	5			ウスターソース	0.5	5			ウスターソース	0.5	5			ウスターソース	0.5	5			
		塩	0.1	1			塩	0.1	1			塩	0.1	1			塩	0.1	1			
ごしよ	0.01	1	ごしよ	0.01	1	ごしよ	0.01	1	ごしよ	0.01	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											
▲どんかつ	2個	1	▲どんかつ	2個	1	▲どんかつ	2個	1	▲どんかつ	2個	1											
なたね油	9	6	なたね油	9	6	なたね油	9	6	なたね油	9	6											
▲さきみ(レトルト)	4	1	▲さきみ(レトルト)	4	1	▲さきみ(レトルト)	4	1	▲さきみ(レトルト)	4	1											
香辛料	8	5	香辛料	8	5	香辛料	8	5	香辛料	8	5											
きつね	10	4	きつね	10	4	きつね	10	4	きつね	10	4											
人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3	人参	5	3											
砂糖	1.2	5	砂糖	1.2	5	砂糖	1.2	5	砂糖	1.2	5											
酢	1.5	5	酢	1.5	5	酢	1.5	5	酢	1.5	5											
薄口しょうゆ	2.5	5	薄口しょうゆ	2.5	5	薄口しょうゆ	2.5	5	薄口しょうゆ	2.5	5											
▲ベーコン	10	1	▲ベーコン	10	1	▲ベーコン	10	1	▲ベーコン	10	1											
れんこん(水煮)	20	4	れんこん(水煮)	20	4	れんこん(水煮)	20	4	れんこん(水煮)	20	4											
人参	10	3	人参	10	3	人参	10	3	人参	10	3											
白すりごま	1	6	白すりごま	1	6	白すりごま	1	6	白すりごま	1	6											
トウモロコシ	0.05	5	トウモロコシ	0.05	5	トウモロコシ	0.05	5	トウモロコシ	0.05	5											
みりん	1	1	みりん	1	1	みりん	1	1	みりん	1	1											
砂糖	0.5	5	砂糖	0.5	5	砂糖	0.5	5	砂糖	0.5	5											
薄口しょうゆ	1	1	薄口しょうゆ	1	1	薄口しょうゆ	1	1	薄口しょうゆ	1	1											
塩	0.1	1	塩	0.1	1	塩	0.1	1	塩	0.1	1											
ごま油	0.1	6	ごま油	0.1	6	ごま油	0.1	6	ごま油	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											
▲ぶどうゼリー	1個	5	▲ぶどうゼリー	1個	5	▲ぶどうゼリー	1個	5	▲ぶどうゼリー	1個	5											
3月17日(火)	ハインアップル缶	ハインアップル缶	35	4	3月18日(水)	白菜のおかか和え	ハインアップル缶	35	4	3月19日(木)	いちごとりんごのジャム	ハインアップル缶	35	4	3月20日(金)	さつまいものあま煮	ハインアップル缶	35	4			
		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			
		鶏肉	20	1			鶏肉	20	1			鶏肉	20	1			鶏肉	20	1			
		大根	15	4			大根	15	4			大根	15	4			大根	15	4			
		人参	5	3			人参	5	3			人参	5	3			人参	5	3			
		玉ねぎ	20	4			玉ねぎ	20	4			玉ねぎ	20	4			玉ねぎ	20	4			
		コソメ	1.7	2			コソメ	1.7	2			コソメ	1.7	2			コソメ	1.7	2			
		薄口しょうゆ	1.5	2			薄口しょうゆ	1.5	2			薄口しょうゆ	1.5	2			薄口しょうゆ	1.5	2			
		塩	0.2	6			塩	0.2	6			塩	0.2	6			塩	0.2	6			
		ごしよ	0.01	1			ごしよ	0.01	1			ごしよ	0.01	1			ごしよ	0.01	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			
▲れんこんのはきみ揚げ	1個	4	▲れんこんのはきみ揚げ	1個	4	▲れんこんのはきみ揚げ	1個	4	▲れんこんのはきみ揚げ	1個	4											
なたね油	9	6	なたね油	9	6	なたね油	9	6	なたね油	9	6											
豚ひき肉	15	1	豚ひき肉	15	1	豚ひき肉	15	1	豚ひき肉	15	1											
切干大根	6	4	切干大根	6	4	切干大根	6	4	切干大根	6	4											
人参	8	3	人参	8	3	人参	8	3	人参	8	3											
おろししょうゆ	0.1	4	おろししょうゆ	0.1	4	おろししょうゆ	0.1	4	おろししょうゆ	0.1	4											
おろしにんにく	0.1	4	おろしにんにく	0.1	4	おろしにんにく	0.1	4	おろしにんにく	0.1	4											
赤みそ	3	1	赤みそ	3	1	赤みそ	3	1	赤みそ	3	1											
▲酒	1.5	5	▲酒	1.5	5	▲酒	1.5	5	▲酒	1.5	5											
砂糖	1.5	5	砂糖	1.5	5	砂糖	1.5	5	砂糖	1.5	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											
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											
▲うず揚げ	5	1	▲うず揚げ	5	1	▲うず揚げ	5	1	▲うず揚げ	5	1											
なたね油	5	1	なたね油	5	1	なたね油	5	1	なたね油	5	1											
なつめ	10	3	なつめ	10	3	なつめ	10	3	なつめ	10	3											
▲漬物	6	4	▲漬物	6	4	▲漬物	6	4	▲漬物	6	4											
ほうれん草とエリンギのソテー	30	3	ほうれん草とエリンギのソテー	30	3	ほうれん草とエリンギのソテー	30	3	ほうれん草とエリンギのソテー	30	3											
▲漬物	3	1	▲漬物	3	1	▲漬物	3	1	▲漬物	3	1											
人参	8	3	人参	8	3	人参	8	3	人参	8	3											
エリンギ	10	4	エリンギ	10	4	エリンギ	10	4	エリンギ	10	4											
薄口しょうゆ	0.8	3	薄口しょうゆ	0.8	3	薄口しょうゆ	0.8	3	薄口しょうゆ	0.8	3											
塩	0.15	1	塩	0.15	1	塩	0.15	1	塩	0.15	1											
ごしよ	0.01	1	ごしよ	0.01	1	ごしよ	0.01	1	ごしよ	0.01	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											
▲スパゲティ	10	5	▲スパゲティ	10	5	▲スパゲティ	10	5	▲スパゲティ	10	5											
▲スパゲティ	10	5	▲スパゲティ	10	5	▲スパゲティ	10	5	▲スパゲティ	10	5											
▲スパゲティ	10	5	▲スパゲティ	10	5	▲スパゲティ	10	5	▲スパゲティ	10	5											
▲スパゲティ	10	5	▲スパゲティ	10	5	▲スパゲティ	10	5														

